



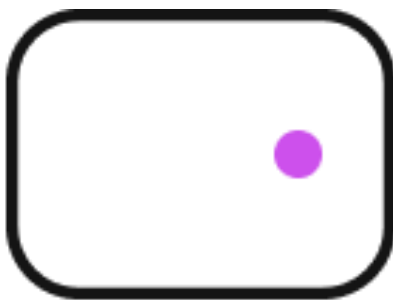
**«Жас зерттеуші - 2025»
«Молодой исследователь - 2025»
«Young Researcher – 2025»**

*Халықаралық ғылыми-практикалық конференцияның материалдары
Материалы международной научно-практической конференции
Materials of the International Scientific and Practical Conference*

27-28 желтоқсан 2025 ж.
27-28 декабря 2025 г.
December 27–28, 2025

Том VI / Volume VI

Шымкент 2025 / Shymkent 2025



TABYS.ME

MIRAS-пен бірге табыс тап!

Зарабатывай вместе с MIRAS!

MIRAS-та оқу үшін достарыңыз бен таныстарыңызды шақырыңыз және әрбір абитуриент үшін 60 000 теңгеге дейін алыңыз.

Приглашайте друзей и знакомых для обучения в MIRAS и получайте до 60 000 тг за каждого абитуриента.



tabys.me

Талапкерді тіркеу және байланыстыру үшін ол сіздің сілтемеңіз арқылы өтіп, тіркеуден өтуі қажет. Сонымен қатар, қабылдаудан кейін 3 күн ішінде талапкерге SMS келеді, онда ол анкетаны толтырып, сізді агент ретінде көрсетеді.

Для регистрации абитуриента и прикрепления, абитуриент должен перейти по вашей ссылке и пройти регистрацию. После зачисления, через три дня придёт SMS, в котором абитуриент заполняет анкету и указывает вас в качестве агента.

УДК 001
ББК 72
Ж 33

Жас зерттеуші - 2025: Халықаралық ғылыми-практикалық конференциясы материалдары. – Шымкент, 2025. – Т. 6. Дене шынықтыру, спорт және алғашқы әскери дайындық. Дизайн және көркем еңбек. – 502 б.

Молодой исследователь - 2025: Материалы международной научно-практической конференции. – Шымкент, 2025. – Т. 6. Физическая культура, спорт и начальная военная подготовка. Дизайн и художественный труд. – 502 с.

Редакция алқасы (редакционная коллегия): Н.Ғ.Халықберген, А.Б-П.Даниярова, И.Ю.Хан, Т.С.Митрошенко, А.В.Роговой, Д.С.Абдуллина, Д.Б.Ешенкулова, Ж.А.Жуматаева, Г.П.Коптаева, С.Ж. Көшкінбаев, М.Т.Сулейменова, М.А.Усербаева

ISBN 978-601-82400-6-5

«Жас зерттеуші - 2025» атты халықаралық ғылыми - практикалық конференциясының материалдарында бизнес және басқару, туризм және қонақжайлылықты басқару, ақпараттық және телекоммуникациялық жүйелер, құқықтану және әлеуметтік-қоғамдық ғылымдар, педагогика және психология, филология, дизайн және көркем еңбек, дене шынықтыру және спорт, бастапқы әскери дайындық, химия және биология бағыттарының дамуы бойынша ғылыми еңбектер жарияланды.

В материалах международной научно-практической конференции «Молодой исследователь - 2025» опубликованы научные труды по развитию следующих направлений: бизнес и управление, туризм и управление гостеприимством, информационные и телекоммуникационные системы, юриспруденция и социально-общественные науки, педагогика и психология, филология, дизайн и художественный труд, физическая культура и спорт, начальная военная подготовка, химия и биология.

УДК 001
ББК 72
Ж33

ISBN 978-601-82400-6-5

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ, СПОРТ ЖӘНЕ АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ / ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И НАЧАЛЬНАЯ ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА / PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND BASIC MILITARY TRAINING

ОӘЖ 355.23:37.018.43

АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНДА ЗАМАНАУИ ОҚЫТУ ӘДІСТЕРІН ҚОЛДАНУ

Абдрахман А.А., Карим О.М., Умиржанов Ж.К.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются значение и эффективность применения современных методов обучения на уроках начальной военной подготовки. Автор отмечает необходимость сочетания традиционных методов с инновационными подходами в соответствии с изменениями в современной системе образования. В работе раскрывается содержание и пути применения интерактивных, проектных, информационно-коммуникационных и кейс-технологий. На примерах показана результативность каждого метода, доказано их влияние на повышение познавательной активности учащихся, развитие патриотических чувств и военных навыков.

The article examines the importance and effectiveness of applying modern teaching methods in initial military training lessons. The author emphasizes the need to combine traditional methods with innovative approaches in accordance with changes in the modern educational system. The paper reveals the content and application methods of interactive, project-based, information and communication, and case technologies. Through examples, the effectiveness of each method is demonstrated, and their impact on enhancing students' cognitive activity, fostering patriotic feelings, and developing military skills is substantiated.

Қазіргі таңда білім беру жүйесінің басты мақсаты – жан-жақты дамыған, отансүйгіш, өз елінің қорғаны болуға дайын жас ұрпақ тәрбиелеу. Бұл тұрғыда алғашқы әскери дайындық (ӘД) пәнінің рөлі ерекше. Өйткені бұл пән оқушылардың ел қорғаны болуға деген жауапкершілігін арттырып, әскери дағдылар мен тәртіптілікке баулиды [1].

Заманауи қоғамда білім беру үдерісі жаңашыл әдістер мен технологияларды қажет етеді. Сондықтан алғашқы әскери дайындық сабақтарында дәстүрлі әдістермен қатар заманауи оқыту тәсілдерін қолдану — уақыт талабы.

Алғашқы әскери дайындық сабақтарында инновациялық әдістерді пайдалану оқушылардың белсенділігін арттырып, пәнге деген қызығушылығын күшейтеді. Заманауи педагогикалық технологиялар оқушының тек тыңдаушы емес, білімді өз бетімен ізденуші, тәжірибеде қолданушы тұлға ретінде қалыптасуына ықпал етеді.

Мысалы, интерактивті оқыту, жобалау әдісі, ақпараттық-коммуникациялық технологиялар (АКТ) және тренингтік әдістер оқушылардың практикалық және шығармашылық қабілеттерін дамытуда тиімді [2].

Алғашқы әскери дайындықтағы заманауи әдістердің түрлері

Интерактивті әдістер:

– «Миға шабуыл», «Кейс-стади», «Рөлдік ойындар» арқылы әскери жағдайларды модельдеу; 1-кесте қарастырылған.

– тактикалық тапсырмалар орындау кезінде топтық талқылаулар мен пікір алмасулар ұйымдастыру.

АКТ қолдану:

– Әскери техника мен қару-жарақ түрлерін таныстыруда мультимедиялық презентациялар, 3D модельдер пайдалану;

Кесте 1 – Алғашқы әскери дайындық сабақтарындағы заманауи оқыту әдістері

№	Оқыту әдісі	Мақсаты	Артықшылығы	Күтілетін нәтиже
1	Интерактивті әдістер (пікірталас, сұрақ-жауап, миға шабуыл)	Оқушыларды белсенді қатыстыру, ойлау қабілетін дамыту	Сабаққа қызығушылық артады, оқушылардың пікір айту дағдысы қалыптасады	Танымдық белсенділік пен коммуникативтік қабілеттер дамиды
2	Жобалық әдіс (Project-based learning)	Оқушылардың зерттеу, жоспарлау және шығармашылық қабілеттерін арттыру	Тәжірибелік дағдыларды дамытады, өз бетімен жұмыс істеуге үйретеді	Топтық және жеке жұмыс дағдылары жетіледі
3	АКТ қолдану (бейнематериалдар, презентациялар, симуляторлар)	Ақпаратты көрнекі және қызықты түрде ұсыну	Сабақтың мазмұны жаңаша қабылданады, есте сақтау қабілеті күшейеді	Оқу материалының меңгерілу деңгейі жоғарылайды
4	Кейс-технология (жағдайларды талдау)	Нақты өмірлік жағдайларды шешу арқылы логикалық ойлауды дамыту	Теорияны практикамен байланыстырады	Оқушылардың шешім қабылдау қабілеті дамиды
5	Рөлдік ойындар мен тренингтер	Әскери-қолданбалы дағдыларды қалыптастыру	Пәнге деген қызығушылықты арттырады, ұжымшылдық қалыптасады	Әскери тәртіп пен жауапкершілікке тәрбиелейді
6	Модульдік оқыту технологиясы	Сабақ мазмұнын жүйелеу және кезең-кезеңмен меңгерту	Әр оқушы өз қарқынымен білім алады	Білім сапасы мен өздік бақылау дағдылары артады

– Виртуалды тренажерлар мен онлайн тест жүйелері арқылы білімді бекіту.

Заманауи әдістерді қолданудың нәтижелері

Заманауи әдістерді қолдану нәтижесінде:

-оқушылардың практикалық дағдылары мен әскери тәртібі қалыптасады;

- пәнге деген қызығушылық пен белсенділік артады;
- патриоттық сезім пен азаматтық жауапкершілік нығаяды;
- оқытушы мен оқушы арасындағы серіктестік қатынас дамиды.

Заманауи оқыту әдістерін енгізудегі педагогтің рөлі

Алғашқы әскери дайындық пәні бойынша сабақтардың тиімділігі көбіне мұғалімнің кәсіби шеберлігі мен педагогикалық мәдениетіне байланысты. Заманауи әдістерді енгізу үшін мұғалім:

- ақпараттық-коммуникациялық технологияларды жетік меңгеруі;
- сабақта оқушылардың жас және психологиялық ерекшеліктерін ескеруі;
- әрбір оқушының қызығушылығын арттыру мақсатында дифференциалды тәсілді қолдануы қажет [3].

Педагог тек әскери пән мұғалімі емес, сонымен қатар — тәрбиеші, ұйымдастырушы және көшбасшы болуы тиіс. Ол оқушылардың бойында Отанға деген сүйіспеншілікті, елжандылықты, жауапкершілікті қалыптастырумен қатар, заманауи азаматтың тұлғалық қасиеттерін дамытуға ықпал етеді.

Алғашқы әскери дайындықтағы цифрлық технологиялардың мүмкіндігі

Бүгінгі таңда оқу процесінде цифрландырудың маңызы ерекше. Әскери пән мұғалімдері де бұл бағыттан тыс қалмауы керек. Цифрлық технологиялар келесі мүмкіндіктерді береді:

Виртуалды сабақтар: оқушыларға атыс дайындығы, саптық қозғалыстар немесе әскери техника құрылымын көрсету үшін виртуалды тренажерларды қолдану;

AR (кеңейтілген шындық) қосымшалары: мысалы, қару-жарақтың бөліктерін 3D форматта қарап, құрастыру әдісін үйрену;

Онлайн платформалар (Google Classroom, Kahoot, Quizizz): тақырыптық тесттер мен викториналарды ұйымдастыру;

Бейне сабақтар мен анимациялық материалдар арқылы күрделі әскери тактикаларды түсіндіру.

Мұндай тәсілдер дәстүрлі сабақтарды заманауи, қызықты әрі өмірмен байланысты етеді.

Пәнаралық байланыс және тәжірибелік бағыт

Алғашқы әскери дайындық пәні тек әскери дағдыларды ғана емес, сонымен қатар басқа пәндермен тығыз байланыста өтеді. Мысалы:

- Физикамен — траектория, күш, инерция ұғымдары арқылы атыс дайындығын түсіндіру;
- Географиямен — әскери карталарды оқу, бағытты анықтау;
- Тарихпен — Қазақстанның Қарулы Күштерінің қалыптасу тарихын зерделеу;
- Дене тәрбиесімен — саптық және тактикалық жаттығуларды орындау.

Мұндай интеграция сабақтардың мазмұнын байытып, білімді өмірмен ұштастырады.

Патриоттық тәрбие берудегі инновациялық тәсілдер

Алғашқы әскери дайындық тек пән емес, патриоттық тәрбиенің негізі. Оқушыларды елін сүйеге, Отанын қорғауға даярлау үшін төмендегі тәсілдер тиімді:

- «Жас сарбаз» қозғалысы мен әскери-патриоттық клубтар жұмысына қатыстыру;
- Ардагерлермен кездесу, ерлік сабағы, патриоттық форумдар өткізу;
- Әскери бөлімдерге экскурсиялар, дала оқу-жаттығулары ұйымдастыру;
- Ұлттық-рухани құндылықтарға негізделген жобалар («Менің атам – батыр», «Туған жердің қорғаушысы» т.б.).

Бұл іс-шаралар жасөспірімдердің бойында елге деген сүйіспеншілікті арттырып, азаматтық сана мен рухани тәрбие қалыптастырады.

Заманауи әдістерді қолданудағы қиындықтар мен шешу жолдары

Заманауи әдістерді енгізу барысында кейбір мәселелер кездеседі:

- техникалық құралдардың жетіспеушілігі;
- мұғалімдердің IT саласындағы білімінің жеткіліксіздігі;
- оқушылардың пәнге деген бастапқы қызығушылығының төмендігі.

Шешу жолдары:

- оқу орындарын интерактивті құрал-жабдықтармен қамтамасыз ету;
- мұғалімдерге арналған біліктілікті арттыру курстарын ұйымдастыру;
- оқу бағдарламасына интерактивті элементтер мен практикалық сабақ үлгілерін көбірек енгізу.

Алғашқы әскери дайындық пәні – тек әскери машықтану емес, ол елдің болашағын қалыптастыратын азаматтарды тәрбиелеудің негізі. Заманауи оқыту әдістерін қолдану арқылы бұл пән қазіргі заман талабына сай, шығармашылық бағыттағы, технологиялық және тәрбиелік әлеуеті жоғары пәнге айналады.

Қорыта келгенде, алғашқы әскери дайындық пәнін оқытуда заманауи әдістерді тиімді пайдалану – оқушылардың білім сапасын арттырудың, олардың рухани-адамгершілік және патриоттық қасиеттерін қалыптастырудың маңызды жолы. Мұғалімнің кәсіби шеберлігі мен жаңа технологияларды меңгеру деңгейі сабақтың нәтижелілігін айқындайды. Сондықтан әрбір алғашқы әскери дайындық пәні мұғалімі үздіксіз ізденіс үстінде болып, өз тәжірибесіне инновациялық әдіс-тәсілдерді енгізіп отыруы қажет [4].

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы.
2. ҚР Қорғаныс министрлігінің алғашқы әскери дайындық бойынша нұсқаулықтары. 2020
3. Құдайбергенов Қ. «Алғашқы әскери дайындықты оқытудың әдістемелік негіздері». – Алматы, 2021.
4. Әбдіразақов Е. «Инновациялық технологиялар және заманауи сабақ». – Нұр-Сұлтан, 2020.

СТУДЕНТТЕРДІҢ ТӨЗІМДІЛІГІН ДАМУДАҒЫ ЦИКЛДІК СПОРТ ТҮРЛЕРІНІҢ МАҢЫЗЫ

Абдулла М.Ж., Калеев Қ.А., Мухамедкаримов Б.М.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается значение циклических видов спорта в формировании выносливости у студентов. Анализируются физиологические, психологические и педагогические аспекты развития выносливости, а также роль систематических тренировок по легкой атлетике, плаванию, велосипедному спорту и гребле. Особое внимание уделено влиянию аэробных нагрузок на сердечно-сосудистую систему, дыхательную функцию и психоэмоциональное состояние студентов. Показано, что циклические упражнения способствуют укреплению здоровья, формированию устойчивости к стрессу и повышению учебной работоспособности.

The article explores the importance of cyclic sports in developing endurance among university students. It analyzes the physiological, psychological, and pedagogical aspects of endurance training and emphasizes the role of regular activities such as running, swimming, cycling, and rowing. Special attention is paid to the impact of aerobic exercises on cardiovascular health, respiratory function, and students' psycho-emotional stability. The study concludes that cyclic sports play a crucial role in strengthening health, enhancing stress resistance, and improving academic performance.

Қазіргі заманғы жоғары оқу орындарының басты міндеттерінің бірі – жан-жақты дамыған, физикалық және психологиялық тұрғыдан төзімді тұлға қалыптастыру. Студенттік кезең – адамның өміріндегі ең белсенді әрі маңызды кезеңдердің бірі, бұл уақытта дене дайындығы мен өмірлік дағдылар қалыптасады.

Төзімділік – адамның ұзақ уақыт бойы шаршамай, тиімді жұмыс істей алу қабілеті. Ол физикалық және психологиялық факторлардың үйлесімді дамуына байланысты. Төзімділікті дамытуда циклдік спорт түрлері (жүгіру, шаңғы, жүзу, велосипед тебу, ескек есу және т.б.) ерекше орын алады, себебі бұл жаттығулар ағзаның барлық жүйелерін кешенді түрде жаттықтырады.

Циклдік спорт түрлері — қозғалыс әрекеттері үнемі қайталанып отыратын спорттық бағыттар. Мысалы, жүгіру кезінде аяқ-қол қозғалысы циклдік сипатта болады. Мұндай жаттығулар ұзақ уақыттық аэробтық күш түсірумен ерекшеленеді және бұлшықет жұмысы оттегін пайдалану процесімен тікелей байланысты.

Циклдік спорт түрлерінің негізгі ерекшеліктері:

- аэробтық энергия өндірудің басымдығы;
- жүрек-қан тамыр және тыныс алу жүйелерінің дамуы;
- метаболизмнің жақсаруы;
- төзімділік, ерік-жігер, өзін-өзі бақылау дағдыларының қалыптасуы.

Бұл қасиеттер студенттердің оқу жүктемесіне төтеп беруіне, стресске қарсы тұруына және жалпы еңбек қабілетін арттыруға көмектеседі [1].

Төзімділікті дамыту процесі ең алдымен ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін арттырумен байланысты. Циклдік спорт түрлері кезінде ағзада келесі өзгерістер байқалады:

1.Жүрек-қан тамыр жүйесінің тиімділігі артады:

- жүректің соғу көлемі ұлғаяды;
- артериялық қысым тұрақтанады;
- қан айналым жақсарады.

2.Тыныс алу жүйесі жетіледі:

- өкпенің тіршілік сыйымдылығы жоғарылайды;
- газ алмасу процестері жақсарады;
- тыныс алу бұлшықеттері нығаяды.

3.Бұлшықет жүйесінің төзімділігі дамиды:

- баяу бұлшықет талшықтары белсендірек жұмыс істейді;
- сүт қышқылының жинақталуы азаяды;
- ағзаның қалпына келу қабілеті артады.

Осының бәрі студенттің жалпы денсаулығына оң әсер етеді және олардың физикалық өнімділігін арттырады.

Циклдік спорт түрлері тек физиологиялық емес, сонымен қатар психологиялық тұрақтылықты да қалыптастырады. Ұзақ мерзімді жаттығулар барысында студент өзін-өзі бақылауды, мақсатқа жетуге табандылықты және эмоцияны реттеуді үйренеді.

Мысалы, жүгіру немесе жүзу кезінде адамның ойлау процестері белсендіріліп, стресс деңгейі төмендейді. Зерттеулер көрсеткендей, аэробтық жаттығулар эндорфин және серотонин деңгейін арттырады, бұл адамның көңіл-күйін жақсартып, оқу тиімділігін көтереді [2].

Студенттер арасында жүйелі түрде жүгірумен, велосипедпен жүрумен немесе жүзумен айналысатындарда өзіне сенімділік, жауапкершілік және уақытты тиімді пайдалану дағдылары қалыптасады.

Жоғары оқу орындарында дене тәрбиесі сабақтары студенттердің денсаулығын нығайтумен қатар, олардың өмірлік дағдыларын қалыптастыруға бағытталуы тиіс. Осы тұрғыда циклдік спорт түрлері ең тиімді бағыттардың бірі болып есептеледі.

Мысалы:

- Жеңіл атлетика сабақтары жүрек пен тыныс алу жүйесін дамытуға бағытталған.
- Жүзу барлық бұлшықет топтарын жұмысқа қосады және буындарға артық күш түсірмейді.
- Велоспорт төменгі аяқ бұлшықеттерін дамыта отырып, қан айналымды жақсартады.

ЖОО-дағы оқу бағдарламасына аптасына 2–3 рет циклдік жаттығулар енгізу студенттердің физикалық төзімділігін 25–30%-ға арттыратыны дәлелденген (Назарбаев Университетінің 2023 жылғы зерттеуі). Төзімділік жүйелі және кезең-кезеңмен дамытылады. Дене тәрбиесінде төмендегідей әдістер жиі қолданылады:

1. Үздіксіз жаттығу әдісі – белгілі бір уақыт бойы (мысалы, 30–40 минут) бірқалыпты қарқынмен жүгіру, жүзу немесе велосипед тебу.
2. Аралық (интервалдық) әдіс – жоғары және орта қарқынды кезеңдерді кезектестіріп орындау.
3. Айнымалы қарқын әдісі – жылдамдық пен ұзақтықты өзгертіп отыру арқылы ағзаны бейімдеу.
4. Ойын және жарыс әдістері – спорттық ойындар мен жарыстар арқылы төзімділікті арттыру, командалық рухты дамыту.

Бұл әдістер студенттің жеке дайындығы мен физикалық деңгейіне қарай бейімделуі тиіс. Циклдік жаттығулар тек физикалық көрсеткіштерді жақсартумен шектелмейді, олар студенттің жеке тұлғалық қасиеттерін де дамытады:

- тәртіп пен жауапкершілік;
- мақсатқа жету табандылығы;
- уақытты жоспарлау;
- командада жұмыс істеу қабілеті.

Сонымен қатар, бұл спорт түрлері экологиялық мәдениетті арттыруға ықпал етеді. Мысалы, велоспорт немесе жүгіру табиғи ортада өтетіндіктен, жастардың табиғатқа деген құрмет сезімін қалыптастырады.

Қазіргі таңда төзімділікті дамыту процесін тиімді бақылауға мүмкіндік беретін смарт-трекерлер, пульсометрлер, мобильді қосымшалар кеңінен қолданылады. Бұл құрылғылар студентке өз жүрек соғу жиілігін, калория шығынын, жаттығу ұзақтығын және қалпына келу уақытын бақылауға мүмкіндік береді. Мұндай кері байланыс спорттық жаттығуды ғылыми тұрғыда жоспарлауға және шамадан тыс жүктемеден сақтануға көмектеседі. Мысалы, Garmin немесе Polar фитнес-құрылғылары студенттің жеке «төзімділік профилін» жасап, апта сайынғы жетістіктерін есептейді.

Циклдік спорт түрлерін оқу процесіне енгізу барысында келесі мәселелер туындауы мүмкін:

- материалдық базаның жеткіліксіздігі (жүзу бассейні, велотренажерлердің болмауы);
- кей студенттердің мотивациясының төмендігі;
- сабақ кестесінің тығыздығы.

Бұл проблемаларды шешу үшін:

1. Университеттерде дене шынықтыру инфрақұрылымын жаңарту қажет;
2. Фитнес клубтармен және спорттық ұйымдармен әріптестік орнату тиімді;
3. Марафондар мен спорттық челленджер арқылы студенттердің қызығушылығын арттыру ұсынылады [3].

Циклдік спорт түрлері студенттердің физикалық және психологиялық төзімділігін дамытуда шешуші рөл атқарады. Олар ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін арттырып қана қоймай, мінез-құлық тұрақтылығын, ерік-жігерді және өмірлік белсенділікті қалыптастырады.

Жүйелі түрде жүгіру, жүзу, велоспорт немесе шаңғы спортымен айналысатын студенттерде оқу қабілеті жоғары, стресске төзімділік дамыған және салауатты өмір салты орныққан.

Сондықтан жоғары оқу орындарының дене тәрбиесі бағдарламасында циклдік спорт түрлерін негізгі бағыттардың бірі ретінде дамыту – заманауи білім берудің стратегиялық мақсаты болуы тиіс.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбілдаев Н. «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі», Алматы, 2022.
2. Сәрсенбаев Е. «Студенттердің төзімділігін дамытудағы жүгіру жаттығуларының әсері», *Спорт және қоғам*, №4, 2023.
3. ҚР БҒМ. ЖОО-да дене тәрбиесі пәнін оқытудың жаңартылған стандарты, Астана, 2023.

УДК 372.016.796

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ. МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ

Абдухалилова Ш.А., Дадаева М.А., Нам В.Е.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада фитнес-технологияларды қолдану арқылы студенттердің физикалық қасиеттерін дамытудағы инновациялық тәсілдер қарастырылады. Цифрлық құралдарды пайдаланудың әдістемесі мен олардың мотивацияны және дене дайындығын арттырудағы педагогикалық әсері сипатталады.

The article examines innovative approaches to developing students' physical qualities through fitness technologies. The methodology of using digital tools and their pedagogical effect—enhancing motivation and physical fitness—are described.

Современная система физического воспитания в вузе ориентирована на повышение активности, укрепление здоровья и формирование у студентов устойчивой мотивации к занятиям физической культурой. Одним из наиболее эффективных средств решения этих задач является фитнес, который сочетает физическую нагрузку с эмоциональной привлекательностью и индивидуализацией занятий.

Фитнес как педагогическая технология способствует гармоничному развитию физических качеств и формированию у студентов потребности в здоровом образе жизни. Фитнес-технологии в образовательном процессе — это совокупность организационно-методических средств и форм практических занятий, направленных на развитие физических качеств с использованием современных подходов:

- аэробные программы (степ-аэробика, функциональная аэробика, зумба);
- силовой фитнес (фитбол-тренинг, тренировки с гантелями, эспандерами, резиновыми петлями);
- пилатес и стретчинг — развитие гибкости и координации;

-интервальные и круговые тренировки — повышение выносливости и общей физической подготовленности.

Регулярное включение таких форм в учебный процесс повышает уровень двигательной активности, развивает осанку, дыхательную систему, укрепляет опорно-двигательный аппарат и улучшает психоэмоциональное состояние студентов. В данной статье мы рассматривали методику организации фитнес-занятий в вузе. Цель методики — развитие основных физических качеств студентов средствами фитнеса, формирование устойчивой привычки к регулярной двигательной активности. Задачи для решения вопроса повышения общей физической подготовленности и выносливости, развитие гибкости, координации и силы. Формирование положительного эмоционального отношения к занятиям. Одним из ключевых условий успешного физического воспитания студентов является создание положительной эмоциональной мотивации к занятиям. Без внутреннего интереса, ощущения удовольствия от движения и уверенности в своих силах невозможно добиться устойчивых результатов в развитии физических качеств и сохранении здоровья. Положительное эмоциональное отношение к занятиям фитнесом формируется за счёт комплекса педагогических, психологических и организационных факторов, среди которых ведущую роль играют разнообразие и привлекательность упражнений. Включение в занятия элементов танцевальных направлений, фитнес-игр, функциональных комплексов, работы в парах и мини-группах делает процесс более живым и эмоциональным. Правильно подобранная музыка способствует улучшению настроения, ритмичности движений и эмоциональной разрядке. Музыкальные треки с темпом 120–140 ударов в минуту оптимальны для аэробных и функциональных программ [1]. Преподаватель должен демонстрировать позитивный настрой, поддерживать студентов, отмечать даже небольшие достижения. Это способствует формированию уверенности и снижает тревожность. Постановка достижимых целей и видимый прогресс. Регулярная фиксация улучшений (повышение выносливости, улучшение гибкости, контроль веса) укрепляет веру студентов в собственные возможности. Занятия в коллективе способствуют эмоциональному подъёму, развитию соревновательности и сплочённости группы. Позитивная коммуникация и совместные фитнес-челленджи повышают интерес к занятиям. Эстетика движения и самовыражение, где фитнес-занятия позволяют студентам проявить индивидуальность через движения, координацию, пластичность и осознание собственного тела, что усиливает чувство удовлетворения. Положительные эмоции во время занятий активизируют работу центральной нервной системы, улучшают адаптационные процессы организма, ускоряют восстановление и способствуют закреплению двигательных навыков. Из этого следует, что эмоциональный компонент фитнес-занятий является неотъемлемой частью педагогического процесса, обеспечивающей устойчивую мотивацию, снижение утомляемости и повышение эффективности обучения [2].

Формирование навыков самоконтроля является важным педагогическим направлением при организации фитнес-занятий со студентами. Самоконтроль предполагает умение анализировать собственное физическое состояние, корректировать нагрузку, отслеживать динамику развития физических качеств. Использование дневников тренировок, фитнес-трекеров, мониторинга ЧСС и уровня самочувствия способствует повышению ответственности обучающихся за результат. Осознание пользы фитнес-тренировок формируется через разъяснение их влияния на здоровье, эмоциональное состояние, стрессоустойчивость и академическую работоспособность. Повышение внутренней мотивации приводит к устойчивой потребности в регулярной двигательной активности и формированию здорового образа жизни. Воспитание самоконтроля и развитие информированного отношения к физической активности усиливает педагогический эффект фитнес-технологий и способствует их долгосрочной эффективности.

Метод интервальных нагрузок — чередование интенсивных и умеренных упражнений для развития выносливости, метод круговой тренировки — выполнение упражнений по станциям с минимальными паузами, силовой метод — упражнения с весом тела, гантелями, фитболами и игровые формы фитнес-игры, парные упражнения, соревновательные элементы все это относится к средствам и методам фитнес тренировок [3].

Практические фитнес-занятия способствуют гармоничному развитию организма, повышению жизненного тонуса и снижению стрессовых нагрузок. При систематическом проведении занятий наблюдаются: улучшение общей и специальной выносливости, увеличение силы мышц и гибкости, нормализация массы тела и осанки, формирование уверенности, самоконтроля и дисциплины. Кроме того, фитнес способствует развитию социальных компетенций — умений взаимодействовать в группе, работать в парах, поддерживать командный дух. Анализ педагогических наблюдений показывает, что регулярные фитнес-занятия в вузе приводят к: повышению уровня физической подготовленности студентов на 15–25%, росту интереса к самостоятельным занятиям физической культурой, улучшению психологического самочувствия и адаптации к учебной нагрузке, повышению посещаемости и вовлечённости в учебный процесс.

Таким образом, фитнес не только укрепляет здоровье, но и выполняет воспитательную и мотивационную функцию, формируя у студентов культуру здоровья и ответственность за физическое состояние. Результаты педагогических экспериментов и наблюдений показывают, что использование фитнес-технологий в системе физического воспитания приводит к следующим эффектам: Повышение мотивации к занятиям за счёт интерактивности и персональной обратной связи. Рост физической подготовленности: улучшение показателей выносливости, силы, координации и гибкости. Формирование навыков самоконтроля и ответственности за собственное физическое состояние. Развитие цифровых компетенций, необходимых будущим специалистам для работы в современных условиях. Кроме того, использование

онлайн-платформ способствует социальной активности — проведение дистанционных челленджей, соревнований и групповых проектов усиливает командное взаимодействие и коммуникацию между студентами [4].

Современное высшее образование направлено не только на формирование профессиональных компетенций, но и на укрепление здоровья, развитие двигательной активности и формирование культуры здоровья студентов. Одним из наиболее эффективных направлений физического воспитания является использование фитнес-технологий, включающих цифровые платформы, интерактивные тренировки, мобильные приложения и фитнес-трекинг.

Эти средства позволяют сделать процесс физического воспитания более индивидуализированным, мотивирующим и результативным.

Фитнес-технологии представляют собой совокупность современных методик, технических средств и цифровых инструментов, направленных на развитие физических качеств и формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни. К основным видам фитнес-технологий относятся:

- мобильные приложения для самоконтроля физической активности (MyFitnessPal, Google Fit, Strava, Fitbit);

- онлайн-платформы с видеотренировками и программами развития физических качеств;

- виртуальные тренажёры и носимые устройства для мониторинга параметров организма;

- цифровые тесты и трекеры прогресса в образовательных LMS-системах.

Использование таких средств позволяет перейти от шаблонных тренировочных программ к персонализированному обучению, учитывающему уровень подготовленности, пол, возраст и интересы студентов. Использование фитнес-технологий в методике преподавания физической культуры открывает новые возможности для совершенствования учебного процесса. Они способствуют повышению эффективности занятий, индивидуализации физической нагрузки, а также формированию у студентов культуры здоровья и ответственности за физическое состояние. Педагогический эффект выражается в повышении уровня физической подготовленности, устойчивой мотивации и активном вовлечении студентов в самостоятельную физкультурно-оздоровительную деятельность [5].

Фитнес-технологии как практическое средство физического воспитания студентов являются эффективным направлением модернизации вузовских занятий. Они обеспечивают всестороннее развитие физических качеств, способствуют формированию устойчивой мотивации и положительного отношения к физической культуре. Систематическое применение фитнес-программ в учебном процессе обеспечивает выраженный педагогический эффект — повышение уровня физической подготовленности, развитие самодисциплины и формирование активной жизненной позиции.

Список используемой литературы

1. Ахметова Г.Б. Методика применения цифровых технологий в фитнес-образовании студентов. – Шымкент: Мирас, 2022. – 120 с.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – СПб.: Питер, 2018. – 256 с.
3. Крুцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. – Киев: Олимпийская литература, 2020. – 320 с.
4. Михайлова И.А. Фитнес-технологии как средство развития физических качеств студентов. // Вестник спортивной науки. – 2021. – №4. – С. 45–50.
5. Фролов В.А. Инновационные подходы к организации физического воспитания в вузе. – Москва: Академия, 2019. – 180 с.

УДК 759.41

СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗЦЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СНАРЯЖЕНИЯ И ЭКИПИРОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО

Абдыкул А.А., Нурмаганбет Б.Д., Әбдібек А.М.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада қазіргі заманғы әскери қызметшілердің жеке жарақтары мен жабдықтарының даму үрдістері мен технологиялық жетістіктері қарастырылады. Автор әскери снаряжение мен жабдықтардың жетілдірілуі, заманауи материалдар мен цифрлық технологиялардың енгізілуі арқылы жауынгердің қорғаныс деңгейі мен тиімділігін арттыру мәселелерін талдайды. Сонымен қатар, «ақылды» жүйелер мен жасанды интеллекттің тактикалық операциялардағы рөлін, сондай-ақ болашақтағы даму бағыттарын сипаттайды.

The article examines the development trends and technological advances in modern individual equipment and gear of military personnel. It analyzes how improvements in materials, design, and digital integration enhance soldier protection and operational efficiency. The study also explores the role of 'smart' systems, artificial intelligence, and augmented technologies in future combat and defense applications.

Современные вооружённые силы мира стремятся к повышению боеспособности, мобильности и защищённости каждого военнослужащего. Эволюция индивидуального снаряжения и экипировки напрямую отражает развитие технологий, науки и инженерных решений. Сегодня солдат уже не просто человек с оружием — это высокотехнологичный оператор, оснащённый системами защиты, связи, наблюдения и анализа информации. Развитие концепции «солдат будущего» стало ключевым направлением оборонных программ ведущих стран, где индивидуальная система.

Современные образцы индивидуального снаряжения включают бронежилеты, шлемы, тактическую одежду, обувь, средства связи, электронные устройства и модули защиты от химических и биологических воздействий. При их создании учитываются не только физическая защита, но и эргономика, температурная устойчивость, лёгкость, интеграция с информационными системами и энергоэффективность. Это обеспечивает баланс между комфортом, выносливостью и боевой готовностью военнослужащего.

Ключевое место в системе индивидуальной защиты занимает бронежилет. Его эволюция — пример того, как инновации в материалах преобразили защитные технологии. Современные модели изготавливаются из кевлара, углеродных волокон, полиэтилена сверхвысокой плотности и керамических вставок. Они выдерживают воздействие пуль и осколков, при этом значительно легче своих предшественников. В некоторых образцах используется адаптивная защита, изменяющая жёсткость в зависимости от силы удара [1].

Шлем современного солдата — это уже не просто элемент брони. Он представляет собой интеллектуальную платформу, объединяющую в себе функции защиты, связи и наблюдения. Современные каски оснащаются очками дополненной реальности, микрофонами с шумоподавлением, термокамерами, а также интерфейсом для обмена данными в реальном времени. Благодаря интеграции с системами искусственного интеллекта, шлем может отображать тактическую информацию — расположение союзников, маршрут передвижения, координаты целей и прогноз и т.д.

Важнейшей составляющей экипировки остаётся тактическая одежда. Новейшие разработки предусматривают использование многослойных тканей с нанопокрывтиями, устойчивых к влаге, жаре и холоду. Такие материалы позволяют поддерживать оптимальный микроклимат тела, снижая утомляемость бойца. Некоторые образцы оснащаются встроенными датчиками, отслеживающими пульс, температуру и уровень гидратации. В случае критического состояния информация мгновенно передаётся командованию или медицинским службам.

Современная военная обувь также претерпела значительные изменения. Использование противоскользящих подошв, терморегулирующих вставок и анатомических стелек делает длительные марши и боевые задачи менее утомительными. В некоторых моделях внедряются технологии автоматической подгонки по размеру и встроенные микрочипы для отслеживания местоположения. Инновационные материалы обеспечивают защиту от влаги, радиации и токсичных веществ, сохраняя при этом лёгкость и гибкость движений.

Особое внимание уделяется средствам связи и навигации. Интеллектуальные устройства, интегрированные в снаряжение, позволяют осуществлять координацию действий в реальном времени. GPS-модули, радиостанции, мини-компьютеры и системы шифрования обеспечивают надёжную передачу данных даже в условиях радиоэлектронной борьбы. Развитие технологий позволяет объединить всех военнослужащих подразделения в единую информационную сеть, где каждый солдат становится активным элементом тактической системы [2].

Важным направлением стала интеграция искусственного интеллекта и технологий дополненной реальности в экипировку. Наиболее передовые модели военной формы уже оснащаются микропроцессорами, которые анализируют окружающую обстановку, предупреждают об угрозах и

оптимизируют действия бойца. Например, система Smart Combat Suit способна оценивать уровень радиации, химического заражения или дефицита кислорода и автоматически активировать средства защиты. В перспективе такие костюмы смогут адаптироваться к типу угрозы.

Не менее важной частью индивидуального снаряжения являются средства защиты от химических, биологических и радиационных воздействий. Новейшие модели противогазов оснащаются интеллектуальными фильтрами, реагирующими на состав воздуха. Современные защитные костюмы создаются на основе наноматериалов, обеспечивающих барьер от токсичных веществ при сохранении подвижности и вентиляции. Такие технологии особенно востребованы при выполнении миротворческих или спасательных операций в зонах техногенных катастроф.

Технологические достижения коснулись и оружейных систем. Современные образцы стрелкового оружия включают интеллектуальные прицелы, стабилизаторы отдачи и системы распознавания целей. Интеграция с экипировкой позволяет бойцу получать информацию об остатке боеприпасов, местоположении противника и погодных условиях. Всё это повышает точность, скорость реакции и эффективность огня. В будущем ожидается появление полностью синхронизированных систем, где оружие, броня и электронные устройства будут работать.

Развитие концепции «умного солдата» (Smart Soldier) демонстрирует стремление объединить физическую и цифровую составляющие военной деятельности. Этот подход включает создание экосистемы, в которой каждый элемент экипировки связан между собой через единую платформу управления. Такой комплекс может включать шлем с дополненной реальностью, бронежилет с мониторингом физиологических показателей, встроенные сенсоры положения тела и даже адаптивные элементы формы [3].

Однако вместе с очевидными преимуществами возникают и вызовы. Применение высокотехнологичного снаряжения требует серьёзной подготовки личного состава, надёжного технического обслуживания и защиты от киберугроз. Чем больше цифровых компонентов в экипировке, тем выше риск взлома, перехвата данных или радиопомех. Кроме того, высокая стоимость оборудования ограничивает возможность массового внедрения подобных систем, особенно в развивающихся странах.

Перспективы развития индивидуального снаряжения связаны с использованием искусственного интеллекта, биотехнологий и квантовых коммуникаций. Уже сегодня проводятся эксперименты с костюмами, способными восстанавливать энергию движений бойца, интеллектуальными тканями, регулирующими температуру тела, и нанороботами, участвующими в заживлении ран. Появление экзоскелетов нового поколения, оснащённых ИИ и датчиками усилия, позволит значительно повысить физическую силу и выносливость военнослужащего, делая его безопаснее.

В заключение можно отметить, что современное индивидуальное снаряжение военнослужащего — это результат синергии науки, технологий и

стратегического мышления. Оно обеспечивает бойцу не только защиту, но и интеллектуальную поддержку, превращая его в часть цифровой оборонной системы.

В будущем развитие таких технологий станет ключевым элементом оборонной стратегии любого государства, где эффективность армии будет определяться не только численностью, но и технологическим превосходством каждого солдата.

Литература

1. Сидоров А. П. Современные технологии военной экипировки. — Москва: Воениздат, 2022.
2. Петров И. Г. Эволюция индивидуальных средств защиты военнослужащего. — Санкт-Петербург: Политехника, 2023.
3. NATO Science and Technology Organization. Future Soldier Concept Report. — Brussels, 2023.

УДК 759.41

РАЗВИТИЕ СРЕДСТВ ЗАЩИТЫ И МАСКИРОВКИ В СОВРЕМЕННЫХ БОЕВЫХ УСЛОВИЯХ

Абенов Б.Н., Халмирзаев А.П., Әбдіқадыр Б.А.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада қазіргі заманғы әскери қақтығыстар жағдайында қорғаныс пен маскировка құралдарының дамуы мен олардың эволюциялық бағыттары қарастырылады. Зерттеу барысында физикалық және электрондық қорғаныс жүйелерінің интеграциясы, сондай-ақ жасырыну мен дезинформацияның жаңа технологиялары талданады. Автор заманауи материалдар мен адаптивті камуфляж жүйелерінің маңызын атап өтеді, олар жаудың көп арналы барлау жүйелерінен қорғануды қамтамасыз етеді. Мақала соңында кешенді қорғаныс тұжырымдамасы мен болашақтағы инновациялық бағыттар жөнінде қорытынды жасалады.

The article explores the development and evolution of protection and camouflage technologies in modern combat conditions. The research analyzes the integration of physical and electronic defense systems as well as new methods of concealment and disinformation. Special attention is paid to adaptive camouflage technologies and advanced materials ensuring protection from multi-spectral reconnaissance systems. The article concludes by highlighting the concept of integrated defense and discussing future innovative directions in military camouflage and protection.

Современные боевые действия характеризуются высокой скоростью информационного обмена, использованием беспилотных летательных аппаратов, тепловизионных и радиолокационных систем наблюдения, что предъявляет новые требования к средствам защиты и маскировки. Если в прошлом ключевую роль играла физическая защита — броня, шлемы, укрепленные позиции, — то сегодня на первый план выходит концепция информационно-адаптивной защиты, включающая не только физическую, но и визуальную, тепловую, акустическую и электронную незаметность.

Эволюция средств маскировки и защиты отражает технологический прогресс военного дела. Развитие спутниковой разведки, дронов, тепловизоров и систем ИИ-распознавания объектов поставило задачу комплексного подхода к скрытию и выживанию. Новые угрозы требуют не только прочности, но и способности изменять характеристики в зависимости от окружающей среды. Поэтому современные разработки ориентированы на динамическую адаптацию и интеграцию систем защиты с цифровыми технологиями.

Исторически средства защиты развивались параллельно с вооружением. Рост мощности оружия всегда стимулировал улучшение индивидуальных и коллективных защитных систем. Если в XX веке основной упор делался на прочность материалов как сталь, кевлар, титановые сплавы, — то XXI век характеризуется переходом к интеллектуальным системам защиты, способным анализировать угрозы и реагировать на них автоматически [1].

Современные композитные материалы, используемые в бронежилетах и бронетехнике, обладают не только повышенной прочностью, но и способностью гасить кинетическую энергию.

Появились наноструктурированные покрытия, которые способны изменять температуру поверхности, снижая вероятность обнаружения в инфракрасном диапазоне. В перспективе ведутся исследования в области метаматериалов, обеспечивающих управление отражением радиоволн — то есть создание «невидимых» поверхностей для радаров.

Активная защита также становится ключевым направлением. Современные танки, бронетранспортёры и даже индивидуальные комплексы экипировки оснащаются сенсорными системами, которые могут автоматически реагировать на приближающийся снаряд, создавая защитное поле или активируя контрмеры. Таким образом, средства защиты становятся элементом сетевой обороны, работающей в реальном времени.

Маскировка — это не только скрытие от глаза наблюдателя, но и противодействие техническим средствам разведки. В условиях, когда противник использует многоспектральные датчики, маскировка должна учитывать все диапазоны: визуальный, инфракрасный, ультрафиолетовый, радиолокационный и акустический.

Современные технологии маскировки включают использование гибких адаптивных тканей, которые способны изменять цвет и фактуру под воздействием электрического сигнала или температуры. Такие материалы разрабатываются на основе жидкокристаллических и полимерных структур, позволяющих бойцу сливаться с окружением в режиме реального времени.

Кроме того, важную роль играет цифровая маскировка. Это сочетание реальных и виртуальных методов, когда информация о положении подразделений и техники намеренно искажается или подменяется. Использование ложных сигналов, фальшивых тепловых пятен и радиопомех помогает скрывать истинные цели даже от искусственных систем наблюдения.

Современное поле боя всё больше зависит от электронных и кибернетических технологий. Поэтому важнейшим направлением защиты стала

радиоэлектронная борьба (РЭБ). Средства РЭБ позволяют не только блокировать сигналы противника, но и защищать собственные коммуникации. Это своего рода «маскировка в эфире», обеспечивающая невидимость в информационном пространстве [2].

Беспилотные летательные аппараты, системы спутниковой навигации и связи создают плотную сетевую структуру, где каждая единица техники становится источником сигнала. Чтобы избежать отслеживания, применяются технологии электронного подавления и динамического перенаправления каналов связи, позволяющие дезориентировать противника.

В дополнение к этому развиваются системы информационной дезинформации, направленные на создание ложных цифровых следов. В эпоху, когда данные анализируются алгоритмами машинного обучения, важно не только скрыться физически, но и управлять своим «цифровым образом», вводя аналитические системы противника в заблуждение.

Современные конфликты всё чаще происходят в урбанизированной среде, где классическая маскировка теряет эффективность. В таких условиях требуются адаптивные решения, позволяющие сочетать физическую и визуальную незаметность. Применяются гибридные маскировочные комплексы, включающие текстильные покрытия, изменяющие отражательные свойства, и лёгкие конструкции, имитирующие городскую архитектуру.

В природных условиях акцент делается на биомиметике — подражании структурам живой природы. Природные формы и узоры, такие как поверхность листьев или чешуя животных, становятся прототипами новых маскировочных материалов. Важно, что биомиметические структуры не только эффективно рассеивают свет, но и обеспечивают терморегуляцию, снижая инфракрасную заметность.

Особое внимание уделяется маскировке техники. Новейшие танки, БТР и беспилотные платформы покрываются многофункциональными слоями, сочетающими термостойкость, влагозащиту и низкую радиолокационную отражательную способность. Используются углеродные нанотрубки и гибридные полимеры, позволяющие существенно уменьшить видимость на радаре и в тепловом спектре.

Будущее средств защиты и маскировки связано с интеграцией технологий. Ведётся работа по созданию единой цифровой экосистемы, в которой броня, датчики, маскировочные покрытия и коммуникационные устройства работают как единый организм. Такой подход позволит автоматически адаптировать защиту в зависимости от угрозы, среды и задач миссии.

Перспективными направлениями считаются:

- метаматериалы нового поколения, способные полностью поглощать радиоволны;
- умные ткани, подключённые к микропроцессорам, анализирующим окружающую среду;
- самовосстанавливающиеся покрытия, которые после повреждения восстанавливают структуру под действием тепла или света;

- голографическая маскировка, создающая иллюзию пустого пространства или ложных целей.

Интеграция искусственного интеллекта позволит формировать адаптивные решения в реальном времени, анализируя данные сенсоров и прогнозируя направление атаки. Таким образом, защита становится не просто пассивной оболочкой, а активным участником боевой системы [3].

Развитие средств защиты и маскировки в современных боевых условиях демонстрирует переход от пассивных решений к интеллектуальным, сетевым и многомерным системам. В современных войнах выживание определяется не только физической прочностью, но и способностью оставаться невидимым в цифровом пространстве.

Технологический прогресс делает маскировку искусством управления информацией и энергией. Современные защитные комплексы объединяют в себе материалы, сенсоры, алгоритмы и искусственный интеллект, формируя новый уровень военной эффективности. Будущее принадлежит интегрированным адаптивным системам, способным защищать бойца и технику во всех спектрах — от видимого света до киберпространства.

Список литературы

1. Иванов С. П. «Современные технологии защиты в военном деле». — Москва: Воениздат, 2021.
2. Корнеев Д. Л. «Радиоэлектронная борьба XXI века». — Санкт-Петербург: Политехника, 2020.
3. U.S. Army Research Lab. Stealth and Signature Management Technologies. — Washington, 2023.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫ АРҚЫЛЫ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫ ТӘРБИЕЛЕУ

Абылайхан Әділбек Ғалымжанұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Мақалада дене жаттығуларының адамның мінез-құлқын қалыптастырудағы тәрбиелік рөлі қарастырылады. Автор дене белсенділігінің жеке тұлғаның ерік-жігерін, жауапкершілігін және өзін-өзі бақылау қабілетін дамытудағы маңызын талдайды. Сондай-ақ дене тәрбиесі мен спорт арқылы адамгершілік, тәртіп, табандылық сияқты қасиеттердің қалыптасуы мысалдармен түсіндіріледі.

This article examines the educational role of physical exercises in shaping human behavior. The author analyzes the importance of physical activity in developing a person's willpower, responsibility, and self-control. It also explains how moral values, discipline, and perseverance are cultivated through physical education and sports.

Қазіргі қоғамда дене тәрбиесі мен спорт тек денсаулықты нығайтудың құралы ғана емес, сонымен қатар тұлғаның рухани және моральдық сапаларын қалыптастырудың маңызды тетігіне айналды. Адамның мінез-құлқы — оның

өмірлік ұстанымын, адамгершілік деңгейін, ерік-жігерін және әлеуметтік бейімделу қабілетін айқындайтын негізгі көрсеткіштердің бірі.

Дене жаттығулары арқылы мінез-құлықты тәрбиелеу – педагогикалық және психологиялық тұрғыдан күрделі, бірақ аса маңызды үдеріс. Жаттығу кезінде адам өз мүмкіндігін сынайды, қиындықты жеңуді үйренеді, тәртіп пен жауапкершілікті меңгереді. Бұл қасиеттер оның жалпы өмірлік көзқарасына, еңбекте және қоғамдағы мінез-құлқына тікелей әсер етеді.

1. Дене жаттығулары және тұлғаның дамуы.

Дене жаттығулары – адамның ағзасына бағытталған жүйелі қозғалыс әрекеттері жиынтығы. Ол тек физикалық денсаулықты нығайтып қана қоймай, психикалық және моральдық дамуға да ықпал етеді.

Тұрақты түрде жаттығумен айналысқан адам өз денесін ғана емес, мінезін де шыңдайды. Жаттығу барысында адамда төмендегідей қасиеттер қалыптасады [1].

Тәртіп пен жүйелілік. Дене шынықтыру тұрақты түрде қайталанатын жаттығуларды, уақытты дұрыс пайдалануды талап етеді. Бұл адамның өзін-өзі ұйымдастыра білу қабілетін дамытады.

Ерік-жігер мен табандылық. Жаттығу кезінде физикалық шаршау мен қиындықтарды жеңу адамды рухани тұрғыда шыңдайды.

Мақсат қоя білу және оған жету. Спортта әрбір жаттығудың өз мақсаты бар. Осы мақсатқа жету жолындағы еңбек пен төзімділік мінездің беріктігін арттырады.

Жауапкершілік пен өз-өзіне сенім. Үнемі жаттығу жасап жүрген адам өз денсаулығына және өмір салтына жауапкершілікпен қарайды.

2. Мінез-құлықтың тәрбиелік аспектілері.

Мінез-құлық – адамның сыртқы ортаға, адамдарға, еңбекке және өзіне деген қарым-қатынасының көрінісі. Оны тәрбиелеуде физикалық белсенділіктің орны ерекше. Себебі жаттығу процесі – бұл тәртіп пен ұйымдасқандықты талап ететін жүйе.

Мысалы, командалық спорт түрлері – футбол, волейбол, баскетбол сияқты ойындар ұжымдық жауапкершілікті, өзара құрметті, әділдікті дамытады. Ал жеке спорт түрлері – жеңіл атлетика, жүзу, гимнастика – жеке жауапкершілік пен өзіндік бақылауды қалыптастырады [2].

Дене жаттығулары кезінде адам көптеген психологиялық жағдайларды бастан кешіреді: жеңіс қуанышы, жеңіліс күйзелісі, бәсекелестік, ынтымақтастық. Осындай тәжірибелер мінездің икемділігін, эмоционалды тұрақтылығын дамытады.

3. Дене тәрбиесі арқылы ерік-жігер мен өзін-өзі бақылауды дамыту.

Ерік-жігер – мінездің өзегі. Ол адамның мақсатқа жету жолындағы табандылығын, кедергілерге қарсы тұру қабілетін сипаттайды. Дене жаттығулары ерік-жігерді дамытудың ең тиімді тәсілдерінің бірі болып табылады.

Мысалы, ұзақ қашықтыққа жүгіру кезінде адам физикалық шаршауды жеңіп, өзін жеңуге тырысады. Бұл процестің мәні – тек денені емес, ерікті де

шынықтыру. Сол сияқты спорттық жарыстарға дайындық барысында адам өз уақытын тиімді жоспарлауға, эмоциясын бақылауға, жауапкершілікпен әрекет етуге үйренеді.

Өзін-өзі бақылау да – мінез-құлық мәдениетінің маңызды бөлігі. Жаттығулар кезінде спортшы өз мүмкіндігін білуі, күшін дұрыс бөлуі және ережені сақтауы қажет. Бұл дағды өмірдің басқа салаларында да пайдалы: оқу, еңбек, отбасылық қарым-қатынас, қоғамдық қызмет сияқты бағыттарда адам өз әрекетін реттей алады.

4. Спорттық тәрбие және адамгершілік құндылықтар.

Дене жаттығулары мен спорттық іс-әрекеттер адамгершілік қасиеттердің қалыптасуына ықпал етеді. Спорт тек жеңіске жету емес, ол – әділдік, достық, сыйластық пен өзара көмек мектебі.

Командалық ойындарда әрбір қатысушы өз ұжымының жетістігі үшін жауап береді. Мұндай ортада сенім, бірлік және өзара құрмет сезімі дамиды. Бұл қасиеттер кейін қоғамда да адамның мінез-құлқының тұрақты элементіне айналады [3].

Жарыс кезінде спортшы қарсыласына құрметпен қарауды, ережені бұзбауды, жеңісті де, жеңілісті де абыроймен қабылдауды үйренеді. Бұл – нағыз мәдени мінездің көрінісі.

Сондықтан дене тәрбиесі сабақтары тек физикалық дамуға ғана емес, сонымен қатар тұлғаның моральдық қалыптасуына бағытталуы тиіс.

5. Педагогикалық тұрғыдан дене жаттығуларының тәрбиелік мүмкіндіктері.

Мектеп пен колледждегі дене тәрбиесі сабақтары – тұлғаның мінез-құлқын қалыптастырудың негізгі педагогикалық құралы. Мұғалімнің басты міндеті – әр оқушының физикалық мүмкіндігін ескеріп, жаттығу процесін жүйелі және қызықты етіп ұйымдастыру.

Педагог дене жаттығулары арқылы оқушыларды төмендегідей бағыттарда тәрбиелей алады:

-Мақсатқа бағытталғандық. Әр жаттығуға нақты мақсат қою арқылы балаларды жоспар құруға үйрету.

-Тәртіп пен өз-өзіне сенім. Сабақ уақытында ережені сақтау, тапсырманы орындау арқылы жауапкершілік сезімін арттыру.

-Ұжымшылдық және өзара көмек. Топтық ойындар арқылы бірлесіп әрекет ету, жолдасына қолдау көрсету.

-Әділдік және адамгершілік. Жарыс кезінде қарсыласқа құрметпен қарау, адалдық пен ізеттілікке тәрбиелеу.

Осындай бағыттарда ұйымдастырылған жаттығулар арқылы оқушыларда тұрақты мінез-құлық дағдылары қалыптасады.

6. Дене жаттығуларының психологиялық әсері.

Психологиялық тұрғыдан дене жаттығулары адамның ішкі тепе-теңдігін сақтауға көмектеседі. Қозғалыс белсенділігі ми қызметін жақсартады, көңіл-күйді көтереді және күйзеліс деңгейін төмендетеді.

Жаттығу кезінде адамда дофамин мен эндорфин секілді «қуаныш гормондары» бөлінеді, бұл оның эмоционалдық тұрақтылығын арттырады. Тұрақты түрде спортпен айналысатын адамдар сабырлы, сенімді және позитивті болады [4].

Сондай-ақ жаттығу адамды өзін және өз эмоциясын түсінуге, басқаруға үйретеді. Бұл қабілет – мінез-құлық мәдениетінің ең маңызды элементтерінің бірі.

Қорыта келгенде, дене жаттығулары адамның мінез-құлқын тәрбиелеудің ең тиімді және табиғи жолдарының бірі болып табылады. Спорт пен дене белсенділігі арқылы тұлға тек денесін емес, рухын да шыңдайды.

Жаттығу процесі адамды табандылыққа, шыдамдылыққа, жауапкершілікке және өз-өзіне сенімге баулиды. Сонымен бірге, спорт адамгершілік құндылықтарды – әділдік, сыйластық, достық пен өзара көмекті қалыптастырады.

Сондықтан дене тәрбиесі мен спорт сабақтарын тек физикалық дамудың құралы емес, мінез-құлық пен рухани мәдениетті қалыптастырудың маңызды педагогикалық құралдарының бірі ретінде қарастыру қажет.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қ. Қожабеков. Дене тәрбиесі және спорт педагогикасы. – Алматы, 2022.
2. ҚР Білім және ғылым министрлігі. Дене шынықтыру бағдарламасы. – Нұр-Сұлтан, 2023.
3. Әбілқасымов А. Спорт және тұлға дамуы. – Алматы, 2021.
4. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының дене белсенділігі жөніндегі ұсынымдары, 2020.

ОӘЖ 74.200.58

ӘСКЕРИ ТӘРТІП ПЕН ЖАУАПКЕРШІЛІКТІ ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ МҰҒАЛІМНІҢ РӨЛІ

Азатбеков З.З., Аманбек Б.Н., Таукеш А.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается роль учителя в формировании воинской дисциплины и ответственности, а также его воспитательное влияние на учащихся. Автор подчеркивает ведущую роль преподавателя начальной военной подготовки в учебном процессе и анализирует его деятельность по формированию у учащихся дисциплинированности, аккуратности, ответственности и патриотизма.

В работе раскрывается значение профессионального мастерства, личного примера и педагогической культуры учителя. Описывается эффективность использования интерактивных методов, коллективных форм работы и мотивационных подходов в укреплении воинской дисциплины и повышении ответственности учащихся.

The article examines the role of the teacher in fostering military discipline and responsibility, as well as their educational influence on students. The author highlights the leading role of the “Initial Military Training” instructor in the learning process and analyzes their contribution to developing students’ discipline, accuracy, responsibility, and patriotism.

The paper emphasizes the importance of the teacher's professional skills, personal example, and pedagogical culture. It also discusses the effectiveness of using interactive teaching methods, collective activities, and motivational approaches to strengthen military discipline and responsibility among students.

According to the author, the teacher is not only an educator but also a mentor who shapes students' civic values, sense of duty, and readiness to defend their homeland.

Қазіргі кезеңде Қазақстан қоғамы жас ұрпақты елжандылыққа, тәртіп пен жауапкершілікке баулу міндетін білім беру жүйесі арқылы жүзеге асыруда. Осы тұрғыда «Алғашқы әскери дайындық» (ӘӘД) пәнінің маңызы ерекше. Бұл пән оқушылардың азаматтық сана-сезімін қалыптастырумен қатар, әскери-қорғаныс саласында білім мен дағдыны меңгеруге бағытталған. Әскери тәртіп пен жауапкершілік – кез келген әскери құрылымның негізі, ал оны мектеп қабырғасынан қалыптастыруда мұғалімнің рөлі шешуші болып табылады. Мұғалім тек пән мазмұнын түсіндіруші емес, сонымен бірге оқушыларға үлгі болатын тұлға, тәртіп пен тәрбие иесі.

Әскери тәртіп пен жауапкершілік ұғымы [1].

Әскери тәртіп – бұл ұжымдағы әрбір адамның белгіленген ережелерді, бұйрықтарды және міндеттерді бұлжытпай орындауын қамтамасыз ететін мінез-құлық жүйесі. Ол ұйымшылдықты, тәртіптілікті және өз ісіне адалдықты талап етеді.

Ал жауапкершілік – адамның өз әрекетіне, шешіміне және нәтижесіне жауап беру қабілеті. Әскери тәртіп пен жауапкершілік бір-бірімен тығыз байланысты: тәртіпсіз жауапкершілік болмайды, ал жауапкершіліксіз тәртіп формальді сипатқа ие болады.

Мектеп жағдайында бұл ұғымдарды қалыптастырудың басты мақсаты – жасөспірімдерді Отан алдындағы борышын түсінетін, өз ісіне жауапты, тәртіпті азамат ретінде тәрбиелеу.

Мұғалімнің рөлі және педагогикалық шеберлігі

Алғашқы әскери дайындық пәні мұғалімі – бұл тек сабақ беруші емес, оқушыларды әскери рухта тәрбиелеуші, тәртіп пен жауапкершілік мәдениетін қалыптастырушы тұлға. Мұғалімнің кәсіби рөлі төмендегі бағыттарда айқындалады:

-Үлгі болу және жеке мінез-құлық мәдениеті. Мұғалімнің киім киісі, сөйлесу мәнері, уақытты бағалауы, өз міндетіне деген адалдығы – оқушыларға тікелей әсер етеді. «Тәртіп – тәрбиешіден басталады» қағидасын ұстанған ұстаз өз әрекеті арқылы оқушыларды ұйымшылдыққа, жинақылыққа және дәлдікке баулиды.

-Тәртіп мәдениетін сабақта қалыптастыру

ӘӘД сабақтарында саптық тұру, бұйрық орындау, әскери сәлемдесу, уақытқа бағыну, құрал-жабдықты күтіп ұстау – бәрі оқушыда нақты тәртіп дағдысын қалыптастырады. Мұғалім бұл үдерісті тек бақылаушы ретінде емес, оқушылармен бірге орындаушы және бағыттаушы ретінде жүргізуі тиіс.

-Жауапкершілікті дамытуға ықпал ету

Мұғалім оқушыларға өзіне тапсырылған міндетті дер кезінде және сапалы орындаудың маңызын түсіндіруі керек. Әр оқушы өз әрекетінің ұжымға әсерін сезінгенде ғана шынайы жауапкершілік қалыптасады. Бұл үшін мұғалім жеке және топтық тапсырмалар жүйесін тиімді ұйымдастырады (мысалы, взвод командирі, топ басшысы, саптағы жетекші тағайындау) [2].

-Патриоттық сезімді ояту

Әскери тәртіп пен жауапкершіліктің түпкі мәні – Отанға адалдық пен сүйіспеншілік. Мұғалім бұл қасиеттерді тек әскери жаттығулар арқылы емес, тарихи оқиғалар мен батырлар өмірін мысалға ала отырып қалыптастырады. Сабақтарда Б.Момышұлы, Қ.Қайсенов, Ә.Нұршайықов сияқты қаһармандардың ерліктерін талқылау оқушылардың рухани дүниесін байытады.

Әскери тәртіп пен жауапкершілікті қалыптастыру әдістері

Мұғалім өз тәжірибесінде түрлі педагогикалық және практикалық әдістерді қолдану арқылы тәрбиелік ықпалды күшейте алады. Солардың негізгілері мыналар:

-Тәртіпке баулу арқылы үйрету әдісі. Сабақтың әр сәтінде нақты ереже сақтату (мысалы, формада болу, бұйрыққа тез жауап беру, сапқа дұрыс тұру) оқушыларды әскери өмірге бейімдейді.

-Интерактивті жаттығулар мен рөлдік ойындар. Әскери жағдайды модельдеу арқылы оқушылар нақты шешім қабылдауға, топтың қауіпсіздігі үшін жауапкершілік алуға үйренеді. Мысалы, «Қорғаныс бекінісін ұйымдастыру», «Жаралы сарбазға көмек көрсету» сияқты тапсырмалар.

-Пікірталас және рефлексия әдісі.

Сабақ соңында «Тәртіпсіз ұжым бола ма?», «Әскери борышты орындау неліктен қасиетті міндет?» деген сұрақтар төңірегінде пікірталас ұйымдастыру оқушылардың ой-санасын жетілдіреді.

Мадақтау және өзін-өзі бағалау әдісі. Жауапкершілік пен тәртіпті сақтау көрсеткіштерін анықтап, үздік оқушыларды марапаттау арқылы тәртіп мәдениеті күшейеді.

Топтық бірлік пен ынтымақтастық атмосферасын қалыптастыру. Оқушыларды взвод, бөлімше түрінде ұйымдастырып, бір мақсатқа жұмылдыру – тәртіп пен жауапкершілікті табиғи жолмен дамытады.

Мұғалімнің кәсіби және моральдық жауапкершілігі

ӘӘД пәні мұғалімі — жас ұрпақтың бойында құндылықты бағдар мен азаматтық борыш сезімін қалыптастыратын тұлға. Ол өз қызметінде тек білім берумен шектелмей, тәрбие процесін басқарушы, кеңесші және үлгі ретінде көрінеді.

Мұғалімнің кәсіби жауапкершілігі мына бағыттарда көрінеді:

-Сабақ барысында қауіпсіздік ережелерін сақтау және оқушылардың денсаулығын қорғау;

-Оқушылардың психологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, жеке тәсіл қолдану;

-Тәртіптілік пен өзін-өзі бақылау мәдениетін насихаттау;

-Әскери этика мен әдеп нормаларын ұстану [3].

Ал моральдық жауапкершілік – мұғалімнің оқушылар алдында өз әрекетімен, сөзімен, адамгершілік бейнесімен үлгі болуында. Себебі тәртіпке баулу тек бұйрық арқылы емес, жеке өнеге арқылы жүзеге асады.

5. Мұғалім мен ата-ананың бірлескен жұмысының маңызы

Әскери тәртіп пен жауапкершілікті тек мектеп қабырғасында қалыптастыру жеткіліксіз. Бұл – отбасы мен мектептің бірлескен тәрбиелік жұмысының нәтижесі.

Мұғалім ата-аналармен үнемі байланыста болып, бала бойындағы мінез-құлық ерекшеліктерін талқылап отыруы қажет. Ата-аналарға баланың мектептегі тәртібі мен жетістігі туралы жүйелі түрде хабар беру, үйде де әскери-ұйымшыл тәртіпті сақтау дағдысын қалыптастыру – тәрбиелік нәтижені арттырады [4].

Әскери тәртіп пен жауапкершілікті қалыптастыру – жас ұрпақты елін сүйетін, өз міндетін орындай алатын, батыл әрі саналы азамат ретінде тәрбиелеудің басты тетігі. Бұл үдерістің табысты болуы – ең алдымен мұғалімнің тұлғалық және кәсіби бейнесіне, оның педагогикалық шеберлігі мен адамгершілік ұстанымына байланысты [5].

Алғашқы әскери дайындық пәні мұғалімі тәртіп пен жауапкершіліктің үлгісі бола отырып, жас буынды Отан қорғау ісінің қадірін түсінетін, өз борышына адал ұлтжанды азамат етіп тәрбиелеуге үлкен үлес қосады. Сондықтан бүгінгі таңда ӘӘД мұғалімінің кәсіби беделі мен патриоттық рухын арттыру – ел қауіпсіздігін қамтамасыз етудің рухани негізі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңы.
2. Қазақстан Республикасының Қарулы Күштері жарғылары. – Астана, 2023 ж.
3. Әскербаев А. «Әскери-патриоттық тәрбие және алғашқы әскери дайындық». – Алматы, 2021 ж.
4. Сүлейменов Н. «Тәртіп және жауапкершілік – әскери мәдениеттің өзегі». – Нұр-Сұлтан, 2020 ж.
5. Оразбаев Б. «Мектептегі алғашқы әскери дайындық пәнінің әдістемесі». – Шымкент, 2022 ж.

УДК 796.1

ФИЗИЧЕСКАЯ И ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 15–16 ЛЕТ

Алиев А.Х., Рахманалиев Д.Х., Бекметов С.Г.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казакстан

Мақалада жас баскетболшылардың физикалық қасиеттерін тәрбиелеу, сондай-ақ баскетболда жаттығулар мен жетілдірулерді ұйымдастыру сипатталған.

The article describes the education of the physical qualities of young basketball players, as well as the organization of training and improvement in basketball.

Баскетбол является одной из наиболее динамичных игр, требующих высокой физической и технической подготовки. Современная игра отличается высокой скоростью, интенсивностью, плотной борьбой, быстрыми переходами из обороны в атаку. В возрасте 15–16 лет происходит активное развитие организма подростков, формирование двигательных навыков, рост мышечной массы и совершенствование координации. Этот период считается наиболее благоприятным для глубокого освоения технических элементов баскетбола и развития физических качеств, необходимых для дальнейшего спортивного совершенствования.

Физическая и техническая подготовка юных баскетболистов в указанном возрасте тесно взаимосвязана и требует комплексного подхода. Недостаточный уровень физической готовности ограничивает эффективность технических действий. В то же время техника игры может стать эффективным средством развивающего воздействия на организм. Поэтому тренеру важно учитывать особенности возрастной физиологии и обеспечивать рациональный выбор упражнений, нагрузок и методик.

Цель данной – статьи рассмотреть особенности физической и технической подготовки юных баскетболистов 15–16 лет, определить основные направления тренировки, а также проанализировать средства, способствующие всестороннему развитию спортсменов.

Подростковый возраст отличается рядом физиологических и психических особенностей: интенсивным ростом скелета, увеличением мышечной массы, формированием гормонального фона, совершенствованием нервной регуляции, развитием быстроты, координации и выносливости.

В этот период наблюдается повышенная обучаемость сложным двигательным действиям, быстрое усвоение спортивно-технических навыков, что делает его ключевым в становлении квалифицированного баскетболиста. Однако продолжающаяся перестройка организма требует контроля нагрузки, грамотного распределения усилий и восстановления.

Физическая подготовка представляет собой целенаправленное развитие основных двигательных качеств, обеспечивающих способность эффективно выполнять действия в игровом процессе. В баскетболе основными являются: быстрота, скоростно-силовые способности, выносливость, координация движений; гибкость.

Развитие быстроты. Быстрота определяет способность мгновенно реагировать на изменение ситуации на площадке: перехваты, движения соперников, смену направления атаки. Для её развития используются: короткие ускорения на 5–20 метров, рывки с изменением направления, стартовые упражнения, игры-эстафеты с временными ограничениями. Большое значение имеет частота движений и способность быстро переключать действия.

Скоростно-силовая подготовка. Баскетбол требует активных прыжков, мощных ускорений, быстрых отталкиваний. Для развития этих качеств применяются: прыжковые упражнения (плиометрика), прыжки на скакалке, приседания с отягощением, выпрыгивания на ящики, толчки и броски

медицинбола. В возрасте 15–16 лет особенно важно укрепление мышц ног и корпуса.

Выносливость. Выносливость обеспечивает устойчивость к длительной нагрузке и помогает поддерживать высокий темп игры. Тренировка выносливости включает: интервальный бег, повторные ускорения, игровые задания с высокой плотностью, кроссы средней дистанции. Развитие аэробной выносливости положительно влияет на восстановительные процессы.

Способности координации. Высокий уровень координации необходим для выполнения сложных технических приёмов и взаимодействия с партнёрами. Для её развития применяют: упражнения с мячом на скорость реакции, ведение двумя руками, ловлю-передачи под давлением защитника, упражнения с нестандартными условиями.

Гибкость. Недостаточная гибкость ограничивает амплитуду движений, увеличивает риск травм. Поэтому важны регулярные упражнения на растяжку, особенно для плечевого пояса, голеностопных суставов и задней поверхности бедра. Техническая подготовка включает освоение и совершенствование технических приёмов, применяемых в игре: ведение мяча, передачи, броски по кольцу, остановки и повороты, перемещения в защите, подборы мяча. В возрасте 15–16 лет идёт усложнение и комбинирование элементов.

Ведение мяча. Овладение ведением позволяет контролировать игру, проходить защитников, корректировать ритм атаки. Тренировочный процесс включает: ведение разными темпами, смену направления под давлением, ведение через препятствия, ведение двумя руками, финты корпусом. Важно формировать уверенность при высокой скорости.

Передачи мяча. Передачи являются основой командных взаимодействий. Основные виды передач: от груди двумя руками, одной рукой, с отскоком от пола, за спиной, в прыжке.

Для повышения эффективности используются игры 2×2, 3×3 с ограничением по времени.

Броски по кольцу. Бросок — решающий элемент, от которого зависит исход матча. Развиваются: броски с места, броски в движении, броски после ведения, трёхочковые броски, штрафные.

Защитные перемещения. Эффективная защита требует: боковых шагов, перемещений спиной вперёд, смены темпа, удержания позиции. Важна также работа корпуса без нарушения правил. Высокие технические навыки требуют соответствующей физической базы. Например: недостаточная сила прыжка ограничивает игру на щите, низкая выносливость ухудшает реализацию бросков в конце матча, слабая координация снижает точность передач.

Поэтому тренировочный процесс строится комплексно: технические упражнения выполняются под физической нагрузкой.

В современном баскетболе используются следующие принципы: постепенность нагрузок, индивидуализация, вариативность упражнений, преемственность этапов подготовки, многообразие движений. Для подростков важна игровая форма подачи материала — она повышает мотивацию.

К наиболее эффективным средствам подготовки юных баскетболистов относятся: технические упражнения с мячом, облегчённые игровые ситуации, интервальные беговые нагрузки, ускорения с поворотами, упражнения на прыжковую подготовку, круговые тренировки.

Применение дополнительных тренажёров возможно только под контролем специалистов. Регулярные занятия баскетболом способствуют: укреплению сердечно-сосудистой системы, развитию мышц нижних конечностей, улучшению дыхания, координации движений, формированию реакции. Кроме того, тренировки развивают психологические качества: коммуникацию, волю к победе, лидерские навыки, ответственность.

В подростковом возрасте высок риск травм: растяжений связок, повреждений голеностопа, перегрузок суставов. Для профилактики необходимо: правильная разминка, укрепление мышц стопы, контроль техники приземлений, использование качественной обуви, восстановительные процедуры. Тренер должен: учитывать индивидуальные особенности подростков, дозировать нагрузку, корректировать технику, поддерживать психологический комфорт.

Важна обратная связь со спортсменом. Физическая и техническая подготовка юных баскетболистов 15–16 лет является ключевым этапом формирования полноценного спортсмена. Именно в этом возрасте создаётся фундамент скоростно-силовых качеств, координации, выносливости и базовых технических навыков, необходимых для дальнейшего спортивного роста. Рационально построенная тренировка позволяет не только развивать двигательную культуру, но и способствует укреплению здоровья, формированию личностных качеств, социальной адаптации.

Комплексный подход, опирающийся на научные данные, позволяет эффективно развивать способности каждого игрока и обеспечивает высокую перспективность дальнейшего спортивного совершенствования.

Список литературы

1. Құрманова, А. Жас спортшылардың дене дайындығы ерекшеліктері. — Шымкент: М.Әуезов атындағы ОҚУ баспасы, 2020. - 152 б.
2. Мұстафин, А. Баскетбол: теория және практика. - Алматы: Білім, 2017. - 200 б.
3. Сағындықов, Е. Дене тәрбиесі пәнінің теориялық негіздері. - Алматы: Раритет, 2016.

УДК 372.016.796

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС УПРАЖНЕНИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТАРШИХ КЛАССАХ

Амраева М.Ф., Курдакидзе М.Р., Мамырова А. Т.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада жоғары сынып оқушыларына арналған дене шынықтыру сабақтарында фитнес-жаттығуларды қолданудың тиімділігі қарастырылады. Олар оқушылардың қимыл белсенділігін арттырып, денсаулығын нығайтады және сабаққа қызығушылығын жоғарылатады.

The article examines the effectiveness of using fitness exercises in physical education classes for high school students. Such exercises increase physical activity, improve health, and enhance students' interest in classes.

Современная система школьного физического воспитания ориентирована на формирование гармонично развитой личности, укрепление здоровья и развитие двигательных качеств учащихся. Однако анализ практики показывает, что традиционные формы уроков физической культуры не всегда полностью удовлетворяют потребности старшеклассников. Наиболее перспективным направлением в последние годы становится использование фитнес-упражнений, которые отличаются разнообразием, доступностью и высокой мотивационной привлекательностью [1].

Фитнес-упражнения позволяют сочетать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Они способствуют развитию силы, гибкости, выносливости, координации, а также формированию интереса школьников к систематическим занятиям физической культурой. Фитнес как система упражнений пришёл в школьную практику сравнительно недавно, однако уже получил широкое распространение в различных образовательных учреждениях. По мнению Смирнова, использование элементов аэробики, стретчинга и силового фитнеса позволяет повысить физическую активность школьников, что особенно актуально в условиях снижения двигательной активности у подростков.

Исследования зарубежных авторов показывают, что фитнес-технологии положительно влияют не только на уровень физической подготовленности, но и на психоэмоциональное состояние учащихся, снижая уровень тревожности и повышая самооценку. Применение фитнес-упражнений в старших классах имеет широкий спектр возможностей и способствует решению как оздоровительных, так и образовательных задач.

Во-первых, фитнес-тренинг позволяет развивать силу и выносливость. Включение в урок упражнений функционального характера, приседания, выпады, отжимания, планка, бурпи, повышает мышечную выносливость, способствует подготовке учащихся к сдаче нормативов и формирует работоспособность [2]. Такие упражнения целесообразно использовать в основной части урока в формате круговой тренировки или подготовки к соревнованиям.

Во-вторых, фитнес-комплексы помогают улучшать гибкость и осанку, а также служат профилактикой перегрузок и травм. Динамический и статический стретчинг, элементы фитнес-йоги можно включать в разминку и заминку, а также использовать как самостоятельные комплексы для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. Важное значение имеет развитие координации движений и скорости реакции. Для этого подходят прыжковые упражнения, со скакалкой, с использованием «агилити-лестницы», а также игровые фитнес-задания, где требуется быстрое изменение направления движения. Такие элементы можно внедрять в подвижные игры или интервальные комплексы на уроке. Фитнес-упражнения также повышают

мотивацию и интерес школьников к занятиям. Использование танцевального фитнеса Zumba, аэробика, парных и групповых упражнений создаёт эмоциональный подъём, снижает скуку и формирует командный дух. Эти виды можно применять в вводной и заключительной части урока или во время тематических дней здоровья. С оздоровительной точки зрения фитнес способствует укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Кардиоупражнения степ-аэробика, лёгкий бег, интервальные комплексы и дыхательная гимнастика помогают снимать стресс, предупреждают гиподинамию и поддерживают высокий уровень жизненного тонуса [3].

Особую роль играет формирование у старшеклассников навыков самоконтроля и подготовки к взрослой жизни. Введение индивидуальных комплексов, ведение дневников тренировок, контроль пульса и использование фитнес-приложений формируют привычку к самостоятельным занятиям и воспитывают ответственность за собственное здоровье. Наконец, фитнес-упражнения развивают социальные и коммуникативные навыки. Проведение групповых челленджей, совместных комплексов или мини-соревнований способствует укреплению лидерских качеств, умению работать в команде и повышению самооценки. Таким образом, использование фитнес-упражнений на уроках физической культуры в 10–11 классах является эффективным средством не только физического развития, но и воспитания личности, укрепления мотивации и формирования здорового образа жизни.

Возможности применения фитнес-упражнений в школьной практике (Таблица 1).

1. Оздоровительный эффект. Регулярное выполнение фитнес-упражнений способствует укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развитию опорно-двигательного аппарата.

2. Разнообразие форм. На уроках могут применяться аэробика, стретчинг, функциональный тренинг, упражнения с фитболами и гантелями, танцевальные направления.

3. Мотивационный аспект. Современные виды фитнеса близки интересам подростков, что стимулирует их активное участие.

Таблица 1. Возможности применения фитнес-упражнений в школьной практике (10–11 классы)

Направление применения	Примеры фитнес-упражнений	Возможности и педагогический эффект
Развитие силы и выносливости	Кроссфит-комплексы в облегчённой форме, функциональный тренинг с собственным весом (бурпи, планка, выпады)	повышение общей физической готовности, формирование выносливости
Развитие гибкости и профилактика перегрузок	Динамический стретчинг, фитнес-йога, упражнения на растяжку после нагрузки	Снижение риска травм, профилактика сколиоза, улучшение осанки и пластичности движений

Развитие координации и скорости реакции	Фитнес-игры, прыжковые упражнения, интервальные тренировки с изменением направления	Улучшение психомоторики, развитие скорости реакции, повышение внимания и концентрации
Формирование мотивации и интереса к занятиям	Танцевальные фитнес-программы (Zumba, аэробика под музыку), групповые челленджи	Создание позитивного эмоционального фона, повышение интереса к урокам физкультуры, развитие командного духа
Оздоровительный эффект	Дыхательная гимнастика, фитнес-йога, упражнения на кардио-выносливость (бег на месте, степ-аэробика)	Поддержание здоровья сердечно-сосудистой и дыхательной систем, снятие стресса, повышение работоспособности
Подготовка к будущей взрослой жизни	Индивидуальные фитнес-программы, самоконтроль нагрузки, ведение дневника тренировок	Формирование навыков самостоятельных занятий, развитие ответственности за своё здоровье и физическую форму

Методика предполагает сочетание традиционных разделов программы с элементами фитнеса. Например разминка в виде динамической аэробики, основная часть – функциональный тренинг (приседания, выпады, планка, упражнения с фитболами), заключительная часть – дыхательные упражнения и стретчинг. Занятия должны строиться с учётом возраста, уровня физической подготовленности и состояния здоровья школьников [4].

Применение фитнес-упражнений на уроках физической культуры в старших классах повышает интерес школьников к занятиям, формирует устойчивую привычку к регулярной двигательной активности, расширяет вариативность учебной программы. Фитнес-упражнения должны быть включены в программу уроков физической культуры на регулярной основе, а не использоваться эпизодически. Рекомендуются сочетать их с традиционными видами школьной физической активности. Учёт возрастных и индивидуальных особенностей. Старшеклассникам 10–11 классов необходимо предлагать более разнообразные и усложнённые комплексы по сравнению с младшими школьниками, но при этом учитывать уровень физической подготовленности и состояние здоровья. В практику занятий стоит внедрять круговые тренировки, интервальные комплексы, функциональные упражнения с собственным весом, элементы танцевального фитнеса и стретчинга. Это помогает поддерживать интерес и снижает риск монотонности. Важно объяснять школьникам назначение упражнений, влияние на организм и правила самоконтроля: измерение пульса, дыхания. Это формирует осознанное отношение к занятиям и готовит к самостоятельной физической активности. Использование современных технологий можно применять: мобильные приложения, фитнес-браслеты и онлайн-челленджи для отслеживания прогресса, что повышает мотивацию у подростков. Необходимо формировать положительный эмоциональный фон, для этого рекомендуется включать музыку, групповые и соревновательные задания, использовать элементы игровых технологий. Это повышает вовлечённость и способствует командной работе [5].

Фитнес-упражнения должны выполнять профилактическую функцию: предупреждать гиподинамию, нарушения осанки, снижать утомляемость и стресс у старшеклассников. Нагрузка должна увеличиваться от занятия к занятию в соответствии с принципом прогрессии, чтобы обеспечивать устойчивый рост физической формы без риска перегрузки. Желательно давать учащимся задания для внеурочной активности — составление мини-комплексов для дома, ведение дневников или участие в школьных фитнес-марафонах. Важно формировать у школьников привычку к регулярным тренировкам и умение самостоятельно выбирать средства поддержания физической активности после окончания школы.

Физиологические особенности занятий фитнесом у школьников 10–11 классов. Старший школьный возраст 15–17 лет характеризуется интенсивными изменениями организма, которые необходимо учитывать при организации фитнес-занятий. В этот период завершается формирование сердца и сосудов, однако регуляторные механизмы ещё не полностью устойчивы. Подростки способны переносить умеренные и высокие аэробные нагрузки, но необходимо дозировать интенсивность, избегая резких перегрузок. Для дыхательной системы характерно то, что лёгкие и дыхательная мускулатура активно развиваются, жизненная ёмкость лёгких увеличивается. При занятиях фитнесом эффективны упражнения на развитие дыхательной выносливости беговые упражнения, интервальные нагрузки, дыхательная гимнастика. Важно формировать правильные дыхательные привычки выдох на усилие. Костная система ещё окончательно не окостенела, особенно в области позвоночника и крупных суставов. Не рекомендуется чрезмерное использование силовых упражнений с большими отягощениями. Основной акцент стоит делать на упражнения с собственным весом, резиновыми амортизаторами, лёгкими гантелями. Включение упражнений на растяжку помогает профилировать нарушения осанки. Мышечная система в это время - активный рост мышечных волокон, особенно у юношей. При правильных нагрузках формируется силовая выносливость, улучшается тонус мышц, осанка [6,185]. Девушкам рекомендованы аэробные нагрузки, функциональные упражнения и комплексы на гибкость. Для нервной системы и психики характерна неустойчивость нервных процессов, быстрая утомляемость при монотонных занятиях. Необходима разнообразная структура уроков: смена видов деятельности, игровые элементы, использование музыки. Фитнес повышает эмоциональный фон, способствует снятию стресса и улучшению концентрации внимания.

Метаболизм в старшем школьном возрасте отличается высокой скоростью, что позволяет эффективно развивать выносливость и силу. В то же время подростки подвержены дефициту сна и переутомлению, поэтому важен контроль за нагрузкой и восстановлением.

Физиологические особенности школьников 10–11 классов обуславливают необходимость сочетания аэробных, силовых и координационных упражнений в фитнес-программах при обязательном учёте дозировки нагрузок и профилактики перегрузок. Фитнес-тренировки в этом возрасте не только

способствуют гармоничному физическому развитию, но и формируют устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни.

Таким образом, использование фитнес-упражнений является перспективным направлением совершенствования уроков физической культуры в старших классах и требует дальнейшего научно-методического обоснования.

Список используемой литературы

1. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019. — 256 с.
2. Захарова Л.А. Фитнес-технологии в школе. СПб.: Питер, 2020. — 192 с.
3. Павлов С.Н. Современные технологии физического воспитания. — Екатеринбург: УралГУФК, 2018. — 210 с.
3. Петухова Е.А. Методика использования фитнес-упражнений на уроках физической культуры. — Казань: Центр инноваций, 2022. — 175 с.
4. Сергеев А.Н. Организация уроков физической культуры в старших классах. — Новосибирск: СибАК, 2021. — 198 с.
5. Селуянов В.Н. Теория и методика фитнес-тренинга. — М.: Спорт, 2019. — 240 с.
6. Смирнов Д.В. Актуальные подходы к развитию физической активности школьников. — Самара: Универс групп, 2021. — 185 с.

ОӘЖ 372.016.796

ОҚУШЫЛАРҒА БАСКЕТБОЛ ОЙЫНЫНЫҢ ЕРЕЖЕСІН ТҮСІНДІРУ

Анарбаев Д.Ж., Аббаз Т.С., Достай А.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Статья посвящена обучению школьников правилам игры в баскетбол. Рассматриваются основные правила, этапы обучения, воспитательное и физическое значение игры.

The article focuses on teaching school students the rules of basketball. It discusses the main game rules, stages of learning, and the educational and physical benefits of basketball.

Қазіргі таңда дене тәрбиесі пәні оқушылардың салауатты өмір салтын қалыптастыруда, физикалық және моральдық тұрғыдан дамуына зор ықпал етеді. Сол бағыттағы командалық спорт түрлерінің бірі — баскетбол ойыны. Баскетбол — жылдамдықты, икемділікті, ұжымдық әрекетті және ойлау қабілетін дамытатын күрделі спорт түрі. Мектептегі дене шынықтыру сабақтарында баскетбол ережелерін меңгерту — тек ойын дағдысын үйрету емес, сонымен қатар оқушылардың тәртіпке, әділдікке, өзара көмекке бейімделуіне мүмкіндік береді. Мақаланың мақсаты — оқушыларға баскетбол ойынының негізгі ережелерін түсіндіру әдістемесін қарастыру және олардың ойын барысындағы іс-әрекеттерін жүйелеу. Баскетбол ойынының жалпы сипаттамасы.

Баскетбол — екі команда арасында ойналатын спорт түрі. Әр командада бес ойыншыдан тұрады: шабуылшылар, қорғаушылар және орталық ойыншы. Ойынның басты мақсаты — допты қарсыластың себетіне лақтыру арқылы ұпай жинау. Ойын арнайы алаңда өткізіледі, оның ұзындығы 28 метр, ені 15 метр

болады. Себет биіктігі 3 метр 5 сантиметрге тең. Негізгі ережелер мен қағидалар:

1.Допты ойынға енгізу. Ойын ортасында секіріп түсу арқылы басталады. Төреші допты жоғары тастайды, ал екі орталық ойыншы оны өз командасына бағыттауға тырысады.

2.Допты алып жүру және беру. Ойыншы допты бір қолымен немесе екі қолымен серпіп, серпінін үзбей алып жүруі тиіс. Егер допты екі қолмен ұстап, қайта алып жүру әрекетін жасаса — бұл ереже бұзушылық болып есептеледі.

3.Үш секунд ережесі. Шабуыл жасап тұрған ойыншы қарсылас айып алаңында үш секундтан артық тұрмауы керек.

4.Бес секунд ережесі. Допты енгізу немесе ұстау кезінде ойыншы бес секундтан артық кідірмеуі тиіс.

5.Сегіз және жиырма төрт секунд ережелері. Команда допты өз алаңынан қарсылас алаңына сегіз секунд ішінде өткізуі керек, ал шабуылды жиырма төрт секунд ішінде аяқтау қажет.

6.Фол және айып добын орындау. Қарсыласқа қолмен, иықпен немесе денемен дөрекі тию — фол болып есептеледі [1].

Оқушыларға ережелерді үйрету әдістемесі. Теориялық түсіндіру кезеңі. Мұғалім ойынның тарихы, мақсаты, негізгі ережелері мен терминдері туралы түсінік береді. Көрнекілік кезеңі. Бейнематериалдар, суреттер немесе қысқа демонстрациялық ойындар арқылы оқушылар ережені көріп түсінеді. Практикалық жаттығулар. Оқушылар допты алып жүру, беру, себетке лақтыру, қарсыластан қорғау тәсілдерін тәжірибеде орындайды. Топтық ойын және бақылау. Сабақ соңында оқушылар екі топқа бөлініп, нақты ойын жағдайында ережелерді қолданады. Тәрбиелік және психологиялық маңызы. Баскетбол ойыны тек физикалық қабілетті ғана емес, тұлғаның әлеуметтік дағдыларын қалыптастырады. Командалық әрекет барысында оқушылар жолдастыққа, өзара көмекке, жауапкершілікке үйренеді [2]. Сонымен қатар, жарыс кезіндегі жеңіс пен жеңілісті қабылдау мәдениетін тәрбиелейді. Қауіпсіздік ережелері Баскетбол сабағында жарақаттың алдын алу үшін келесі талаптарды сақтау маңызды: Сабақ алдында міндетті түрде жылыну жаттығуларын орындау;

- допты дұрыс ұстау мен беру техникасын меңгеру;
- қорғаныс және шабуыл кезінде дөрекі қимылдар жасамау;
- спорттық киім мен аяқ киімнің ыңғайлылығын қамтамасыз ету;
- сабақ соңында созылу және тыныс алу жаттығуларын орындау [3].

Баскетбол ойынын оқыту – мектептегі дене тәрбиесі жүйесінің маңызды бөлігі болып табылады. Бұл ойын оқушылардың дене дайындығын арттырумен қатар, олардың тұлғалық, моральдық және әлеуметтік қабілеттерін жан-жақты дамытады. Сабақ барысында оқушылар өзара әрекеттесуді, серіктесіне сенуді, топ алдында жауапкершілік алуды үйренеді. Мұндай тәжірибе баланың мінез-құлқына, тәртібіне және өмірге деген көзқарасына оң ықпал етеді [4].

Баскетбол ойыны оқушылардың қозғалыс белсенділігін арттырып, денсаулықты нығайтады, жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйесін жетілдіреді. Сонымен қатар, бұл спорт түрі шапшаңдықты, икемділікті, дәлдікті

және төзімділікті талап ететіндіктен, оқушылардың барлық негізгі қимыл-қозғалыс қасиеттерін дамытады. Оқыту процесінде мұғалімнің рөлі ерекше. Ол тек техникалық дағдыларды ғана емес, ойынның рухын, әділдік пен өзара сыйластық принциптерін де сіңіруі тиіс. Мұғалімнің жүйелі және бірізді жұмысы нәтижесінде оқушылар спорттық мәдениеттің маңызын түсініп, салауатты өмір салтына бейімделеді. Бүгінгі қоғамда жастардың белсенді өмір ұстанымын қалыптастыру — білім беру жүйесінің негізгі мақсаттарының бірі. Осы тұрғыда баскетбол сабақтары тек спорттық қабілетті дамытып қана қоймай, оқушының әлеуметтік бейімделуіне, ұжыммен тіл табысуына, өзіндік бағалауы мен өзін-өзі жетілдіру қабілетіне ықпал етеді.

Сондықтан баскетболды дене тәрбиесі пәнінде тиімді қолдану — білім беру процесін байытып, оқушылардың тұлғалық дамуын қамтамасыз етудің заманауи әдісі болып табылады. Бұл бағытта әр мұғалім өз тәжірибесін жетілдіріп, оқу үдерісін шығармашылықпен ұйымдастырған жағдайда, баскетбол сабақтары тек спорттық шеберлікті ғана емес, өмірлік құндылықтарды да қалыптастыратын маңызды құралға айналады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Баскетбол : ойын ережесі / жауапты ред. Ш. Жұмабаев. Алматы : Қазақ мемлекет баспасы, 1938. 31 б. — Кітапшада баскетбол ойынының теориясы мен ойын әдісінің негіздері қазақ тілінде берілген.

2. Баскетбол үйірмесі — Шығармашылық іс-керекеттерге арналған әдістемелік материал. Шығарылған: №68 Мектеп-интернат әдіскері Ульбрихт О. А., директоры м.а. Божбанова А. Б., 2021-2022 оқу жылы.

3. Баскетбол ойынының негізгі ережелері — Мектеп сабағына арналған материал. Ахмет Байтұрсынов атындағы №1 ЖОМ КММ, 6 сынып үшін.

4. Баскетбол оқыту әдістемесі — «Сырдария» университеті «Мәдениет және спорт» факультеті, дене шынықтыру және спорт кафедрасы. Оқу-әдістемелік кешен, 52 бет.

ОӘЖ 372.016.796

БОКС ҮЙІРМЕСІН ҮЙРЕТУ

Артуков М.С., Ауелханұлы Б., Ашим Б.Е.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Статья посвящена объяснению основных правил бокса. В ней рассматриваются цели и сущность данного вида спорта, структура поединка, требования к экипировке и поведению спортсменов, а также система подсчёта очков. Особое внимание уделяется роли судей и мерам безопасности.

The article explains the main rules of boxing. It discusses the purpose and nature of the sport, the structure of matches, the required equipment, and the scoring system. Special attention is given to refereeing and safety measures. The article emphasizes the educational value of boxing in developing discipline, willpower, and respect for opponents.

Бокс — ежелден келе жатқан спорт түрлерінің бірі. Ол адамның күш-қайратын, ептілігін, төзімділігін және тактикалық ойлау қабілетін дамытады. Қазіргі таңда бокс тек кәсіби спорт емес, сонымен қатар жастардың дене

тәрбиесінің маңызды бөлігіне айналды. Бокстың басты ерекшелігі — нақты ережелер мен қауіпсіздік шараларының қатаң сақталуы. Бұл ережелер спортшылардың денсаулығын қорғауға және әділ жарыс өткізуге бағытталған. Бокстың басты мақсаты — қарсыласын соққы арқылы ұпай санымен немесе нокаутпен жеңу. Бірақ бұл тек физикалық күшке емес, сонымен қатар тактикалық дайындыққа, жылдам шешім қабылдауға және қарсыластың қимылын алдын ала болжауға да байланысты. Боксшының басты құралы — оның техникасы мен тактикасы. Әр спортшы өз стилін қалыптастырады: кейбірі шабуылға бейім болса, енді бірі қорғанысты ұнатады. Осы ерекшеліктер бокс өнерінің тартымдылығын арттырады. Бүгінгі таңда оқушылардың дене тәрбиесі мен салауатты өмір салтын ұстануы – білім беру жүйесінің маңызды бағыттарының бірі. Солардың ішінде бокс үйірмесі ерекше рөл атқарады. Бұл спорт түрі жасөспірімдердің дене дайындығын жетілдіріп қана қоймай, олардың ерік-жігерін, табандылығын және өз-өзіне сенімділігін арттырады [1].

Боксты мектептер мен спорттық секциялар арқылы үйрету оқушылардың бос уақытын тиімді пайдалануға, тәртіпке баулуға және спорттық мәдениетті қалыптастыруға үлкен мүмкіндік береді. Бокс – тек қана күш пен жылдамдықты емес, сонымен қатар интеллект пен тактиканы талап ететін спорт түрі. Сабақ барысында оқушылар өз денесін бақылауды, қарсылас әрекетін алдын ала болжауды және эмоцияларын басқаруды үйренеді.

Бұл қасиеттер тек спортта ғана емес, күнделікті өмірде де қажет. Сондықтан бокс үйірмесі – оқушыларды жан-жақты дамытудың тиімді құралы [2].

Бокстың ережелері халықаралық және ұлттық деңгейде Халықаралық әуесқой бокс қауымдастығы (AIBA) мен Ұлттық бокс федерациялары бекіткен құжаттар негізінде жүргізіледі. Ринг және құрал-жабдықтар: Бокс рингі шаршы пішінді, өлшемі 6×6 немесе 7×7 метр болады. Ринг төрт арқанмен қоршалады. Әр бұрышта көк және қызыл түсті белгі қойылады. Боксшылар арнайы қолғап, бас қорғағыш (әуесқойларда), тісқап, кеуде және шап қорғанысын қолданады. Жарыс форматы: Әуесқой бокста әдетте 3 раунд, әр раунд 3 минуттан өтеді. Раундтар арасында 1 минуттық үзіліс беріледі. Кәсіби бокста 4–12 раундқа дейін созылады. Соққылар мен тыйым салынған әрекеттер: Рұқсат етілген соққылар тек жұдырықпен және бел сызығынан жоғары жерге бағытталады. Тыйым салынған әрекеттерге қарсыласты итеру, ұстау немесе құлату, баспен ұру, белден төмен соққы жасау, қарсылас арқасына немесе мойнына соққы беру жатады. Ұпай жүйесі: Әдетте 10 ұпай жүйесі қолданылады. Раундта жақсы өнер көрсеткен боксшы 10 ұпай алады, ал қарсыласы аз ұпаймен шектеледі. Бокста төрешілердің рөлі өте маңызды [3]. Олар жекпе-жектің әділ және қауіпсіз өтуін қамтамасыз етеді. Төрешілер үшке бөлінеді: ринг төрешісі (рефери), ұпай беруші төрешілер және бас төреші. Рефери ереженің сақталуын қадағалайды, ұпай төрешілері раунд нәтижесін бағалайды, ал бас төреші жарыстың әділдігін бақылайды. Бокстық жарыстар жеке және командалық форматта өткізіледі. Жарыс категориялары салмақ

дәрежелері бойынша бөлінеді: жеңіл (48–52 кг), орта (63–71 кг), ауыр (91 кг және одан жоғары). Жарыс алдында жеребе тасталып, қарсыластар анықталады (Кесте 1).

Кесте 1. Оқушыларды бокс үйірмесіне үйретудің негізгі бағыттары.

№	Бағыты / Көрсеткіші	Мазмұны	Нәтижесі
1	Мақсаты	Оқушыларды дене жағынан дамыту, салауатты өмір салтын қалыптастыру, спортқа қызығушылығын арттыру	Дене шынықтыру деңгейі мен спорт мәдениеті жоғары тұлға қалыптасады
2	Міндеттері	1) Бокстың негізгі техникасы мен тактикасын үйрету; 2) Оқушылардың төзімділік, күш және ептілік қасиеттерін дамыту; 3) Тәртіп пен ерік-жігерге тәрбиелеу	Спорттық дағдыларды меңгерген, өзін-өзі басқара білетін оқушы
3	Үйірме сабақтарының құрылымы	- Дайындық бөлімі: қыздыру, жалпы дамыту жаттығулары; - Негізгі бөлім: техника, қорғаныс, шабуыл әдістері; - Қорытынды бөлім: созылу, тыныс алу жаттығулары	Сабақтың жүйелігі мен дене дайындығының артуы
4	Оқыту әдістері	Көрнекілік, түсіндіру, жұппен жұмыс, ойын түрінде жаттығу, жарыс элементтері	Оқушылардың белсенділігі мен қызығушылығы артады
5	Құрал-жабдықтар	Бокс қолғапы, шлем, бинт, тіс қорғағыш, қап, айна, таймер, сақина	Қауіпсіздік пен тиімді дайындық қамтамасыз етіледі
6	Қауіпсіздік ережелері	1) Қорғаныс құралдарын міндетті қолдану; 2) Сабақ алдында және соңында денсаулық тексерісі; 3) Жаттығуды тек жаттықтырушы бақылауымен орындау	Жарақат алу қаупі азаяды, тәртіп сақталады

Бокс тек спорт емес, ол адамгершілік пен ерік-жігер мектебі. Бұл спорт түрі жастарды тәртіпке, жауапкершілікке, өзін-өзі бақылауға және қарсыласқа құрметпен қарауға үйретеді. Боксшылар өз сезімін басқара білуі тиіс, себебі ашу немесе эмоция көбіне жеңіліске әкеледі. Қорыта айтқанда, бокс – тек күш пен жылдамдықтың ғана емес, ақыл мен сабырдың да сайысы. Бокстың ережелерін сақтау — спорттың әділдігі мен қауіпсіздігінің кепілі. Қазақстанда бокс кеңінен дамып келеді және халықаралық аренада еліміздің атын шығарып жүрген спортшылар аз емес[4].

Қорыта айтқанда, боксты оқушыларға үйрету – дене тәрбиесін дамытудың, тәртіп пен ерік-жігерді қалыптастырудың, салауатты өмір салтына баулудың маңызды әрі тиімді құралы болып табылады. Бұл спорт түрі тек қана физикалық күш-қуатты арттырумен шектелмей, оқушылардың тұлғалық

қасиеттерін жетілдіруге, өз мүмкіндігін бағалай білуге және өмірлік қиындықтарға төтеп беруге үйретеді. Боксты жүйелі түрде меңгеру барысында оқушылардың дене бітімі дұрыс қалыптасып, қозғалыс үйлесімділігі мен төзімділігі артады. Сонымен қатар, сабақтар кезінде спорттық әдеп, қарсыласты құрметтеу және өз-өзін бақылау мәдениеті қалыптасады. Мұның барлығы жастардың мінез-құлқына оң әсер етіп, олардың жауапкершілік пен мақсатқа ұмтылу қабілетін арттырады.

Үйірме жұмысы дұрыс ұйымдастырылған жағдайда, әрбір оқушының жеке ерекшелігі ескеріліп, олар өз әлеуетін толық ашуға мүмкіндік алады. Тәжірибелі жаттықтырушының басшылығымен жүргізілетін сабақтар оқушылардың физикалық дайындығын ғана емес, моральдық және психологиялық тұрақтылығын да нығайтады. Бокстың тағы бір маңызды ерекшелігі – оның тәрбиелік әлеуеті. Бұл спорт түрі жасөспірімдерге өз эмоцияларын бақылауды, сабырлылық пен табандылық танытуды, жеңісті де, жеңілісті де лайықты қабылдауды үйретеді. Мұндай дағдылар оқушылардың болашақ өмірінде кез келген қиындықты еңсеруге, қоғамда өз орнын табуға көмектеседі. Сондықтан мектеп пен қосымша білім беру мекемелерінде бокс үйірмелерін дамыту – қазіргі заман талаптарына сай, дені сау әрі жан-жақты дамыған ұрпақ тәрбиелеудің бір тиімді жолы. Бокс – бұл тек спорт емес, бұл тәрбиенің, мінездің және рухтың мектебі. Ол жас ұрпақтың бойында батылдық, табандылық және өзіне сенімділік сияқты қасиеттерді қалыптастырып, өмірлік дағдыларды дамытатын нағыз өмір сабағы болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

- 1.Қазақстан Республикасының Бокс федерациясы. Бокс ережелері мен әдістемелік нұсқаулықтар. Астана, 2023.
- 2.Төлеуов Н. Дене шынықтыру және спорт теориясы. – Алматы: Білім, 2022.
- 3.Сейітқали А. Жекпе-жек спорт түрлерінің әдістемесі. – Алматы, 2021.
- 4.Козлов А.Н. Современный бокс: техника, тактика, методика тренировки. – Москва: Физкультура и спорт, 2020.

ОӘЖ 759.41

ИНКЛЮЗИВТІ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ АШЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУ ӘДІСТЕМЕСІ

Асан Б.Ш., Бахтияров Қ.З., Қалдыбек А.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада инклюзивті дене тәрбиесінде ашық ойындарды қолдану әдістемесі қарастырылады. Ашық ойындардың балалардың физикалық және әлеуметтік дамуына әсері, олардың инклюзивті ортада икемділігі мен бейімделу мүмкіндіктері талданады. Мақалада ойындарды таңдау, бейімдеу, ойын барысын басқару және балалардың ойынға қатысуын ынталандыру әдістері ұсынылады. Ашық ойындар инклюзивті топтағы балалардың белсенді қатысуын, шығармашылығын дамытуға және топтық қарым-қатынасты нығайтуға көмектеседі.

This article discusses the methodology of using open games in inclusive physical education. It analyzes the impact of open games on children's physical and social development, as well as their flexibility and adaptability in an inclusive environment. The article offers methods for selecting, adapting, and managing games to encourage active participation of all children. Open games help children in inclusive groups develop creativity, active engagement, and strengthen social interaction.

Қазіргі заманғы білім беру жүйесінде инклюзивті оқыту – бұл әртүрлі мүмкіндіктері бар балалардың тең құқылы және сапалы білім алуын қамтамасыз ететін маңызды бағыттардың бірі. Дене тәрбиесі саласында да инклюзивті тәсілдер ерекше мәнге ие, себебі дене шынықтыру балалардың физикалық және психологиялық дамуына, әлеуметтік қарым-қатынасына оң әсер етеді. Ашық ойындар – бұл балалардың шығармашылық қабілеттерін дамытуға, ынтымақтастыққа баулу мен дене жаттығуларын орындауға ықпал ететін тиімді әдістердің бірі. Осы мақалада инклюзивті дене тәрбиесінде ашық ойындарды қолдану әдістемесі қарастырылады [1].

Ашық ойындар – бұл алдын ала қатаң ережелері жоқ, балаларға өз ойындарын еркін ұйымдастыруға мүмкіндік беретін ойындар. Мұндай ойындар балалардың өздігінен әрекет жасауына, қиялын қолдануына және топтық қарым-қатынасты дамытуына жағдай жасайды.

Инклюзивті ортада ашық ойындардың келесі артықшылықтары бар:

Икемділік: Ойыншылардың физикалық және интеллектуалдық ерекшеліктеріне бейімделуге мүмкіндік береді.

Қатысуға ынталандыру: Барлық балалардың ойынға араласуына жағдай жасайды, қорқынышты немесе бөгде сезім тудырмайды.

Әлеуметтік дағдыларды дамыту: Балалар бір-бірімен қарым-қатынас жасап, топтық жұмысты үйренеді.

Шығармашылық пен бастамашылдық: Балалар өздері ойынның мазмұнын өзгертіп, жаңа идеялар қосады [2].

Ойындарды таңдау және бейімдеу. Инклюзивті ортада ашық ойындарды таңдау кезінде балалардың физикалық мүмкіндіктерін, менталдық деңгейін және қызығушылықтарын ескеру қажет. Кейбір ойындардың ережелері жеңілдетіліп немесе өзгертілуі мүмкін. Мысалы, жүгірудің орнына жеңіл жүру немесе доп лақтыру сияқты қозғалыстар қолданылуы мүмкін.

Жабдықтау мен орта ұйымдастыру. Ойын алаңы қауіпсіз әрі қолжетімді болуы шарт. Балаларға арнайы құрал-жабдықтар, қолда бар заттар пайдаланылуы мүмкін. Мысалы, жеңіл және түсті доптар, жұмсақ маталар, арнайы орындықтар және т.б.

Топтарды қалыптастыру. Балаларды топқа бөлгенде әрқайсысының қабілетін ескерген дұрыс. Топтарда мүмкіндігі шектеулі балалар да белсенді қатысуға мүмкіндік алуы тиіс. Мұғалім топ ішіндегі қарым-қатынасты бақылап, балаларды ынталандыруға көңіл бөледі. **Ойын барысын басқару** Ашық ойындарда мұғалімнің рөлі – ойынның бағытын бақылау және қажет кезде көмектесу. Балалардың ойынға толық араласуына, бір-бірін сыйлауға

үйрету маңызды. Ойын барысында оң пікір айту және балалардың жетістіктерін мадақтау қолданылады [3].

Рефлексия және талдау. Ойын аяқталғаннан кейін балалармен бірге ойын барысы мен әсері талқыланады. Бұл кезеңде олардың ойынға қатысудағы сезімдері мен қиындықтары тыңдалады, әрі келесі ойындарды жақсарту жолдары қарастырылады [4].

Инклюзивті дене тәрбиесінде ашық ойындарды қолдану балалардың дамуына үлкен серпін береді. Мұндай ойындар балаларды бір-біріне жақындастырады, физикалық белсенділікті арттырады және әлеуметтік дағдыларды дамытуға көмектеседі. Ойындардың икемділігі мен бейімделу мүмкіндігі инклюзивті ортада ерекше маңызды. Сондықтан мұғалімдер ашық ойындарды дұрыс таңдап, балалардың ерекшеліктерін ескере отырып, тиімді әдістемелерді қолдануы қажет. Бұл балалардың дене тәрбиесінен ләззат алып, өздерін сенімді сезінуіне жағдай жасайды.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528с.
2. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов. – Самара: СГПУ, 2004. – 112с.
3. Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье: учеб. пособие / А.В. Тимушкин, Н.Н. Чесноков, С.С. Чернов – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 139с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 480с.

ОӘЖ 759.41

ОРТА МЕКТЕПТЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДА ФИТНЕС ЖАТТЫҒУЛАРЫН ҚОЛДАНУ

Асылхан Н.М., Мамедов С.М., Бухаров Ш.Т.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Түйін Бұл мақалада орта мектептегі дене шынықтыру сабақтарында фитнес жаттығуларын қолданудың маңыздылығы қарастырылады. Фитнес элементтері оқушылардың денсаулығын нығайтуға, дене дайындығын арттыруға және сабаққа деген қызығушылығын арттыруға көмектеседі. Сабақ құрылымында фитнесі тиімді пайдалану жолдары мен оның тәрбиелік мәні сипатталады.

Summary: This article discusses the importance of incorporating fitness exercises into physical education classes in middle schools. Fitness elements help improve students' health, enhance physical readiness, and increase interest in lessons. The paper outlines effective ways to integrate fitness into class structure and highlights its educational value.

Қазіргі қоғамда жастардың денсаулығын нығайту мен салауатты өмір салтын қалыптастыру маңызды мәселелердің бірі болып отыр. Осы мақсатта орта мектептерде дене шынықтыру пәнінің рөлі ерекше.

Заманауи дене тәрбиесі бағдарламаларына фитнес элементтерін енгізу – оқушылардың физикалық дамуын жетілдірудің, дене бітімін қалыпқа келтірудің, сондай-ақ, қозғалыс белсенділігін арттырудың тиімді тәсілі [1].

Фитнес – бұл адамның физикалық және психологиялық тұрғыдан өзін жақсы сезінуіне бағытталған жаттығулар жүйесі. Фитнес түрлеріне аэробика, стретчинг, күш жаттығулары, кардио-жаттығулар, йога, пилатес және тағы басқалары кіреді. Бұл жаттығулар кешені ағзаның барлық жүйелеріне жағымды әсер етіп, иммунитетті күшейтеді, жүрек-қан тамырлары жүйесін жақсартады, артық салмақтың алдын алады [2].

Орта мектептегі дене шынықтыру сабақтарында фитнес жаттығуларын тиімді қолдану үшін келесі бағыттарды қарастыруға болады.

Сабақ құрылымына енгізу.

Фитнес элементтері сабақты бастаудағы жаттығу (жылыту), негізгі бөлім және соңғы тыныс алу жаттығулары ретінде енгізілуі мүмкін. Мысалы, аэробикалық жаттығулар арқылы денені қыздыру, арқанмен секіру, жеңіл жүгіру – оқушының қозғалыс белсенділігін арттырады.

Музыкалық сүйемелдеумен орындау.

Фитнес жаттығулары әдетте ырғақты музыкамен орындалады. Бұл оқушылардың қызығушылығын арттырып, сабақтың эмоционалды деңгейін көтереді. Музыкамен жасалатын жаттығулар балалардың көңіл-күйін жақсартады және шаршауды азайтады.

Жеке және топтық жұмыс түрлері. Фитнес сабақтарын жеке, жұппен немесе топпен өткізуге болады. Топтық жұмыс арқылы оқушылардың бір-бірімен қарым-қатынасы жақсарады, ынтымақтастық пен жауапкершілік қалыптасады.

Функционалды бағыттағы жаттығулар. Қазіргі таңда танымал болып жатқан функционалды жаттығулар бұлшық еттердің бірнеше тобын бір уақытта жұмыс істеуге мәжбүр етеді. Мұндай жаттығулар оқушылардың жалпы физикалық дайындығын арттырады [3].

Дене сымбатын қалыптастыру: Фитнес жаттығулары арқасында оқушылар артық салмақтан арылып, дене бітімі сымбатты бола түседі.

Психологиялық әсері: Күнделікті қозғалыс күйзелістің алдын алып, көңіл-күйді жақсартады.

Сабаққа деген қызығушылық: Классикалық жаттығулармен салыстырғанда, фитнес жаттығулары ойын және шоу элементтерімен толықтырылып, балалардың қызығушылығын оятады.

Спортқа баулу: Фитнеске қызыққан оқушы болашақта спортпен кәсіби түрде айналысуға да ниет білдіруі мүмкін [4].

Орта мектептегі дене шынықтыру сабақтарына фитнес жаттығуларын енгізу – оқушылардың денсаулығын нығайту мен дене дайындығын арттырудың заманауи, әрі тиімді әдісі. Мұндай тәсіл оқушылардың белсенділігін арттырып қана қоймай, оларды салауатты өмір салтына тәрбиелейді. Сондықтан, мектеп бағдарламаларында фитнес элементтерін

жүйелі түрде қолдану – болашақ ұрпақтың дені сау, белсенді болып өсуіне ықпал етеді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ.высш. учеб.заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. -528с.
2. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов.- Самара: СГПУ, 2004. – 112с.
3. Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье: учеб.пособие / А.В. Тимушкин, Н.Н. Чесноков, С.С. Чернов – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 139с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш.учеб.заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 480с.

УДК 372.016.796

ИГРОВЫЕ МЕТОДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ: ВЛИЯНИЕ НА МОТИВАЦИЮ, УСПЕВАЕМОСТЬ И ФОРМИРОВАНИЕ КЛЮЧЕВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Атаханов А. Х., Садоха А.С., Байсариев М.Ж.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада бастауыш сынып оқушыларының дене шынықтыруында ойын әдістерін қолданудың рөлі қарастырылады. Қозғалмалы ойындар балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттырып, дене қасиеттерін дамытуға ықпал етеді және сабаққа оң мотивация қалыптастырады.

This article examines the role of using game-based methods in the physical education of primary school children. Active games increase children's motor activity, contribute to the development of physical qualities, and foster positive motivation for participation in lessons.

В условиях модернизации образования особое значение приобретают педагогические технологии, обеспечивающие мотивацию, вовлечённость и развитие компетенций студентов в процессе физического воспитания.

Одним из наиболее эффективных направлений является использование игровых методов, соответствующих естественной потребности молодёжи в движении, соревновании и общении. Игровая деятельность способствует эмоциональной разрядке, стимулирует интерес к занятиям физической культурой и создаёт благоприятные условия для обеспечения физической работоспособности и социальной адаптации студенческой молодёжи. Рассмотрим понятие и педагогическую сущность игровых методов. Игровые методы — это организация учебного процесса на основе игровых действий, направленных на решение образовательных задач через соревновательность, сотрудничество и активное включение обучающихся в ситуацию выбора. К основным особенностям игрового метода относится высокая эмоциональность

процесса обучения, которая выступает одним из ключевых факторов повышения мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой [1]. Игровые методы создают атмосферу соперничества, творчества и радости от движения, что позволяет снизить психологическое напряжение и увеличить вовлечённость обучающихся. Эмоциональный подъём во время игры активизирует когнитивные процессы, улучшает концентрацию внимания и способствует более эффективному усвоению двигательных навыков. Кроме того, положительные эмоции формируют устойчивую установку на продолжение занятий, укрепляют социальные связи внутри группы и повышают общий уровень удовлетворённости образовательным процессом. Формирование устойчивой внутренней мотивации является ключевым условием повышения эффективности физического воспитания студентов. Игровые методы способствуют смещению акцента с внешних стимулов (оценки, контроль, принуждение) на внутренние мотивы — интерес, удовольствие от двигательной активности, стремление к самосовершенствованию. В условиях игры студенты воспринимают занятия как значимую и эмоционально привлекательную деятельность, что усиливает чувство личной вовлечённости и ответственности за результат. Внутренняя мотивация формируется через возможности выбора, ощущение успеха и социальное признание, возникающие в процессе игровой активности. Студент получает быстрый и наглядный обратный отклик на свои действия, что укрепляет веру в собственные способности и способствует развитию морально-волевых качеств. При регулярном применении игровые технологии закрепляют позитивное отношение к физической культуре, создавая предпосылки для устойчивой двигательной активности и после завершения обучения. Сочетание физической нагрузки и интеллектуального компонента в игровых методах позволяет одновременно развивать двигательную и когнитивную сферу студентов. В процессе игры участники не только выполняют физические действия, но и принимают быстрые тактические решения, анализируют положение команды, прогнозируют действия соперника. Такой подход способствует развитию внимания, оперативного мышления, координации и способности к саморегуляции, что усиливает образовательный эффект занятий [2].

Моделирование реальных соревновательных ситуаций создаёт условия, максимально приближенные к игровой деятельности в спортивной практике. Это повышает степень вовлечённости студентов, формирует умение действовать в условиях дефицита времени, быстро адаптироваться к изменению внешних факторов и выполнять поставленные задачи под эмоциональным напряжением. Регулярное моделирование игровых ситуаций способствует формированию тактико-технических навыков и укрепляет психологическую устойчивость студентов в условиях соревнований и стрессовых ситуаций. Игровые методы включают подвижные игры, элементы спортивных игр, игровые эстафеты, квесты, тренажёрные симуляторы и др [3].

Мотивационная функция игровых форм проявляется в создании позитивного эмоционального фона занятий, усилении интереса к физической активности, снижении уровня тревожности и утомления, формировании чувства успеха и самореализации (Рисунок 1).

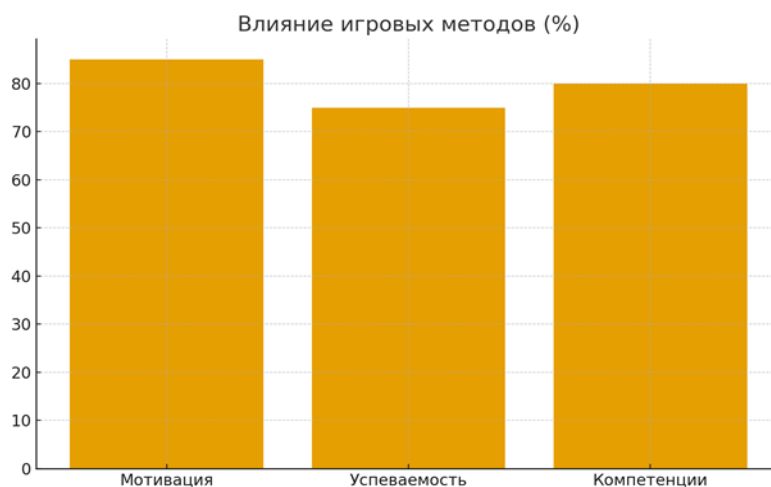


Рисунок 1. Влияние игровых методов на показатели обучения студентов.

Игровая деятельность способствует переходу от внешней мотивации (оценки, требования преподавателя) — к внутренней это желание двигаться, стремление к результату, удовольствие от активности. Таким образом, игра трансформирует занятия из обязательных в социально-значимую и эмоционально привлекательную деятельность.

Повышение образовательных результатов обеспечивается благодаря улучшению концентрации и внимания; развитию когнитивных процессов через выполнение тактических задач, требующих анализа игровой ситуации, планирования действий и прогнозирования возможных исходов. Игровая деятельность стимулирует активное мышление, способствует формированию навыков принятия решений в условиях ограниченного времени, а также укрепляет память за счёт постоянного повторения элементов техники в разнообразных игровых условиях. Дополнительным фактором является повышение нейропластичности мозга за счёт одновременной активации двигательных и интеллектуальных центров. Всё это приводит к усилению учебной мотивации, улучшению успеваемости и формированию у студентов устойчивой положительной динамики освоения учебного материала. Кроме того, игровые методы способствуют росту самоконтроля и дисциплины, так как выполнение правил игры требует соблюдения регламента, контроля над собственными эмоциями и поведения в условиях высокой динамики. Студенты учатся оценивать свои действия, корректировать тактические решения и нести ответственность за результат команды, что формирует навыки саморегуляции и организованности. Также наблюдается усиление интереса к теоретическим аспектам физической культуры: у обучающихся формируется потребность лучше понимать биомеханику движений, основы спортивной тактики и

стратегии, влияние физических нагрузок на организм. В результате теория перестаёт восприниматься как абстрактный материал и становится практическим инструментом повышения эффективности игровой деятельности. Это способствует формированию целостного понимания учебной дисциплины и повышает академическую мотивацию студентов. Студенты, регулярно участвующие в игровых занятиях, демонстрируют более высокий уровень посещаемости и активности на уроках [4].

Игровые методы способствуют развитию следующих компетенций (Таблица 1).

Таблица 1. Игровые компетенции

<i>№</i>	<i>Компетенции</i>	<i>Проявление в игровой деятельности</i>
1.	Коммуникативная	командное взаимодействие, распределение ролей
2.	Социальная	соблюдение правил, уважение соперника
3.	Регулятивная	планирование тактики, самоконтроль
4.	Лидерская	принятие решения в сложных ситуациях
5.	Физическая	развитие основных двигательных качеств

Для высокой эффективности игровой методики необходимо:

- формулировать чёткие правила и условия заданий, чтобы студенты ясно понимали цели игры, критерии успеха и личную ответственность за результат;
- варьировать сложность и нагрузку в соответствии с уровнем физической и тактической подготовленности студентов, создавая условия для постепенного роста мастерства и предотвращения переутомления;
- грамотно сочетать игру с разминкой и восстановлением, включая упражнения на подготовку опорно-двигательного аппарата и дыхательные техники для предотвращения травматизма;
- проводить рефлекссию — анализ ошибок, удачных действий и командных решений, что развивает спортивное мышление, критическую оценку собственной деятельности и формирует у обучающихся осознанное отношение к тренировочному процессу;
- обеспечивать безопасность, контролируя организацию пространства, соблюдение правил игры и использование соответствующего оборудования;
- учитывать индивидуальные особенности участников, адаптируя игровые роли и задания для включения всех студентов в процесс;
- поддерживать эмоционально положительную атмосферу, так как чувство успеха, командная поддержка и игровой интерес усиливают учебную мотивацию. Игровой формат формирует ответственность за результат и способность эффективно действовать в условиях неопределённости. Рекомендовано поэтапное включение в учебную программу, от простых подвижных игр к спортивно-игровым комплексам [5].

Игровые методы в физическом воспитании являются эффективным педагогическим инструментом, который усиливает мотивацию студентов к

занятиям физической культурой, положительно влияет на учебную деятельность, способствует формированию универсальных компетенций. Регулярное внедрение игровых технологий способствует развитию устойчивой потребности в физической активности и формированию здорового образа жизни у студенческой молодёжи.

Список используемой литературы

1. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019.-124с.
2. Захарова Л.А. Подвижные игры в системе физического воспитания. — СПб.: Питер, 2023-33с.
3. Смирнов Д.В. Двигательная активность детей младшего школьного возраста. — Самара: Универс групп, 2021-145с.
4. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка. — М.: Лабиринт, 2023-88с.
5. Шабалин М.Ю. Физическая культура и здоровье детей. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020-511с.

УДК 378.147:796

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ахжол Б.Қ., Исмаилов Р.С., Құдасбек Д.М.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада болашақ дене шынықтыру мұғалімдерін даярлауда инновациялық технологияларды қолданудың теориялық және практикалық аспектілері қарастырылады. Авторлар физикалық мәдениет саласындағы оқыту сапасын арттыруға бағытталған цифрлық құралдар мен әдістердің маңызын сипаттайды. Зерттеу нәтижелері көрсеткендей, инновациялық тәсілдер студенттердің кәсіби құзыреттілігін арттыруға, оқу процесін жандандыруға және олардың жеке дамуына ықпал етеді.

The article discusses theoretical and practical aspects of applying innovative technologies in the training of future physical education teachers. The authors emphasize the importance of digital tools and teaching methods aimed at improving the quality of education in physical culture. The findings show that innovative approaches enhance students' professional competence, activate the educational process, and contribute to their personal development.

Современные тенденции развития образования требуют от будущих учителей физической культуры не только глубоких профессиональных знаний, но и готовности использовать инновационные технологии в педагогической практике. Как отмечает Ю.А. Кубасов, цифровизация учебного процесса становится ключевым фактором модернизации подготовки специалистов спортивного профиля [1].

По мнению В.Д. Иванова и О.В. Марандыкиной, инновационные технологии позволяют расширить границы традиционных методов обучения, обеспечивая интерактивность, обратную связь и объективную оценку результатов занятий [2]. Эти процессы особенно актуальны в контексте постпандемийного образования, когда цифровые платформы и дистанционные форматы стали частью повседневной практики преподавателя.

В исследовании А.Д. Лазаревой подчёркивается, что внедрение инновационных технологий способствует формированию у студентов устойчивого интереса к профессии и развитию самостоятельности в процессе обучения. Автор выделяет такие направления, как использование мобильных приложений для анализа физической активности, внедрение VR/AR-сред для моделирования двигательных действий и применение видеотренингов [3].

К.А. Калиев и А.С. Досумов считают, что использование цифровых средств обучения должно быть интегрировано в систему профессиональной подготовки педагогов физической культуры на ранних этапах обучения. Это позволит будущим специалистам не только осваивать технические инструменты, но и понимать их дидактические возможности [5].

Казахстанские исследователи А.С. Конуспаев и С.К. Калиев отмечают, что инновационные формы обучения в школьной практике (например, использование интерактивных досок, онлайн-платформ и приложений для мониторинга активности учащихся) обеспечивают повышение мотивации и вовлечённости школьников [4].

Практика применения инновационных технологий в образовательных учреждениях Казахстана показывает положительные результаты. Так, по данным С. Ф. Рыскалиевой, использование цифровых средств на уроках физической культуры позволяет реализовать индивидуальный подход к обучающимся, а также повышает их интерес к выполнению двигательных заданий [6].

На педагогических факультетах вузов в последние годы активно внедряются модули по цифровой педагогике, в рамках которых студенты знакомятся с программами для анализа техники движений, планирования тренировок и ведения электронных дневников занятий. Эти средства повышают объективность оценки и способствуют развитию навыков самоанализа.

Кроме того, преподаватели применяют VR-технологии, позволяющие моделировать спортивные упражнения и визуализировать движения. Это способствует формированию у студентов пространственного восприятия и коррективке техники выполнения.

Несмотря на позитивные тенденции, исследователи указывают на ряд проблем. Среди них - недостаточная материально-техническая база в некоторых учебных заведениях, нехватка методических пособий по интеграции технологий в учебный процесс и низкий уровень цифровой компетенции у части преподавателей [1], [4].

Важным направлением становится создание междисциплинарных учебных программ, где инновационные технологии рассматриваются не как отдельный предмет, а как инструмент для реализации педагогических задач. Как подчёркивает Лазарева, именно интеграция инноваций в каждодневную практику способна сформировать у будущих педагогов устойчивую профессиональную готовность к современным вызовам [3].

Инновационные технологии играют ключевую роль в подготовке будущих учителей физической культуры. Их применение позволяет не только

разнообразить учебный процесс, но и повысить качество профессиональной подготовки. Цифровые инструменты, VR-платформы и мобильные приложения открывают новые возможности для персонализации обучения, самоконтроля и повышения мотивации студентов.

Опыт отечественных исследователей и преподавателей подтверждает: успешная реализация инновационных подходов возможна при методической поддержке, постоянном повышении квалификации педагогов и техническом оснащении учебных учреждений.

Список литературы

1. Кубасов Ю.А. Инновационные технологии преподавания спортивных дисциплин. Управление образованием: теория и практика, 2023, 13(12-2): 179-185.
2. Иванов В.Д., Марандыкина О.В. Инновационные технологии в физической культуре, спорте и туризме. Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация, 2022.
3. Лазарева А.Д. Применение инновационных технологий в процессе обучения студентов специальности «Физическая культура». Вестник науки, 2022.
4. Конуспаев А.С., Калиев С.К. Инновационные формы обучения физической культуре в общеобразовательной школе. Педагогикалық ғылым және практика / Педагогическая наука и практика, 2024, 1: 1091-1096.
5. Калиев К.А., Досумов А.С. Актуальность инновационных подходов в обучении физической культуре и спорту на базе общеобразовательных школ. Педагогикалық ғылым және практика, 2024, 1: 1014-1019.
6. Рыскалиева С.Ф. Инновационные технологии на уроках физической культуры. Казахстанский педагогический журнал «Мектеп», 2024.

ОӘЖ 796.81(574):008

ҚАЗАҚ КҮРЕСІ: ҰЛТТЫҚ БІРЕГЕЙЛІКТІ САҚТАУДЫҢ МӘДЕНИ ФЕНОМЕНІ

Аширбек Бакдәулет Қанатұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Аннотация. В данной статье рассматривается культурная роль казахской борьбы в сохранении национальной идентичности и модернизации духовности нации. Как одна из древнейших традиционных игр казахского народа, казахская борьба является не только спортивным соревнованием, но и отражением характера и мировоззрения нации. Анализируя этапы исторического развития, социальное и культурное значение казахской борьбы в настоящее время, авторы определяют ее феноменальный характер в формировании национальной идеи.

Annotation. This article discusses the cultural role of Kazakh kures in preserving national identity and reviving the spirituality of the nation. As one of the oldest traditional games of the Kazakh people, Kazakh kuresi is not only a sports competition, but also a reflection of the character and worldview of the nation. The authors, analyzing the historical stages of development of the Kazakh kuresi, its social and cultural significance at the present time, identify its phenomenal nature in the formation of a national idea.

Қазақ халқының ғасырлар бойы қалыптасқан рухани және мәдени мұраларының бірі – ұлттық спорт түрлері. Солардың ішіндегі ең көне және

маңыздыларының бірі – **қазақ күресі**. Ол адамзат тарихының ежелгі дәуірінен бастау алып, уақыт өте келе ұлттың өмір салты мен дүниетанымымен біте қайнасып кеткен мәдени құбылысқа айналды.

Қазақ күресі — тек күш сынасу немесе спорттық жарыс емес, ол қазақ халқының мінезін, ержүректігін, сабырлылығын және әділдікке деген ұмтылысын танытатын **рухани-мәдени феномен**. Тарихи тұрғыдан алғанда, қазақ күресі жастарды ерлікке, намыс пен отансүйгіштікке баулудың ең пәрменді құралы болған.

Тәуелсіздік алғаннан кейін ұлттық спорт түрлерін қайта жаңғырту — ұлттық сана мен мәдени мұраны сақтау саясатының маңызды бағытына айналды. Қазақ күресі бүгінде тек Қазақстан аумағында ғана емес, әлемнің бірнеше елінде кеңінен танылған ұлттық спорт түрі ретінде дамып келеді.

Қазақ күресінің тарихы мындаған жылдарға созылған, тамыры терең этномәдени дәстүрлерге негізделеді. Көптеген зерттеушілер оның шығу тегі ежелгі түркі тайпаларының әскери және жауынгерлік ойындарымен тығыз байланысты екенін дәлелдейді [1].

Ежелгі дәуірлерде жауынгерлердің дене дайындығын шыңдау, әскери машықты жетілдіру және ерлікті дәріптеу мақсатында түрлі күрес түрлері өткізілген. Бұл ойындар кейіннен қазақ халқының дәстүрлі мәдениетінде сақталып, **қазақ күресі** деген атаумен тұрақтанды.

Қазақ қоғамында күрес — тек физикалық күш сынасатын сайыс емес, **батылдық пен намыстың сынағы** болды. Ас, той, мереке, салт-жоралғылар кезінде балуандар күреске шығып, елдің алдында өз күшін, шеберлігін және ерік-жігерін танытқан.

«Күш атасын танымас» деген халық нақылы қазақ күресінің рухани маңызын айқын көрсетеді.

Қазақ күресінің негізгі ерекшелігі — қарсыласқа зиян келтірмеу, әдіс пен шеберлікті жоғары қою. Бұл оның гуманистік мазмұнын және ұлттық моральдық құндылықтармен байланысын көрсетеді [2].

Кесте 1 – Қазақ күресінің тарихи даму кезеңдері

Кезең	Ерекшелігі	Мазмұны
XV–XVIII ғғ.	Дәстүрлік қалыптасу	Ру-тайпа мерекелерінде күш сынасу дәстүрі орнықты
XIX ғ.	Ұлттық танымға ену	Күрес аймақтық ерекшеліктермен дамып, елдік сипат алды
XX ғ.	Спорттық жүйеге көшу	Кеңестік кезеңде ресми спорт түрі ретінде бекітілді
XXI ғ.	Халықаралық деңгей	Әлем чемпионаттары өткізіліп, қазақ күресі әлемге танылды

Қазақ күресі – ұлттық болмысты айқындайтын рухани кодтың бір бөлігі. Ол ұлттың еркіндік сүйгіш рухы, адалдығы мен намысының көрінісі. Күрес

арқылы қазақ халқы өз мәдени ерекшелігін, өмірлік философиясын ұрпақтан ұрпаққа жеткізді.

Қазақ күресінде тек қарсыласу ғана емес, құрмет пен әділдік қағидасы бар. Күреске шыққан балуандар қарсыласын жау емес, тең дәрежелі серіктес ретінде қабылдайды. Мұның өзі қазақ халқының мінез-құлқы мен рухани құндылықтарын көрсетеді [3].

Ұлттық бірегейлік ұғымы — халықтың өзіндік ерекшелігін, дәстүрі мен дүниетанымын сақтау үдерісі. Осы тұрғыда қазақ күресі халықтың мәдени тұтастығын сақтап, жастардың бойына ұлттық сана мен рухани сабақтастықты дарытады.



Сурет 1 – Қазақ күресі ұлттық рухтың символы ретінде.

Қазіргі кезде қазақ күресі ұлттық спорттан халықаралық деңгейге шыққан мәдени брендке айналды. 1998 жылы Қазақстан Республикасы Қазақ күресі федерациясы құрылып, бұл спорттың жүйелі дамуына жол ашылды. 2012 жылдан бастап Қазақ күресінен Әлем чемпионаттары өткізіліп келеді, ал 2022 жылы бұл спорт түрі Азия ойындарының бағдарламасына енгізілді.

Қазақ күресі бүгінде 40-тан астам елде дамуда, Түркия, Ресей, Венгрия, Моңғолия, Өзбекстан, Қытай және т.б. елдерде ұлттық федерациялар ашылған. Бұл қазақ халқының мәдени мұрасының халықаралық деңгейде мойындалуының дәлелі.

Қазақ күресі жастардың денсаулығын нығайтуға, ұлттық мақтаныш сезімін қалыптастыруға және патриоттық рухты арттыруға зор үлес қосуда. Көптеген мектептер мен жоғары оқу орындарында қазақ күресі пән ретінде енгізіліп, оқу-тәрбие жүйесінің ажырамас бөлігіне айналды [4].

Қазақ күресінің тәрбиелік маңызы ерекше. Ол адамның физикалық, психологиялық және рухани дамуына әсер етеді.

Физикалық тұрғыдан: Қазақ күресі күштілік, төзімділік, ептілік сияқты қасиеттерді дамытады. Дене қимылы үйлесімділігін қалыптастырады.

Психологиялық тұрғыдан: Күрес сабырлыққа, өзін-өзі бақылауға, эмоцияны басқаруға, қиындықты жеңуге үйретеді.

Рухани тұрғыдан: Күрес адамды әділдікке, намыс пен қайсарлыққа баулиды. Бұл қасиеттер қазақ халқының моральдық нормаларымен үйлеседі.

Күрес – адамның тек күшін емес, мінезін тәрбиелейтін мектеп.

Қазақ күресі арқылы жастар өз халқының дәстүрін, салтын, батырлық рухын бойына сіңіреді. Осылайша ол ұлттың мәдени сабақтастығын сақтап, ұлттық бірегейліктің тірегіне айналады [5].

Қазақ күресі – қазақ халқының ұлттық мәдениетінің, рухани мұрасының және бірегейлігінің жарқын көрінісі. Ол ғасырлар бойы ұлттың тарихымен бірге жасап, бүгінгі таңда ұлттық сана мен рухты сақтаудың пәрменді құралы болып отыр.

Қазақ күресі тек спорт емес, ұлттық философия мен мәдени құндылықтарды ұрпаққа жеткізетін өмір мектебі. Оны дамыту – ұлттық болмысымызды сақтау, ұлт руханиятын жаңғырту деген сөз.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбілдаев Е. Қазақ күресінің тарихы мен әдістемесі. – Алматы: Білім, 2018.
2. Қалиев С. Ұлттық ойындар – рухани тәрбие көзі. – Астана: Фолиант, 2020.
3. Тәжібаев А. Этноспорт және ұлттық бірегейлік. – Түркістан: ХҚТУ баспасы, 2022.
4. UNESCO. Traditional Wrestling in Kazakhstan: Intangible Cultural Heritage Report. – Paris, 2016.
5. Нұрғалиев Ж. Қазақ күресі: дәстүр мен жаңғыру. – Алматы, 2021.

УДК 372.016.796

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Ашуралиев М.А., Серикбай Е.К., Ирискулов Ш.О.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада бастауыш сынып оқушыларын жүзуге үйретудің ерекшеліктері қарастырылған. Автор оқушылардың жас және психофизиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, сабақтарды ұйымдастырудың тиімді әдістері мен кезеңдерін сипаттайды. Зерттеу нәтижесінде жүзу сабақтарының балалардың денсаулығын нығайтып, қозғалыс қабілеттерін дамытатыны анықталды.

The article examines the features of teaching swimming to primary school children. The author describes effective methods and stages of organizing lessons considering pupils' age and psychophysiological characteristics. The study shows that swimming classes improve children's health and develop their motor skills.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью общего образования младших школьников и играет ключевую роль в формировании здоровья, двигательных навыков и гармоничного физического развития. Среди различных видов физической активности особое место занимает плавание. Этот вид деятельности не только способствует укреплению организма, но и является жизненно важным навыком, обеспечивающим безопасность ребёнка на воде.

Тема определяется тем, что обучение плаванию младших школьников требует особого подхода, учитывающего их возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности. Эффективность занятий зависит от правильно подобранных методов, постепенности освоения движений и создания положительной мотивации к занятиям. Целью статьи является изучение особенностей обучения плаванию младших школьников и определение наиболее эффективных методов и приёмов организации этого процесса [1].

Физиологические особенности младших школьников заключаются в том, что дети 7–10 лет обладают рядом анатомо-физиологических особенностей, которые необходимо учитывать при обучении плаванию. В этом возрасте продолжается активный рост и развитие организма, совершенствуется работа дыхательной и сердечно-сосудистой систем, однако они ещё не достигли уровня взрослого человека. Поэтому нагрузка должна быть дозированной, а занятия – щадящими и постепенно усложняющимися. Дыхательная система младших школьников отличается малой ёмкостью лёгких и поверхностным дыханием, что требует включения специальных дыхательных упражнений. Кроме того, у детей ещё не полностью сформирована терморегуляция, поэтому температура воды в бассейне должна быть не ниже 28–30°C. Занятия плаванием способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата, правильному формированию осанки, развитию координации движений, гибкости, силы и выносливости.

Для младших школьников характерна высокая эмоциональность, любознательность и потребность в игре. Поэтому процесс обучения должен строиться в игровой форме. Важно учитывать, что дети этого возраста быстро утомляются, но также быстро восстанавливаются. Педагог должен быть не только тренером, но и психологом, способным создать доброжелательную атмосферу, устранить страх перед водой и вызвать интерес к занятиям. Необходимо активно использовать методы поощрения, соревновательные и сюжетно-ролевые игры. Общение между педагогом и детьми должно строиться на доверии, уважении и эмоциональной поддержке. Страх воды можно преодолеть с помощью постепенной адаптации — от игр на мелководье до выполнения простейших упражнений на задержку дыхания и скольжение [2].

Процесс обучения плаванию можно условно разделить на несколько этапов: Подготовительный этап-адаптация ребёнка к водной среде, устранение страха и развитие уверенности. На этом этапе используются игры в воде, упражнения на дыхание и скольжение, а также освоение правильного положения тела на воде. Основной этап-формирование базовых навыков плавания: дыхание, движения ног и рук, согласование движений. Используются вспомогательные средства: доски, круги, нудлы.

Этап совершенствования на данном этапе отрабатывается координация, ритм, точность и эффективность движений. Включаются элементы соревновательности, упражнения на выносливость и скорость. Контрольный этап-проверяется уровень освоения техники и физической подготовленности. Проводятся тесты на технику плавания, дистанцию и дыхание.

Обучение плаванию строится на основе сочетания различных методов. Показ и объяснение, где тренер демонстрирует правильную технику движений, обращает внимание на детали. В игровом методе используют сюжетные игры «Морская звезда», «Догони волну», «Нырятьщики», которые помогают поддерживать интерес и эмоциональный настрой. Имитационные упражнения в которых на суше дети отрабатывают движения рук и ног, дыхание и координацию. При методе упражнений с постепенным усложнением каждый элемент осваивается отдельно, а затем соединяется в комплексное движение. Соревновательный метод является одним из эффективных средств повышения интереса и мотивации младших школьников к занятиям плаванием. Его суть заключается в создании элементов соревнования между учащимися при выполнении упражнений или заданий [3]. Использование этого метода способствует развитию у детей стремления к достижению лучших результатов, формирует волевые качества, уверенность в своих силах и дисциплину. В процессе обучения плаванию соревновательный метод может применяться в форме мини-соревнований, эстафет, игр на воде, выполнения упражнений на скорость или точность. Важно, чтобы соревнования проводились с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, не вызывали излишнего эмоционального напряжения и носили игровой, доброжелательный характер. Соревновательный метод способствует не только совершенствованию двигательных навыков, но и развитию коллективизма, дружеских взаимоотношений и позитивного отношения к физической культуре в целом.

Для занятий необходимы специальные средства: плавательные доски, пояса, поплавки, мячи, обручи, нудлы. Эти предметы способствуют уверенности детей и облегчают освоение движений. К организации учебного процесса можно отнести оптимальная частота занятий — 2–3 раза в неделю по 30–40 минут. Каждое занятие делится на три части: Вводная часть (5–10 мин) — разминка на суше, дыхательные упражнения, объяснение темы. Основная часть (20–25 мин) — отработка движений, обучение технике плавания, упражнения на воде. Заключительная часть (5 мин) — плавание в медленном темпе, игры на расслабление, дыхательные упражнения. Занятия должны проводиться в безопасных условиях, под постоянным контролем инструктора. Обязательно соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил поведения в бассейне (Рисунок 1).

Упражнения для освоения с водой				
Ознакомление с плотностью и сопротивлением воды	Погружения в воду и открывание глаз в воде	Всплывания и лежания на воде	Выдохи в воду	Скольжения
Ходьба, бег и прыжки по дну: с помощью рук; без помощи рук; спиной вперед; боком. Гребковые движения руками, стоя на дне и др.	«Умывания»; Погружения в воду: Подныривание под дорожку; Счет плиток до дна бассейна; Поднимание мелких предметов, игрушек и др.	«Поплавок»; «Медуза»; «Звездочка» и др.	Дуть на воду; Выдох, опустив губы в воду; Выдох, опустив лицо в воду; Выдох, опустив голову в воду и др.	На груди, на спине и на боку С различным положением рук; В сочетании с выдохом в воду В сочетании с гребковыми движениями др.
				

Рисунок 1. Организация занятий по плаванию

Плавание положительно влияет на развитие всех основных физических качеств ребёнка [4]. Силы—за счёт преодоления сопротивления воды. Выносливости—благодаря длительным циклическим нагрузкам. Координации—через согласование движений рук, ног и дыхания. Гибкости—вследствие растягивающих движений. Быстроты — при выполнении ускорений и коротких дистанций. Особое внимание следует уделять дыхательным упражнениям: вдох через рот, выдох в воду. Такие упражнения укрепляют дыхательную систему и способствуют правильной работе лёгких. Практические рекомендации для педагогов заключаются в следующем: создавать эмоционально комфортную атмосферу на занятиях, использовать игровой и соревновательный подход, учитывать индивидуальные особенности учащихся, контролировать самочувствие и состояние здоровья детей, постепенно увеличивать нагрузку, избегая переутомления, включать в занятия упражнения на дыхание и расслабление, следить за техникой безопасности и дисциплиной.

Плавание является эффективным средством физического воспитания младших школьников, способствующим укреплению здоровья, развитию физических качеств и формированию двигательных навыков. Правильно организованный процесс обучения позволяет преодолеть страх воды, развить уверенность в собственных силах и воспитать интерес к занятиям физической культурой. Применение игровых методов, постепенное усложнение упражнений и индивидуальный подход обеспечивают успешное освоение техники плавания и делают занятия интересными и безопасными [5].

Обучение плаванию в младшем школьном возрасте должно быть направлено не только на формирование двигательных навыков, но и на воспитание культуры здоровья, дисциплины и положительного отношения к физическим упражнениям. В этот период у детей активно формируются основы

двигательной деятельности, закладываются привычки к здоровому образу жизни и интерес к регулярным занятиям спортом. Занятия плаванием способствуют гармоничному физическому развитию ребёнка, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развитию силы, гибкости и координации движений.

Кроме того, обучение в коллективе помогает формировать коммуникативные навыки, чувство ответственности и взаимопомощи. Особое внимание следует уделять эмоциональному фону занятий: создание благоприятной атмосферы, использование игровых и соревновательных методов обучения повышают интерес детей и делают процесс освоения плавательных навыков более эффективным и увлекательным. Таким образом, плавание в младшем школьном возрасте выступает не только как средство физического развития, но и как важный компонент воспитания личности ребёнка, формирующий основы здорового и активного образа жизни.

Список литературы

1. Бальсевич, В. К. «Теория и методика физического воспитания». — М., 2023.
2. Гужаловский, А. А. «Методика обучения плаванию детей». — СПб., 2021.
3. Малахов, А. И. «Плавание как средство физического воспитания». — М., 2022.
4. Глухов, В. В. «Методика преподавания плавания в начальной школе». — Казань, 2020.
5. Кузнецов, Ю. В. «Безопасность на воде». — Екатеринбург, 2023.

ОӘЖ 378.046.4

УНИВЕРСИТЕТ СТУДЕНТТЕРІ АРАСЫНДАҒЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН НАСИХАТТАУДЫҢ ТИІМДІ ТӘСІЛДЕРІ

Байдебек Е.Б., Рахимберді Е.С., Дәнебек Н. А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассматриваются актуальные методы формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) у студентов. Акцентируется внимание на комплексном подходе, включающем информационно-просветительскую работу (лекции, тренинги), создание мотивирующей среды (спорт, здоровое питание), использование современных технологий (соцсети, приложения), активные формы досуга и психологическую поддержку. Цель – укрепить здоровье студентов, повысить их успеваемость и сформировать ответственное отношение к себе.

This article discusses current methods of forming a healthy lifestyle among students. Attention is focused on an integrated approach, including information and educational work (lectures, trainings), the creation of a motivating environment (sports, healthy eating), the use of modern technologies (social networks, applications), active forms of leisure and psychological support. The goal is to strengthen the health of students, improve their academic performance and form a responsible attitude towards themselves.

Қазақстан Республикасының әлеуметтік дамуындағы басты басымдықтардың бірі – жастардың денсаулығын сақтау және нығайту. Бұл ұлттың болашағын айқындайтын маңызды фактор. Әсіресе, университет кезеңі

– жас тұлғаның өміріндегі маңызды шақ. Бұл кезеңде студенттер өздерінің кәсіби жолын тандап қана қоймай, өмірлік құндылықтарды, маңызды дағдыларды қалыптастырады. Сол себепті, осы шешуші кезеңде студент жастар арасында салауатты өмір салтын (СӨС) белсенді түрде насихаттау, олардың болашақ кәсіби жетістіктері мен тұлғалық дамуына тікелей оң ықпал етеді.

Салауатты өмір салты: жастар үшін негізгі бағдар.

Салауатты өмір салты – бұл тек аурудың болмауы ғана емес, ол адамның физикалық, психологиялық және әлеуметтік саулығын қамтамасыз ететін, өмірге деген позитивті көзқарасты қалыптастыратын мінез-құлықтар мен әдеттердің жүйесі. Ол адамның өмір сүру сапасын арттырып, өзін-өзі дамытуға, қоғамға белсенді араласуға мүмкіндік береді [1].

Алайда, қазіргі заманғы университет студенттері арасында СӨС-ке кері әсер ететін бірқатар проблемалар анық байқалады:

- Гиподинамия: Күнделікті өмірде дене белсенділігінің төмендеуі, сабақ үстінде отырықшы режим, компьютер алдында ұзақ уақыт болу.

- Дұрыс тамақтанбау: Фастфудқа, энергетикалық сусындарға, жартылай фабрикаттарға деген сұраныстың артуы, ағзаға қажетті дәрумендер мен минералдардың жетіспеушілігі.

- Ұйқы режимін бұзу: Түнгі уақытта жасөспірімдердің белсенділігі, сабаққа дайындыққа байланысты ұйқының қысқаруы, бұл жалпы ағзаның қалпына келу процесіне кері әсер етеді.

- Гаджеттерге тәуелділік: Смартфондар мен интернетке шамадан тыс байлану, әлеуметтік желілердегі виртуалды өмірге берілу, бұл нақты әлеуметтік байланыстар мен физикалық белсенділікті ығыстырады.

- Жағымсыз әдеттердің таралуы: Темекі шегу, алкогольді ішімдіктерді тұтыну, кейбір жағдайларда нашақорлықтың алғашқы белгілері.

Осы мәселелердің алдын алу және студенттердің денсаулығын нығайту мақсатында, жоғары оқу орындарында СӨС-ті тиімді насихаттаудың ғылыми негізделген, заманауи және жан-жақты тәсілдерін анықтау өзекті міндеттердің бірі болып табылады [2].



Сурет -1. Тәуелсіздік алаңы. Эстафета «Салауатты ұрпақ!»

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) деректеріне сүйенсек, адамның денсаулығының шамамен 50–55%-ы оның өмір салтына байланысты. Бұл статистика СӨС-тің денсаулықты сақтаудағы басты рөлін айқын көрсетеді. Осыған орай, университеттер жастардың саналы түрде салауатты өмір сүруге деген көзқарасын қалыптастыруда маңызды әлеуметтік институт ретінде әрекет етуі тиіс. Университет – бұл тек білім ордасы ғана емес, жастардың әлеуметтенуіне, мінез-құлықтарының қалыптасуына ықпал ететін орта [3].



Сурет -2. Тәуелсіздік алаңы. Эстафета «Салауатты ұрпақ!» (Дене шынықтыру және спорт білім бағдарламасының білімалушылары)

СӨС насихаты тек спорттық жарыстарды ұйымдастырумен шектелмей, кешенді тәсілді талап етеді.

Кесте -1. Салауатты өмір салтын насихаттаудың тиімді тәсілдері

№	Тәсіл түрі	Қысқаша сипаттамасы	Күтілегін нәтиже
1	Ақпараттық-ағартушылық шаралар	Денсаулық, дұрыс тамақтану және қозғалыс белсенділігі бойынша семинарлар мен дәрістер ұйымдастыру	Студенттердің білім деңгейін арттыру
2	Мотивациялық жобалар	«Fit-week», «Healthy Challenge», «Жүгіретін кампус» сияқты жарыстар өткізу	Белсенді өмір салтына қызығушылық қалыптастыру
3	Цифрлық технологияларды қолдану	Фитнес-трекерлер, мобильді қосымшалар, онлайн-марафондар	Өзін-өзі бақылау және жауапкершілікті дамыту
4	Денсаулық	Жаппай қатысатын іс-шаралар	Топтық рух пен

	күндері мен спорттық фестивальдер	ұйымдастыру	ұжымдық ынтымақтастықты арттыру
5	Психологиялық қолдау бағдарламалары	Студенттерге арналған стресс-менеджмент тренингтері	Эмоциялық тұрақтылық пен өмір сапасын жақсарту

Салауатты өмір салтын насихаттаудың нәтижелілігі

Тиімді насихаттау нәтижесінде студенттердің:

- физикалық белсенділігі артады;
- өз денсаулығына жауапкершілікпен қарауы қалыптасады;
- стресс пен эмоциялық жүктемелерді басқару қабілеті жақсарады;
- оқу үлгерімі мен өмір сапасы жоғарылайды.

Зерттеулер көрсеткендей, СӨС бағдарламаларына белсенді қатысқан студенттерде депрессия мен шаршау деңгейі төмендеп, өзін-өзі бағалау және өмірлік қанағат сезімі артады [4].

Университет студенттері арасында салауатты өмір салтын насихаттау — тек спортпен айналысу емес, ол кешенді мәдени және тәрбиелік процесс. Оның тиімді жүзеге асуы үшін оқу орнының әкімшілігі, оқытушылар, студенттік ұйымдар және бұқаралық ақпарат құралдары өзара бірлесе әрекет етуі қажет. Салауатты өмір салтын ұстану — әрбір жас адамның өмір сапасын арттырып, болашақ қоғамның дені сау және белсенді азаматы болуға мүмкіндік береді [5].

Әдебиеттер тізімі

- 1.Қазақстан Республикасының «Халық денсаулығы және денсаулық сақтау жүйесі туралы» Кодексі.
- 2.Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ДДҰ). Health and Well-being Strategy 2023–2030.
- 3.Әбдіқалықова Г., Төлеуова А. Салауатты өмір салтының әлеуметтік-педагогикалық негіздері. – Алматы, 2022.
- 4.Иманқұлова А. Жастар арасында дене белсенділігін арттырудың тиімді жолдары. – ҚазҰУ хабаршысы, 2023.
- 5.Nurmagambetov A., Healthy Lifestyle Promotion among Kazakhstani University Students, Journal of Physical Education Studies, 2022.

УДК 372.016.796

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Баймуратов О. Б., Кармишкин Д. В., Елеуов А.И.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада дене шынықтырудағы инклюзивті оқытуды қолдауда цифрлық технологиялардың маңызы қарастырылады. VR/AR және цифрлық құрылғылар ЕБҚ студенттерінің мотивациясы мен қауіпсіздігін арттыратыны атап өтіледі.

The article highlights the importance of digital technologies in supporting inclusive physical education. VR/AR and wearable devices increase accessibility, motivation, and safety for students with disabilities.

Современная система физического воспитания студентов развивается в условиях интенсивной цифровизации образования и расширения государственной политики инклюзии. Одной из стратегических задач является создание условий, при которых студенты с ОВЗ могут на равных участвовать в учебно-тренировочном процессе, развивая физические качества и социальные компетенции.

Цифровые технологии позволяют адаптировать содержание занятий, контролировать физическую нагрузку, обеспечивать визуальную и аудио-поддержку, а также осуществлять удалённое включение студентов с временными или постоянными ограничениями. Роль цифровых технологий в инклюзивном физическом воспитании в цифровизации относятся индивидуализация нагрузки и мониторинг состояния здоровья, визуализация техник упражнений, автоматизация обратной связи и оценки, доступность практических занятий в гибком формате (онлайн/офлайн), повышение самооэффективности и мотивации обучающихся. Использование мобильных приложений, тренажёров с сенсорными датчиками и обучающих платформ способствует снижению барьеров, связанных с двигательными, сенсорными и когнитивными ограничениями [1].

Адаптивные цифровые технологии играют ключевую роль в создании индивидуализированной образовательной среды для студентов с ограниченными возможностями здоровья. Их использование позволяет учитывать физические, сенсорные и когнитивные особенности обучающихся, обеспечивая доступность содержания и возможность выполнения упражнений в собственном темпе. К числу наиболее эффективных адаптивных цифровых инструментов относятся:

- образовательные онлайн-платформы (Google Classroom, Moodle), позволяющие получать инструкции и задания в удобном формате, использовать видео и интерактивные материалы для самостоятельных тренировок;

- мобильные фитнес-приложения с гибкой настройкой нагрузки (например, программы реабилитационных тренировок), которые адаптируют объём и интенсивность упражнений под функциональные возможности студента;

- системы мониторинга состояния здоровья (фитнес-браслеты, пульсометры), контролирующие ЧСС, дыхание, нагрузку и предупреждающие о возможных перегрузках;

- речевые и визуальные помощники (синтезаторы речи, субтитры, тактильная обратная связь), обеспечивающие доступность информации для студентов с нарушением слуха или зрения;

- VR/AR-комплексы, моделирующие безопасное тренировочное пространство для изучения техники движений и развития моторных навыков [2].

Применение адаптивных сервисов способствует повышению самостоятельности студентов, поддержанию их уверенности и мотивации, снижению риска травматизма, персонализации образовательного маршрута, формированию позитивного опыта участия в учебных и спортивных активностях. В результате цифровые технологии становятся важным инструментом устранения барьеров и содействуют полноценной интеграции студентов с ОВЗ в учебную и спортивную среду.

Цифровые средства коммуникации становятся важным инструментом включения студентов с ограниченными возможностями здоровья в образовательный процесс по физической культуре. Они обеспечивают непрерывную связь между студентом и педагогом, позволяют оперативно адаптировать задания, формировать чувство принадлежности к группе и снижать риск социальной изоляции. К ключевым формам цифровой коммуникации относятся: Видеоконференции и веб-трансляции занятий (Zoom, Microsoft Teams), которые дают возможность участвовать в тренировках дистанционно, наблюдать технику выполнения упражнений и получать обратную связь в реальном времени. Чаты и мессенджеры (WhatsApp, Telegram), обеспечивающие быстрый обмен информацией о заданиях, состоянии здоровья, корректировках нагрузок. Онлайн-форумы и соцсети учебных групп, позволяющие студентам взаимодействовать, обсуждать трудности и успехи, делиться опытом и поддерживать друг друга. Платформы для индивидуального консультирования, где педагог, психолог или тьютор может дать рекомендации, направленные на устранение барьеров в обучении [3].

Интерактивные сервисы оценки техники (видеоанализ движений), способствующие развитию самоконтроля и самооценки результатов.

Использование цифровой коммуникации способствует:

- формированию позитивного психоэмоционального климата;
- улучшению качества обратной связи и поддержке мотивации;
- развитию социальных навыков студентов с ОВЗ;
- повышению доступности образовательных и тренировочных ресурсов.

Таким образом, цифровая коммуникация создаёт условия, при которых каждый студент, независимо от своих физических возможностей, может активно включаться в занятия физической культурой, ощущать себя частью группы и добиваться успешных результатов в спортивной подготовке.

При организации тренировочного процесса с использованием цифровых ресурсов относится эффективность, которая достигается индивидуальной программой с учётом диагноза и рекомендаций врачей. Пошаговым видеотренингом для формирования движения. Постоянным мониторингом частоты пульса и уровня нагрузки. Обратная связь в режиме реального времени. Мотивационные инструменты: цифровые достижения, рейтинги, самооценка прогресса (Таблица 1).

Таблица 1. Цифровые технологии и их влияние на инклюзивное обучение по физической культуре

Технология	Возможности	Целевая группа ОВЗ	Эффекты
Wearable-датчики	Контроль нагрузки, безопасность	Нарушения сердечно-дыхательной системы	Профилактика перегрузок
VR-тренинг	Безопасная отработка техники	Нарушения ОДА	Снижение травматизма, повышение уверенности
Видео-анализ движения	Индивидуальная коррекция ошибок	Все группы	Повышение качества техники
Приложения с сурдопереводом	Коммуникативная доступность	Нарушения слуха	Включённость в групповую деятельность
LMS-платформы	Дистанционная форма занятий	Нарушения мобильности	Доступность обучения

Внедрение цифровых технологий в обучение физической культуре создаёт новые возможности для студентов с ограниченными возможностями здоровья, однако сопровождается и рядом объективных трудностей. Рассмотрим основные преимущества и ограничения[4,232]. Преимущества: Доступность обучения – возможность участия в занятиях вне зависимости от физического состояния, места нахождения и уровня мобильности студента. Индивидуализация тренировочного процесса – адаптация нагрузки, темпа, программ упражнений под особенности здоровья и функциональные возможности обучающихся. Повышение мотивации – игровые элементы, визуальный прогресс, онлайн-челленджи и рейтинги усиливают интерес и вовлечённость. Расширение каналов коммуникации – оперативная связь с преподавателем, психологом, врачом, тьютором; поддержка со стороны группы. Безопасность – возможность предварительного обучения технике выполнения упражнений и контроля за состоянием студента. Доступ к цифровым образовательным ресурсам – видеоинструкции, приложения для мониторинга здоровья, виртуальные тренажёры.

Ограничения: Неравный доступ к технологиям – отсутствие гаджетов, низкая скорость интернета ограничивают участие ряда студентов. Недостаток двигательной активности при чрезмерной опоре на онлайн-формат без практических занятий. Проблемы с технической грамотностью как у студентов, так и у педагогов, что снижает эффективность применения цифровых решений. Социальная изоляция возможна при отсутствии живого взаимодействия и командных форм работы. Сложности в контроле техники – даже с видеоанализом не всегда возможно своевременно корректировать ошибки движений. Конфиденциальность и безопасность данных – необходимо соблюдать этические нормы хранения медицинской и персональной

информации. Цифровизация значительно расширяет инклюзивный потенциал физического воспитания, но должна сочетаться с традиционными практическими формами, чтобы обеспечить гармоничное развитие физических и социальных компетенций студентов [5].

Цифровые технологии значительно расширяют возможности физического воспитания студентов с ОВЗ, обеспечивая адаптацию образовательного процесса, его доступность, безопасность и мотивационную привлекательность. Комплексная цифровая поддержка способствует успешной интеграции студентов в активную спортивную среду и раскрытию их физического и личностного потенциала. Однако дальнейшее развитие требует методического, технического и кадрового обеспечения.

Список используемой литературы

1. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019.-124с.
2. Захарова Л.А. Подвижные игры в системе физического воспитания. — СПб.: Питер, 2023-33с.
3. Смирнов Д.В. Двигательная активность детей младшего школьного возраста. — Самара: Универс групп, 2021-145с.
4. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка. — М.: Лабиринт, 2023-88с.
5. Шабалин М.Ю. Физическая культура и здоровье детей. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020-511с.
6. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019. — 256 с.

ОӨЖ 759.41

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ АДАМ АҒЗАСЫНЫҢ ДАМУЫНА ӘСЕРІ

Байсерік Ш.А., Шынтай Ж.О., Амангелдіұлы Д.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается значение физической культуры для развития и укрепления организма человека. Отмечается положительное влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую, дыхательную, нервную и опорно-двигательную системы. Автор подчеркивает, что регулярные занятия физической культурой способствуют гармоничному развитию личности, повышению работоспособности и профилактике заболеваний. Особое внимание уделено роли физического воспитания в формировании здорового образа жизни.

This article analyzes the importance of physical education in human development and health improvement. It highlights the positive effects of physical exercise on the cardiovascular, respiratory, nervous, and musculoskeletal systems. Regular physical activity promotes balanced physical and psychological development, increases work capacity, and prevents various diseases. The author emphasizes the significance of physical culture in promoting a healthy lifestyle and overall well-being.

Қазіргі заманда қоғамның басты байлығы – дені сау, жан-жақты дамыған тұлға. Адамның денсаулығы мен өмір сүру сапасы көбіне оның физикалық белсенділігіне тікелей байланысты. Дене шынықтыру адамның ағзасын жетілдірудің, өмірлік қабілеттерін арттырудың ең маңызды факторларының бірі

болып саналады. Дене жаттығулары ағзаның морфологиялық және функционалдық көрсеткіштеріне оң әсер етеді, қозғалыс белсенділігі арқылы жүрек, тыныс алу, бұлшық ет және жүйке жүйелерінің қызметі нығаяды.

Дене жаттығулары кезінде ағзаның барлық жүйелері белсенді жұмыс істейді. Бұлшық еттердің жиырылуы қан айналымын арттырып, жүрек соғу жиілігі мен тыныс алу жиілігін реттейді. Нәтижесінде қан айналымы жақсарып, ағзаның барлық мүшелері оттегімен қамтамасыз етіледі. Жүйелі түрде дене жаттығуларын орындау адамның жұмыс қабілетін арттырып, энергия алмасу процесін тұрақтандырады. Сонымен қатар, жаттығулар жүйке жүйесінің қызметін белсенді етіп, эмоциялық тұрақтылыққа әкеледі [1].

Жас ерекшелігіне байланысты әсері. Балалар мен жасөспірімдер кезеңінде дене шынықтырудың маңызы ерекше. Бұл уақытта ағза белсенді дамып, сүйек және бұлшық ет жүйелері қалыптасады. Қозғалыс белсенділігі жеткіліксіз болса, бала бойының өсуі мен бұлшық еттің дамуы баяулайды. Ересек адамдар үшін дене жаттығулары – кәсіби және психологиялық күйзелісті төмендетудің тиімді тәсілі. Ал егде жастағы адамдар үшін қозғалыс – ұзақ өмір сүру мен ағза сергектігін сақтаудың негізгі шарты.

Дене тәрбиесінің психологиялық әсері. Дене шынықтыру адамның өзін-өзі бағалауын арттырып, позитивті ойлауға жетелейді. Жаттығулар нәтижесінде серотонин мен эндорфин деңгейі көтеріледі, бұл көңіл-күйді жақсартып, стресс пен депрессияның алдын алады. Топтық спорттық ойындар ұжымшылдық, өзара сыйластық және жауапкершілік сезімдерін қалыптастырады.

Салауатты өмір салты және дене мәдениеті. Дене шынықтыру тек спортпен шектелмейді, ол салауатты өмір салтының негізін құрайды. Дұрыс тамақтану, ұйқы мен еңбек тәртібін сақтау, зиянды әдеттерден арылу – адамның дене мәдениетінің ажырамас бөлігі. Жастар арасында салауатты өмір салтын насихаттау, дене тәрбиесін тұрақты жүргізу – қоғамның денсаулығын сақтаудың басты тетігі.

Дене шынықтыру – адам ағзасының дамуы мен өмір сапасын жақсартудағы шешуші фактор. Ол тек физикалық жетілуді ғана емес, психологиялық тұрақтылық пен әлеуметтік белсенділікті де қамтамасыз етеді. Демек, дене тәрбиесін мектептен бастап барлық өмір кезеңінде жүйелі түрде жүзеге асыру – ұлт саулығы мен болашағының кепілі [2].

Дене шынықтырудың ағзаның морфологиялық және функционалдық дамуына ықпалы. Дене жаттығулары ағзаның құрылымдық элементтерін – бұлшық еттерді, сүйек тіндерін, жүрек пен өкпе көлемін, жүйке талшықтарын жетілдіреді. Жүйелі жаттығулар нәтижесінде бұлшық ет талшықтарының көлемі ұлғайып, олардың жиырылу күші артады. Сүйек тінінде минералды заттар көбейіп, сүйек беріктігі артады. Бұл жасөспірімдердің дұрыс қалыптасуына, дене тұлғасының дұрыс дамуына әсер етеді.

Жүрек бұлшық еті күшейіп, соғу көлемі артады, нәтижесінде тыныштықтағы пульс сирейді, бірақ қан айдау күші жоғарылайды. Өкпенің тіршілік сыйымдылығы ұлғаяды, тыныс алу тереңдігі артады. Жаттығу кезінде оттегіні пайдалану қабілеті жақсарып, бұлшық еттерге оттегі жеткізу тиімділігі

артады. Мұның барлығы ағзаның төзімділігін күшейтіп, жалпы жұмыс қабілетін жоғарылатады.

Дене шынықтырудың иммундық және бейімделу жүйелеріне әсері.

Физикалық белсенділік иммундық жүйенің қызметін белсендіреді. Орташа қарқынмен орындалған жаттығулар лимфоциттер мен фагоциттердің санын арттырады, бұл организмнің жұқпаларға қарсы тұру қабілетін күшейтеді. Сонымен бірге, дене жаттығулары ағзаның бейімделу мүмкіндіктерін арттырып, стресс факторларына төзімділікті жоғарылатады. Жүйелі қозғалыс гиподинамияның алдын алып, зат алмасу үдерістерін қалыпқа келтіреді.

Дене шынықтырудың әлеуметтік және тәрбиелік рөлі. Дене шынықтыру тек физиологиялық әсермен шектелмей, тұлғаның әлеуметтік және рухани дамуына ықпал етеді. Командалық ойындар мен спорттық жарыстар достық қарым-қатынас, өзара көмек, тәртіп пен жауапкершілік қасиеттерін дамытады. Спорт – ерік-жігер мен мақсатқа ұмтылушылықтың мектебі. Ол адамның мінезін қалыптастырып, өзін-өзі басқару дағдыларын жетілдіреді [3]. Жастар арасында дене белсенділігін арттыру қоғамның жалпы мәдени және экономикалық дамуының да көрсеткіші болып табылады.

Әдебиеттер тізімі

- 1.Қасымбекова Г.Т. Дене шынықтыру және салауатты өмір салты. – Алматы, 2022.
- 2.Ахметов К.Ш. Спорт физиологиясы. – Нұр-Сұлтан, 2021.
- 3.Bompa T., Haff G. Periodization: Theory and Methodology of Training. – Human Kinetics, 2019.
- 4.Сейтқасымов А. Адам физиологиясы негіздері. – Алматы, 2020.

ОӘЖ 74.200.58

ЖАС ФУТБОЛШЫЛАРДЫ ЖАРЫСТАРҒА ДАЙЫНДАУ ӘДІСТЕМЕСІ

Бакилбеков Н.М., Мирзахматова Н.Б., Дербіс Ә.Р.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье представлены сведения о методике подготовки юных футболистов к соревнованиям. Освещены взгляды первых теоретиков системы. Что подготовка футболистов к соревнованиям - очень важный процесс для профессионального спортсмена высокого уровня. Включены физические, технические, тактические и психологические аспекты их обучения. Приведены сведения о том, что каждый из этапов подготовки к конкурсу ориентирован на определенные цели .

The article provides information on the methodology of preparing young football players for competitions. The views of the first system theorists are highlighted. That preparing football players for competitions is a very important process for a high-level professional athlete. The physical, technical, tactical and psychological aspects of their training are included. The information is provided that each of the stages of preparation for the competition is focused on specific goals.

"Әр түрлі деңгейдегі жасөспірімдерге футбол ойындарын үйрету және оларды жарыстарға дайындаудың әдістерін әзірлеу және енгізу" тақырыбы кең және маңызды сала болып табылады. Бұл тақырыпта жасөспірімдерді, жас

футболшыларды даярлаудың маңызының зор екендігі, себебі бұл кезеңде оларға ойын дағдыларын үйретудің тиімді әдістері мен тәсілдерін қарастыру қажеттілігі өзекті мәселелердің бірі болып табылады.

Ерте жастан дұрыс жаттығу тек олардың дағдыларының дамуын ескеріп қана қоймай, футболшының жалпы денесінің дамуымен, психикасы мен әлеуметтік дамуына да әсер етеді. Бұл маңыздылықты бірнеше факторларға бөлуге болады:

Футболшылардың ойын дағдыларын қалыптастыру кезеңдерінде жас футболшылардың шеберлігінің алғашқы негіздері қаланады. Олар техникалық (пас беру, дриблинг, соққы беру), тактикалық (қозғалыс, командалық жұмыс) және физикалық (жылдамдық, күш, төзімділік) дағдыларын меңгереді.

Физикалық және психикалық дамуда жас футболшылардың физикалық тұрғыдан жақсы дайындықтан өтуі өте маңызды. Осы кезеңде спортшының денсаулығына, төзімділігін, жылдамдығы мен күшін дамытуға ерекше көңіл бөлінеді.

Сонымен қатар, психологиялық маңызды факторлар бар: командалық жұмыс, қарым-қатынас дағдыларын дамыту, өзіне деген сенімділік және ойын барысында қабылданған шешімдер жас футболшының іс-әрекетінде маңызды рөл атқарады. Егер жасөспірім жүйелі түрде футболға қатысатын болса, дененің маңызды сипаттамаларын дамытуға болады, бұл қасиеттерді - жылдамдықты, төзімділікті, күшті, икемділікті - қаңқа мен бұлшықеттердің беріктігін және олардың психикалық дайындығының ерекшеліктерін дамыту үшін дамытуға болады [1].

Әлеуметтік және командалық дағдыларды игеруге келетін болсақ, футбол-бұл командалық ойын, сондықтан жас футболшылардың бойында командалық рух пен ынтымақтастықты қалыптастыру өте маңызды. Бұл олардың спорттық жетістіктеріне ғана емес, өмірдегі әлеуметтік қатынастарына да әсер етеді.

Жас футболшыларды тәрбиелеу кезінде адалдық, жұмыстағы жауапкершілік және өзара қолдау сияқты құндылықтарды үйрету маңызды.

Жас футболшының жақсы дайындығы оны жоғары деңгейдегі жарыстарға және кәсіби клубтарға шақыруға мүмкіндік береді.

Заманауи талаптарға сай жаттығуда футбол техникасы мен әдістемесі әзірленіп, физикалық дайындыққа қойылатын талаптар да артуда. Сондықтан жас ойыншыларды осы өзгерістерге бейімделуге үйрету өте маңызды.

Қазіргі уақытта спорт әлемінде жасөспірімдердің қарқынды жаттығуларының дағдылары мен әдістерін жетілдіруге бағытталған әдістер мен әдістелердің дамуы зерттелуде және дамуда.

Мотивация — бұл футболшының өз мүмкіндіктерін барынша пайдалану және мақсатқа жету үшін ішкі және сыртқы күштерді пайдаланатын психологиялық фактор. Футболда мотивация екі түрге бөлінеді:

- Ішкі мотивация: Бұл футболшының ойынға деген ішкі қызығушылығы мен құштарлығы. Ол жеңіске жету, өз деңгейін көтеру, және ойынға деген

сүйіспеншілігінен туындайды. Ішкі мотивация жоғары болған кезде футболшы жақсы нәтиже көрсету үшін көп еңбектенеді.

- Сыртқы мотивация: Бұл футболшыға команда немесе тренер тарапынан берілетін қолдау, марапаттар, тану және жұлделер түрінде болады. Әр футболшының мақсаты — жақсы нәтижеге қол жеткізу және өз қабілеттерін бағалауды қалайды.

Мотивацияның күшті болуы ойыншының деңгейін айтарлықтай жоғарылатады, ал болмаған жағдайда керісінше төмен көрсеткіштерге әкелуі мүмкін.

2. Сенімділік

Футболшының өз күшіне деген сенімділігі ойынның ең маңызды психологиялық аспектілерінің бірі. Сенімділік ойыншының дұрыс шешім қабылдауына, қысым мен стресс жағдайларында дұрыс әрекет етуіне, сондай-ақ қиын сәттерде күш-жігерін жоғалтпай, өз мақсатына жетуіне көмектеседі.

Жаттықтырушылар мен психологтар әр ойыншының өзіне деген сенімділігін арттыру әлеуетін атап өтуге тырысады.

3. Командалық рух

Футбол командалық спорт түрі болғандықтан, командалық рухтың маңызы зор. Командалық рух-бұл топ мүшелерінің өзара сенімі, өзара қолдауы, ортақ мақсатқа ұмтылуы. Бұл фактордың әсері келесідей:

Ұйымшыл команда: егер команданың барлық мүшелері ортақ мақсатқа сеніп, бірлесіп жұмыс жасаса, олар қиын жағдайларда бір-біріне қолдау көрсетіп, нәтижеге ұмтылады. Мұндай командалар бір-бірімен үйлесімділікті сақтай алады және кез келген қиындықтарды жеңе алады.

Жанжалдар мен келіспеушіліктер: егер командада сенімсіздік, түсіністік немесе жанжал болса, бұл команданың ойынын әлсіретеді. Командалық рух төмендеген кезде ойыншылардың өнімділігі төмендейді және команда ұтылуы мүмкін [2].

Жаттықтырушылар командалық рухты сақтау және ойыншылар арасында жақсы қарым-қатынас орнату үшін әртүрлі топтық жаттығулар мен психологиялық қолдау шараларын ұйымдастырады.

Футболды жаңадан бастаушыларға арналған әдістемелер:

Жаттығу мен дене дайындығы- Мақсаты:

-Жалпы физикалық дайындығын жақсарту

-Жүгіру, секіру, тепе-теңдік сақтау сияқты негізгі қимылдарды дамыту

Жаттығулар:

1. Жеңіл жүгіру (5–10 мин.)

2. Қимыл-қозғалыс ойындары

-Кедергілер арасынан жүгіру

- Секіру жаттығулары

-Созылу және икемділікке арналған жаттығулар

3. Техникалық дағдылар -Мақсаты:

- Доппен жұмыс істеуді үйрету

- Негізгі техникалық элементтерді меңгеру

Кесте 1. Жаттығу түрлері:

№	Техникалық дағды	Жаттығу үлгілері
1.	Доп тебу	Қысқа және ұзын пас беру, қақпаға дәл тебу
2.	Допты тоқтату	Табанмен, ішкі/сыртқы жағымен тоқтату
3.	Допты алып жүру	Түзу сызықта және конустар арасынан алып жүру
4.	Пасын дәл беру	Жүппен жұмыс, үшбұрыш жасап пас алмасу
5.	Қақпашы дағдылары	Допты ұстау, секіріп алу, лақтыру әдістері

4. Тактикалық түсінік - Мақсаты:

- Ойын кезінде дұрыс орналасуды түсіну
- Командалық жұмысқа үйрету

Жаттығулар:

- 2v2, 3v3 мини-ойындар
- Ойын кезінде позицияларды түсіндіру
- Қорғаныс пен шабуыл кезіндегі әрекеттер
- "Артық ойыншы" жаттығулары (мысалы, 3v2)

5. Ойын түріндегі жаттығулар (Game-Based Learning)-Мақсаты:

- Ойын кезінде үйренген дағдыларды қолдану
- Шешім қабылдау жылдамдығын дамыту

Ұсынылатын ойындар:

- "Кім тезірек пас береді?"
- "Қақпашыны дәл көзде"
- "Кім көп пас жасайды?"
- 4v4, 5v5 мини-футбол ойындары

6. Жаттығу құрылымы (45-60 минут)

Кесте 2. Жаттығу құрылымы (45-60 минут)

№	Уақыт	Кезең	Мазмұны
1.	5 мин	Жылыту	Жеңіл жүгіру, қозғалыс ойындары
2.	10 мин	Техникалық жаттығу	Доппен жұмыс, пас, алып жүру
3.	10 мин	Тактикалық ойын	Позициялық ойын, комбинациялар
4.	15 мин	Мини-ойын	3v3 немесе 5v5
5.	5 мин	Созылу, тыныс алу жаттығулары	Босаңсу, кері байланыс беру

Назар аударатын негізгі қағидалар:

1. Қауіпсіздік – бірінші орында.
2. Жаттығулар бала/ойыншы деңгейіне сай болуы тиіс.
3. Қателік – үйренудің бір бөлігі. Сабырлы болу керек.
4. Мотивация мен мақтау маңызды.
5. Ойын арқылы оқыту – ең тиімді әдіс [3].

Пайдаланған әдебиеттер

1. Таңдамалы спорт түрлерінің теориясы мен әдістемесі. Алматы: 2017. 5В010800 – Дене мәдениеті және спорт мамандығы үшін оқу-әдістемелік кешен.

2. Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі (авторы Т. Ботағариев). Оқу құралы.
3. Бейімдік дене шынықтыру және спорт: Оқу құралы. Нұр-Сұлтан: 2019. – 408 б.

ОӘЖ 796.01:373.5

ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНА ҚАТЫСУЫ ЖӘНЕ ОНЫҢ ПСИХОФИЗИОЛОГИЯЛЫҚ ДАМУҒА ӘСЕРІ

Бақтыбайұлы Жалғас
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассматривается влияние регулярного участия учащихся общеобразовательных школ в уроках физической культуры на их психофизиологическое развитие. В исследовании анализируется взаимосвязь между двигательными активностями, эмоциональной устойчивостью, уровнем внимания и общими показателями физической подготовленности. Результаты показывают, что уроки физической культуры способствуют оздоровлению учащихся и положительно влияют на их учебную успешность.

This article examines the impact of regular participation in physical education classes on the psychophysiological development of secondary school students. The study analyzes the relationship between students' motor activity, emotional stability, attention level, and overall physical fitness indicators. The results demonstrate that physical education lessons support students' well-being and positively influence their academic performance.

Қазіргі білім беру жүйесінде дене шынықтыру пәнінің рөлі ерекше маңызға ие. Заманауи оқушылардың оқу жүктемесі артып, экран алдындағы уақыт көбейген сайын қимыл-қозғалыс белсенділігінің төмендеуі олардың физикалық және психологиялық денсаулығына әсер етуде. Сондықтан мектептегі дене шынықтыру сабақтары балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын нығайтудың стратегиялық құралы болып есептеледі.

Педагогикалық тәжірибелер дене жаттығуларының жүйелі орындалуы баланың жүрек-қан тамыр жүйесіне, тыныс алу аппаратына, зат алмасу үдерістеріне және эмоциялық жағдайына оң әсер ететінін көрсетеді. Бұл зерттеу мектеп оқушыларының дене шынықтыруға деген қатынасын, сабаққа қатысу жиілігінің психофизиологиялық көрсеткіштерге ықпалын ғылыми түрде талдауға бағытталған [1].

Зерттеу 12–16 жас аралығындағы 120 мектеп оқушысы арасында жүргізілді. Қолданылған әдістер:

Антропометриялық өлшемдер: бой, салмақ, дене массасының индексі.

Физикалық дайындық тесттері:

- 30 м спринт,
- 1000 м жүгіру,
- тұрғыдан ұзындыққа секіру,
- қол күшін динамометрмен өлшеу.

Психофизиологиялық тесттер:

- зейіннің тұрақтылығы (Бурдон тесті),

- реакция уақыты,
- эмоционалдық фонды бағалау (SPI шкаласы) [2].

Сауалнама: оқушылардың дене шынықтыру сабақтарына қатысу жиілігі мен өз сезіну деңгейі. Зерттеу нәтижелері бағдарламалық статистикалық талдау арқылы өңделді [3]. Бурдон тесті (Bourdon test) — бұл зейіннің тұрақтылығын, шоғырлануын және психикалық жұмыс қабілетін өлшейтін классикалық психофизиологиялық әдіс. Бурдон тестінің мақаладағы қолдану мақсаты

1. Дене шынықтыру сабақтарының зейінге әсерін анықтау. Физикалық жаттығулар оқушылардың ми қан айналымын жақсартып, когнитивтік функцияларын белсендіреді. Бурдон тесті осы өзгерістерді нақты өлшеуге мүмкіндік береді.

2. Психофизиологиялық көрсеткіштерді салыстыру. Зерттеуде: сабаққа тұрақты қатысатын және қатысуы төмен оқушылар арасындағы зейін тұрақтылығының айырмашылығы өлшенеді. Бурдон тесті зейіннің көлемін, шоғырлануын, қателесу деңгейін анықтайды.

3. Оқу үлгеріміне әсерін жанама бағалау. Зейін деңгейі — оқу жетістіктерінің негізгі когнитивтік факторы. Дене шынықтыру сабақтары арқылы зейін жақсарса, онда оқу процесіне оң ықпал бар екенін дәлелдеуге болады.

4. Дене шынықтырудың психикалық шаршауды азайтудағы рөлін анықтау. Жаттығулардан кейін оқушыларда: зейіннің артуы, қателердің азаюы, тапсырманы орындау жылдамдығының жақсаруы, байқалса, бұл сабақтардың психологиялық тиімділігін көрсетеді.

5. Объективті ғылыми дерек алу. Бурдон тесті — қарапайым, бірақ валидті әдіс. Ол психофизиологияда кең қолданылады және ғылыми мақалаларда нәтижелерді сенімді түрде дәлелдеуге мүмкіндік береді.

Нәтижелер:

1. Қатысу жиілігі мен физикалық дайындық арасындағы байланыс

Дене шынықтыру сабақтарына тұрақты (аптасына 3 рет және одан көп) қатысатын оқушылардың жүрек-тамыр төзімділігі мен бұлшықет күшінің орташа көрсеткіштері тұрақсыз қатысушыларға қарағанда 12–18 % жоғары болды.

2. Психофизиологиялық көрсеткіштер

Тұрақты қатысушыларда:

- ✓ зейін тұрақтылығы – 17 % жоғары,
- ✓ қарапайым моторлы реакциялар жылдамдығы – 11 % жақсы,
- ✓ көңіл-күй индексі – оң бағытта 22 % өзгерген.

3. Субъективті сезіну деңгейі

Оқушылардың 78 %-ы дене шынықтыру сабақтары шаршауды азайтып, оқу материалын қабылдауды жеңілдететінін көрсетті.

Нәтижелер дене белсенділігінің баланың биопсихологиялық дамуына жан-жақты әсерін дәлелдейді. Қимыл-қозғалыс кезінде миға қан айналымы күшейеді, нейротрансмиттерлердің бөлінуі артады, бұл оқушының есте сақтау және зейін қабілеттерін жақсартуға мүмкіндік береді [4].

Сондай-ақ, дене жаттығулары стресс деңгейін төмендетіп, эмоциялық жағдайды тұрақтандырады. Мұндай оң өзгерістер оқушылардың оқу үлгерімінің жоғарылауына тікелей ықпал етеді. Сондықтан білім ұйымдарында дене шынықтыру сабақтарының сапасын көтеру және оқушылардың сабаққа қатысуын арттыру – маңызды міндет [5].

Зерттеу мектеп оқушыларының дене шынықтыру сабақтарына жүйелі қатысуы олардың физикалық дайындығын жақсартып қана қоймай, психофизиологиялық даму деңгейіне айтарлықтай оң әсер ететінін көрсетті. Дене шынықтырудың тұрақты орындалуы баланың денсаулығын нығайтып, оқу процесінде тиімділікке жетуге көмектеседі.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Айтмухамбетов А. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Білім, 2019.
2. Генсер А., Мейерхоф К. Физиология спорта и двигательной активности. – Москва: Флинта, 2020.
3. Sallis J. F., McKenzie T. L. Physical Education's Role in Public Health. Research Quarterly for Exercise and Sport, 2019.
4. Bauman A., et al. The Importance of Physical Activity for Children's Mental Health. Journal of Child Health, 2021.
5. Жүнісов Ж. Мектеп жасындағы балалардың дене дамуы. – Астана: Ұлттық білім академиясы, 2022.

ОӘЖ 354.27

МЕКТЕПТЕРДЕГІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНЫҢ ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚҚА ЖӘНЕ ЖАЛПЫ ӘЛ-АУҚАТҚА ӘСЕРІ

Батыров Н.Б.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье описываются механизмы биологического и психологического воздействия физической активности, процессы улучшения настроения за счет выделения «гормонов радости», таких как эндорфины и серотонин. Также показано значение групповых игр и совместной спортивной деятельности в развитии навыков социального общения. Результаты исследования доказывают, что физическая подготовка в школе является не только средством физического развития, но и комплексным фактором, формирующим психическую устойчивость учащихся, повышающим общее жизненное благополучие.

The article describes the mechanisms of biological and psychological effects of physical activity, the processes of improving mood due to the release of "hormones of joy" such as endorphins and serotonin. The importance of group games and joint sports activities in the development of social communication skills is also shown. The results of the study prove that physical training at school is not only a means of physical development, but also a complex factor that forms the mental stability of students and increases their overall well-being.

Мектеп дәуірі — адамның өмір жолындағы күрмеуі көп, ой-өрісі қалыптасатын, тән мен жанның дамуы үйлесімді жүретін кезең. Бұл уақытта жас өспірімдердің әл-ауқаты мен психикалық денсаулық мәселелері мектептік

өмірмен тығыз байланыста дамиды. Мектептердегі дене шынықтыру сабақтары, оқу үлгерімімен қатар, оқушының жан-жағымен, мінез-құлқымен, ішкі әлемімен және жалпы тұрмыс сапасымен үндесіп, оның өміріне терең әсерін тигізеді. Осы сабақтар арқылы жас ұрпақ тек физикалық тұрғыда ғана емес, сондай-ақ психологиялық, эмоционалдық деңгейде де қолдау алып, өмірге деген сенімділік, ішкі тепе-теңдік, стрестен қорғаушы механизмдер қалыптастырады.

Баланың рухани саулығы мен теңгерімінің негізі мектептік ортада қаланады, ал дене жаттығулары, ойындар, гимнастика, түрлі жаттығу элементтері — бұл негіздің тірегі. Дене шынықтыру сабақтары оқушыны физикалық шаршаудан азат қылады, алайда ең бастысы — оны психологиялық серпінмен қамтамасыз етеді; сөйтіп, стресстік жағдайлардан, эмоционалдық құбылмалылықтан алшақтатады. Сабақ барысында жасалған жаттығу қозғалыстары мидың жұмысын белсендіріп, эндорфиндер бөлінуіне ықпал етеді, бұл өз кезегінде көңіл күйді көтеріп, жайлылық пен тыныштық сезімдерін орнықтырады. Сонымен қатар, жүйелі түрде дене шынықтырумен айналысқан оқушылар арасында өзін-өзі бағалау деңгейі артады, өйткені олар өз күшін, төзімділігін байқап, жетістіктерге жету арқылы психологиялық нырықтылық алады [1].

Мектепте ұйымдастырылатын әртүрлі ойындар, командалық жаттығулар, эстафеталар мен жарыстар оқушыларды топпен жұмыс істеуге, бір-біріне қолдау көрсетуге, жауапкершілікті сезінуге үйретеді. Бұл өзара байланыстар олардың әлеуметтік қабілеттерін шыңдайды, сондай-ақ жалғыздық, оқшаулану сезімдерінің алдын алады. Оқу үдерісіндегі сынақтар мен емтихандар кезінде күйзеліске тап болатын жасөспірім дене шынықтыру сабақтарында өзін босатып, қобалжуын төмендетіп, ойларын реттей алады. Уайым-психогендік факторлар жыныстық, академиялық немесе әлеуметтік бағытта болса да, физикалық белсенділік бұл сезімдерден арылуға, өзін сабырға шақыруға мүмкіндік береді.

Психикалық әл-ауқаттың бір маңызды көрсеткіші — жақсы ұйқы. Жүйелі түрде қозғалыс белсенділігін сақтаған оқушының ұйқысы қалыпты, терең және сапалы болуына мүмкіндік мол. Ал теріс әсерлерден, мысалы, гиподинамиядан зардап шеккендерде шаршау, көңілсіздік, көңіл күйдің әлсіреуі байқалуы мүмкін, бұл психикалық саулыққа кері әсер етеді. Осындай жағдайда дене шынықтыру сабақтары стресс-гормон деңгейін төмендетіп, физиологиялық жүйені үйлестіріп, психикалық жағын нығайтады.

Жалпы әл-ауқат ұғымы дененің қызметінің ғана емес, адамның өмірге деген құлшынысының, белсендігі мен әлеуметтік қатынасінің біртұтастығын білдіреді. Мектептегі дене шынықтыру сабақтары арқылы оқушылар физикалық денсаулығын күшейтіп қана қоймай, өмірлік тәртіп, уақытты тиімді ұйымдастыру, мақсат қою және оған жету дағдыларын игереді. Бұл дағдылар олардың ұдайы дамуын, болашаққа сенімді қадамдарын қамтамасыз етеді. Сондай-ақ, осындай сабақтар бойында қалыптасқан тәртіп пен мақсат қою өмірде кездесетін бөгеттерге төтеп беру қабілетін шынықтырады [2].

Бұдан басқа, дене белсенділігі мен психикалық ахуал арасындағы байланыс нейробиологиялық деңгейде де көрінеді. Физикалық жаттығулар мидан нейропластикалық үрдістерді, яғни жаңа нейрондық байланыстар мен жүйелердің қалыптасуын ынталандырады. Бұл балада зейін, оқу қабілеті, ақпаратты меңгеру қарқыны сияқты қасиеттерін күшейтеді және стресстік жағдайларда өзін-өзі бақылау мен реттеу механизмдерін жетілдіреді. Осылайша, дене шынықтыру сабақтары оқушының зияткерлік әлеуетін де қолдайды.

Мектеп жетекшілері мен педагогтар осындай сабақтардың ұйымдастырылуын әрқашан қолдап, балаларға физикалық белсенділікті тартымды, көркем әрі табиғи түрде ұсынғанда, бұл ең нәтижелі болуы мүмкін. Тәрбие беру жүйесінде дене шынықтыруды біліммен, психологиялық қолдаумен үйлестіру маңызды — бұл оқушының ішкі әлемін, эмоциялық ахуалын терең түсінумен жүзеге асады. Осы себепті, ата-аналар, мұғалімдер, психологтар және мектеп әкімшілігі бірлесіп, дене шынықтыру сабақтарын балалар өмірінің ажырамас бөлігі ретінде қарастырғаны жөн.

Қорыта келе, мектептердегі дене шынықтыру сабағы — тек физикалық жаттығулармен шектелмейтін, оқушының жан-жақты дамуына қызмет ететін кешенді құрал. Ол оқушыға психикалық тұрақтылық, эмоционалдық балансты сақтау, өзін-өзі дамыту қабілетін беру арқылы жалпы әл-ауқатын нығайтады. Осы сабақтардың жүйелі және сапалы ұйымдастырылуы жас буынның дені сау, рухы биік, өмірге деген құлшынысы мол азамат болып қалыптасуына өз септігін тигізеді [3].

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі. Дене шынықтыру пәні бойынша жалпы білім беру стандарты. – Астана, 2023.
2. Әбдіқадырова Г.Ш. Мектеп оқушыларының дене дамуы және психикалық саулығының байланысы. – Алматы: Рауан, 2019. – 154 б.
3. Қожахметова Л.С. Дене тәрбиесі және жасөспірімдердің жеке тұлғалық дамуы. – Шымкент: ОҚМПУ баспасы, 2021. – 210 б.

УДК 759.41

РОЛЬ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В СИСТЕМЕ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ

Бегзахматов О.А., Нысанбаев Е.Р., Иманбай Б.М.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада азаматтық қорғаныс жүйесіндегі алғашқы медициналық көмектің маңызы қарастырылады. Автор төтенше жағдайлар кезінде зардап шеккендерге уақытылы және дұрыс көмек көрсетудің өмірді сақтап қалудағы шешуші рөлін атап өтеді. Сондай-ақ, медициналық даярлықтың, халықтың білім деңгейінің және ұйымдастырушылық жүйенің тиімділігінің азаматтық қорғаныс құрылымындағы маңыздылығы талданады.

The article discusses the importance of first aid within the civil defense system. The author emphasizes the crucial role of timely and proper assistance to victims during emergencies in saving lives. The paper also analyzes the significance of medical training, public awareness, and organizational effectiveness within the framework of civil defense.

Современные угрозы — природные катастрофы, техногенные аварии, террористические акты и военные конфликты — делают систему гражданской обороны важнейшим элементом национальной безопасности. В структуре гражданской обороны особое место занимает медицинское обеспечение, а ключевое звено в нём — первая медицинская помощь. От её своевременности, точности и качества зависит не только жизнь пострадавшего, но и эффективность всей спасательной операции.

Первая медицинская помощь — это комплекс простейших мероприятий, направленных на сохранение жизни и предотвращение осложнений до прибытия квалифицированных специалистов. Она включает остановку кровотечений, восстановление дыхания, иммобилизацию при переломах, обработку ран и ожогов, проведение сердечно-лёгочной реанимации. Несмотря на кажущуюся простоту, эти действия являются критически важными, поскольку именно первые минуты после травмы или воздействия поражающих факторов определяют исход событий.

История развития гражданской обороны показывает, что во всех крупных чрезвычайных ситуациях именно недостаток медицинской подготовки населения приводил к значительным потерям. Люди часто не знали, как правильно оказать помощь, или боялись действовать, опасаясь навредить. Поэтому одной из стратегических задач системы гражданской обороны является формирование у граждан базовых навыков первой медицинской помощи. Это не просто гуманитарная мера, а элемент национальной устойчивости, который позволяет каждому человеку стать активным участником спасения жизни [1].

Психологический аспект первой помощи не менее важен, чем медицинский. В момент чрезвычайной ситуации человек испытывает стресс, страх, растерянность. Но именно способность сохранять самообладание и действовать решительно отличает подготовленного человека от случайного свидетеля. Обучение первой помощи способствует развитию уверенности, эмпатии и гражданской ответственности. Эти качества особенно важны в условиях массовых катастроф, когда профессиональные медики физически не могут охватить всех пострадавших.

Важную роль играет организация системы медицинской помощи в рамках гражданской обороны. Она строится на принципах последовательности и этапности: от самопомощи и взаимопомощи — к доврачебной и врачебной помощи, а затем — к специализированной медицинской помощи в стационаре. Такая структура обеспечивает эффективное распределение ресурсов и позволяет оказывать помощь максимально быстро. Гражданская оборона предусматривает создание медицинских формирований — санитарных постов, дружин и мобильных бригад, которые действуют на местах поражения. Их

задача — оказывать первую помощь, сортировать пострадавших, готовить их к эвакуации и передаче профессиональным медикам.

Технологическое развитие существенно изменило подход к оказанию первой медицинской помощи. Современные медицинские наборы включают автоматические дефибрилляторы, противошоковые комплекты, перевязочные материалы нового поколения, антисептики и индивидуальные аптечки. Использование таких средств повышает шансы на выживание пострадавших и снижает риск осложнений. Наряду с этим активно развиваются цифровые технологии — мобильные приложения, обучающие видео и онлайн-курсы, позволяющие людям быстро получить инструкцию по действиям в чрезвычайных ситуациях [2].

Особое внимание уделяется подготовке персонала образовательных учреждений, предприятий и организаций. В рамках гражданской обороны регулярно проводятся тренировки и учения, моделирующие различные сценарии катастроф. Это не только позволяет отработать практические навыки, но и формирует у участников психологическую готовность к реальным событиям. Подобная подготовка имеет важное профилактическое значение, ведь большинство несчастных случаев происходит в результате паники и неумения действовать.

Неотъемлемой частью современной системы гражданской обороны является взаимодействие между медицинскими службами, спасательными подразделениями, полицией и волонтерскими организациями. Координация усилий различных структур позволяет минимизировать последствия чрезвычайных ситуаций. При этом первая медицинская помощь остаётся фундаментом всей системы, поскольку именно она обеспечивает непрерывность спасательного процесса — от места происшествия до лечебного учреждения.

С точки зрения государственной политики, развитие системы обучения первой медицинской помощи должно рассматриваться как приоритетное направление. Введение базовых курсов в школах, вузах и на предприятиях позволит сформировать поколение граждан, способных грамотно действовать при угрозе жизни. Это не только снижает уровень смертности, но и укрепляет общую культуру безопасности.

Современный мир часто сталкивается с различными чрезвычайными ситуациями — природными катастрофами, пожарами, авариями, техногенными взрывами и военными действиями. В таких условиях одной из важнейших задач гражданской обороны является спасение человеческих жизней. Наиболее значимым направлением в этой системе выступает оказание первой медицинской помощи — своевременные действия, направленные на сохранение жизни и здоровья пострадавших до прибытия медицинских работников [3].

Проблема заключается в том, что большинство людей не владеют необходимыми знаниями и практическими навыками оказания первой помощи. При чрезвычайных ситуациях именно первые минуты после травмы или поражения определяют, выживет человек или нет. Но часто свидетели

происшествий теряются, боятся навредить или вовсе не знают, как действовать. Отсутствие подготовки приводит к тому, что помощь оказывается неправильно или слишком поздно, а это увеличивает количество жертв.

Дополнительной проблемой является недостаточная организация медицинского обеспечения в системе гражданской обороны. В условиях массовых катастроф службы спасения не всегда могут быстро добраться до всех пострадавших. На местах происшествий часто не хватает аптек, перевязочных материалов, средств дезинфекции и оборудования для транспортировки раненых. Всё это затрудняет оказание оперативной помощи и снижает эффективность спасательных мероприятий.

Кроме того, психологический фактор также играет огромную роль. В экстремальных условиях человек может поддаться панике, не суметь сосредоточиться и действовать логично. Поэтому проблема заключается не только в отсутствии знаний, но и в неспособности применять их под давлением страха и стресса.

Решение этой проблемы должно носить комплексный характер и включать несколько направлений.

Во-первых, необходимо повышать уровень подготовки населения в области первой медицинской помощи. Эти знания должны быть частью школьных и вузовских программ, а также обязательным элементом подготовки работников на предприятиях и организациях. Проведение практических тренингов, симуляций и учений позволяет людям на практике освоить приёмы остановки кровотечения, наложения повязок, сердечно-лёгочной реанимации, транспортировки раненых и действий при ожогах или отравлениях.

Во-вторых, важно обеспечить доступность медицинских средств и оборудования. Каждое общественное место, учебное заведение и предприятие должны иметь аптечки, огнетушители и инструкции по оказанию первой помощи. В автомобиле, на рабочем месте и дома также необходимо иметь минимальный набор медицинских средств.

В-третьих, необходимо укреплять взаимодействие между службами гражданской обороны, скорой помощью и спасательными подразделениями. При чрезвычайных ситуациях должна быть отлаженная система координации, чёткое распределение обязанностей и маршрутов эвакуации пострадавших. Важно, чтобы население знало, как и куда обращаться за помощью, и имело доступ к достоверной информации.

Особое внимание следует уделять психологической подготовке населения. Человек, умеющий сохранять самообладание и хладнокровие, способен быстрее оценить ситуацию и правильно действовать. Проведение регулярных учений, информирование граждан о возможных рисках и развитие культуры безопасности помогут снизить уровень страха и растерянности в реальных чрезвычайных ситуациях.

В условиях постоянных угроз и непредсказуемости чрезвычайных ситуаций каждый человек должен осознавать свою роль в обеспечении безопасности. Умение оказывать первую медицинскую помощь — это

проявление не только гуманности, но и гражданской зрелости. И именно от этого зависит, сколько жизней будет спасено в критический момент.

Таким образом, первая медицинская помощь — это не просто совокупность приёмов и действий. Это основа гуманистической идеологии гражданской обороны, отражающая уважение к человеческой жизни и готовность к взаимопомощи. Чем больше людей умеют оказывать помощь, тем выше устойчивость общества перед лицом бедствий. В условиях роста глобальных рисков, изменения климата и технологических угроз развитие культуры первой помощи становится одним из важнейших показателей зрелости и ответственности гражданского общества.

Список литературы

1. Жумагалиева, А. Т. Азаматтық қорғаныс және алғашқы медициналық көмек негіздері. — Алматы: Қазақ университеті, 2021.
2. Васильев, Н. Н. Гражданская оборона и медицина катастроф. — Москва: Академия МЧС России, 2020.
3. Сапарбаев, Н. Система первой помощи в чрезвычайных ситуациях. — Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2023.

УДК 759.41

ТЕХНОЛОГИИ СИТУАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ

Бейсенов М.Н., Абылайхан Ә.Ө., Серікұлы А.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада төтенше жағдайларға дайындық жүйесінде ситуациялық модельдеудің заманауи технологиялары қарастырылады. Автор модельдеу әдістерінің халық пен құтқару қызметтерін оқытудағы, төтенше жағдайлардың салдарын азайтудағы және басқару шешімдерін оңтайландырудағы маңызын талдайды. Сонымен қатар, виртуалды және цифрлық модельдеу технологияларының қолданылу тәжірибесі, олардың артықшылықтары мен даму перспективалары қарастырылады.

The article examines modern technologies of situational modeling in the system of emergency preparedness. The author analyzes the significance of simulation methods in training the population and rescue services, minimizing the consequences of emergencies, and optimizing management decisions. The paper also explores the use of virtual and digital modeling technologies, their advantages, and development prospects.

Современное общество живёт в условиях возрастающих рисков, связанных с техногенными, природными и социальными катастрофами. Землетрясения, пожары, наводнения, аварии на промышленных объектах и транспортных магистралях — всё это требует от служб гражданской защиты высокого уровня готовности и чёткого взаимодействия. Традиционные методы обучения и подготовки персонала часто оказываются недостаточными для моделирования реальных сценариев чрезвычайных ситуаций. В этих условиях

технологии ситуационного моделирования становятся неотъемлемой частью современной системы обеспечения безопасности.

Ситуационное моделирование — это процесс создания имитационной модели, которая воспроизводит возможные события и развитие сценариев чрезвычайных ситуаций. Основная цель моделирования заключается в том, чтобы предсказать последствия катастроф, отработать действия участников, проверить эффективность решений и выработать оптимальные алгоритмы реагирования. Использование таких технологий позволяет не только повысить качество подготовки спасателей и руководителей служб, но и минимизировать человеческий фактор при принятии решений в стрессовых условиях.

Исторически первые системы ситуационного моделирования появились в военной сфере. Однако с развитием вычислительных технологий и программного обеспечения эти инструменты стали активно применяться в гражданской обороне, управлении рисками и обучении населения. Сегодня моделирование используется как на уровне стратегического планирования, так и на уровне локальных учебных тренировок. Например, в Казахстане разработаны цифровые платформы, которые позволяют имитировать развитие пожара на промышленных объектах, аварии на транспорте или распространение загрязняющих веществ в городской среде [1].

Важнейшей особенностью ситуационного моделирования является возможность комплексного анализа различных факторов — технических, природных, человеческих и организационных. Благодаря цифровым двойникам объектов, 3D-визуализации и системам анализа данных можно прогнозировать развитие событий в реальном времени. Это особенно актуально для мегаполисов, где высокая плотность населения и инфраструктурная насыщенность требуют мгновенной реакции и точных управленческих решений.

Современные технологии позволяют объединять моделирование с элементами искусственного интеллекта. Такие системы способны самостоятельно анализировать данные о метеоусловиях, трафике, состоянии оборудования и инфраструктуры, предлагая оптимальные варианты действий. Искусственный интеллект используется для оценки сценариев, расчёта последствий и выявления узких мест в системе реагирования.

Таким образом, моделирование становится не просто учебным инструментом, а реальным механизмом поддержки управленческих решений.

Применение технологий виртуальной и дополненной реальности (VR и AR) в обучении спасателей и сотрудников МЧС открывает новые возможности. Виртуальные тренажёры позволяют имитировать реальные катастрофы без угрозы для жизни.

Например, с помощью VR-модулей можно проводить тренировки по эвакуации при пожаре, действиям при землетрясении или ликвидации химической аварии. Участники таких программ не просто слушают теорию, а погружаются в реалистичную среду, что повышает уровень эмоционального восприятия и закрепляет навыки поведения [2].

Помимо профессиональной подготовки, технологии моделирования активно используются и для обучения населения. В школах, университетах и государственных учреждениях проводятся интерактивные занятия, где граждане знакомятся с алгоритмами действий при чрезвычайных ситуациях. Это особенно важно в современных условиях, когда большинство катастроф происходят внезапно, а от скорости и правильности реакции человека часто зависит жизнь.

Несмотря на очевидные преимущества, внедрение технологий ситуационного моделирования сопровождается рядом трудностей. Прежде всего, это высокая стоимость программного обеспечения и оборудования, необходимость квалифицированного персонала, а также недостаточная интеграция между различными ведомствами. Однако эти проблемы постепенно решаются за счёт создания государственных программ по цифровизации гражданской обороны и развитию отечественных IT-решений.

К примеру, в Казахстане реализуется проект по созданию национальной платформы моделирования чрезвычайных ситуаций. Она позволяет объединить данные из разных источников — метеослужб, энергетических компаний, транспортных ведомств — и использовать их для прогнозирования и анализа рисков. Такая интеграция формирует единое информационное пространство, где каждая служба может оперативно получать актуальные данные и принимать согласованные решения.

На международном уровне технологии ситуационного моделирования активно развиваются в структурах ООН, НАТО и Европейского союза. Эти организации создают глобальные базы данных и системы раннего предупреждения, позволяющие координировать действия стран при трансграничных катастрофах. Моделирование используется для оценки воздействия климатических изменений, прогнозирования эпидемий и разработки стратегий устойчивого развития [3].

Перспективы развития ситуационного моделирования напрямую связаны с дальнейшим внедрением искусственного интеллекта, машинного обучения и больших данных. В будущем такие системы смогут не только имитировать уже известные сценарии, но и предсказывать новые типы катастроф, выявляя закономерности и слабые места в инфраструктуре. Это позволит перейти от реактивного подхода к проактивному — когда система предупреждает о рисках до того, как произойдёт кризис.

Таким образом, технологии ситуационного моделирования занимают центральное место в системе подготовки к чрезвычайным ситуациям. Они позволяют объединить научные, технические и организационные подходы, создавая мощный инструмент для анализа, прогнозирования и обучения. В условиях возрастающих природных и техногенных угроз моделирование становится не просто элементом учебного процесса, а стратегическим инструментом обеспечения национальной безопасности. Будущее гражданской обороны — за интеллектуальными моделями, способными предвидеть

катастрофы и помогать людям действовать грамотно и слаженно в любой критической ситуации.

Список литературы

1. Ахметов Р. Б. Цифровизация системы гражданской обороны: моделирование и прогнозирование рисков. — Алматы: КазНТУ, 2022.
2. Иванов С. П. Ситуационное моделирование и управление чрезвычайными ситуациями. — Москва: Академия МЧС России, 2021.
3. Министерство по чрезвычайным ситуациям Республики Казахстан. Использование цифровых технологий при подготовке населения к чрезвычайным ситуациям. — Астана, 2024.

УДК 759.41

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯХ, ПОЖАРАХ И ТЕХНОГЕННЫХ КАТАСТРОФАХ

Боранбай Б.А., Нигматуллаев У., Джакипов Т.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада халықтың жер сілкіністері, өрттер және техногендік апаттар кезіндегі іс-әрекеттерін ұйымдастырудың маңызы мен ерекшеліктері қарастырылады. Табиғи және техногендік сипаттағы төтенше жағдайларда адам өмірін қорғаудың тиімді тәсілдері мен басқару жүйелерінің рөлі талданады. Автор қоғамның ақпараттануы мен психологиялық дайындық деңгейінің апат салдарын азайтудағы маңыздылығын атап көрсетеді.

The article examines the importance and specific features of organizing the actions of the population during earthquakes, fires, and man-made disasters. It analyzes the effectiveness of management systems and strategies for protecting human life in natural and technological emergencies. The author emphasizes the significance of public awareness and psychological preparedness in minimizing the consequences of disasters.

В современном мире вопросы гражданской обороны и организации действий населения при чрезвычайных ситуациях приобретают особую актуальность. Ежегодно человечество сталкивается с многочисленными природными катаклизмами и техногенными авариями, которые приводят к человеческим жертвам и значительным материальным потерям. Основная причина тяжёлых последствий подобных событий нередко связана не столько с масштабом катастрофы, сколько с неподготовленностью людей к действиям в условиях угрозы. Именно поэтому организация действий населения является важнейшим элементом системы национальной безопасности.

Любое чрезвычайное происшествие — землетрясение, пожар или техногенная авария — требует чёткого и скоординированного поведения населения. От первых секунд реакции человека зачастую зависит его жизнь и здоровье. Землетрясения, как одно из самых разрушительных природных явлений, характеризуются внезапностью и невозможностью точного прогнозирования. Основная задача населения при их возникновении — сохранение спокойствия, поиск безопасного укрытия и строгое следование

установленным алгоритмам действий. Большое значение имеет проведение систематических тренировок, учений и просветительской работы среди населения, позволяющих выработать устойчивые навыки поведения при подобных ситуациях.

Пожары, в свою очередь, относятся к наиболее частым и опасным чрезвычайным происшествиям. Их причины разнообразны — от неисправности электросетей до неосторожного обращения с огнём. Эффективная организация действий населения при пожарах предполагает не только наличие средств оповещения и пожаротушения, но и высокий уровень информированности граждан. Люди должны знать пути эвакуации, правила использования огнетушителей, порядок вызова экстренных служб. Важную роль играют регулярные проверки противопожарных систем и профилактические мероприятия, направленные на предотвращение возгораний. Современные системы пожарной безопасности включают автоматические датчики дыма, тепловые извещатели и интегрированные системы управления эвакуацией, позволяющие сократить время реакции и уменьшить риск паники [1].

Техногенные катастрофы отличаются масштабностью и сложностью ликвидации последствий. Утечки химических веществ, взрывы на промышленных предприятиях или аварии на транспорте требуют от населения чётких и осознанных действий. В таких условиях важно не только знать правила поведения, но и понимать природу угрозы. Например, при аварии с выбросом токсичных веществ необходимо немедленно использовать средства индивидуальной защиты органов дыхания, герметизировать помещения, ограничить контакты с внешней средой. Особое внимание уделяется информированию населения через системы оповещения, мобильные приложения и социальные сети, что позволяет оперативно донести рекомендации и предупредить распространение паники.

Ключевым аспектом успешной организации действий населения является эффективность системы предупреждения и координации. В последние годы активно развиваются технологии раннего оповещения, основанные на спутниковом мониторинге, сейсмических датчиках и автоматических сигналах тревоги. Они позволяют заранее прогнозировать риск катастрофы и заблаговременно предпринимать меры по эвакуации и защите населения. В крупных городах внедряются интеллектуальные системы гражданской обороны, интегрированные с мобильными платформами и средствами массовой информации. Это обеспечивает оперативность передачи данных и минимизацию человеческого фактора в процессе реагирования.

Немаловажное значение имеет и психологическая готовность населения. Страх, паника и растерянность часто становятся главными причинами ошибок в поведении людей во время чрезвычайных ситуаций. Поэтому важной частью подготовки является формирование стрессоустойчивости, развитие навыков самоорганизации и командного взаимодействия. Современные методы психологической подготовки включают тренинги, моделирование чрезвычайных ситуаций и обучение на основе интерактивных симуляторов.

Такой подход способствует развитию уверенности в своих действиях и формированию внутренней готовности действовать быстро и рационально [2].

Организация действий населения при катастрофах должна рассматриваться не как разовая кампания, а как постоянный процесс, охватывающий все сферы жизни общества — образование, культуру, трудовые коллективы и средства массовой информации. Только системное обучение и постоянная практика позволяют сформировать культуру безопасности, при которой каждый человек осознаёт свою ответственность и знает, как поступить в критической ситуации. Опыт показывает, что в странах с высоким уровнем подготовки населения к чрезвычайным ситуациям число жертв и разрушений значительно ниже, чем там, где профилактическая работа ведётся формально.

Безопасность населения в чрезвычайных ситуациях — одно из главных направлений гражданской обороны. Каждый человек должен знать, как действовать при землетрясении, пожаре или техногенной катастрофе, чтобы защитить свою жизнь и помочь другим. Правильная организация действий людей в такие моменты позволяет избежать паники, уменьшить количество пострадавших и сохранить материальные ценности.

Особое внимание при организации действий населения уделяется техногенным катастрофам — авариям на промышленных объектах, транспорте или энергетических установках. Такие ситуации сопровождаются выбросом опасных веществ, взрывами, пожарами или разрушениями. В момент аварии необходимо быстро оценить обстановку, определить направление опасности и покинуть зону поражения [3].

Если произошёл выброс химических веществ, следует закрыть рот и нос тканью или респиратором, не паниковать и двигаться по направлению, противоположному ветру. При радиационной опасности нужно укрыться в помещении, закрыть окна и вентиляционные отверстия, включить радио или телефон для получения официальных сообщений. Важно выполнять только проверенные указания служб гражданской обороны и не распространять ложную информацию.

Организация действий при любых чрезвычайных ситуациях строится на трёх основных принципах: знание, дисциплина и взаимопомощь. Население должно быть заранее информировано о возможных рисках и местах эвакуации. В школах, вузах и на предприятиях проводятся тренировки и инструктажи, где отрабатываются действия при пожаре, землетрясении или аварии. Такие занятия помогают людям действовать уверенно и без паники в реальных условиях.

После ликвидации чрезвычайной ситуации важна также организация помощи пострадавшим: оказание первой медицинской помощи, распределение продовольствия, обеспечение водой и жильём. В этот момент большое значение имеет взаимодействие между спасателями, медицинскими службами и населением [4].

Таким образом, правильная организация действий при землетрясениях, пожарах и техногенных катастрофах — залог безопасности и сохранения жизни

людей. Каждый человек должен знать элементарные правила поведения, уметь пользоваться средствами защиты и соблюдать спокойствие в трудной ситуации. Подготовленность и дисциплина населения — основа успешной гражданской обороны и устойчивости общества перед любыми бедствиями.

Таким образом, организация действий населения при землетрясениях, пожарах и техногенных катастрофах представляет собой комплексную задачу, требующую взаимодействия государственных структур, образовательных учреждений, средств массовой информации и самих граждан. Эффективное управление поведением людей в экстремальных условиях основано на сочетании технических решений, информационных систем и психологической подготовки. Современное общество должно осознать, что безопасность — это не только ответственность государства, но и обязанность каждого человека.

Только при таком подходе возможно минимизировать последствия катастроф и обеспечить устойчивое развитие общества в условиях постоянно возрастающих рисков.

Список литературы

1. Абдрахманов, К. Т. Гражданская оборона и защита населения в чрезвычайных ситуациях. — Алматы: Білім, 2022.
2. Гусев, В. П. Основы безопасности жизнедеятельности: теория и практика предупреждения ЧС. — М.: Академия, 2021.
3. Ministry of Emergency Situations of the Republic of Kazakhstan. Guidelines on Population Actions in Emergencies. — Astana, 2023.
4. Сапаров, А. А. Организация действий населения при природных и техногенных катастрофах. — Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2023.

УДК 372.016.796

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Гадиев Ш.Р., М.Галия У., Полховская В.В.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада дене шынықтыру мен спорттың адам өміріндегі рөлі мен маңызы қарастырылады. Авторлар физикалық белсенділіктің ағза жүйелеріне — жүрек-қантамыр, тыныс алу, тірек-қимыл және жүйке жүйелеріне әсерін талдайды. Сондай-ақ гиподинамияның адам денсаулығына тигізетін теріс салдары сипатталып, оны алдын алу жолдары ұсынылады. Мақалада әр түрлі жастағы топтар үшін физикалық белсенділіктің оң әсерлері мен басым бағыттары көрсетілген. Физикалық мәдениет тек денсаулықты нығайтудың ғана емес, сонымен қатар тұлғаның рухани, әлеуметтік және адамгершілік тұрғыдан дамуының маңызды факторы ретінде

This article examines the role and importance of physical culture and sports in human life. The authors analyze the impact of physical activity on various body systems, including cardiovascular, respiratory, musculoskeletal, and nervous systems. The negative consequences of hypodynamia are described, and preventive measures are proposed. The article presents the positive effects of physical activity for different age groups and highlights its social and

psychological benefits. Physical culture is considered not only as a means of improving health but also as an essential factor in the moral, social, and personal development of an individual.

Спорт и физическая культура являются неотъемлемой частью общей культуры общества и индивидуального развития личности. На сегодняшний день не существует таких сфер жизни человека, которые не были бы связаны с физической активностью и спортивной деятельностью [1].

В современных условиях физическая культура рассматривается как важнейший социальный институт, обеспечивающий развитие здорового, функционально подготовленного и социально активного поколения. Исторически ее содержание определялось потребностями общества в физической готовности людей к труду и защите Родины. С развитием образовательной среды физическая культура стала ценностно-нормативной системой, формирующей двигательные умения, функциональные возможности, дисциплину и культуру здоровья.

Значение физической активности в жизни человека существенно возросло. Однако технологизация быта, автоматизация труда и рост стрессовых факторов приводят к снижению двигательной активности населения, росту заболеваемости и ослаблению иммунитета [2]. В этой связи регулярные занятия физкультурой становятся ведущим профилактическим средством, необходимым во все возрастные периоды (Таблица 1).

Таблица 1. Основные эффекты физической активности

Возрастная группа	Основные эффекты физической активности	Приоритетные направления
Дети и подростки	Гармоничное физическое развитие, укрепление опорно-двигательного аппарата, профилактика нарушений осанки	Подвижные игры, гимнастика, ОФП
Взрослые	Повышение работоспособности, снижение риска хронических заболеваний	Фитнес-программы, тренировки на выносливость
Пожилой возраст	Замедление возрастных изменений, поддержание активности и самостоятельности	ЛФК, оздоровительная ходьба, дыхательная гимнастика

Регулярные тренировки способствуют улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышению мышечной силы, гибкости и выносливости. Наблюдается нормализация АД, частоты сердечных сокращений, повышение обменных процессов. Гормоны, выделяемые при нагрузке, оказывают благоприятное влияние на сердечную деятельность и психоэмоциональное состояние человека [3].

Регулярные тренировки способствуют улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышению мышечной силы, гибкости и выносливости. При систематической двигательной активности

происходит укрепление миокарда — сердечная мышца становится более мощной, увеличивается ударный объём крови, нормализуется частота сердечных сокращений как в покое, так и при нагрузке. Улучшается эластичность сосудистых стенок, повышается устойчивость организма к гипоксии, оптимизируется артериальное давление. Функциональные возможности дыхательной системы также расширяются: увеличивается жизненная ёмкость лёгких, улучшается вентиляция и газообмен, укрепляются дыхательные мышцы. Это особенно важно для профилактики хронических бронхолёгочных заболеваний, в том числе вызванных малоподвижным образом жизни.

Регулярные упражнения положительно влияют на опорно-двигательный аппарат: происходит укрепление костной ткани за счёт повышения уровня минеральной плотности, формируется правильная осанка, снижается риск развития сколиоза и остеопороза. Суставно-связочный аппарат становится более подвижным и устойчивым к травмам. Не менее значимым является и влияние физической активности на обмен веществ. Активируется липидный и углеводный обмен, повышается чувствительность тканей к инсулину, что способствует профилактике метаболического синдрома, сахарного диабета 2 типа и ожирения. За счёт ускорения метаболических процессов улучшается энергетический баланс организма и общее самочувствие. Помимо физиологических преимуществ, регулярные тренировки играют важную роль в нормализации психоэмоционального состояния: снижается уровень стресса, тревожности и депрессии, повышается настроение благодаря выработке эндорфинов, улучшаются когнитивные функции — память, внимание и скорость реакции. Формируются важные личностные качества: самодисциплина, уверенность в себе, социальная активность. Физическая активность является основным фактором укрепления здоровья, поддерживающим гармоничное развитие всех систем организма на протяжении жизни.

Недостаток двигательной активности приводит к развитию гиподинамии: атрофии мышц, снижению минеральной плотности костей, ухудшению нейрогуморальной регуляции, снижению тонуса и жизненной активности организма. Физическая культура оказывает влияние не только на соматическое здоровье, но и на формирование личностных качеств: укрепление силы воли, развитие выдержки, коммуникативности, дисциплины и активной жизненной позиции. Систематические занятия способствуют снижению уровня тревожности, улучшению памяти, внимания, мотивации к учёбе и труду.

Недостаток двигательной активности приводит к развитию гиподинамии, то есть состояния, характеризующегося снижением функциональной активности организма вследствие ограниченного движения. Гиподинамия является одной из наиболее распространённых проблем современного общества, особенно среди людей, занятых преимущественно умственным трудом и ведущих сидячий образ жизни.

При гиподинамии происходит ослабление деятельности сердечно-сосудистой системы: уменьшается сила сердечных сокращений, снижается объём циркулирующей крови, ухудшается кровоснабжение тканей. Это приводит к застойным явлениям в венозной системе, повышению риска гипертонии и атеросклероза. Дыхательная система также страдает — снижается жизненная ёмкость лёгких, ухудшается вентиляция, что уменьшает снабжение организма кислородом. Опорно-двигательный аппарат теряет прочность: ослабевают мышцы, снижается плотность костной ткани, развивается остеопороз, искривляется осанка. Обмен веществ замедляется, что способствует накоплению жира и возникновению ожирения. Нарушается регуляция уровня сахара и холестерина в крови, что увеличивает риск сахарного диабета II типа и сердечно-сосудистых заболеваний.

Кроме того, страдает нервная система — снижается работоспособность, ухудшается настроение, появляется хроническая усталость, апатия, раздражительность. Длительное отсутствие физической активности приводит к ослаблению иммунитета и повышенной восприимчивости к инфекциям.

Таким образом, гиподинамия — это не просто отсутствие движений, а комплексное нарушение деятельности всего организма, способное вызвать тяжёлые функциональные и органические изменения (Таблица 2).

Таблица 2. Последствия гиподинамии для организма человека

Система организма	Основные последствия гиподинамии
Сердечно-сосудистая	Снижение силы сердца, застой крови, гипертония
Дыхательная	Уменьшение жизненной ёмкости лёгких, гипоксия
Опорно-двигательная	Утрата мышечной массы, остеопороз, нарушения осанки
Эндокринная и обмен веществ	Замедление метаболизма, ожирение, диабет
Нервная и психическая	Снижение работоспособности, стресс, депрессия
Иммунная	Ослабление защитных функций, повышенная заболеваемость

Регулярные физические упражнения и активный образ жизни являются основными средствами профилактики гиподинамии и связанных с ней заболеваний.

Физическая активность — это также важнейший элемент нравственного воспитания: в спорте формируются этические нормы, культура взаимодействия и ответственность за результат. Каждый человек может выбрать оптимальную форму занятий: спорт в секциях, групповые фитнес-программы, самостоятельные тренировки [4].

Самостоятельные занятия приобретают особую актуальность, однако требуют знаний принципов рациональной тренировки и профилактики травм. Таким образом, физическая культура и спорт выполняют многоплановую миссию: оздоровительную, образовательную, социальную и личностно-развивающую. Роль физической активности в системе жизненных ценностей современного человека продолжает возрастать.

Список использованной литературы

1. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений. М.: Аспект Пресс, 2015. - 127 с.
2. Аршавский И.А. К теории индивидуального развития (Биофизические аспекты) // Биофизика. -2016г. - Т. 36. - № 5.
3. Готовцев П.И., Дубровский В.И. Самоконтроль при занятиях физической культурой. М.: Физкультура и спорт, 2018 г. -32 с.
4. Н. Г. Озолина и Д. П. Маркова, Легкая атлетика, Учебник для институтов физической культуры 2 изд., М., 2018г.

УДК 796.011

ВИДЫ ЗАКАЛИВАНИЯ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ОРГАНИЗМА

Григорьева Н.С., Мандракова Е., Ержанқызы Е.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казакстан

Дене шынығу - бұл организмнің сыртқы орта әсерлеріне, әсіресе температураның өзгеруіне бейімделу қабілетін арттыруға бағытталған шаралар кешені. Мұндай процедуралар иммундық жүйені күшейтіп, терморегуляция механизмдерін жақсартады және түрлі ауруларға төзімділікті арттырады.

Physical hardening is a set of measures aimed at increasing the body's ability to adapt to external environmental influences, especially temperature changes. Such procedures strengthen the immune system, improve thermoregulation mechanisms, and enhance resistance to various diseases.

Закаливание как система адаптационных мероприятий занимает одно из центральных мест в современной физической культуре и валеологии. В условиях постоянных климатических изменений, интенсивного темпа жизни, недостатка двигательной активности и растущей заболеваемости простудными инфекциями организм человека становится более уязвимым. Снижение естественной устойчивости к внешней среде приводит к повышенной восприимчивости к холоду, перегреванию, ветру и колебаниям влажности. Именно регулирование этих свойств достигается посредством грамотно организованных процедур закаливания.

Научный интерес к закаливанию возник ещё в XIX веке, когда физиологи начали изучать реакцию организма на холод. Современные исследования подтверждают: систематическое воздействие природных факторов способствует укреплению иммунитета, улучшает функционирование сердечно-сосудистой и нервной систем, нормализует обмен веществ и повышает работоспособность.

Цель данной работы — всестороннее рассмотрение видов закаливания, анализ их влияния на организм человека, а также раскрытие условий, при которых эти методики приносят максимальную пользу [1].

Организм человека обладает сложной системой поддержания постоянной температуры тела. Эта способность называется гомеостазом. При воздействии холода или жары запускаются механизмы терморегуляции. В процессе закаливания нервная система «учится» быстрее реагировать на изменения внешней среды, что значительно снижает риск заболеваний.

При охлаждении: сосуды кожного покрова сужаются, уменьшается теплоотдача, активизируется обмен веществ.

При тепловом воздействии: сосуды расширяются, усиливается потоотделение, ускоряется теплоотдача.

Эти реакции при регулярном закаливании происходят более быстро и экономно, что свидетельствует о высоком уровне адаптации.

1. Закаливание воздухом. Воздушные ванны — один из наиболее мягких и безопасных способов. Он подходит людям любого возраста.

Обычно воздушные процедуры подразделяются на:

- тёплые (20–30 °C) — используются для начальной адаптации;
- прохладные (14–20 °C) — стимулируют тонус сосудов;
- холодные (5–14 °C) — применяются у тренированных людей.

Рекомендуется проводить их ежедневно: на балконе, в парке, на пляже, при проветривании помещений. Особенно полезны сочетания с гимнастикой. Воздушные ванны тренируют механизм теплоотдачи, улучшают работу нервной системы и повышают стрессоустойчивость.

2. Закаливание водой. Вода воздействует значительно сильнее воздуха, так как обладает большей теплопроводностью. Даже небольшое снижение температуры вызывает выраженную реакцию сосудов. Разновидности водных процедур: обтирание влажным полотенцем, обливания прохладной водой, душ контрастного характера, купание в бассейнах или водоёмах.

Обтирание рекомендуется для новичков, оно стимулирует кожные рецепторы и улучшает капиллярное кровообращение. Контрастный душ создаёт чередование сосудистых реакций — сужения и расширения. Благодаря этому укрепляются стенки сосудов и предотвращаются заболевания вен. Купание на природе сочетает воздействие воды, воздуха и солнечной радиации. Однако длительные заплывы при низкой температуре воды требуют осторожности.

3. Солнечное закаливание. Солнечные ванны прежде всего стимулируют синтез витамина D, необходимого для формирования костной ткани, иммунитета и гормонального баланса. Польза солнечных процедур: стимулируют кровообращение, улучшают настроение, укрепляют иммунитет, повышают обмен веществ. Однако избыточное ультрафиолетовое воздействие чревато ожогами и риском кожных заболеваний. Поэтому важна постепенность.

4. Закаливание холодом. Метод применяют только при наличии подготовленности. Его формы: лёгкая одежда зимой, пробежки на морозе, ходьба босиком по снегу (короткие периоды), кратковременное пребывание на

холодном воздухе. Такие процедуры развивают способность быстро сокращать сосуды кожи, уменьшая теплоотдачу. Однако непрофессиональный подход может привести к переохлаждению, поэтому обязательны консультации специалистов.

5.Контрастные процедуры. Контрастные методики усиливают эффект закаливания. Наиболее распространённые: контрастный душ, чередование горячей сауны и холодного бассейна, ванночки для ног с переменной температурой.

Преимущества контрастирования: тренировка сосудов, улучшение сна, повышение тонуса нервной системы, профилактика варикозных расширений.

Контрастные нагрузки особенно полезны людям, ведущим сидячий образ жизни.

6.Закаливание образом жизни.Систематическая активность, правильные бытовые привычки тоже оказывают закаливающее влияние: активные прогулки, регулярное проветривание, отсутствие перегрева одеждой, умеренная температура в помещении [2].

Такие факторы укрепляют иммунитет на уровне повседневности. Организм ребёнка легко адаптируется, поэтому эффект длительный. Однако любые резкие перепады температуры недопустимы. Начинать рекомендуется с воздушных процедур и обтирания тёплой водой. В период гормональной перестройки важно соблюдать умеренность. Хорошо подходят контрастные души, активные прогулки, плавание. Люди со сниженным иммунитетом могут начинать с мягких методик. При хронических болезнях необходима консультация врача. У лиц старшего возраста сосуды менее эластичны, и теплоперенос замедлен. Предпочтительны мягкие водные процедуры, аэротерапия [3].

Закаливание тренирует не только тело, но и психику: повышается уверенность в себе, вырабатывается самодисциплина, уменьшается тревожность, формируются волевые качества. Контрастные раздражители активируют выработку эндорфинов — гормонов радости. Нередко люди совершают типичные ошибки: нерегулярность процедур, перегрев одеждой после охлаждения, начало с экстремально низких температур, игнорирование противопоказаний. Любое нарушение принципов может привести к обратному эффекту — снижению иммунитета. Закаливание не рекомендуется при: острых инфекциях, тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях, декомпенсированных хронических патологиях, онкологических процессах. В спорных случаях — обязательна консультация терапевта.

Чтобы добиться максимального результата, необходимо соблюдать:

- постепенность** увеличения продолжительности и интенсивности,
- регулярность** (хотя бы 4–5 раз в неделю),
- индивидуальность** — учёт состояния здоровья,
- эмоциональную комфортность** [4].

При соблюдении этих условий закаливание становится безопасным и эффективным.

Закаливание является доступным, естественным и высокорезультативным средством укрепления здоровья. Оно формирует устойчивость организма к внешним раздражителям, активизирует защитные механизмы и способствует профилактике заболеваний. В процессе адаптации увеличивается выносливость, улучшается кровообращение, нормализуется обмен веществ, укрепляется психика. В условиях роста стрессовых нагрузок и снижения двигательной активности значение систематических закаливающих процедур возрастает многократно. Правильно организованное закаливание помогает человеку успешно адаптироваться к переменчивым климатическим условиям, сохранять высокую работоспособность и качество жизни.

Список литературы

1. Амосов, Н.М. Раздумья о здоровье: учеб. пособие для вузов / Н.М. Амосов. - М.: Молодая Гвардия, 1978. - 104 с.
2. Бальсевич, В.К. Физическая активность человека / В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов. - Киев, 1987. - 226 с.
3. Басов, А.В. Образ жизни и наше здоровье: учеб. пособие для вузов / А.В. Басов, В.Г. Запорожниченко, Л.Ф. Тихомирова. - Ярославль: Верх.- Волжское, 1989. - 128 с.
4. Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие для вузов / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - М.: Академия, 2002. - 240 с.

УДК 372.016.796

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОБУЧЕНИЮ ГИМНАСТИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ

Диханбаев М.Т., Балабеков Д.К., Мергенбай А.М.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада гимнастикалық жаттығуларды оқытудың заманауи әдістемелік тәсілдері қарастырылады. Автор оқыту үдерісінде инновациялық технологияларды, ойын және дене даярлығы элементтерін қолданудың тиімділігін атап өтеді. Гимнастика сабақтарында оқушылардың қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру, үйлесімді дамуын қамтамасыз ету және дене мәдениетіне қызығушылығын арттыру жолдары көрсетіледі.

The article examines modern methodological approaches to teaching gymnastic exercises. The author highlights the effectiveness of using innovative technologies, game elements, and physical training methods in the learning process. The paper emphasizes the development of students' motor skills, coordination, and motivation for physical education through gymnastics classes.

Современная система физического воспитания требует обновления подходов к обучению гимнастическим упражнениям. Гимнастика — это не только вид спорта, но и эффективное средство всестороннего развития личности, формирования правильной осанки, координации движений, гибкости и силы.

В условиях модернизации образовательного процесса и внедрения новых технологий в физическое воспитание особую актуальность приобретает поиск

современных методических подходов, обеспечивающих повышение эффективности обучения и мотивации обучающихся.

Обучение гимнастике строится на общедидактических принципах — сознательности, наглядности, доступности, систематичности и постепенности. Основная задача педагога заключается не только в формировании двигательных навыков, но и в развитии творческой активности, самостоятельности и уверенности занимающихся.

В основе современного подхода лежит индивидуализация процесса обучения: учет физических и психологических особенностей каждого обучающегося. Педагог должен определять уровень подготовленности, особенности восприятия, а также степень развития двигательного опыта и координации.

Использование принципа вариативности позволяет адаптировать упражнения под возможности обучающегося, тем самым обеспечивая постепенное усложнение заданий и развитие необходимых физических качеств [1].

Современные методические подходы можно разделить на несколько направлений. Компетентностный подход в обучении гимнастике направлен на формирование у обучающихся не только двигательных умений, но и способности применять их в новых условиях.

Основное внимание уделяется развитию функциональной грамотности — умению анализировать свои действия, корректировать ошибки и стремиться к самосовершенствованию. Педагог создает условия для активного включения обучающегося в процесс познания: предлагает анализировать видеоматериалы, сравнивать собственные действия с эталонными, участвовать в самооценке и взаимооценке. Это развивает критическое мышление и осознанное отношение к тренировочному процессу. Деятельностный подход основывается на том, что обучение движению происходит через активную практическую деятельность. Обучающийся выступает не пассивным исполнителем, а активным участником, который осознает цель, способы и результат своей деятельности. При таком подходе большое значение имеет структура урока: каждая часть (вводная, основная, заключительная) направлена на постепенное овладение навыком через действия, наблюдения, анализ и исправление ошибок. Личностно-ориентированный подход предполагает создание комфортной, доброжелательной и мотивирующей атмосферы.

Педагог учитывает эмоциональное состояние обучающегося, его самооценку, уровень уверенности и стремление к успеху. Особое внимание уделяется поощрению индивидуальных достижений, даже небольших успехов. Это способствует формированию устойчивого интереса к гимнастике и развитию личностных качеств — настойчивости, трудолюбия, ответственности [2].

Современное образование, включая сферу физической культуры и спорта, активно интегрирует инновационные технологии, направленные на повышение эффективности учебно-тренировочного процесса. В гимнастике

инновационный подход предполагает использование новых методик обучения, цифровых средств, индивидуализацию нагрузки и создание мотивационной среды, способствующей развитию творческого потенциала обучающихся. Инновационные технологии в обучении гимнастическим упражнениям включают:

- видеотренинг — применение видеозаписей для анализа техники выполнения упражнений и самокоррекции движений;

- интерактивные платформы и симуляторы, позволяющие моделировать гимнастические элементы и безопасно отрабатывать сложные движения;

- тренажёры нового поколения, направленные на развитие координации, гибкости и силы с контролем показателей в реальном времени;

- цифровой контроль и обратная связь, когда с помощью мобильных приложений и сенсорных систем осуществляется мониторинг прогресса спортсменов;

- использование элементов нейро- и фитнес-технологий, стимулирующих внимание, реакцию и межмышечную координацию.

Инновационный подход способствует формированию у обучающихся осознанного отношения к физической активности, развивает навыки самоанализа и саморегуляции.

Благодаря внедрению современных технологий педагог может точнее дозировать нагрузку, учитывать индивидуальные особенности обучающихся и обеспечивать высокий уровень безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Особое значение имеет интеграция традиционных методик и инновационных решений. Например, сочетание классических упражнений с элементами функционального тренинга, йоги и пилатеса позволяет расширить двигательный опыт и повысить вариативность занятий. Это делает процесс обучения более интересным, динамичным и доступным для разных возрастных и подготовительных групп. Таким образом, инновационный подход в гимнастике не только повышает качество обучения, но и способствует гармоничному развитию личности, формированию устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни [3].

Процесс обучения гимнастическим упражнениям традиционно включает три этапа: Ознакомительный этап – формирование представлений об упражнении, изучение техники и последовательности выполнения, показ и объяснение. Этап начального разучивания – освоение отдельных элементов движения, выполнение упражнений с помощью и под контролем педагога. Этап закрепления и совершенствования – самостоятельное выполнение упражнения, отработка деталей техники, повышение выразительности и координации движений. На каждом этапе важно соблюдать принцип постепенности, чередовать нагрузку и отдых, использовать игровые и соревновательные формы.

Методика обучения гимнастическим упражнениям представляет собой систему педагогических приёмов, направленных на формирование правильной техники движений, развитие физических качеств и воспитание эстетики

исполнения. Она базируется на принципах сознательности, наглядности, систематичности, постепенности и индивидуализации (Схема 1).

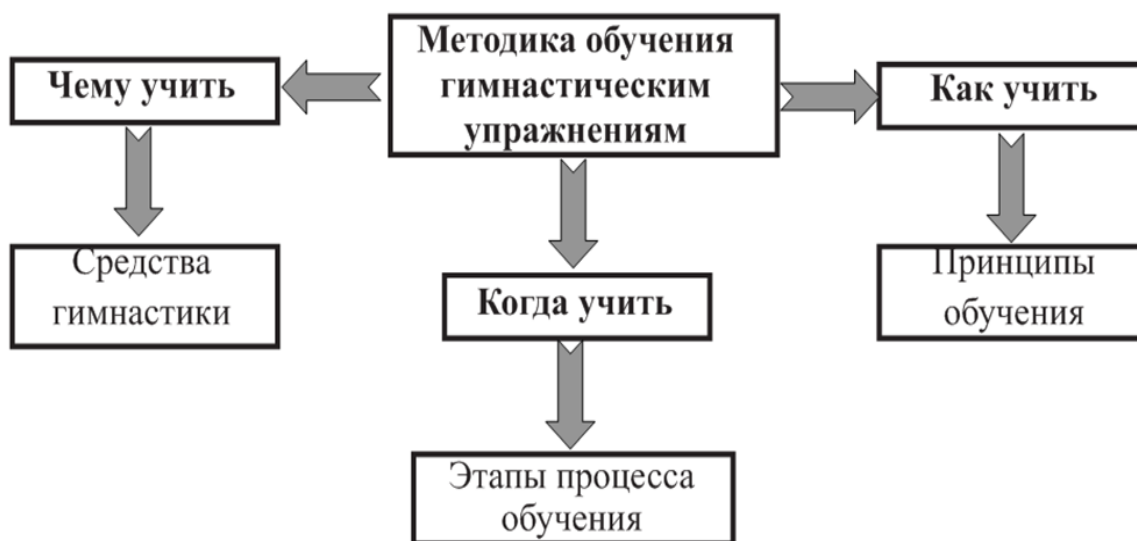


Схема 1. Методика обучения гимнастическим упражнениям.

Важную роль играет психолого-педагогический аспект обучения: создание доброжелательной атмосферы, поощрение, формирование уверенности в своих силах. Использование игровых и соревновательных элементов помогает поддерживать интерес обучающихся, особенно на начальных этапах. Современная методика также предусматривает применение инновационных средств — видеоанализа, тренажёров и цифровых платформ, которые позволяют более точно контролировать технику и физическую подготовку.

Таким образом, эффективная методика обучения гимнастическим упражнениям сочетает в себе научно обоснованные педагогические принципы, индивидуальный подход и современные технологии, обеспечивая гармоничное развитие личности и двигательной культуры обучающихся [4].

К основным средствам обучения гимнастическим упражнениям относятся: показ и объяснение, демонстрация видеоматериалов, использование гимнастического оборудования (скамьи, перекладины, маты, снаряды), опорные упражнения и подводящие задания, использование музыки и ритмических движений.

К методам обучения гимнастическим упражнениям можно отнести практический метод — многократное повторение движений; наглядный метод — использование видео, зеркал, показов преподавателя; словесный метод — объяснение, анализ ошибок, словесное управление движением; игровой метод — повышение интереса через игровые формы; соревновательный метод — развитие стремления к лучшему результату (Таблица 1).

Таблица 1. Методическая структура обучения гимнастическим упражнениям

Этап	Цель	Основные методы	Средства	Формы контроля
Ознакомительный	Освоение техники и структуры движения	Показ, объяснение, видеоанализ	Демонстрация, слайды	Визуальный контроль, опрос
Начальный	Формирование навыков	Повторение, коррекция ошибок	Маты, опорные упражнения	Наблюдение, самооценка
Совершенствующий	Повышение координации и выразительности	Соревновательный, игровой	Комплексы, музыка	Тесты, видеозапись

Современный урок гимнастики должен сочетать элементы классического подхода и инноваций. Необходимо учитывать различия в уровне физической подготовленности, индивидуальные темпы освоения движений, а также интерес обучающихся. Особое внимание следует уделять безопасности: правильной организации пространства, страховке при выполнении сложных элементов, использованию соответствующего оборудования. Также важным фактором является эстетическая сторона гимнастики — развитие чувства ритма, пластики и выразительности движений. Использование музыки и элементов танцевальных упражнений способствует эмоциональному вовлечению и улучшает мотивацию.

Современный педагог должен выполнять функции не только инструктора, но и наставника, психолога, организатора. Он направляет процесс обучения, помогает обучающимся осознать значимость правильного выполнения упражнений, контролирует технику безопасности и создает условия для саморазвития. Профессионализм преподавателя заключается в умении сочетать классические и современные методики, адаптировать их под конкретную группу и возрастные особенности.

Современные методические подходы к обучению гимнастическим упражнениям направлены на всестороннее развитие личности, формирование двигательной культуры и укрепление здоровья обучающихся. Комплексное использование деятельностного, личностно-ориентированного, компетентностного и инновационного подходов обеспечивает высокий уровень усвоения двигательных навыков, развитие самостоятельности и творческой активности. Эффективное обучение гимнастике возможно только при сочетании традиционных педагогических принципов с современными технологиями и гуманистическими ценностями физического воспитания. В этом заключается ключ к успешному формированию физически развитого, дисциплинированного и уверенного в себе человека [5]. Современные методические подходы к обучению гимнастическим упражнениям направлены на повышение эффективности образовательного процесса, развитие двигательных способностей, формирование устойчивой мотивации и интереса к занятиям физической культурой. Гимнастика как вид спорта и как учебная дисциплина играет важную роль в гармоничном развитии личности,

укреплении здоровья, воспитании дисциплины и эстетического вкуса. В ходе анализа установлено, что эффективное обучение гимнастике возможно при сочетании традиционных методик и инновационных технологий. Применение видеоанализа, интерактивных тренажёров, цифрового контроля и индивидуализации нагрузки способствует повышению качества усвоения двигательных действий и формированию осознанного отношения к учебному процессу. Особое значение имеет поэтапность обучения, использование принципов доступности, систематичности, постепенности и вариативности. На каждом этапе педагог должен учитывать возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности обучающихся, создавая безопасные и комфортные условия для выполнения гимнастических упражнений. Современная методика обучения гимнастическим упражнениям должна строиться на комплексном подходе, где теория сочетается с практикой, а физическое развитие сопровождается воспитанием морально-волевых качеств. Это позволяет не только формировать прочные двигательные навыки, но и развивать у обучающихся ответственность, настойчивость, уверенность в своих силах, что способствует их личностному и физическому совершенствованию.

Список использованной литературы

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 544 с.
2. Шиян, Б. М. Методика преподавания гимнастики: учебное пособие. — Киев: Освіта, 2015. — 320 с.
3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. — Киев: Олимпийская литература, 2013. — 808 с.
4. Кузнецова, З. М. Современные технологии обучения в физическом воспитании и спорте. — СПб.: Лань, 2018. — 256 с.
5. Лях, В. И., и Жолдак, М. А. Физическая культура в школе: современные подходы и технологии. — М.: Академия, 2019. — 304 с.

УДК 372.016.796

МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ИНКЛЮЗИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Ералиева Ж.Қ., Ахмедов И.А., Кудрявцева А.А.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада инклюзивті дене тәрбиесінде қозғалмалы ойындарды қолдану әдістемесі қарастырылады. Олардың ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалардың қимыл белсенділігін, әлеуметтенуін және бейімделуін дамытудағы рөлі көрсетілген.

The article examines the methodology of using active games in inclusive physical education. It highlights their role in developing motor activity, socialization, and adaptation of children with special educational needs.

Современная система инклюзивного образования предполагает создание условий для совместного обучения и воспитания детей с различными

возможностями здоровья (ОВЗ) и их здоровых сверстников. Одним из эффективных средств интеграции и социализации в физическом воспитании являются подвижные игры. Они способствуют формированию положительной мотивации к занятиям физической культурой, развитию двигательных качеств и межличностных взаимодействий. Игровая деятельность позволяет преодолеть барьеры между детьми, снять эмоциональное напряжение и создать атмосферу сотрудничества. При правильной методической организации подвижные игры становятся инструментом не только физического, но и психолого-педагогического воздействия, направленного на формирование толерантности и взаимопомощи в коллективе.

Методика проведения подвижных игр в инклюзивных условиях строится с учётом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребёнка. Основной принцип — доступность и безопасность для всех участников. Педагог должен адаптировать правила, нагрузку, инвентарь и пространственные условия, обеспечивая активное включение каждого ребёнка в игровую деятельность. При выборе игры учитываются: физическая и психическая готовность детей, характер нарушений и уровень их компенсации, возможности взаимодействия между участниками цели урока (развитие определённых физических качеств, формирование коммуникативных навыков, коррекция двигательных нарушений и др.) [1].

Важно создавать условия для успеха каждого ребёнка. Это достигается благодаря использованию вариативных правил (например, упрощение движений, увеличение времени выполнения), изменению ролей и постепенному усложнению заданий. Учитель физической культуры выполняет ведущую роль в организации инклюзивных игр. Он не только управляет процессом, но и выступает посредником между детьми, формируя положительный микроклимат и поддерживая взаимодействие в группе. Важным аспектом является формирование эмпатии у здоровых детей и повышение уверенности у обучающихся с ограниченными возможностями. Для этого педагог использует поощрение, похвалу, коллективные формы оценки результатов. Эффективная методика предполагает использование командных и парных игр, в которых каждый участник чувствует значимость своего вклада. Таким образом, игра становится не только средством физического развития, но и инструментом воспитания гуманизма, уважения и терпимости [2,121].

Одним из важнейших психолого-педагогических аспектов инклюзивного физического воспитания является формирование эмпатии у здоровых детей и развитие уверенности у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Совместное участие в подвижных играх способствует осознанию каждым ребёнком ценности сотрудничества, взаимопомощи и уважения к индивидуальным особенностям других. Через игровые взаимодействия у здоровых детей формируется эмоциональная отзывчивость, умение сочувствовать и поддерживать сверстников с ОВЗ. Это создаёт благоприятный эмоциональный климат и снижает риск социальной изоляции. В то же время обучающиеся с ограниченными возможностями, чувствуя поддержку и

принятие со стороны одноклассников, становятся более активными, уверенными в своих силах и мотивированными к участию в коллективных формах деятельности. Положительные игровые ситуации, в которых ребёнок с ОВЗ может проявить успех, способствуют развитию самооценки, волевых качеств и веры в собственные возможности. Подвижные игры в инклюзивной среде выполняют не только физкультурно-оздоровительную, но и важную воспитательную функцию, способствуя формированию эмпатии, толерантности и взаимопонимания между всеми участниками образовательного процесса [3].

Подвижные игры в инклюзивном физическом воспитании выполняют сразу несколько педагогических задач: развитие физических качеств, формирование положительных эмоций, социализация и воспитание навыков взаимодействия (Таблица 1).

Таблица 1. Примеры подвижных игр и их педагогические задачи

№	Название игры	Основные задачи	Методические особенности адаптации
1	«Передай мяч»	Развитие координации, ловкости, внимания	Использование мягкого инвентаря, возможность выполнять задание сидя или с поддержкой
2	«Найди пару»	Развитие ориентировки в пространстве, внимание	Упрощение правил, уменьшение игровой зоны, помощь ассистента при необходимости
3	«Цветные сигналы»	Развитие реакции на зрительные и слуховые раздражители	Использование ярких флажков или звуковых сигналов для детей с нарушениями слуха/зрения
4	«Попади в цель»	Тренировка меткости, глазомера, мелкой моторики	Изменение расстояния до цели в зависимости от возможностей ребёнка
5	«Командная эстафета»	Формирование навыков сотрудничества и взаимопомощи	Подбор заданий с разным уровнем сложности для равного участия всех детей

В условиях инклюзивного образования подвижные игры приобретают особое значение, так как они обеспечивают всестороннее развитие детей с различными возможностями здоровья. Прежде всего, игры способствуют развитию физических качеств — силы, ловкости, гибкости, выносливости и координации движений. Благодаря адаптации правил и дозировке нагрузки педагог может обеспечить активное участие всех детей, независимо от их физических особенностей. Не менее важно формирование положительных эмоций. Игровая деятельность создаёт атмосферу радости, сотрудничества и доверия, снижает тревожность у детей с ограниченными возможностями и способствует их эмоциональной раскрепощённости. Особое значение имеет социализация — через игру дети учатся взаимодействовать, понимать и принимать друг друга, проявлять терпимость и поддержку. Совместные игры способствуют развитию коммуникации, чувству принадлежности к группе и

взаимному уважению. Кроме того, подвижные игры помогают воспитывать навыки взаимодействия— умение работать в команде, распределять роли, помогать партнёрам и соблюдать общие правила. Это формирует у детей ответственность, эмпатию и уверенность в себе. Значит в инклюзивной практике подвижные игры являются эффективным средством не только физического, но и эмоционально-социального развития, способствуя созданию среды равных возможностей и взаимного принятия [4].

Применение подвижных игр в инклюзивном физическом воспитании имеет высокую педагогическую и социальную значимость. Игра выступает как универсальное средство, объединяющее детей с различными возможностями, способствующее формированию положительной мотивации, развитию двигательной активности и укреплению здоровья. Методическая организация подвижных игр в инклюзивном физическом воспитании требует от педагога гибкости, творчества и глубокого понимания индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Главная задача — создать условия, при которых все участники смогут проявить активность, инициативу и почувствовать успех.

Педагог подбирает игры, в которых возможно **вариативное участие**, адаптируя правила, продолжительность и интенсивность[5,108]. Например, для детей с ограниченными двигательными возможностями используются упрощённые движения, увеличивается время выполнения, а задания направляются на развитие точности, внимания или реакции. Важно применять **дифференцированный подход**: более подготовленные учащиеся выполняют усложнённые задания, а дети с ОВЗ получают посильные, но значимые роли (судьи, капитаны, помощники). Это обеспечивает чувство включённости и повышает мотивацию к участию. Эффективная методическая организация также предполагает **чёткую структуру**: объяснение правил, показ образца, постепенное усложнение заданий, контроль безопасности и обязательное подведение итогов. Педагог использует вербальную поддержку, похвалу, визуальные сигналы, музыкальное сопровождение, чтобы создать комфортную и поддерживающую атмосферу. Таким образом, методическая организация подвижных игр с учётом индивидуальных особенностей участников обеспечивает равные возможности для всех детей, способствует развитию их физических, эмоциональных и социальных качеств, а также формирует положительное отношение к физической культуре и совместной деятельности.

Список используемой литературы

1.Касмакова Л. Е., Цухлов Н. А., Ситдикова А. А. «Подвижные игры дидактической направленности в физическом воспитании младших школьников с интеллектуальными нарушениями». Наука и спорт. Том 13, № 1, 2025,- 201с.

2.Миронова Г. Г., Кайтанов С. А. «Подвижные игры на уроке физической культуры и спорта как эффективный метод обучения и воспитания в инклюзивном образовании». Материалы конференции «Алтынсаринские педагогические чтения», 2024г.—121с.

3.Гаёв М. А., Бараковских К. Н. «Инклюзивное физическое воспитание студентов с ОВЗ: проблемы и пути их решения». Сборник материалов XVIII научно-практической конференции молодых учёных, студентов, магистрантов, Екатеринбург, 2022 г., стр. —841с.

4.Мельников Ю. А., Феофилактов Н. З. Подвижные игры в физическом воспитании. Учебно-методическое пособие, М., 2021. — 144с.

5.Рузиева М. «Роль и влияние подвижных игр на физическое развитие студентов: основа здорового образа жизни». Академические исследования в современной науке, 2023, № 2(24), 108с.

ОӘЖ 759.41

ЖОҒАРЫ ОҚУ ОРНЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫ ОҚЫТУДЫҢ ЗАМАНАУИ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ

Есенкелди Д.Ж., Сабит А.Н., Тұрсынбек Е.Н.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются современные технологии преподавания физической культуры в высших учебных заведениях. Анализируются инновационные подходы к организации учебного процесса, использование цифровых платформ, интерактивных форм обучения и индивидуализированных программ тренировок. Особое внимание уделяется роли информационных технологий и мобильных приложений в повышении мотивации студентов, формировании устойчивых навыков здорового образа жизни и улучшении качества физического воспитания. Рассматриваются проблемы и перспективы внедрения технологических решений в образовательную практику.

The article examines modern technologies used in teaching physical education in higher education institutions. It analyzes innovative approaches to organizing the learning process, the use of digital platforms, interactive teaching methods, and personalized training programs. Special attention is given to the role of information technologies and mobile applications in increasing student motivation, promoting healthy lifestyle habits, and improving the quality of physical education. The paper also discusses the challenges and prospects of integrating technological solutions into educational practice.

Қазіргі заманның жоғары білім жүйесі ғылым мен технологияның қарқынды дамуымен тығыз байланысты. Білім беру процесі дәстүрлі әдістерден цифрлық, интерактивті және инновациялық форматтарға көшуде. Бұл үрдіс дене шынықтыру саласын да айналып өткен жоқ.

Дене тәрбиесін оқытуда заманауи технологияларды қолдану – студенттердің қызығушылығын арттырудың, олардың қозғалыс белсенділігін дамытудың және салауатты өмір салтын қалыптастырудың тиімді жолы болып табылады. Әсіресе жаңа буын студенттері (Z және Alpha ұрпақтары) ақпараттық технологиялар ортасында өскендіктен, олардың оқу стилі мен ынтасы цифрлық құралдармен тығыз байланысты.

Сондықтан да жоғары оқу орындарындағы дене шынықтыру сабақтары тек спорттық жаттығулар жиынтығы емес, білім беру мен мотивацияны біріктіретін интеллектуалды процесс болуы тиіс.

Дене тәрбиесін оқытудағы технологиялық трансформация. Дәстүрлі оқыту әдістері ұзақ уақыт бойы тиімді қызмет етіп келгенімен, қазіргі жастардың ақпаратты қабылдау ерекшелігі жаңа тәсілдерді қажет етеді. Инновациялық технологиялар оқытушыға да, студентке де кең мүмкіндіктер

береді: оқу материалдарын визуалды және интерактивті түрде көрсету, жетістіктерді бақылау, кері байланыс алу және жеке даму траекториясын құру.

Жоғары оқу орындарында дене тәрбиесін оқытудың заманауи бағыттары мыналарды қамтиды:

- Цифрлық платформалар мен LMS жүйелері (Moodle, Canvas, Google Classroom);
- Мобильді фитнес-қосымшалар (Strava, MyFitnessPal, Fitbit);
- Қашықтықтан оқыту элементтері және онлайн-жаттығулар;
- Виртуалды және кеңейтілген шындық (VR/AR) технологиялары;
- Биоаналитикалық құрылғылар мен трекерлер арқылы нәтижелерді мониторингтеу.

Бұл құралдар студенттің белсенділігін арттырумен қатар, оқытушыға оқу процесін тиімді бақылауға және жекелендірілген тәсілді жүзеге асыруға мүмкіндік береді [1].

Ақпараттық-коммуникациялық технологиялардың рөлі. Ақпараттық технологиялар дене шынықтыру сабақтарының мазмұнын жаңартуға, оқу материалдарын визуализациялауға және студенттерді белсенді қатыстыруға жағдай жасайды.

Мысалы:

- Интерактивті тақталар арқылы дене жаттығуларының техникасын бейнекөрініс арқылы көрсету;
- QR-код жүйесін пайдалану арқылы студенттерге жеке оқу тапсырмаларын тарату;
- Онлайн тестілер мен сауалнамалар арқылы дене дайындығы деңгейін бағалау.

ICT құралдарының ең үлкен артықшылығы – оқу процесін икемді ету және студенттің өзіндік жұмысын күшейту. Дене шынықтыру сабағы тек спортзалмен шектелмей, студент кез келген жерде жаттығу жасап, өз нәтижелерін платформа арқылы жүктей алады.

Цифрлық фитнес және мобильді технологиялар. Бүгінгі жастардың өмірінде смартфон маңызды рөл атқарады, сондықтан оны оқу мақсатында пайдалану өте тиімді. Фитнес-қосымшалар мен смарт-білезіктер арқылы студент өз жүрек соғысы жиілігін, калория шығынын, жаттығу ұзақтығын бақылай алады.

Мұндай технологиялар студенттің өзін-өзі бақылау және талдау қабілетін дамытады. Бұл — дене тәрбиесінде өзіндік жауапкершілікті арттырудың маңызды механизмі.

Мысалы, Strava қосымшасы студенттерге жүгіру немесе велосипед тебу нәтижелерін салыстыруға мүмкіндік береді. Ал Fitbit немесе Apple Watch фитнес-трекерлері арқылы студент жеке жетістіктерін көріп, күн сайын қозғалыс нормасын орындауға тырысады [2].

Ойын әдістері мен геймификация элементтері. Геймификация — оқу процесіне ойын элементтерін енгізу. Дене шынықтыруда бұл әдіс студенттердің ішкі мотивациясын арттырудың ең тиімді құралдарының бірі.

Мысалы:

- Спорттық челлендждер (мысалы, «10 000 қадам күніне» акциясы);
- Командалық жарыстар мен рейтинг жүйесі;
- Жетістіктер үшін виртуалды марапаттар немесе бонустар.

Бұл тәсіл студенттің жарысу және өзін-өзі жетілдіру ниетін дамытады. Ойын элементтері физикалық белсенділікті қызықты әрі қолжетімді етеді, ал командалық формат әлеуметтік байланыстарды нығайтады.

Қашықтықтан және аралас оқыту форматы. COVID-19 пандемиясы қашықтықтан оқытудың тиімділігін және оның дене тәрбиесіне де бейімделе алатынын көрсетті. Онлайн форматта студенттер жаттығуларды бейнесабақтар арқылы орындай алады, ал оқытушы нәтижелерді цифрлық платформада бақылайды.

Қазіргі таңда аралас оқыту моделі — ең тиімді шешімдердің бірі. Ол аудиториялық сабақтар мен онлайн белсенділікті біріктіреді. Бұл студенттерге икемді кестемен жұмыс істеуге және өз уақытын басқаруға үйретеді [3].

Виртуалды және кеңейтілген шындық технологиялары. VR және AR технологиялары дене шынықтыруды оқытудың болашағын түбегейлі өзгертуде. Мысалы, студент виртуалды кеңістікте спорттық қозғалысты көреді, оның траекториясын талдайды немесе симуляция түрінде жаттығу жасайды.

Мұндай технологиялар қозғалыс дағдыларын нақты әрі визуалды түрде меңгеруге мүмкіндік береді. Сонымен қатар, VR тренингтері экстремалды жағдайларда дене төзімділігін дамытуға бағытталған дайындықтарда қолданыла бастады.

Студенттердің мотивациясын арттырудағы технологиялардың әсері. Зерттеулерге сәйкес, интерактивті және технологиялық тәсілдер студенттердің дене шынықтыруға деген қызығушылығын 30–40%-ға арттырады. Себебі қазіргі жастар үшін сандық нәтижелер, визуалды графикалар және онлайн рейтингтер үлкен ынталандыру көзі болып табылады.

Мысалы, оқу жылының соңында ең белсенді студенттерге «Digital Sport Award» сияқты символикалық марапаттар беру студенттердің белсенді қатысуын арттырады.

Заманауи технологияларды енгізу кезінде бірқатар қиындықтар туындайды:

- материалдық-техникалық базаның жеткіліксіздігі;
- оқытушылардың цифрлық құзыреттілігінің төмендігі;
- кей студенттердің пассивтілігі немесе мотивацияның болмауы.

Бұл мәселелерді шешу үшін:

1. Оқытушыларға арналған цифрлық педагогика бойынша курстар ұйымдастыру;
2. Университеттерде инновациялық спорттық зертханалар ашу;
3. Студенттер арасында цифрлық сауаттылық пен денсаулық мәдениетін дамыту қажет [4].

Жоғары оқу орнында дене шынықтыруды оқытудың заманауи технологиялары студенттердің физикалық белсенділігін арттырумен қатар,

олардың психологиялық тұрақтылығын, командалық сезімін және өмірлік дағдыларын қалыптастыратын қуатты құрал.

Цифрлық фитнес, геймификация, виртуалды шындық және онлайн-платформалар – болашақ педагогикалық практиканың ажырамас бөлігі. Оларды тиімді қолдану арқылы білім беру процесі жаңарып, дене тәрбиесінің сапасы артады.

Сондықтан дене шынықтыру сабағы ХХІ ғасырда тек спорт залына тән пән емес, ақпараттық, интерактивті және мотивациялық орта ретінде дамуы тиіс.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. World Health Organization. Physical Activity in the Digital Age, Geneva, 2022.
2. Ахметова А.К. «ЖОО-да дене тәрбиесін оқытудың инновациялық әдістері», Білім және Ғылым, №3, 2023.
3. Fuchs, R., & Schwarzer, R. Technology and Physical Education: New Approaches, Springer, 2021.
4. Әлімжанова С. «Геймификация және дене тәрбиесі», Қазіргі педагогика, №5, 2022.
5. OECD Report. Education and Digitalization: Fitness and Wellbeing in Universities, 2021.

ОӘЖ 759.41

ЖАСТАРДЫҢ ПСИХОЭМОЦИОНАЛДЫҚ ЖАҒДАЙЫНА ТҰРАҚТЫ ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ ӘСЕРІ

Есимбай А.М., Кісенбай А.Қ., Сауранбайұлы Н.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается влияние регулярных физических упражнений на психоэмоциональное состояние молодежи. Анализируются физиологические, психологические и социальные механизмы, через которые физическая активность способствует снижению стресса, повышению устойчивости к эмоциональному выгоранию и укреплению психического здоровья. Особое внимание уделено роли университетских программ по физическому воспитанию в формировании позитивного мировоззрения и адаптации студентов к современным жизненным условиям. Представлены рекомендации по внедрению систематических тренировок в образовательный процесс как важного элемента профилактики эмоциональных расстройств.

The article explores the impact of regular physical exercise on the psycho-emotional state of young people. It analyzes the physiological, psychological, and social mechanisms through which physical activity reduces stress, increases resistance to emotional burnout, and strengthens mental health. Special attention is given to the role of university physical education programs in shaping a positive worldview and helping students adapt to modern life challenges. Recommendations are provided for integrating systematic training into the educational process as a key element in preventing emotional disorders.

Қазіргі заманда жастардың психоэмоционалдық жағдайы қоғам назарындағы маңызды мәселелердің бірі болып отыр. Ақпараттық технологиялардың дамуымен, оқу жүктемесінің артуымен және әлеуметтік қысымның күшеюімен қатар, студенттер мен жастар арасында күйзеліс, шаршау, мотивацияның төмендеуі сияқты белгілер жиі кездеседі. Бұл

факторлар психикалық денсаулыққа тікелей әсер етіп, тұлғаның әлеуетін толық жүзеге асыруына кедергі келтіреді. Соңғы зерттеулер көрсеткендей, жүйелі түрде дене жаттығуларымен айналысатын жастардың психоэмоционалдық тұрақтылығы жоғары, көңіл-күйі көтеріңкі және өмірге қанағаттану деңгейі жақсы болады. Дене белсенділігі — тек физикалық дамудың құралы емес, ол адамның ішкі жан дүниесін, психологиялық тепе-теңдігін реттеудің табиғи тетігі.

Жастар кезеңі — тұлғаның өзіндік сана-сезімі қалыптасып, өмірлік құндылықтары мен мақсаттары айқындалатын маңызды кезең. Бұл уақытта адам эмоционалды тұрақсыздыққа бейім келеді, себебі жүйке жүйесі мен гормондық тепе-теңдік әлі де қалыптасу үстінде.

Қазіргі жастардың өмірі үнемі ақпараттық қысым мен әлеуметтік салыстыру жағдайында өтеді. Әлеуметтік желілер мен жоғары бәсеке олардың ішкі әлеміне әсер етеді, өзін-өзі бағалауды төмендетіп, уайым мен үрей сезімін арттырады. Мұндай жағдайда физикалық белсенділік — ең табиғи және қолжетімді психологиялық тұрақтандыру әдістерінің бірі.

Физиологиялық тұрғыдан алғанда, тұрақты жаттығулар орталық жүйке жүйесінің жұмысын реттейді. Жаттығу кезінде қан айналымы күшейіп, мидың қанмен қамтамасыз етілуі жақсарады, эндорфиндер мен серотонин секілді «бақыт гормондарының» деңгейі көтеріледі. Бұл өз кезегінде көңіл-күйді жақсартып, мазасыздық пен күйзеліс белгілерін азайтады [1].

Зерттеулер көрсеткендей, аптасына 3–4 рет орташа қарқындағы жаттығулармен айналысатын адамдардың стресс гормоны – кортизол деңгейі 25%-ға төмендейді. Сонымен қатар, физикалық белсенділік ұйқының сапасын жақсартып, жүйке жүйесін тыныштандырады.

Психологиялық тұрғыда тұрақты жаттығулар өзін-өзі бағалауды арттырады, сенімділік пен өмірге деген позитивті көзқарасты қалыптастырады. Спорттық жетістіктер, тіпті шағын болса да, адамның ішкі мотивациясын күшейтеді.

Әлеуметтік аспект те маңызды. Топтық спорт түрлері – футбол, волейбол, фитнес немесе йога сабақтары – жастарды біріктіріп, ұжымдық рухты дамытады. Бірге жаттығу жасау кезінде қолдау мен сенім сезімі артып, жалғыздық пен оқшаулану сезімі азаяды.

Психологтар физикалық белсенділікті «эмоционалды детоксикацияның табиғи жолы» деп атайды, өйткені ол негативті эмоцияларды шығаруға және ішкі кернеуді азайтуға мүмкіндік береді.

Жоғары оқу орындары жастардың физикалық және психикалық денсаулығын қолдауда маңызды рөл атқарады. Университеттерде дене тәрбиесі сабақтарын ұйымдастыру, спорттық клубтар құру және бұқаралық жарыстар өткізу — студенттерді белсенді өмірге тартудың тиімді тәсілдері.

Көптеген зерттеулерде дәлелденгендей, университеттің спорттық өміріне белсенді қатысатын студенттер оқу үлгерімі бойынша да жақсы нәтиже көрсетеді. Өйткені физикалық белсенділік есте сақтау, зейін мен ойлау процестерін күшейтеді [2].

Қазақстанның бірқатар жоғары оқу орындарында (мысалы, М.Әуезов атындағы ОҚУ, ҚазҰУ, Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ) салауатты өмір салтын насихаттайтын арнайы бағдарламалар енгізілген. Бұл бағдарламаларда дене жаттығулары мен психологиялық тренингтер біріктіріліп, студенттердің жалпы әл-ауқатын арттыруға бағытталған.

Физикалық белсенділіктің психоэмоционалдық жағдайға әсерін үш негізгі деңгейде сипаттауға болады:

1. **Физиологиялық деңгей** – жүйке жүйесінің тұрақтануы, гормондық баланстың реттелуі, иммунитеттің күшеюі.
2. **Психологиялық деңгей** – позитивті эмоциялар, өзін-өзі бағалау мен ерік-жігердің дамуы.
3. **Әлеуметтік деңгей** – қарым-қатынас, топтық қолдау, қоғаммен байланыс сезімінің нығаюы.

Бұл үш деңгей бір-бірімен тығыз байланысты және тұрақты нәтижеге жету үшін кешенді түрде дамуы қажет.

Қазіргі жастардың өмірінде смартфон, компьютер және әлеуметтік желілер үлкен орын алады. Бұл «цифрлық тәуелділік» физикалық белсенділікті төмендетіп, эмоционалдық әлсіздікке алып келеді [3].

Дегенмен технологиялар дене жаттығуларын ұйымдастырудың жаңа мүмкіндіктерін де ұсынады. Мысалы:

- фитнес-қосымшалар мен смарт-білезіктер арқылы нәтижелерді бақылау;
- онлайн-жаттығулар мен спорттық челленджер;
- әлеуметтік желілерде мотивациялық қауымдастықтар құру.

Осы әдістер жастардың белсенді өмірге деген қызығушылығын арттырып, жаттығуларды жүйелі түрде орындауға итермелейді.

Жүйелі түрде дене жаттығуларымен айналысатын жастардың басым бөлігі:

- күйзеліске төзімді;
- академиялық көрсеткіштері жоғары;
- ұжымдық ортада белсенді және коммуникабельді;
- ұйқы мен тәбеті қалыпты.

Жаттықтырушылар мен оқытушылар жастарды жаттығуға бейімдеу барысында келесі қағидаларды ұстануы қажет:

- жеке ерекшеліктер мен физикалық дайындық деңгейін ескеру;
- жаттығуларды ойын түрінде ұйымдастыру;
- мотивациялық қолдау мен кері байланыс беру;
- спорттық жетістіктерді марапаттау арқылы қызығушылықты арттыру [4].

Қорыта келгенде, тұрақты дене жаттығулары жастардың психоэмоционалдық жағдайын жақсартудың ең тиімді, табиғи және қауіпсіз әдістерінің бірі болып табылады. Ол тек физикалық дамуға ғана емес, тұлғаның психологиялық тұрақтылығына, өзін-өзі бағалауына және өмірлік ұстанымдарына оң әсер етеді.

Физикалық белсенділік – денсаулық кепілі ғана емес, психологиялық әл-ауқаттың да негізі. Сондықтан жоғары оқу орындары мен қоғам тарапынан

жастардың спортқа қатысуын қолдау, салауатты өмір салтын қалыптастыруға жағдай жасау аса маңызды.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы. Physical Activity and Mental Health Report, 2022.
2. Әбдірахманова Н. «Жастар психологиясы және дене белсенділігінің рөлі», Педагогика және психология, №4, 2023.
3. Қасымбекова Г. «Студенттердің эмоционалдық тұрақтылығын арттырудағы спорттың маңызы», Дене мәдениеті және спорт, 2020.
4. Назарбаев Университеті. «Жастардың денсаулығын нығайтудағы инновациялық тәсілдер», Астана, 2022.

ОӘЖ 355.23:37.091.3

АӘД ПӘНІНДЕ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ПАТРИОТТЫҚ СЕЗІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖОЛДАРЫ

Әбдірахым П.Б., Иманбек Ж.М., Жбанов В.В.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются значение и роль патриотического воспитания в учебно-воспитательном процессе по предмету «Начальная военная подготовка (НВП)». Автор, раскрывая роль данного предмета в формировании патриотических чувств у учащихся, подчеркивает его значение в развитии национального самосознания и гражданской ответственности.

В работе представлены основные направления патриотического воспитания и пути их реализации. В частности, описаны методы повышения интереса к истории Родины через теоретические занятия, развития военных навыков посредством практических упражнений, а также активизации познавательной деятельности учащихся через использование интерактивных и игровых методов обучения.

The article examines the importance and role of patriotic education in the teaching and educational process of the subject "Initial Military Training (IMT)". The author, revealing the role of this subject in shaping students' patriotic feelings, emphasizes its significance in the development of national identity and civic responsibility.

The paper presents the main directions of patriotic education and ways of their implementation. In particular, it describes methods for increasing students' interest in the history of their homeland through theoretical lessons, developing military skills through practical exercises, and enhancing cognitive activity through the use of interactive and game-based teaching methods.

Қазіргі заманда Қазақстан Республикасының даму бағыты ұлттық сана мен патриоттық рухты нығайтуды басты мақсаттардың бірі ретінде қарастырады. Елбасы мен Президент жолдауларында жастардың бойында отансүйгіштік пен азаматтық жауапкершілікті қалыптастырудың маңызы үнемі атап өтіледі.

Мектеп жүйесінде бұл бағытта ерекше рөл атқаратын пәндердің бірі — «Алғашқы әскери дайындық» (АӘД). Бұл пәннің мазмұны жас ұрпақты Отан қорғауға даярлау, әскери-қорғаныс саласы туралы білім беру және патриоттық сезімді тәрбиелеуге бағытталған. Сондықтан алғашқы әскери дайындық сабағы

тек әскери дағдыларды үйретіп қана қоймай, рухани-адамгершілік және патриоттық тәрбие берудің тиімді құралы болып табылады [1].

Патриотизм — өз Отанына деген сүйіспеншілік, елінің мүддесін жеке басының мүддесінен жоғары қою, елін, жерін қорғауға дайын болу сезімі. Патриоттық тәрбие — тұлғаның рухани және адамгершілік қасиеттерін қалыптастырудың басты бағыты.

Патриоттық сезімді қалыптастыруда алғашқы әскери дайындық пәні:

-оқушыларды мемлекеттік нышандарды құрметтеуге үйретеді;

-Отан қорғаушылардың ерлігін үлгі етеді;

-жауапкершілік пен тәртіптілікке баулиды;

-ел қауіпсіздігі мен бейбітшіліктің маңызын түсіндіреді.

2. ӘӘД пәнінің патриоттық тәрбие берудегі ерекшелігі

Алғашқы әскери дайындық пәні басқа пәндерге қарағанда тәжірибелік және тәрбиелік бағытта басым келеді. Сабақ барысында оқушылар әскери өмірдің қыр-сырын үйреніп, азаматтық борыш ұғымының маңызын түсінеді.

Бұл пәннің ерекшелігі:

-әскери іс-қимылдарға қатысты нақты тәжірибелермен ұштасуы;

-тәртіп пен ұйымшылдыққа баулуы;

-ерлік пен батырлық дәстүрлерін дәріптеуі;

-практикалық сабақтар арқылы ұжымдық рух пен жауапкершілік сезімін дамытуы.

Мұғалім бұл үдерісте тек ақпарат беруші емес, сонымен бірге патриоттық сана қалыптастырушы тұлға рөлін атқарады.

3. Патриоттық сезімді қалыптастырудың тиімді жолдары

Алғашқы әскери дайындық сабақтарында патриоттық сезімді қалыптастыру әртүрлі әдіс-тәсілдер арқылы жүзеге асады. Ең тиімді жолдарына мыналар жатады:

1) Интерактивті және жобалық әдістер

-«Менің Отаным – Қазақстан», «Менің батыр атам» атты шағын зерттеу жобалары;

-әскери тақырыптағы дебаттар, дөңгелек үстелдер ұйымдастыру;

-патриоттық тақырыптағы эссе, шығарма, бейнеролик түсіру.

2) Әскери-патриоттық ойындар мен жарыстар

-«Жас сарбаз», «Алау», «Айбын» қозғалыстарына қатысу;

-саптық дайындық және тактикалық жаттығуларды жарыс түрінде өткізу;

-«Ерлік сабағы», «Ашық есік күні» сияқты іс-шаралар арқылы патриоттық сезім мен намыс қалыптастыру.

3) Ардагерлермен және әскери қызметкерлермен кездесу

-Ұлы Отан соғысы, Ауған соғысы және басқа да әскери қақтығыстарға қатысқан ардагерлермен кездесу;

-олардың өмірлік тәжірибесі мен ерліктерін тыңдау оқушылардың рухын көтеріп, ел қорғауға ынталандырады.

4) Әскери бөлімдер мен музейлерге экскурсиялар

-Қарулы Күштер құрылымын өз көзімен көру, әскери техникамен танысу — патриоттық сезімді арттырудың нақты тәсілі;

-Музейлерде тарихи жауынгерлердің өмір жолын зерттеу оқушыларға Отан тарихының құндылығын ұғынуға көмектеседі.

5) Ақпараттық-коммуникациялық технологияларды пайдалану

-Видеосабактар мен деректі фильмдер көру;

-Виртуалды турлар мен интерактивті карта арқылы Қазақстан Қарулы Күштерінің құрылымын таныстыру.

4. Мұғалімнің рөлі мен кәсіби шеберлігі

Патриоттық тәрбие беруде мұғалім басты тұлға. Ол оқушыларға тек білім беріп қана қоймай, олардың бойында елжандылық пен рухани биіктікті қалыптастырады. ӘӘД мұғалімі:

-Отанға адалдық пен жауапкершіліктің үлгісін көрсетуі керек;

-Сабақ барысында ұлттық құндылықтарға сүйенуі қажет;

-Әр оқушыға жеке көзқараспен қарап, оның ішкі мотивациясын оятуы тиіс.

Мұғалімнің шешендік қабілеті, тәрбиелік ықпалы және психологиялық сауаттылығы — патриоттық сезім қалыптастырудағы негізгі факторлар [2].

5. Патриоттық тәрбие нәтижелері

Заманауи әдістерді тиімді қолдану нәтижесінде оқушыларда:

-Отанға деген мақтаныш сезімі қалыптасады;

-Тәртіптілік пен ұйымшылдық артады;

-Жауапкершілік пен азаматтық белсенділік дамиды;

-Қарулы Күштер туралы нақты түсінік қалыптасады.

Бұл қасиеттер жас ұрпақтың ел болашағына жауапкершілікпен қарауына ықпал етеді. 1-кестеде қарастырылған.

Кесте 1 – АӘД пәнінде оқушылардың патриоттық сезімін қалыптастыру жолдары

№	Бағыты	Іс-әрекет түрлері мен әдістері	Мақсаты	Күтілетін нәтиже
1	Теориялық дайындық арқылы патриоттық сана қалыптастыру	Патриотизм, әскери ант, Отан қорғау тарихы туралы дәрістер, бейнематериалдар	Оқушылардың ел тарихы мен батырлық дәстүрге деген қызығушылығын арттыру	Оқушыларда ұлттық мақтаныш, тарихи сана мен елжандылық көзқарас қалыптасады
2	Тәжірибелік сабақтар мен жаттығулар	Әскери-қолданбалы жаттығулар, саптық дайындық, атыс жаттығулары, әскери-спорттық жарыстар	Әскери дағдыларды меңгерту, тәртіп пен жауапкершілікті қалыптастыру	Оқушыларда табандылық, төзімділік және тәртіптілік дағдылары дамиды
3	Интерактивті және ойын әдістерін қолдану	Рөлдік ойындар, әскери жағдайды модельдеу,	Сабаққа қызығушылықты арттыру, ұжымда	Ұжымшылдық, өзара көмек пен бірлік сезімі

		командалық тапсырмалар	жұмыс істеуді үйрету	нығаяды
4	Тәрбие жұмысы мен мектептен тыс іс-шаралар	Әскери-патриоттық клубтар, кездесулер, экскурсиялар, ерлік сабақтары	Патриоттық тәрбие беру ісін сабақтан тыс жалғастыру	Отан қорғаушыларға құрмет, азаматтық жауапкершілік артады
5	АКТ және мультимедиялық құралдарды пайдалану	Бейнефильмдер, виртуалды экскурсиялар, тарихи тұлғалар туралы презентациялар	Оқытудың тиімділігін арттыру, көрнекілік арқылы әсер ету	Оқушылардың ой-өрісі кеңейеді, ақпаратты талдау дағдылары қалыптасады

Қазіргі таңда қоғамның дамуымен бірге білім беру жүйесінде патриоттық тәрбиенің мазмұны мен әдістерін жаңарту қажеттілігі туындап отыр. Алғашқы әскери дайындық пәні жастарды елжандылыққа баулуда маңызды болғанымен, кейбір ұйымдастырушылық және әдістемелік қиындықтар кездеседі.

Біріншіден, көптеген мектептерде материалдық-техникалық база жеткіліксіз: әскери құрал-жабдықтар, тренажерлар, макеттер мен формалық киімдердің тапшылығы сабақтың сапасына әсер етеді. Мұндай жағдайда заманауи цифрлық шешімдерді, яғни **виртуалды тренингтер мен интерактивті платформаларды** пайдалану тиімді.

Екіншіден, кейбір оқушыларда әскери-патриоттық пәндерге қызығушылық төмен. Бұл мәселені шешу үшін сабақтарды өмірмен байланыстырып, **реалды мысалдар, батыр тұлғалардың өмір жолы, қазіргі сарбаздардың ерлігі** сияқты тақырыптарды көбірек қамту қажет [3].

Үшіншіден, патриоттық тәрбиені тек сабақ шеңберінде емес, **мектептің барлық тәрбиелік ортасымен біріктіріп** жүргізу қажет. Мысалы:

- мектепішілік «Жас сарбаз» клубтарының жұмысын күшейту;
- патриоттық бағыттағы жобалар мен челленджер өткізу;
- ұлттық мерекелер мен тарихи күндерде арнайы әскери-патриоттық акциялар ұйымдастыру.

Төртіншіден, мұғалімнің жеке тұлғалық үлгісі ерекше рөл атқарады. Оқушылар көбіне ұстаздың мінез-құлқы мен көзқарасына қарап, үлгі алады. Сондықтан **ӘӘД пәні мұғалімі тәртіпті, отансүйгіш, жауапкершілігі жоғары, мәдениетті тұлға** болуы тиіс.

Бесіншіден, патриоттық тәрбиені этномәдени құндылықтармен ұштастыру қажет. Қорыта айтқанда, алғашқы әскери дайындық пәнінде патриоттық сезім қалыптастыру — тек пән мұғалімінің емес, бүкіл мектеп ұжымының, ата-ананың және қоғамның ортақ міндеті. Егер бұл бағытта жүйелі жұмыс жүргізілсе, болашақта өз елінің тәуелсіздігі мен бейбітшілігін қорғауға дайын, рухы биік, намысты жастар өсіп шығады.

Қорыта айтқанда, алғашқы әскери дайындық пәні — оқушыларды жан-жақты дамытумен қатар, патриоттық сезім мен ұлттық рухты қалыптастырудың басты құралы.

Заманауи қоғамда Отанға деген сүйіспеншілік сезімін жас буынның бойына сіңіру — елдің қауіпсіздігі мен тұрақтылығының кепілі.

Сондықтан әрбір ӘӘД мұғалімі өз қызметінде инновациялық әдістерді, тәрбиелік іс-шараларды және ұлттық-рухани құндылықтарды ұштастыра отырып, жас ұрпақты елжанды азамат етіп тәрбиелеуге атсалысуы қажет [4].

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының Қорғаныс министрлігі. Алғашқы әскери дайындық бағдарламасы. — Астана, 2023.
2. Әбдіразақов Е. Патриоттық тәрбие және алғашқы әскери дайындықтың заманауи үлгісі. — Алматы, 2022.
3. Құдайбергенов Қ. Алғашқы әскери дайындықты оқытудың әдістемелік негіздері. — Алматы, 2021.
4. Назарбаев Н.Ә. Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру. — Астана, 2017.

ОӘЖ 796.011.1

ЖАСТАР МЕН СТУДЕНТТЕРДІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТҚА ҚЫЗЫҚТЫРУ

Жаксылык Н.Н., Аманкүл Б.Б., Турсуналиев Э.Э.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье указывается методы молодежи студентов для занятий физической культурой и спортом, важность физической активности для повседневной жизни, а также ценности здоровья.

The article points out the methods of youth students for physical education and sports, the importance of physical activity for everyday life, as well as the values of health.

Қазіргі қоғам жас ұрпақтың дене және психологиялық дайындығына жоғары талап қояды. Оқу үдерісінің қарқындауы, ақпарат ағынының көбеюі, цифрлық технологиялардың дамуы жастардың қимыл-қозғалыс белсенділігінің төмендеуіне алып келуде. Бүгінгі таңда жастар бос уақытын компьютер және смартфон алдында өткізуге бейім. Осындай жағдайда студенттердің дене шынықтыру мен спортқа қатысуы өзекті мәселе ретінде қарастырылады. Ұдайы жаттығу денсаулықты нығайтады, әлеуметтік бейімделуге ықпал етеді, тәртіп пен жауапкершілікті қалыптастырады және түрлі аурулардың алдын алады.

Дене шынықтыру бірнеше маңызды функцияларды орындайды: сауықтыру, тәрбиелеу, әлеуметтік және коммуникативтік. Жастар үшін ол қоғамдық ортада өз орнын табуға көмектесетін маңызды құрал. Бірлескен жаттығулар арқылы студенттер өзара әрекеттесуді үйренеді, рөлдерді бөліседі, командада жұмыс істеуге дағдыланады.

Сонымен қатар, спорт психологиялық жағдайға оң әсерін тигізеді, күйзеліс деңгейін төмендетеді, көңіл күйді жақсартады. Сессия кезеңінде мұндай қолдау ерекше маңызды.

Жас кезде қалыптасатын салауатты өмір салты әдеттері кейінгі өмірде созылмалы дерттердің алдын алуға септігін тигізеді [1].

Көптеген артықшылықтарына қарамастан, спортқа тартуда бірқатар қиындықтар бар. Ең алдымен — мотивацияның жеткіліксіздігі. Көп студенттер физикалық белсенділіктің маңызын түсінбейді және денсаулығының өздігінен сақталатынын ойлайды. Сонымен қатар оқу кестесінің тығыздығы жаттығуға қолайлы уақытты таңдауды қиындатады.

Қаржылық фактор да әсер етеді: ақылы спорт залдары мен клубтарға жазылу барлығына қолжетімді емес. Кейбір жастар дене бітімінен ұялады, дайындық деңгейінің төмендігіне қысым көреді. Цифрландыру да өз әсерін тигізуде: компьютерлік ойындар, әлеуметтік желілер қызығушылықты төмендетеді. Университеттер мен колледждер студенттердің қызығушылығын арттыруда маңызды орын алады. Тиімді шаралар қатарында:

- заманауи спорт инфрақұрылымын дамыту (спорт залдары, алаңдар, бассейндер);

- студент ерекшелігіне бейімделген міндетті сабақтарды енгізу;

- спорттық секциялар мен үйірмелер ұйымдастыру;

- университетшілік жарыстар өткізу.

Сонымен бірге лекциялар, әңгімелесу алаңдары, танымал спортшылармен кездесулер жастарды ынталандырады. Цифрлық дәуірде жастарды спортқа тарту жаңа тәсілдерді қажет етеді. Белсенділікті бақылауға арналған мобильдік қосымшалар, онлайн жаттығу бағдарламалары, факультетаралық виртуалды бәсекелер тиімді нәтиже береді.

Әлеуметтік желілер жетістіктермен бөлісуге мүмкіндік береді, ал флешмоб пен челленджер мотивацияны арттырады. Геймификация элементтері бар тренажёрлар жаттығуды қызықты ойын түріне айналдырып, бұрын спортпен айналыспаған жастарды тарта алады.

Мотивация — ең негізгі фактор. Студентке спорт сабақтары міндет ретінде емес, өзін дамыту мүмкіндігі екені түсіндірілгені жөн. Оқытушыларға ұсыныстар: студенттің өзіндік сенімін арттыру, жағымды эмоциялық климат қалыптастыру. жеке жетістіктерді бағалау. топтық қолдау мәдениетін енгізу.

Жеке ерекшеліктерді ескеру қажет. Әр студенттің физикалық дайындығы әртүрлі, сондықтан жаттығу деңгейі де икемді болуы тиіс. Жастардың қызығушылығы көбіне достар, отбасы және қоғам ықпалымен қалыптасады. Қоршаған орта спортты қолдаса, студент те белсенді болуға тырысады. Жарыс нәтижелері, жетістіктер, өзін жақсы сезіну — бәрі мотивацияны күшейтеді. Жоғары оқу орнындағы спорттық клубтар позитивті әлеуметтік орта қалыптастырады [2]. Тәжірибелі жаттықтырушының беделі де маңызды: ол тек техника үйретіп қоймай, салауатты өмір құндылықтарын дәріптейді.

Соңғы жылдары бұқаралық спорт түрлері танымал болуда: жүгіру марафондары, велошерулер, флешмобтар, спорттық фестивальдер. Олар

жастарға қоғаммен байланыс сезімін береді. Бұқаралық спорт түрлі деңгейдегі қатысушыларға қолжетімді және қауіпсіздеу. Мемлекет тарапынан қолдау көрсетілуі тиіс. Жарыстар студенттер үшін күшті мотивациялық фактор. Олар бәсекелестік сезімін дамытады, өз мүмкіндіктерін жетілдіруге итермелейді.

Университеттерде:

- футбол, волейбол, баскетбол турнирлері;
- жеңіл атлетика жарыстары;
- факультетаралық эстафеталар;
- үстел теннисі, шахмат, басқа спорт түрлері өткізілуі мүмкін.

Маңыздысы — спортқа тек мықты студенттерді емес, барлығын қатыстыру. Үнемі спортпен айналысу темекі шегу, алкоголь қолдану, дұрыс тамақтанбау сияқты зиянды әдеттердің таралуын азайтады. Жастардың өзін-өзі бақылау қабілетін арттырады, денсаулыққа жауапкершілікпен қарауға үйретеді. Жастар мен студенттерді дене шынықтыру және спортқа тарту — қоғам, білім беру ұйымдары мен мемлекет бірлесіп жүзеге асыратын кешенді міндет [3].

Инфрақұрылымды дамыту, заманауи технологияларды қолдану, психологиялық қолдау көрсету және бұқаралық спортты ілгерілету — мәселенің тиімді шешімі. Спорт денсаулықты нығайтып қана қоймай, көшбасшылық қасиеттерді дамытады, әлеуметтік бейімделуді жақсартады, өзіне сенімділікті арттырады. Белсенді әрі дені сау ұрпақ — мемлекеттің болашағы, сондықтан жастардың спортқа қызығушылығын арттыру бағытында барлық жағдай жасалуы керек.

Пайдаланған әдебиеттер

1. Қасымбеков С. «Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі». – Алматы: «Нұр Принт», 2020. – 248 б.
2. Кожобеков Ж. Спорттық дайындық негіздері. – Алматы, 2018. – 220 б.
3. Дәркенов Б., Төлегенов А. «Спорт педагогикасы». – Астана: Фолиант, 2019. – 184 б.

УДК 759.41

ТАКТИКА ВЫЖИВАНИЯ В ПРИРОДНЫХ И УРБАНИЗИРОВАННЫХ УСЛОВИЯХ

Жамаш А.А., Балтабаев К.М., Мирабидов М.М.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада табиғи және урбанизацияланған ортадағы өмір сүру тактикасының психологиялық және практикалық аспектілері қарастырылады. Автор адамның төтенше жағдайларда өзін-өзі сақтау, бейімделу және шешім қабылдау қабілеттерін талдайды. Сонымен қатар, заманауи технологиялар мен дайындықтың өмір сүру мүмкіндігіне әсері айқындалады.

The article examines the psychological and practical aspects of survival tactics in natural and urbanized environments. The author analyzes human adaptability, self-preservation, and decision-making abilities in extreme situations. The influence of modern technologies and preparedness on the chances of survival is also discussed.

В современном мире человек может оказаться в экстремальных условиях не только в дикой природе, но и в привычной городской среде. Стихийные бедствия, техногенные аварии, вооружённые конфликты, транспортные катастрофы и даже социальные кризисы ставят человека перед необходимостью быстро адаптироваться и принимать решения, от которых зависит жизнь. Тактика выживания в таких ситуациях — это совокупность знаний, умений и психологических установок, направленных на сохранение жизни и здоровья при дефиците ресурсов и угрозе внешней опасности.

Поведение человека в экстремальной обстановке определяется тремя ключевыми факторами: физическим состоянием, психологической устойчивостью и уровнем подготовленности. В природных условиях к числу основных угроз относятся недостаток воды, пищи, тепла, а также опасность со стороны животных и неблагоприятные погодные явления. В урбанизированной среде, напротив, человек сталкивается с другими вызовами — обрушениями зданий, пожарами, утечками газа, радиационным заражением, отсутствием электричества и связи. В обоих случаях ключевым элементом выживания становится способность сохранять спокойствие и рационально использовать доступные ресурсы.

Первая и самая важная реакция при чрезвычайной ситуации — это психологическая адаптация. Паника и растерянность часто оказываются главной причиной ошибок, которые приводят к трагическим последствиям. Человек должен суметь подавить импульсивные реакции и сосредоточиться на анализе обстановки. Психологическая устойчивость формируется заранее — через знание базовых принципов выживания, практические тренировки и уверенность в собственных действиях. Люди, знакомые с алгоритмами поведения в чрезвычайных ситуациях, чаще сохраняют самообладание и способны действовать целенаправленно.

В условиях дикой природы главной задачей становится обеспечение базовых жизненных потребностей: воды, пищи, тепла и укрытия. При этом особое значение имеет умение ориентироваться на местности, определять стороны света, находить источники питьевой воды и безопасные места для отдыха. Современные технологии — такие как GPS-устройства, солнечные зарядные станции и многофункциональные ножи — значительно повышают шансы на выживание, однако полагаться исключительно на технику опасно, поскольку она может выйти из строя. Поэтому знания о природных ресурсах, съедобных растениях, методах разжигания огня и подаче сигналов бедствия остаются актуальными и сегодня [1].

В городской среде выживание имеет свои особенности. При землетрясениях, пожарах или обрушениях зданий необходимо быстро находить безопасные зоны, избегать паники и помогать другим людям. Тактика выживания здесь включает умение действовать организованно, рационально использовать запасы воды и пищи, соблюдать санитарные нормы и поддерживать связь с внешним миром. Важнейшим аспектом является способность ориентироваться в пространстве даже при потере электроэнергии

или связи. Поэтому рекомендуется заранее знать расположение ближайших убежищ, аварийных выходов и маршрутов эвакуации.

Современные технологии существенно изменили подход к выживанию. Мобильные приложения для экстренных ситуаций, спутниковая навигация, портативные фильтры для воды и автономные источники энергии стали неотъемлемой частью набора современного человека. Однако даже самые совершенные устройства не заменят базовых навыков самопомощи и взаимопомощи. Эффективное выживание возможно лишь при сочетании технологических средств с умением сохранять психологическое равновесие и принимать решения в условиях неопределённости.

Не менее важным фактором является коллективное взаимодействие. В экстремальных ситуациях шансы на спасение повышаются, когда люди действуют сообща. Групповая поддержка помогает распределить обязанности, экономить силы и сохранять моральный дух. Однако в стрессовой обстановке могут возникать конфликты и разногласия, что требует умения слушать, договариваться и уважать решения лидера. Психологическая сплочённость становится тем ресурсом, который часто определяет исход выживания в коллективе.

Физическая подготовка также играет ключевую роль. Выносливость, сила, гибкость и умение выполнять действия в ограниченных условиях повышают эффективность поведения человека при бедствиях. Тренировки, направленные на развитие выживаемости — походы, ориентирование, плавание, туризм, рукопашная защита — не только укрепляют тело, но и формируют уверенность, решительность и устойчивость к стрессу [2].

Особое внимание следует уделить информационной готовности. В современном мире, где информация распространяется мгновенно, важно уметь фильтровать данные, избегать ложных слухов и действовать в соответствии с официальными источниками. Неправильные решения, основанные на панике и дезинформации, могут привести к хаосу. Поэтому развитие культуры безопасности и грамотности в вопросах выживания должно быть неотъемлемой частью образовательных программ.

Выживание — это способность человека сохранить жизнь и здоровье в условиях, где привычная среда и ресурсы недоступны. Такие ситуации могут возникнуть в результате стихийных бедствий, аварий, катастроф, потери связи с цивилизацией или военных действий. Тактика выживания — это не просто набор действий, а целая система знаний, навыков и психологической устойчивости, помогающих человеку адаптироваться и действовать в сложных обстоятельствах.

Условия выживания могут быть природными и урбанизированными. Природная среда — это горы, леса, пустыни, тундра или водное пространство, где человек оказывается без привычных средств жизнеобеспечения. Урбанизированная среда — это разрушенные города, зоны катастроф или техногенных аварий, где опасность исходит не от природы, а от последствий деятельности человека. Несмотря на различия, принципы выживания во многом

схожи: нужно сохранять спокойствие, оценивать обстановку, рационально использовать ресурсы и действовать продуманно.

В природных условиях главной задачей является обеспечение базовых потребностей: воды, пищи, тепла и защиты от внешней среды. Первоочередное внимание уделяется поиску воды, ведь без неё человек может прожить всего несколько дней. Даже в лесу или горах необходимо уметь находить источники — родники, росу, дождевую воду. Следующий шаг — создание укрытия. Оно защищает от холода, ветра, дождя и диких животных. Для этого используются подручные материалы — ветки, трава, камни, полиэтилен [3].

Не менее важно добыть огонь, который не только согревает, но и позволяет готовить пищу, подавать сигналы и защищаться. Важно знать простейшие способы его разведения — с помощью кремня, батарейки, трения или химических реакций. При наличии элементарных знаний о растениях и животных человек способен обеспечить себя пищей. Главное — избегать неизвестных ягод и грибов, которые могут быть ядовитыми.

Выживание в природе требует умения ориентироваться на местности. Нужно уметь определять стороны света по солнцу, звёздам, мху или течению рек. Это помогает выбрать правильное направление движения и выйти к людям. Психологическое состояние при этом не менее важно, чем физическая сила. Даже при ограниченных ресурсах человек, который сохраняет веру, дисциплину и разумное поведение, имеет больше шансов выжить, чем тот, кто поддаётся панике.

В урбанизированных условиях, например после землетрясения, взрыва или пожара, основная угроза — это разрушения, задымление, отсутствие воды, электричества и связи. В таких ситуациях нужно действовать максимально осторожно. Главное правило — не паниковать и искать безопасное место, вдали от обрушенных конструкций и источников огня. Если человек оказался под завалами, следует экономить воздух, подавать звуковые сигналы и ждать спасателей.

Тактика выживания в городе также включает умение оценивать риски — избегать лифтов, подвальных помещений, линий электропередач, горящих объектов. Необходимо иметь при себе «тревожный рюкзак» с минимальным запасом воды, еды, аптечкой, фонариком и средствами связи. В условиях массовой катастрофы важно объединяться с другими людьми, делиться информацией и помогать тем, кто не может справиться самостоятельно.

Отдельно стоит подчеркнуть роль психологической устойчивости. Даже при наличии знаний и ресурсов человек может потерять способность действовать из-за страха или отчаяния. Поэтому в программах по выживанию особое внимание уделяется тренировке духа, самообладанию и уверенности в своих силах. Настроенный на борьбу человек способен находить решения даже в самых тяжёлых обстоятельствах [4].

Тактика выживания — это не только борьба с внешними факторами, но и способность адаптироваться, мыслить рационально и использовать имеющиеся

возможности. Природа и город по-разному испытывают человека, но в обоих случаях успех зависит от его знаний, характера и готовности к действиям.

В современном мире, где риск чрезвычайных ситуаций постоянно возрастает, каждому важно обладать хотя бы минимальными навыками выживания. Это не просто полезное знание, а гарантия того, что человек сможет защитить себя и помочь другим.

Таким образом, тактика выживания в природных и урбанизированных условиях представляет собой комплексное взаимодействие знаний, психологической устойчивости и практических навыков. Главный принцип — это готовность к любым ситуациям, способность сохранять самообладание и действовать рационально. В XXI веке выживание — это не только физическая способность противостоять угрозам, но и проявление интеллекта, воли и социальной ответственности. Человек, обладающий знаниями и уверенностью, способен не только спасти себя, но и помочь другим, превращая экстремальную ситуацию в испытание силы духа и разума.

Список литературы

1. Бекенов, А. Т. Основы выживания в природных и техногенных условиях. — Алматы: Қазақ университеті, 2022.
2. Гребенников, В. В. Тактика поведения человека в экстремальных ситуациях. — Москва: Академия безопасности, 2021.
3. Сапарбаев, Н. Современные методы подготовки к выживанию в городских условиях. — Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2023.
4. Лебедев, И. Н. Человек и среда: психология адаптации. — СПб.: Питер, 2019.

УДК 759.41

РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКИХ И КОМАНДНЫХ НАВЫКОВ В ХОДЕ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

Жамбул Б.Т., Болысбек М.Б., Арзикулов Б.Ф.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада әскери дайындық жүйесінде көшбасшылық пен командалық қасиеттердің қалыптасуы қарастырылады. Көшбасшылықтың ұжым басқаруындағы маңызды элемент ретіндегі мәні ашылады, болашақ офицерлер мен сарбаздарды даярлаудың психологиялық және ұйымдастырушылық аспектілері талданады. Көшбасшылық құзыреттерін дамытудағы командалық өзара әрекеттестік, тренингтер мен жағдайлық модельдеудің рөлі атап өтіледі. XXI ғасырдағы әскери көшбасшы бейнесінің трансформациясына заманауи технологиялар мен цифрлық құралдардың әсеріне ерекше назар аударылады.

The article examines the development of leadership and teamwork qualities within the system of military training. It reveals the essence of leadership as a key element of group management and analyzes the psychological and organizational aspects of training future officers and soldiers. The role of team interaction, training exercises, and situational modeling in the development of leadership competencies is emphasized. Special attention is given to the influence of modern technologies and digital tools on the transformation of the image of the military leader in the 21st century.

Современные вызовы, стоящие перед вооружёнными силами, требуют не только технической оснащённости и стратегического мышления, но и высокого уровня личных и коллективных компетенций. В условиях быстрых изменений, информационных войн, гибридных конфликтов и нестандартных задач на первый план выходит человеческий фактор — лидерство, способность действовать в команде, поддерживать боевой дух и обеспечивать эффективное взаимодействие.

Военная подготовка давно перестала быть только физической или технической дисциплиной. Сегодня она рассматривается как комплексная система формирования личности, включающая развитие моральных, интеллектуальных и управленческих качеств. В этой связи особое значение приобретает формирование лидерских и командных навыков, которые становятся фундаментом профессионализма военнослужащих.

Лидерство — это процесс влияния на людей с целью достижения общих целей. В военной сфере лидерство имеет особую природу, поскольку предполагает принятие решений в условиях неопределённости, высокий уровень ответственности и необходимость сохранять контроль над ситуацией даже в экстремальных обстоятельствах.

Военный лидер должен обладать рядом качеств: решительностью, уверенностью, самодисциплиной, коммуникабельностью, аналитическим мышлением и моральной стойкостью. В отличие от гражданской среды, в армии лидерство основано не на формальной власти, а на личном авторитете, опыте и способности вдохновлять подчинённых.

История показывает, что успех армий часто зависел не только от численности или техники, но и от личности командиров. Так, стратегические победы Александра Македонского, Наполеона или Жукова объяснялись не только военными талантами, но и умением создавать сплочённые команды, поддерживать мотивацию солдат и формировать у них чувство единства.

Военная подготовка — это идеальная среда для формирования лидерских навыков. Система обучения, основанная на дисциплине, ответственности и выполнении задач в коллективе, создаёт благоприятные условия для выявления и развития лидеров.

Основные этапы формирования лидерства в военной подготовке включают:

1. Познание себя — осознание своих сильных и слабых сторон, формирование внутренней уверенности.
2. Практическое руководство группами — выполнение роли командира в учебных подразделениях, организация взаимодействия.
3. Решение нестандартных задач — развитие способности принимать решения в условиях ограниченного времени и ресурсов.
4. Формирование личного примера — демонстрация подчинённым моральных и профессиональных ориентиров.

Каждое упражнение, каждая тренировка — это не просто физическое испытание, но и психологический тренинг, где участники учатся

контролировать эмоции, распределять обязанности и поддерживать командный дух [1].

Военная эффективность напрямую зависит от сплочённости подразделения. Командная работа формирует чувство взаимной ответственности и доверия. В отличие от гражданских организаций, в армии цена ошибки может быть слишком высокой, поэтому качество взаимодействия играет ключевую роль.

Для развития командных навыков применяются различные формы обучения:

- Совместные марш-броски, где важно поддерживать общий темп и помогать товарищам.
- Тактические игры, моделирующие реальные боевые ситуации.
- Учения с распределением ролей, где каждый участник выполняет строго определённую задачу.

Подобные упражнения позволяют отрабатывать механизмы командования, принятия решений и взаимопомощи.

Сильная команда всегда основана на взаимопонимании и уважении. Лидер, который способен видеть индивидуальные особенности каждого бойца и эффективно распределять их потенциал, создаёт устойчивую и результативную структуру.

Психологические аспекты лидерства и командного взаимодействия

Лидерство в армии невозможно без психологической устойчивости. В условиях стресса, усталости и опасности проявляется истинная сила личности.

Военный лидер должен уметь контролировать эмоции, поддерживать моральный настрой подчинённых, сохранять объективность в конфликтных ситуациях. Современные исследования показывают, что эффективные командиры обладают высоким уровнем эмоционального интеллекта — способности распознавать эмоции других и адаптировать стиль управления к различным ситуациям. Психологическая подготовка включает тренировки стрессоустойчивости, развитие навыков саморегуляции и повышение уровня эмпатии.

Цифровая трансформация изменила подход к военному обучению. В подготовке лидеров активно используются:

- Симуляторы боевых действий, позволяющие моделировать сложные сценарии.
- Виртуальные полигоны, где курсант учится принимать решения в условиях виртуальной реальности.
- Ситуационное моделирование, включающее анализ реальных операций и ошибок.

Такие технологии позволяют безопасно и эффективно формировать навыки анализа, координации и ответственности [2].

Кроме того, современные лидеры должны уметь управлять информационными потоками, анализировать данные, использовать киберпространство для планирования операций.

Настоящее лидерство немыслимо без морали. Командир, обладающий высоким чувством чести, справедливости и ответственности, вызывает доверие и уважение. В армии моральная устойчивость лидера часто становится решающим фактором успешности операций.

Лидер должен быть примером: в поведении, отношении к службе, заботе о подчинённых. Принцип «веди за собой, а не приказывай» отражает суть современного военного лидерства.

Решения, принимаемые в боевой обстановке, должны быть быстрыми, обоснованными и точными. Поэтому в процессе подготовки особое внимание уделяется развитию аналитического и критического мышления.

Будущих офицеров обучают принимать решения в условиях дефицита информации, рассчитывать риски, оценивать последствия. С этой целью внедряются кейс-методы, деловые игры и имитационные модели.

Важно, чтобы курсант не только следовал приказам, но и умел самостоятельно мыслить, проявлять инициативу и ответственность [3].

Наставники и командиры играют ключевую роль в формировании будущих лидеров. Личный пример, стиль общения и подход к обучению создают у курсантов систему ценностей и мотивацию.

Опытные офицеры делятся реальными случаями из службы, показывая, что лидерство — это не только сила и власть, но и человечность, умение слышать, поддерживать и развивать других.

Одной из характерных особенностей военной подготовки является обучение действовать под давлением. Только через испытания и преодоление трудностей формируются стойкость и решительность.

Полевые выходы, ночные марш-броски, работа в сложных погодных условиях — всё это не просто физическая закалка, а психологическая тренировка, укрепляющая командный дух.

Лидер рождается тогда, когда способен взять ответственность не только за себя, но и за весь коллектив.

Современные войны отличаются динамичностью, непредсказуемостью и высоким уровнем технологичности. В таких условиях лидер должен быть не только стратегом, но и инноватором, способным быстро адаптироваться к изменениям.

Гибридные конфликты, кибератаки, использование беспилотников требуют от командира владения современными средствами связи, разведки и анализа данных. Лидер XXI века должен сочетать традиционные военные навыки с цифровыми компетенциями [4].

Развитие лидерских и командных навыков в ходе военной подготовки является стратегически важной задачей. Лидерство — это не врождённое качество, а результат системного обучения, личных испытаний и постоянного самосовершенствования.

Сильный лидер способен вдохновлять, объединять и вести за собой. Командная сплочённость обеспечивает выживаемость и эффективность коллектива в самых трудных условиях.

Интеграция современных технологий, психологической подготовки и этических принципов создаёт условия для формирования нового типа военного специалиста - интеллектуального, ответственного и гуманного лидера, готового защищать Родину не только оружием, но и разумом.

Литература

1. Кравцов И.А. Психология военного лидерства. — Москва: Воениздат, 2020.
2. Сидоров В.Н. Командные взаимодействия в армейских коллективах. — СПб, 2021.
3. Поляков А.В. Современные методы подготовки офицеров. — Москва, 2019.
4. Фролов С.Н. Психология экстремальных ситуаций. — Москва: Академия МВД, 2022.

УДК 372.016.796

ОЙЫНДЫҚ ӘДІСТЕР ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ: СТУДЕНТТЕРДІҢ УӘЖДЕМЕСІНЕ, ҮЛГЕРІМІНЕ ЖӘНЕ НЕГІЗГІ ҚҰЗЫРЕТТЕРІН ҚАЛЫПТАСТЫРУҒА ӘСЕРІ

Жәдігер Сабыржан Берікұлы
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Резюме: В данной статье рассматривается роль использования игровых методов на уроках физической культуры у учащихся начальных классов. Подвижные игры повышают двигательную активность детей, способствуют развитию физических качеств и формируют положительную мотивацию к занятиям.

Summary: This article examines the role of using game-based methods in the physical education of primary school children. Active games increase children's motor activity, contribute to the development of physical qualities, and foster positive motivation for participation in lessons.

Білім беруді жаңғырту жағдайында студенттердің мотивациясын, белсенділігін және құзыреттерін дамытуға бағытталған педагогикалық технологиялар ерекше маңызға ие болуда. Физикалық тәрбиеде ең тиімді бағыттардың бірі – жастардың қозғалысқа, жарысуға және қарым-қатынасқа деген табиғи қажеттілігіне сәйкес келетін ойын әдістерін пайдалану болып табылады.

Ойындық іс-әрекет эмоционалдық жеңілдік туғызып, дене шынықтыру сабақтарына деген қызығушылықты арттырады, студенттердің физикалық жұмыс қабілетін және әлеуметтік бейімделуін қамтамасыз ететін қолайлы жағдай жасайды.

Ойын әдістерінің ұғымы мен педагогикалық мәнін қарастырайық. **Ойын әдістері** – бұл оқу процесін ойын әрекеттері негізінде ұйымдастыру, яғни білім беру міндеттерін жарыс, ынтымақтастық және таңдау еркіндігі арқылы шешуге бағытталған іс-әрекет түрі.

Ойын әдісінің басты ерекшелігі – **оқу процесінің жоғары эмоциялық қарқындылығы**, ол студенттердің дене шынықтыруға тұрақты түрде қатысу мотивациясын арттырудың негізгі факторы болып табылады [1, 24].

Ойын әдістері **бәсекелестік, шығармашылық және қозғалыс қуанышы атмосферасын** қалыптастырады, бұл психологиялық кернеуді төмендетіп, білім алушылардың белсенділігін арттырады. Ойын барысындағы эмоционалды көтерілу когнитивтік үдерістерді белсендіреді, назар шоғырлануын жақсартады және қимыл-қозғалыс дағдыларын тиімді меңгеруге ықпал етеді.

Сонымен қатар, **оң эмоциялар** сабаққа тұрақты қызығушылықты қалыптастырып, топ ішіндегі әлеуметтік байланыстарды нығайтады және оқу процесіне қанағаттанушылық деңгейін арттырады.

Ішкі мотивацияның қалыптасуы – студенттердің физикалық тәрбиесінің тиімділігін арттырудың негізгі шарты. **Ойын әдістері** сыртқы ынталандырулардан (баға, бақылау, мәжбүрлеу) ішкі түрткілерге – қызығушылық, қозғалыс қуанышы, өзін жетілдіруге ұмтылысқа – назарды ауыстырады.

Ойын барысында студенттер сабақты **мәнді әрі эмоциялық жағынан тартымды іс-әрекет** ретінде қабылдайды, бұл олардың жеке жауапкершілігін және қатысу сезімін арттырады. Ішкі мотивация таңдау мүмкіндігі, жетістік сезімі және әлеуметтік мойындау арқылы қалыптасады.

Студент өз іс-әрекетінің нәтижесін жылдам әрі көрнекі түрде байқайды, бұл өз күшіне сенімді арттырып, **ерік-жігер және моральдық қасиеттерді** дамытады. Ойын технологияларын жүйелі қолдану студенттердің дене шынықтыруға оң көзқарасын бекітеді және оқу аяқталғаннан кейін де **тұрақты қозғалыс белсенділігіне** негіз қалайды.

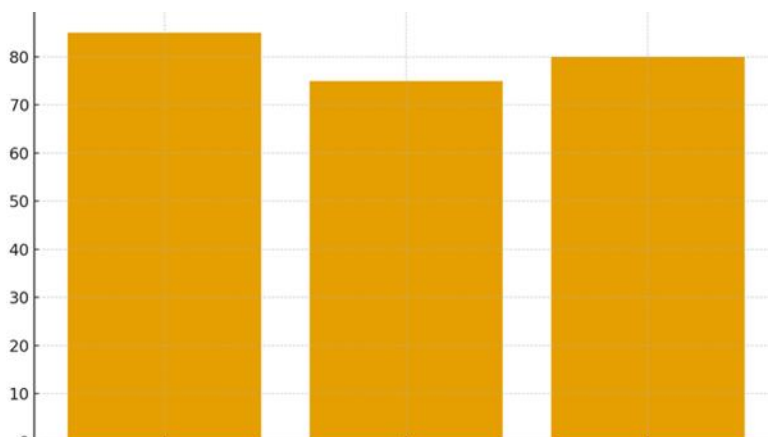
Ойын әдістеріндегі **физикалық жүктеме мен интеллектуалды компоненттің үйлесімі** студенттердің қимылдық және когнитивтік саласын қатар дамытуға мүмкіндік береді. Ойын барысында қатысушылар тек қимыл-қозғалыс әрекеттерін орындап қана қоймай, сонымен қатар **тез тактикалық шешімдер қабылдайды, команданың жағдайын талдайды және қарсыластың әрекетін болжайды**. Мұндай тәсіл назарды, ойлау шапшаңдығын, қимыл үйлесімділігін және өзін-өзі реттеу қабілетін дамытады [2,33].

Нақты жарыстық жағдайларды модельдеу спорттық тәжірибеге барынша жақын орта жасайды. Бұл студенттердің қатысу деңгейін арттырып, уақыт тапшылығында әрекет ету, сыртқы факторлардың өзгеруіне бейімделу және эмоционалды қысым кезінде тапсырмаларды орындау қабілетін дамытады.

Ойындық жағдайларды жүйелі модельдеу тактикалық-техникалық дағдыларды қалыптастырады және студенттердің жарыстық және күйзеліске қарсы тұрақтылығын арттырады. Ойын әдістеріне **қозғалмалы ойындар, спорттық ойын элементтері, эстафеталар, квесттер, тренажерлік симуляторлар және басқа түрлер** жатады [3,145].

Ойын формаларының мотивациялық функциясы сабақтарда позитивті эмоционалды фон тудырып, физикалық белсенділікке

қызығушылықты арттырады, мазасыздық пен шаршауды азайтады, жетістік пен өзін-өзі іске асыру сезімін қалыптастырады (1-сурет).



1-сурет. Ойын әдістерінің оқушылардың оқу көрсеткіштеріне әсері.

Ойын іс-әрекеті **сыртқы мотивациядан (баға, оқытушы талабы) ішкі мотивацияға** – қозғалысқа деген ықыласқа, нәтижеге жетуге, белсенділіктен қуаныш алуға көшуге ықпал етеді. Осылайша, ойын сабақтарды міндетті әрекеттен әлеуметтік маңызды және эмоциялық тартымды іс-әрекетке айналдырады. **Оқу нәтижелерінің артуы** назар мен зейінді жақсарту, тактикалық тапсырмаларды орындау кезінде талдау, жоспарлау және болжам жасау арқылы когнитивтік процестердің дамуы есебінен қамтамасыз етіледі.

Ойын әрекеті белсенді ойлауды ынталандырады, шектеулі уақытта шешім қабылдау дағдыларын қалыптастырады, ал техникалық элементтердің үнемі қайталануы есте сақтауды күшейтеді. Қозғалыс пен ойлау орталықтарының бір мезгілде белсендірілуі мидың **нейропластикалығын арттырады**, бұл өз кезегінде оқу мотивациясын, үлгерімді жақсартады және оқу материалын меңгерудің оң динамикасын қамтамасыз етеді.

Сонымен бірге, ойын әдістері **өзін-өзі бақылау мен тәртіпті** арттырады, өйткені ойын ережелерін сақтау регламентті ұстануды, эмоцияны басқаруды және жоғары динамика жағдайында мінез-құлықты реттеуді талап етеді.

Студенттер өз әрекеттерін бағалауға, тактикалық шешімдерді түзетуге және командалық нәтиже үшін жауапкершілік алуға үйренеді, бұл **өзін-өзі реттеу мен ұйымдасқандық** қабілеттерін қалыптастырады.

Сонымен қатар, студенттердің дене тәрбиесінің **теориялық аспектілеріне қызығушылығы** артады: қозғалыс биомеханикасын, спорттық тактика мен стратегия негіздерін, физикалық жүктеменің ағзаға әсерін тереңірек түсінуге ұмтылыс пайда болады.

Нәтижесінде, теория абстрактілі материал ретінде емес, **ойын әрекетінің тиімділігін арттыратын практикалық құрал** ретінде қабылданады. Бұл пәнді тұтас түсінуге және академиялық мотивацияны арттыруға ықпал етеді.

Ойын сабақтарына үнемі қатысатын оқушылар **жоғары қатысу белсенділігі мен сабаққа келу көрсеткіштерін** көрсетеді [4,88].

1-кесте. Ойын әдістері келесі құзыреттердің дамуына ықпал етеді

Құзырет түрі	Ойын әрекетінде көрінісі
Коммуникативтік	Командалық өзара әрекет, рөлдерді бөлу
Әлеуметтік	Ережелерді сақтау, қарсыласты құрметтеу
Реттеушілік	Тактиканы жоспарлау, өзін-өзі бақылау
Көшбасшылық	Қиын жағдайда шешім қабылдау
Физикалық	Негізгі қимыл-қозғалыс сапаларын дамыту

Ойын әдістемесінің жоғары тиімділігі үшін келесі шарттарды сақтау қажет:- ойынның мақсаттарын, ережелерін және табыс критерийлерін нақты тұжырымдау;

- студенттердің физикалық және тактикалық дайындық деңгейіне сәйкес ойынның күрделілігі мен жүктемесін реттеу;
- ойынды қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларымен үйлестіру;
- **рефлексия жүргізу** – кателер мен табысты әрекеттерді талдау;
- **қауіпсіздік шараларын қамтамасыз ету** – кеңістік пен жабдықты дұрыс ұйымдастыру;
- **позитивті эмоционалды атмосфераны сақтау**, өйткені жетістік сезімі мен командалық қолдау оқу мотивациясын арттырады.

Ойын форматы **нәтиже үшін жауапкершілікті және белгісіз жағдайларда тиімді әрекет ету қабілетін** қалыптастырады.

Ұсынылады: оқу бағдарламасына кезең-кезеңімен енгізу – қарапайым қозғалмалы ойындардан спорттық-ойын кешендеріне көшу.

Ойын әдістері физикалық тәрбиеде студенттердің дене шынықтыруға деген мотивациясын күшейтетін, оқу жетістіктеріне оң әсер ететін және әмбебап құзыреттерді қалыптастыратын тиімді педагогикалық құрал болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019. — 124 б
2. Захарова Л.А. Подвижные игры в системе физического воспитания. -СПб.:Питер, 2023
3. Смирнов Д.В. Двигательная активность детей младшего школьного возраста. — Самара: Универс Групп, 2021. — 145 б.
4. Шабалин М.Ю. Физическая культура и здоровье детей. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. — 511 б.

УДК 759.41

КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ КАК ЧАСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ОБОРОННОЙ СТРАТЕГИИ ГОСУДАРСТВА

Жумакулов Е.Е., Коскенбаев Б.Е., Адилбек Р.Ж.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада киберқауіпсіздіктің заманауи мемлекеттің қорғаныс стратегиясындағы маңызды рөлі қарастырылады. Негізгі киберқауіптер, олармен күресу тәсілдері мен

ақпараттық инфрақұрылымды қорғаудың ұйымдастырушылық шаралары талданады. Сондай-ақ халықаралық ынтымақтастық, ұлттық киберқорғаныс бағдарламаларын дамыту және ақпараттық қауіпсіздік мамандарын даярлау мәселелеріне ерекше назар аударылады.

The article examines the role of cybersecurity as a key component of a modern state's defense strategy. It analyzes the main cyber threats, counteraction methods, and organizational measures to ensure digital resilience. Particular attention is paid to international cooperation, the development of national cyber defense programs, and the training of specialists in information security.

Современный мир переживает стремительное развитие цифровых технологий, которое не только открывает новые возможности, но и создаёт серьёзные угрозы национальной безопасности. Информационные сети и цифровая инфраструктура становятся неотъемлемыми элементами государственного управления, экономики, энергетики и обороны. В этих условиях кибербезопасность выступает не просто технической дисциплиной, а стратегическим направлением национальной оборонной политики.

Сегодня войны всё чаще ведутся не на земле, а в виртуальном пространстве. Кибератаки на государственные учреждения, банковскую систему, транспортную инфраструктуру или энергетические сети способны парализовать деятельность страны без применения традиционного оружия.

Примером могут служить атаки на государственные сайты, взломы баз данных, распространение дезинформации и шпионские операции в киберпространстве.

Для защиты национальных интересов государству необходимо развивать комплексную стратегию кибербезопасности, включающую организационные, правовые, технические и образовательные меры.

Проблема киберугроз приобрела глобальный масштаб. Хакерские атаки способны вывести из строя энергетические сети, банковские системы, транспортные узлы, что может привести к дестабилизации внутренней безопасности государства. Одним из наиболее известных примеров является вирус Stuxnet, поразивший в 2010 году ядерные объекты Ирана, а также многочисленные кибератаки на государственные структуры США, стран Европы и Азии. Эти инциденты показали, что кибервойны становятся реальностью XXI века, а защита цифрового пространства вопросом национальной безопасности [1].

В рамках оборонной стратегии государства кибербезопасность рассматривается как важнейший элемент информационной и военной политики. Современные армии всё чаще используют цифровые технологии для управления вооружением, связи и разведки. Сбои или вмешательство в эти системы могут привести к катастрофическим последствиям. Поэтому разработка надёжных механизмов защиты информации, создание центров киберопераций и подготовка специалистов по киберобороне стали приоритетными задачами для большинства стран.

Одним из ключевых направлений является формирование национальной системы киберзащиты. Она включает создание специализированных

подразделений, мониторинг угроз в режиме реального времени и оперативное реагирование на атаки. Например, в США действует Агентство по кибербезопасности и инфраструктурной безопасности (CISA), в Европе — Европейское агентство по кибербезопасности (ENISA), а в Казахстане создан Центр анализа и расследования кибератак (ЦАРКА), который обеспечивает координацию и защиту государственных информационных систем [2].

Кибербезопасность не ограничивается только техническими средствами защиты. Она включает политические, правовые и образовательные аспекты. Государства разрабатывают законодательные нормы, регулирующие деятельность в цифровой среде, вводят ответственность за киберпреступления и устанавливают правила международного сотрудничества. При этом одной из главных задач остаётся подготовка квалифицированных кадров, способных противостоять сложным киберугрозам. Без специалистов, владеющих современными методами защиты, невозможно построить устойчивую оборонную инфраструктуру.

Особое значение кибербезопасность приобретает в условиях гибридных конфликтов, когда противоборство ведётся не только на физическом, но и на информационном уровне. Кибератаки могут использоваться для дезинформации населения, подрыва доверия к власти и создания паники. Таким образом, защита цифрового пространства становится не просто технической, но и стратегической задачей государства, напрямую влияющей на его политическую стабильность и суверенитет.

Современные технологии искусственного интеллекта и машинного обучения активно внедряются в системы киберобороны. Они позволяют анализировать большие объёмы данных, прогнозировать атаки и автоматически выявлять аномалии в сетях. Однако с развитием ИИ появляются и новые вызовы — создание вредоносных алгоритмов, способных адаптироваться и обходить защиту. Поэтому наряду с технологическими решениями требуется этическое регулирование использования искусственного интеллекта в сфере безопасности.

Важным направлением является развитие международного сотрудничества. Киберугрозы не имеют государственных границ, и для их эффективного противодействия необходимо объединение усилий разных стран. Организация Объединённых Наций, НАТО и Шанхайская организация сотрудничества (ШОС) активно разрабатывают стандарты кибербезопасности и протоколы обмена информацией о киберинцидентах. Казахстан также принимает участие в международных форумах, направленных на укрепление коллективной цифровой защиты [3].

Несмотря на значительные достижения, остаются проблемы, требующие решения. Это недостаточная осведомлённость населения о правилах цифровой безопасности, слабая защита критической инфраструктуры и нехватка специалистов. Государственная политика должна быть направлена на развитие киберкультуры, формирование осознанного отношения к хранению и

использованию данных, а также стимулирование научных исследований в области защиты информации.

Таким образом, кибербезопасность стала неотъемлемой частью современной оборонной стратегии государства. Она определяет устойчивость экономики, политической системы и социальной сферы. В условиях глобальной цифровизации защита информации — это не только вопрос технологий, но и показатель зрелости и ответственности государства перед своими гражданами. В будущем кибероборона будет играть всё более важную роль, формируя основу национальной стабильности и безопасности в цифровую эпоху.

Список литературы

1. Ахметов Р. Б. Национальная кибербезопасность и информационная оборона. — Алматы: КазНТУ, 2022.
2. Иванов С. П. Киберугрозы и кибервойны: современное состояние и перспективы развития. — Москва: Академия МВД РФ, 2021.
3. European Union Agency for Cybersecurity (ENISA). Cybersecurity Threat Landscape 2023. — Brussels, 2023.

ОӘЖ 355.233:37.02

СПОРТТАҒЫ МОТИВАЦИЯ ЖӘНЕ ЕРІК-ЖІГЕРДІҢ ҚАЛЫПТАСУЫ

Жүнүсов Айбек Қайратұлы
Мирас университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Мотивация и сила воли являются основными психологическими факторами успешной спортивной деятельности. Мотивация побуждает человека к действию, а сила воли помогает преодолеть трудности на пути к цели. В спорте выделяют внутреннюю и внешнюю мотивацию. Внутренняя мотивация обеспечивает устойчивые результаты и способствует развитию личности спортсмена. Сила воли формируется в процессе тренировок, соревнований и психологической подготовки. Гармоничное сочетание мотивации и воли является основой спортивного успеха.

Motivation and willpower are key psychological factors in achieving success in sports. Motivation drives an athlete toward a goal, while willpower enables them to overcome difficulties. There are two types of motivation: internal and external. Internal motivation ensures long-term success and personal growth, whereas willpower develops through consistent training, competition, and mental preparation. The balance of motivation and willpower forms the foundation for athletic excellence and professional endurance.

Спорт – адамның дене және рухани дамуын қамтамасыз ететін әлеуметтік маңызды құбылыс. Әрбір спортшының жетістігі тек физикалық дайындыққа ғана емес, сонымен қатар психологиялық қасиеттерге, атап айтқанда мотивация мен ерік-жігерге байланысты. Мотивация – спорттық әрекетке итермелейтін ішкі күш, ал ерік-жігер – қиындықты жеңуге мүмкіндік беретін адамның рухани қабілеті. Бұл екі фактор спорттағы табысқа жетудің негізгі психологиялық негізін құрайды [1].

1. Спорттағы мотивацияның мәні мен түрлері

Мотивация (лат. *motivus* – қозғаушы) – адамның белгілі бір мақсатқа жету жолындағы белсенділігін тудыратын және реттейтін ішкі және сыртқы факторлардың жиынтығы.

Спорттағы мотивация екіге бөлінеді:

Ішкі мотивация – адамның спортпен айналысуға деген жеке қызығушылығы, өзін-өзі дамытуға ұмтылысы, жеке жетістіктер арқылы қанағат алу сезімі. *Мысалы:* спортшының өз нәтижесін жақсартуға, жаңа биікке көтерілуге талпынысы.

Сыртқы мотивация – марапат, атақ, жұлде, материалдық сыйақы, бапкердің немесе қоғамның мойындауы сияқты сыртқы ынталандырулар.

Зерттеулер көрсеткендей, ішкі мотивациясы жоғары спортшылар өз ісіне адал, табанды әрі ұзақмерзімді нәтижелерге қол жеткізеді.

2. Ерік-жігердің спорттағы рөлі

Ерік-жігер – адамның мақсатқа жету жолында кездесетін қиындықтарды жеңе білу қабілеті. Ол спортшының мінез-құлқы мен психологиялық тұрақтылығын анықтайтын негізгі қасиеттердің бірі.

Спорттағы ерік-жігер мына қасиеттер арқылы сипатталады: [2].

- Табандылық – ұзақ дайындық кезеңінде мақсаттан бас тартпау;
- Шыдамдылық – ауыр жаттығулар мен сәтсіздіктерге төтеп беру;
- Батылдық – жарыс кезінде тәуекелге бару және өз күшіне сену;
- Өзін-өзі ұстай білу – эмоцияны бақылау, салқынқандылық сақтау.

Ерік-жігер жаттығу процесінде, жарыс кезінде және жеңіліс жағдайында шыңдалады. Әсіресе жарыс алдындағы стресс пен қысымды еңсеру ерік-жігердің беріктігін көрсетеді.

3. Мотивация мен ерік-жігердің өзара байланысы

Мотивация мен ерік-жігер – бір-бірімен тығыз байланысты психологиялық категориялар. Мотивация мақсатты айқындаса, ерік-жігер сол мақсатқа жетуге мүмкіндік береді. Мотивациясыз ерік күшін дамыту қиын, ал ерік-жігерсіз мотивация нәтиже бермейді.

Мысалы, олимпиадалық чемпиондар көбіне өз жетістіктерін «күн сайынғы мотивация мен табандылықтың үйлесімінен» деп сипаттайды.

Бапкерлер спортшылардың ішкі мотивациясын арттыру үшін келесі әдістерді қолданады:

- жеке мақсат қою және оны нақты жоспарға айналдыру;
- жетістіктерді талдап, оң кері байланыс беру;
- команда ішінде психологиялық қолдау қалыптастыру;
- жарыс алдындағы визуализация және аутотренинг әдістерін пайдалану.

4. Ерік-жігерді қалыптастыру жолдары. Мақсат қою және нәтижеге ұмтылу – нақты, өлшенетін және шынайы мақсаттар мотивацияны арттырады. Жаттығу процесінде қиындықтарды әдейі енгізу – ерік күшін шыңдайды (мысалы, жоғары жүктемемен жаттығу). Психологиялық дайындық – өзін-өзі сендіру, медитация, визуализация әдістері. Жарыс тәжірибесі – тәжірибе

барысында сенімділік пен батылдық қалыптасады. Бапкер мен команданың қолдауы – спортшының моральдық күшін арттырады [3].

Спорттағы жоғары жетістік тек физикалық дайындықпен шектелмейді. Мотивация мен ерік-жігер – спортшының тұлғалық және кәсіби дамуының өзегі. Мотивация – мақсатқа жетелейтін ішкі күш болса, ерік-жігер – сол мақсатқа жету жолындағы кедергілерді жеңуге көмектесетін психологиялық тұрақтылық. Сондықтан бапкерлер мен спорт психологтары спортшыларда осы қасиеттерді жүйелі түрде дамытуды басты назарда ұстауы тиіс [4].

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1.Әбілқасымов Е. Спорт және психология. – Алматы: Рауан, 2021.
- 2.Оразбаев Н. Спорттық психология негіздері. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.
- 3.Gould D., Weinberg R. Foundations of Sport and Exercise Psychology. – Human Kinetics, 2022.
- 4.Лях В.И., Зимкин Н.В. Психология физической культуры и спорта. – Москва: Академия, 2019.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ КОГНИТИВТІК ҚАБІЛЕТТЕРІНЕ ӘСЕРІ

Зәкір Е.Қ., Абдулла Н.Ж., Бақтыбайұлы Ж.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается влияние физических упражнений на когнитивные способности обучающихся. Раскрываются физиологические и психологические механизмы, через которые регулярная физическая активность способствует улучшению памяти, внимания, мышления и академической успеваемости. Отмечается, что систематические занятия спортом стимулируют работу мозга, способствуют нейропластичности и улучшают эмоциональное состояние студентов. Подчеркивается необходимость интеграции двигательной активности в образовательный процесс как важного фактора умственного и личностного развития молодежи.

The article explores the impact of physical exercise on students' cognitive abilities. It reveals physiological and psychological mechanisms through which regular physical activity improves memory, attention, thinking, and academic performance. Systematic sports participation enhances brain function, supports neuroplasticity, and improves emotional well-being. The study emphasizes the importance of integrating physical activity into the educational process as a key factor in students' intellectual and personal development.

Қазіргі таңда қоғамның интеллектуалдық әлеуетін арттыру мәселесі білім беру жүйесінің маңызды бағыттарының бірі болып отыр. Оқу жүктемесінің артуы, ақпараттың шамадан тыс көп болуы және отырықшы өмір салты жастардың денсаулығына ғана емес, когнитивтік қабілеттеріне де теріс әсерін тигізуде.

Когнитивтік қабілеттер – адамның ойлау, есте сақтау, зейін қою, ақпаратты өңдеу және шешім қабылдау қабілеттерін қамтитын психикалық процестердің

жиынтығы. Бұл қабілеттердің тиімді дамуы оқу жетістіктеріне және кәсіби дайындыққа тікелей әсер етеді.

Ғылыми зерттеулер көрсеткендей, жүйелі түрде дене жаттығуларымен айналысу ми қызметін белсендіреді, жаңа нейрондық байланыстардың қалыптасуына ықпал етеді және когнитивтік өнімділікті арттырады. Осы тұрғыда дене белсенділігі тек физикалық денсаулықты нығайтушы құрал ғана емес, сонымен қатар интеллектуалдық дамудың маңызды факторы болып саналады.

Адам ағзасы – тұтас биопсихологиялық жүйе, сондықтан физикалық белсенділіктің әсері тек бұлшық еттермен шектелмейді. Жаттығу кезінде жүрек соғысы жиілеп, қан айналымы күшейеді, нәтижесінде ми оттегімен және қоректік заттармен жақсырақ қамтамасыз етіледі.

Мидың негізгі функцияларының бірі – жаңа ақпаратты қабылдау және сақтау. Бұл үдеріс гиппокамп деп аталатын ми аймағында жүзеге асады. Зерттеулер көрсеткендей, жүйелі аэробтық жаттығулар (мысалы, жүгіру, жүзу, велосипед тебу) гиппокамп көлемін ұлғайтып, есте сақтау қабілетін жақсартады.

Сонымен қатар, физикалық белсенділік дофамин, серотонин, эндорфин сияқты нейрохимиялық заттардың бөлінуін арттырады. Бұл заттар адамның көңіл-күйін көтеріп, зейінді және ойлау жылдамдығын күшейтеді. Демек, физикалық белсенділік – когнитивтік функциялардың табиғи стимуляторы болып табылады. Есте сақтау қабілеті оқу үдерісінде басты рөл атқарады. Студент жаңа ақпаратты тиімді меңгеру үшін қысқа мерзімді және ұзақ мерзімді жадтың үйлесімді жұмыс істеуі қажет. Дене жаттығулары мидағы қан айналымын арттыру арқылы нейрондардың белсенділігін күшейтеді. Бұл өз кезегінде ақпаратты өңдеу және сақтау жылдамдығын арттырады. Мысалы, жеңіл аэробтық жаттығулардан кейін студенттің жаңа материалды есте сақтау деңгейі шамамен 15–20% жоғарылайды (Гарвард университетінің 2021 жылғы зерттеуі). Жаттығу барысында эндорфиндердің бөлінуі эмоционалдық күйді жақсартады, ал бұл жад процестерінің тиімділігін арттырады. Өйткені жағымды эмоциямен бекітілген ақпарат адамның санасында ұзақ сақталады. Сондықтан оқу үдерісіне қысқа сергіту сәттерін немесе физикалық белсенділікті қосу – есте сақтауды жақсартудың тиімді тәсілі [1].

Заманауи студент көптеген ақпараттық алаңда өмір сүреді: интернет, әлеуметтік желілер, онлайн сабақтар, көп тапсырмалар. Мұндай жағдайда зейінді сақтау қиын.

Физикалық белсенділік зейінді басқару мен тұрақтылықты арттыруға ықпал етеді. Жаттығу кезінде ағзада адреналин мен норадреналин деңгейі артады, бұл орталық жүйке жүйесін белсенді күйде ұстап тұрады.

Мысалы, таңертеңгі 15–20 минуттық жүгіру немесе гимнастика оқу барысында шоғырлануды күшейтіп, шаршағыштықты азайтады. Көптеген педагогикалық тәжірибелер көрсеткендей, физикалық белсенді студенттерде назардың шоғырлану деңгейі пассивті топтарға қарағанда 25–30%-ға жоғары. Физикалық белсенділіктің ойлау қабілетіне әсері соңғы жылдары

нейропсихологияда ерекше зерттелуде. Жаттығу кезінде мидың маңдай бөлігі (лобная кора) белсендіріліп, логикалық ойлау мен жоспарлау функциялары жақсарады. Циклдік жаттығулар (жүгіру, жүзу, велосипед тебу) мидың нейропластикасын арттырады, яғни жаңа нейрондық байланыстардың қалыптасуына және бұрынғылардың нығаюына жағдай жасайды. Бұл процесс адамның ойлау икемділігін, креативтілігін арттырады. Сондай-ақ физикалық жаттығулар шешім қабылдау жылдамдығына да әсер етеді. Әскери академияларда және спорт мектептерінде жүргізілген зерттеулер көрсеткендей, физикалық тұрғыдан дайын адамдар күрделі жағдайда шешім қабылдауда әлдеқайда тиімді әрекет етеді.

Когнитивтік қабілеттер эмоционалдық фонмен тығыз байланысты. Студенттің күйзеліс, мазасыздық, ұйқының бұзылуы сияқты жағдайлары оқу тиімділігін төмендетеді.

Физикалық жаттығулар бұл тұрғыда табиғи антидепрессант ретінде әсер етеді. Белсенді қозғалыс кезінде бөлінетін эндорфиндер мен серотонин көңіл-күйді көтереді, ал стресс гормоны – кортизол деңгейі төмендейді. Тұрақты түрде спортпен айналысатын студенттер өз эмоцияларын жақсы басқара алады, бұл олардың когнитивтік өнімділігін арттырады. Психоэмоционалдық тұрақтылық зейіннің тұрақтылығын, есте сақтау қабілетін және шығармашылық ойлауды қолдайды. Осы себепті көптеген университеттерде спорттық және фитнес сабақтары оқу кестесіне енгізілген [2].

Жоғары оқу орындарында дене жаттығулары тек спорттық сабақтармен шектелмеуі тиіс. Оқу үдерісіне қозғалыс элементтерін енгізудің бірнеше тиімді тәсілдері бар:

- Қысқа сергіту сәттері — ұзақ дәрістер кезінде 3–5 минуттық белсенді үзілістерді ұйымдастыру;
- Дене белсенділігі бар сабақтар — оқу тапсырмаларына қимыл элементтерін енгізу (мысалы, тәжірибелік жаттығулар арқылы үйрету);
- Фитнес клубтармен әріптестік — студенттерге спорт залдарына жеңілдікпен бару мүмкіндігін беру;
- Қозғалыс челленджері мен марафондар — ұжымдық мотивация мен белсенді өмір салтын насихаттау.

Бұл тәсілдер студенттердің оқу қабілетін, белсенділігін және көңіл-күйін жақсарттады. Көптеген зерттеулер физикалық белсенділік пен когнитивтік функциялар арасындағы оң байланыстарды дәлелдеді. Мысалы:

- Колумбия университетінің (2022) зерттеуі бойынша, аптасына үш рет аэробтық жаттығумен айналысқан студенттердің зейін шоғырлануы 28%-ға артқан.
- Жапониядағы Киото университетінің ғалымдары 12 апта бойы физикалық белсенді студенттерде қысқа мерзімді жадтың көрсеткіші 22%-ға артқанын анықтаған.
- Назарбаев Университетінде жүргізілген зерттеу (2023) тұрақты спортпен айналысатын студенттердің GPA көрсеткіші орта есеппен 0,4 баллға жоғары болғанын көрсетті.

Бұл деректер физикалық белсенділіктің оқу жетістігіне нақты әсер ететінін дәлелдейді. Дегенмен, физикалық белсенділікті дамыту жолында кейбір мәселелер бар:

- оқу жүктемесінің көптігі және уақыт тапшылығы;
- спорттық инфрақұрылымның жеткіліксіздігі;
- студенттердің мотивациясының төмендігі;
- технологиялық өмір салты (ұзақ отыру, гаджеттерге тәуелділік) [3].

Бұл мәселелерді шешу үшін оқу орындары дене белсенділігін пәндік интеграция арқылы енгізуі тиіс, яғни студенттер қозғалысты оқу процесінің табиғи бөлігі ретінде қабылдауы қажет.

Дене жаттығулары білім алушылардың когнитивтік қабілеттеріне тікелей және жанама әсер етеді. Жүйелі физикалық белсенділік мидың құрылымдық және функционалдық белсенділігін арттырып, есте сақтау, зейін, ойлау және шығармашылық қабілеттерді дамытады. Сонымен қатар, физикалық жаттығулар эмоционалдық тұрақтылықты, өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастырады және оқу үлгерімін арттырады. Білім беру жүйесінде дене белсенділігін жүйелі түрде енгізу – қазіргі қоғамның интеллектуалдық және психологиялық денсаулығын нығайтудың тиімді жолы.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбілдаев Н. «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі», Алматы, 2022.
2. Сәрсенбаев Е. «Физикалық белсенділіктің студенттердің когнитивтік қабілеттеріне әсері», Педагогика және денсаулық, №3, 2023.
3. ҚР БҒМ. ЖОО-да дене тәрбиесі пәнін оқытудың жаңартылған стандарты, Астана, 2023.

ОӘЖ 46.986

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДАҒЫ ӘСКЕРИ ОҚУ ОРЫНДАРЫНДАҒЫ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ПРОЦЕСТЕРДІҢ ҰЙЫМДАСТЫРЫЛУЫ ТУРАЛЫ ЗЕРТТЕУ

Икрамов З.Д.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассмотрены структурные особенности педагогического процесса, взаимосвязь учебно-воспитательного процесса и профессиональная роль военных педагогов. Автор подчеркивает важность основных принципов военного образования – дисциплины, системности, патриотизма и личностно-ориентированного обучения. Вместе с тем, анализируется эффективность внедрения инновационных технологий в учебный процесс, использования виртуальных симуляторов и симуляционных систем.

The article examines the structural features of the pedagogical process, the interrelation of the educational process and the professional role of military teachers. The author emphasizes the importance of the basic principles of military education – discipline, consistency, patriotism and personality-oriented learning. At the same time, the effectiveness of the introduction of innovative technologies into the educational process, the use of virtual simulators and simulation systems is analyzed.

Қазақстан Республикасының тәуелсіздігімен бірге мемлекеттің қорғаныс қабілетін нығайту, ел қауіпсіздігін қамтамасыз ететін кәсіби деңгейі жоғары офицерлер мен әскери мамандарды даярлау ісі өзекті мәнге ие болды. Әскери оқу орындарындағы педагогикалық үдеріс – болашақ сарбаздар мен командирлердің тек кәсіби машығын ғана емес, рухани-моральдық және азаматтық қасиеттерін де қалыптастыратын күрделі әрі көпқырлы жүйе. Мұндай оқу орындарында білім беру, тәрбиелеу және кәсіби даярлық бір-бірімен тығыз байланыста жүріп, жеке тұлғаның интеллектуалдық, физикалық және психологиялық әлеуетін үйлесімді дамытуды көздейді [1].

Әскери білім жүйесінің басты ерекшелігі – тәртіп пен жауапкершілік қағидаларына негізделуі. Бұл қағидалар оқу үдерісінің барлық сатыларында қатаң сақталады. Оқытушылар мен командир-нұсқаушылар білім алушыларды тек пәндік біліммен қаруландырып қана қоймай, оларда әскери қызметшілерге тән мінез-құлық мәдениетін, ұйымшылдық пен парыз сезімін тәрбиелейді. Әскери оқу орнының педагогикалық үдерісі – тек сабақ өткізу мен жаттығулар жүйесі емес, ол адамның тұлғалық қалыптасуына бағытталған, өмірлік құндылықтарды бойға сіңіретін тұтас тәрбиелік кеңістік.

Қазақстандағы әскери жоғары оқу орындары – Қорғаныс министрлігіне қарасты Құрлық әскерлерінің Әскери институты, Әуе қорғанысы күштері институты, Радиоэлектроника және байланыс әскери-инженерлік институты, Ұлттық ұланның әскери академиясы және басқа да мекемелер – барлығы елдің қауіпсіздік жүйесін қамтамасыз ететін кадрлар ұстаханасы саналады. Бұл оқу орындарында оқу-тәрбие процесі ұлттық құндылықтармен, мемлекеттік идеологиямен және әлемдік әскери-педагогикалық тәжірибемен ұштасып ұйымдастырылады [2].

Педагогикалық процестің ұйымдастырылуы әскери оқу орындарында үш негізгі бағытта жүреді: ғылыми-білімдік, кәсіби-практикалық және рухани-тәрбиелік. Біріншісі – болашақ офицердің теориялық білім қорын қалыптастыру, екіншісі – оны нақты әскери жағдайларда қолдану қабілетін жетілдіру, ал үшіншісі – отаншылдық пен адамгершілік негіздерін орнықтыру. Осы үш бағыттың үйлесімді дамуы әскери педагогиканың басты мақсаты болып табылады. Мұндай үйлесім әр курстың оқу жоспарында, сабақ түрлерінде және күнделікті тәртіптік жұмыстарда көрініс табады.

Оқытушылар құрамының рөлі ерекше маңызды. Әскери педагог тек пән мұғалімі ғана емес, ол – тәрбиеші, ұйымдастырушы, психологиялық жетекші және мінез үлгісі. Оның жеке болмысы мен мінез-құлқы курсанттардың дүниетанымына тікелей әсер етеді. Сол себепті, әскери педагогтардың кәсіби және рухани дайындығы жоғары болуы шарт. Курсанттың бойында Отан алдындағы борыш сезімін, адалдық пен ержүректілікті қалыптастыруда әрбір сөз бен іс-әрекеттің тәрбиелік мәні зор.

Әскери оқу орындарындағы педагогикалық үдерістің өзіндік ерекшелігі – оның регламенттелген тәртіп пен нақты иерархиялық құрылымға сүйенуінде. Мұнда оқу кестесі, сабақ уақыты, күн тәртібі, демалыс сәттері қатаң белгіленген. Мұндай құрылым курсанттарды тәртіпке, уақытты бағалауға, өз

әрекетін нақты жоспарлауға дағдыландырады. Бұл қатаңдық кейде сырт көзге шектеу болып көрінгенімен, шын мәнінде тұлғаның ерік-жігерін шыңдап, жауапкершілік пен төзімділікті дамытудың тиімді тәсілі болып табылады.

Оқу үдерісінде инновациялық технологиялар да кеңінен енгізіліп келеді. Заманауи әскери техника мен байланыс жүйелерін меңгеру үшін электронды тренажерлар, симуляциялық бағдарламалар, виртуалды оқу алаңдары пайдаланылады. Мұндай әдістер курсанттарға қауіпсіз жағдайда күрделі операцияларды модельдеуге, шешім қабылдау дағдыларын жетілдіруге мүмкіндік береді. Сонымен қатар, интерактивті оқыту әдістері – пікірталас, рөлдік ойын, жағдайлық тапсырмалар – курсанттардың логикалық ойлау қабілетін, командалық өзара әрекет ету шеберлігін дамытады [3].

Әскери оқу орындарындағы тәрбие жұмысы да педагогикалық процестің ажырамас бөлігі. Бұл салада ұлттық дәстүр мен әскери рухтың сабақтастығы сақталады. Курсанттар арасындағы ұжымдық рухты күшейту үшін ант қабылдау, әскери шеру, мерекелік сап түзеу секілді салтанатты рәсімдер өткізіледі. Мұндай шаралар жас сарбаздардың бойында Отанға деген сүйіспеншілікті, ұлт алдындағы жауапкершілікті нығайтады. Сонымен бірге, курсанттардың мәдени-рухани дамуына бағытталған әдеби кештер, ардагерлермен кездесулер, тарихи-өлкетану сабақтары ұйымдастырылады.

Психологиялық тұрғыдан алғанда, әскери білім беру жүйесі ерекше бейімделу мен шыдамдылықты талап етеді. Курсанттар алғаш рет әскери тәртіпке, ұжымдық өмір салтына, физикалық және эмоционалдық жүктемелерге бейімделуі қажет. Осы жағдайда педагогикалық процестің тиімділігі курсанттардың психикалық тұрақтылығын сақтауға, стресске төтеп беруге және өзін-өзі реттеуге бағытталады. Әскери психологтар мен тәлімгер офицерлер әр курсанттың тұлғалық дамуын, оның оқу және қызметтегі мінез-құлқын үнемі бақылап, жеке қолдау көрсетеді.

Қазақстан Республикасындағы әскери оқу орындары халықаралық стандарттарға сай болуға ұмтылуда. Әскери білім саласында Болон процесі элементтері енгізіліп, кредиттік технологияға бейімделу жүзеге асырылып келеді. Бұл оқу процесін икемді етіп, білім алушының өзіндік жұмысына, дербес ойлауына басымдық береді. Сонымен қатар, әскери оқыту мен азаматтық білім беру жүйесінің интеграциясы курсанттарға қос диплом алу, шетелдік тәжірибе алмасу, бірлескен ғылыми зерттеулер жүргізу мүмкіндігін ашады.

Бүгінде әскери педагогика саласында тұлғалық-бағдарлы оқыту тәсілі кеңінен қолданылуда. Ол әр курсанттың қабілетіне, психологиялық типіне, жеке дамуына сүйеніп ұйымдастырылады. Мұндай тәсіл курсанттардың оқу мотивациясын арттырып, өзін-өзі жетілдіруге бағыт береді. Әскери қызметтің жауапты сипатына сай, болашақ офицердің адамгершілік ұстанымы, рухани беріктігі, моральдық бейнесі басты назарда ұсталады.

Қорыта айтқанда, Қазақстан Республикасындағы әскери оқу орындарындағы педагогикалық процестер – ұлттық қауіпсіздіктің іргетасын қалаушы жүйе. Ол әскери мамандарды даярлау ісінде тек кәсіби шеберлікке

емес, сонымен қатар рухани беріктікке, отаншылдыққа және адамдық қадір-қасиетке сүйенеді. Мұндай жүйенің табысты болуы үшін оқытушының тұлғасы, оқу үдерісінің сапасы, тәрбиелік ықпалдың тереңдігі және білім беру технологияларының жаңашылдығы өзара бірлікте қызмет етеді. Осы үйлесім арқылы әскери оқу орындары еліміздің болашағын қорғауға дайын, білімді де рухы мықты офицерлерді қалыптастырады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының Қорғаныс министрлігі. Әскери білім және ғылым департаментінің нормативтік-құқықтық актілер жинағы. – Астана, 2023.
2. Қазақстан Республикасының “Білім туралы” заңы. – Астана, 2020.
3. Сейтқасымов Қ.Ж. Әскери педагогика негіздері. – Алматы: “Қарулы күштер академиясы” баспасы, 2018. – 212 б.

ОӘЖ 759.41

СПОРТ АРҚЫЛЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Иманбай Бақтыбек Мұстафаұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада спорттың салауатты өмір салтын қалыптастырудағы маңызы мен рөлі қарастырылады. Автор дене белсенділігінің адам денсаулығына, психологиялық және әлеуметтік дамуына әсерін талдайды. Сонымен қатар, Қазақстанда спортты дамыту бағыттары мен жастардың спортқа қатысуының өзектілігі көрсетіледі. Мақаланың негізгі мақсаты – спорттың адам өміріндегі орны мен оның денсаулыққа тигізер оң әсерін айқындау.

This article discusses the importance and role of sports in promoting a healthy lifestyle. The author analyzes the impact of physical activity on human health, psychological well-being, and social development. It also highlights the main directions of sports development in Kazakhstan and the significance of youth involvement in sports. The main purpose of the article is to define the place of sports in human life and its positive influence on health..

Қазіргі таңда қоғам дамуының басты бағыттарының бірі халық денсаулығын нығайту және салауатты өмір салтын қалыптастыру. Адамның денсаулығы – оның өмір сапасының, еңбекке қабілеттілігінің және рухани тұрақтылығының негізгі көрсеткіші. Осы тұрғыдан алғанда спорттың алатын орны ерекше. Спорт тек физикалық шынығу ғана емес, ол адамды тәртіпке, жауапкершілікке, жеңіске деген жігер мен табандылыққа тәрбиелейді.

Қазақстан Республикасының Президенті өз Жолдауларында халықтың денсаулығын сақтау мен дамыту мәселесіне айрықша көңіл бөледі. Мемлекет тарапынан бұқаралық спортты дамыту, балалар мен жасөспірімдердің спорттық белсенділігін арттыру, спорттық инфрақұрылымды жетілдіру бағытында көптеген бағдарламалар жүзеге асырылуда.

Бұл салауатты ұлт қалыптастырудың басты тетігі.

1. Салауатты өмір салтының мәні мен маңызы.

Салауатты өмір салты бұл адамның күнделікті өмірінде денсаулығын сақтау мен нығайтуға бағытталған мінез-құлық үлгісі. Оған дұрыс тамақтану, дене белсенділігі, жеке бас гигиенасы, зиянды әдеттерден аулақ болу, психологиялық тұрақтылық және белсенді өмір ұстанымы жатады.

Салауатты өмір салтын қалыптастырудың негізгі мақсаты адамның физикалық, психологиялық және әлеуметтік саулығын үйлесімді дамыту. Денсаулық тек аурудың жоқтығы емес, ол – адамның толық физикалық, рухани және әлеуметтік аман-саулығының көрінісі. Осыған байланысты спорт – денсаулықты сақтаудың ең тиімді жолдарының бірі болып саналады [1].

Дене белсенділігі ағзаның барлық жүйесінің дұрыс жұмыс істеуіне көмектеседі. Жаттығу жасау арқылы қан айналымы жақсарып, бұлшық еттер күшейеді, тыныс алу мен зат алмасу жүйесі реттеледі. Сондай-ақ спорт адам психологиясына да оң әсер етеді: ол көңіл-күйді көтеріп, күйзеліс пен уайымнан арылуға мүмкіндік береді.

2. Спорттың адам өміріндегі рөлі.

Спорт – адамның табиғи қозғалыс қажеттілігін өтейтін, оның физикалық және рухани мүмкіндіктерін дамытатын құрал. Қазіргі заманғы ғылым спорттың адам денсаулығына әсерін жан-жақты дәлелдеген.

Біріншіден, спорт жүрек-қан тамыр жүйесін нығайтады. Тұрақты жаттығулар жүрек бұлшықетін күшейтіп, қан қысымын тұрақтандырады.

Екіншіден, спорт иммундық жүйені күшейтеді. Белсенді өмір салтымен айналысатын адамдар түрлі жұқпалы ауруларға төзімді келеді.

Үшіншіден, спорт адамның рухани қасиеттерін жетілдіреді. Ол табандылық, ерік-жігер, мақсат қою және оны жүзеге асыру қабілетін дамытады. Командалық спорт түрлері адамды ұйымшылдыққа, өзара көмекке, әділдікке баулиды [2].

Төртіншіден, спорт – қоғамдағы әлеуметтік қатынастардың маңызды бөлігі. Ол ұлт бірлігін нығайтып, жастарды отансүйгіштікке тәрбиелейді. Әлемдік спорт аренасында ел намысын қорғау – ұлттық мақтаныш пен патриотизм сезімін күшейтеді.

3. Қазақстанда спорт пен салауатты өмір салтын дамыту бағыттары.

Қазақстанда салауатты өмір салтын қалыптастыру – мемлекеттік саясаттың маңызды саласы. «Дене шынықтыру және спорт туралы» заң, «Қазақстан – 2050» стратегиясы және «Дені сау ұлт» ұлттық жобасы осы бағыттағы негізгі құжаттар болып табылады.

Мемлекет тарапынан халықтың спортпен айналысуына барлық жағдай жасалуда. Елдің түкпір-түкпірінде спорт кешендері, фитнес орталықтар, стадиондар мен балаларға арналған ойын алаңдары салынуда. Ауылдық жерлерде де дене шынықтыру клубтары мен спорт секциялары ашылып жатыр.

Жастар арасында бұқаралық спортты дамыту мақсатында жыл сайын түрлі жарыстар, марафондар, спартакиадалар ұйымдастырылады. Мысалы, «Challenge. Сен қозғалыстасың!» атты жастар акциясы, «Спорттық Қазақстан» бағдарламасы салауатты өмір салтының насихатына үлкен үлес қосуда.

Сонымен қатар мектептер мен жоғары оқу орындарында дене тәрбиесі пәнінің мазмұны жаңартылып, оқушылар мен студенттердің спорттық белсенділігін арттыруға бағытталған жаңа әдістемелер енгізілуде [3].

4. Жастар және спорт.

Жастар – қоғамның ең белсенді, ең шығармашыл бөлігі. Сондықтан салауатты өмір салтын қалыптастыру ең алдымен жас ұрпақтан басталуы тиіс. Бүгінгі жас – ертеңгі елдің болашағы.

Жасөспірімдердің спортқа қызығушылығын арттыру үшін ата-аналар мен ұстаздардың рөлі зор. Отбасында спорттық дәстүрдің қалыптасуы, демалыс күндері серуендеу, бірге жаттығу жасау – баланың өмір бойы спортқа бейім болуына ықпал етеді.

Сонымен қатар әлеуметтік желілер мен бұқаралық ақпарат құралдары да жастардың спортқа көзқарасын қалыптастыруда үлкен рөл атқарады. Қазіргі кезде елімізде танымал спортшылардың жетістіктері арқылы жастарға үлгі көрсету кеңінен тараған. Бұл – мотивацияның ең тиімді түрі [4].

Жастар арасындағы спорт тек дене шынықтыру емес, ол – мәдениет, рух және өмір философиясы. Спортпен айналысатын жас адам өз уақытын тиімді пайдаланады, өмірге оптимистік көзқараспен қарайды және қиындыққа қарсы тұра алады.

5. Зиянды әдеттер мен спорттың байланысы.

Салауатты өмір салтының басты жауы – зиянды әдеттер. Темекі шегу, ішімдік ішу, есірткі қолдану – адамның денсаулығына ғана емес, өміріне де зор қауіп төндіреді. Осындай зиянды әрекеттердің алдын алуда спорттың рөлі ерекше.

Спорт адамды өзін-өзі бақылауға, мақсатқа ұмтылуға үйретеді. Белсенді өмір сүретін, спортпен шұғылданатын адамдарда зиянды әдеттерге деген қызығушылық төмен болады. Себебі спорт – табиғи жолмен ләззат алу мен қуанышқа кенелудің ең пайдалы тәсілі.

Қоғамда спорттық мәдениет неғұрлым жоғары болса, соғұрлым зиянды әдеттер азаяды. Сондықтан мектептер мен колледждерде «Салауатты өмір салты» бағдарламалары, спорттық клубтар мен секциялар көптеп ашылуы қажет.

Қорыта келгенде, спорт – салауатты өмір салтының негізі, денсаулықтың кепілі және рухани дамудың қайнар көзі. Спорт адамды тәртіпке, жауапкершілікке, ерік-жігерге тәрбиелей отырып, қоғамның әлеуметтік және рухани ілгерілеуіне үлес қосады.

Салауатты өмір салтын сақтау – әр адамның жеке таңдауы ғана емес, бүкіл ұлттың болашағына әсер ететін маңызды міндет. Сондықтан әрбір азамат, әсіресе жас ұрпақ, спортты өз өмірінің ажырамас бөлігіне айналдыруы керек.

«Дені саудың – жаны сау» дейді халқымыз. Демек, дені сау, спортты серік еткен ұлт қана жарқын болашаққа жете алады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. «Қазақстан Республикасында дене шынықтыру және спортты дамытудың 2021–2025 жылдарға арналған тұжырымдамасы».

2. Назарбаев Н.Ә. Қазақстан – 2050 стратегиясы: қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты.
3. Дене тәрбиесі және салауатты өмір салты жөніндегі ғылыми мақалалар жинағы. – Алматы, 2023.
4. ҚР Денсаулық сақтау министрлігінің ресми сайты – www.gov.kz.

ОӘЖ 759.41

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫН БАСКЕТБОЛ ОЙЫНЫНЫҢ ЭЛЕМЕНТТЕРІНЕ ОҚЫТУДЫҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ШАРТТАРЫ

Иса Н.Г., Мирали Ж.Н., Аширбек Б.Қ.
Университет Мирас, г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада бастауыш сынып оқушыларын баскетбол ойынының элементтеріне оқытудың педагогикалық шарттары қарастырылады. Зерттеуде оқушылардың жас және психологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, баскетболдың негізгі техникалық элементтерін меңгерудің тиімді әдістемелері мен ұйымдастыру формалары сипатталады. Мақалада ойын және жарыс әдістерін қолдану, көрнекілік пен қауіпсіздік принциптерін сақтау, мұғалімнің кәсіби рөлі мен мотивациялық ортаны қалыптастырудың маңызы талданған. Нәтижесінде бастауыш сынып оқушыларында қозғалыс дағдыларын, ұжымдық әрекетті және салауатты өмір салтын қалыптастырудың тиімді педагогикалық шарттары айқындалды.

This article examines the pedagogical conditions for teaching elementary school students the basic elements of basketball. Considering the age and psychological characteristics of children, the paper describes effective methods and organizational forms for mastering fundamental basketball skills. It highlights the importance of using game and competition methods, maintaining visibility and safety principles, as well as the teacher's professional role and motivational environment. As a result, the study identifies effective pedagogical conditions for developing motor skills, teamwork, and a healthy lifestyle among primary school students.

Қазіргі таңда дене шынықтыру сабақтарында оқушылардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру, салауатты өмір салтын қалыптастыру мен ұжымдық рухты тәрбиелеу басты мақсаттардың бірі болып табылады. Бұл тұрғыда спорттық ойындардың, әсіресе баскетболдың маңызы зор. Баскетбол ойыны балалардың жылдамдық, ептілік, шыдамдылық, күш және кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыта отырып, ұжымдық әрекет пен өзара көмектесу сезімін тәрбиелейді [1].

Бастауыш мектеп жасындағы балалардың психологиялық-физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, оларды баскетболдың негізгі элементтеріне үйрету арнайы педагогикалық шарттарды талап етеді. Мұндай шарттар оқу үдерісін тиімді ұйымдастыруға, балалардың қызығушылығын арттыруға және қозғалыс дағдыларын қалыптастыруға бағытталады.

Бастауыш сынып оқушыларын оқытудағы жас ерекшеліктері. Бастауыш мектеп оқушылары (7–10 жас аралығы) үшін келесі ерекшеліктер тән:

1. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің жоғары болуы.

Бұл кезеңде балалар ойын арқылы тез үйренеді, бірақ назар тұрақтылығы қысқа.

2.Координация мен тепе-теңдік дағдыларының қалыптасу кезеңі.

3.Сондықтан жаттығулар қарапайым және көрнекі түрде берілуі қажет.

4.Қызығушылықтың ойын түріне бағытталуы. Бастауыш жастағы балалар жарыс, ойын, марапаттау арқылы ынталанады.

5.Психологиялық жағынан қолдауға мұқтаждық. Мұғалімнің жағымды эмоционалды қарым-қатынасы оқушылардың белсенділігін арттырады.

6.Осы ерекшеліктерді ескеру — оқытудағы басты педагогикалық шарттардың бірі.

Баскетбол элементтерін үйретудің мазмұны. Бастауыш сынып деңгейінде баскетболдың күрделі тактикалық жүйесін емес, негізгі техникалық элементтерін меңгерту көзделеді. Оларға мыналар жатады.

Допты ұстау және беру (пас жасау). Оқушылар екі қолмен кеудеден, бастан және төменнен пас беруді үйренеді. Жаттығулар жұппен және шеңбер түрінде орындалады.

1.Допты алып жүру (дриблинг).

2.Алдымен оң қолмен, кейін сол қолмен жүргізу, кедергілер арасынан өту, бағытты өзгерту жаттығулары енгізіледі.

3.Допты лақтыру (себетке ату).

4.Алғашқы кезеңде жақын қашықтықтан, кейін орта қашықтықтан екі қолмен кеудеден немесе бір қолмен үстінен лақтыру тәсілдері меңгертіледі.

5.Қорғану және доп үшін күресу элементтері.

6.Қарапайым қорғану қозғалыстары, қарсыласты тосқауылдау, допты қағып алу жаттығулары орындалады.

7.Қозғалыс және ойын тактикасының бастамасы.

8.Командалық өзара әрекет, орын ауыстыру, белгі бойынша шабуыл және қорғаныс түрлерін үйрету.

Баскетбол элементтерін үйретудің педагогикалық шарттары. Бастауыш сынып оқушыларын баскетбол ойынына оқыту тиімді болуы үшін келесі педагогикалық шарттарды сақтау қажет:

1. Оқу үдерісін жас ерекшеліктеріне сәйкестендіру.

Әрбір жаттығу оқушылардың физикалық мүмкіндіктеріне сай болуы тиіс. Мысалы, ойын алаңының өлшемін кішірейту, жеңіл доп қолдану, тапсырмаларды қысқа уақыт ішінде орындау балаларды шаршатпай, қызықтырады [2].

2. Ойын және жарыс элементтерін пайдалану.

Бастауыш жастағы балалар үшін ойын — басты іс-әрекет түрі. Сондықтан баскетболды үйретуде ойын түріндегі тапсырмалар (мысалы, «Допты кімге береміз?», «Дәл тигіз», «Кім жылдам?») тиімді нәтиже береді. Жеңімпаздарды мадақтау арқылы ынта артады.

3. Көрнекілік және түсіндірмелі әдістерді үйлестіру.

Мұғалімнің өзі жаттығуларды үлгі ретінде көрсетіп, баяу қарқынмен түсіндіруі керек. Көрнекі құралдар (плакат, бейнежазба, доп суреттері) балалардың есте сақтау қабілетін жақсартыды [3].

4. Қауіпсіздік пен денсаулық сақтау принципі.

Жаттығулардың алдында міндетті түрде қыздыру (жылыту) және соңында тыныс алу жаттығулары өткізіледі. Залда немесе алаңда жарақат алу қаупін болдырмау үшін қауіпсіздік ережелері түсіндіріліп, қадағаланады.

5. Жеке және топтық жұмыс түрлерін үйлестіру.

Бастапқыда жаттығулар жеке және жұппен орындалып, кейін топтық және командалық деңгейге ауысады. Бұл балалардың бір-бірімен қарым-қатынас жасау дағдысын дамытады.

6. Мотивация және бағалау жүйесі.

Мұғалім әр сабақта жетістікке жеткен оқушыларды атап өтеді, ал артта қалғандарға жеке көмек көрсетеді. Бағалау кезінде тек нәтиже емес, талпыныс пен тәртіп те ескеріледі [4].

Баскетбол сабақтарының ұйымдастыру формалары.

Бастауыш мектепте баскетбол элементтерін оқыту мынадай формаларда ұйымдастырылуы мүмкін:

- дене шынықтыру сабағының құрылымында (негізгі бөлімде);
- мектептен тыс үйірмелер мен спорт секцияларында;
- спорттық мерекелер мен жарыстар барысында;
- демалыс кезіндегі қозғалыс ойындары арқылы.

Мұндай әртүрлі форма оқушылардың қызығушылығын арттырып, олардың баскетболға деген тұрақты ынтасын қалыптастырады.

Мұғалімнің кәсіби-педагогикалық рөлі.

Бастауыш сынып мұғалімі баскетбол элементтерін үйретуде тек жаттықтырушы емес, сонымен қатар тәрбиеші және ұйымдастырушы рөлін атқарады. Ол:

- әр оқушының жетістігін бақылап, жеке тәсіл қолданады;
- сабақтың эмоционалды атмосферасын қалыптастырады;
- қауіпсіздік пен тәртіпті сақтай отырып, қызықты ойын ұйымдастырады;
- ата-аналармен байланыс жасап, үйде де қозғалыс белсенділігін қолдауға ықпал етеді.

Мұғалімнің кәсіби шеберлігі мен шығармашылығы—оқу үдерісінің тиімділігінің басты көрсеткіші [5].

Бастауыш сынып оқушыларын баскетбол ойынының элементтеріне оқыту дене шынықтыру тәрбиесінің маңызды бөлігі. Бұл үдеріс тек қозғалыс дағдыларын емес, сондай-ақ ұжымдық жұмыс, өзара көмек, жауапкершілік сияқты адамгершілік қасиеттерді де дамытады.

Тиімді педагогикалық шарттар — оқушылардың жас ерекшеліктерін ескеру, ойын әдістерін пайдалану, көрнекілік пен қауіпсіздік принциптерін сақтау, мотивациялық орта құру және мұғалімнің кәсіби шеберлігі — оқу нәтижесін арттырудың негізгі факторы болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қоянбаев Ж.Б., Қоянбаев Р.М. Педагогика. – Алматы: Рауан, 2010.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – М., 2002.
3. ҚР жалпы орта білім беру стандарты. – Астана, 2023.
4. Әбиев Ж., Бабаев С. Дене тәрбиесі негіздері. – Алматы, 2016.
5. Фридман Л.М. Методика преподавания баскетбола в начальных классах. М., 2014.

ОӘЖ 74.200.58

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ПАТРИОТИЗМДІ ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖӘНЕ ЖАСТАРДЫ ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕЛЕУ

Исаков Ф.Г., Юсифи А.С., Сапар М.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье всесторонне рассматриваются вопросы формирования казахстанского патриотизма и военно-патриотического воспитания молодежи. Автор анализирует теоретические основы патриотического воспитания и описывает его роль в современном обществе. Особое внимание уделяется задачам, обозначенным в Послании Президента, по воспитанию патриотизма у молодежи, а также опыту работы патриотических клубов «Жас сарбаз». В исследовании рассматриваются методы и мероприятия, способствующие формированию патриотических чувств и развитию гражданской ответственности. В результате статьи предлагаются эффективные подходы к повышению любви к Родине, социальной активности и воспитанию гражданской позиции у молодого поколения, включая школьные и внеурочные формы работы.

This article provides a comprehensive examination of the development of Kazakhstani patriotism and military-patriotic education among youth. The author analyzes the theoretical foundations of patriotic education and describes its role in contemporary society. Special attention is given to the tasks outlined in the President's Address regarding the cultivation of patriotism among young people, as well as to the practical experience of the "Zhas Sarbaz" patriotic clubs. The study explores methods and activities that contribute to the formation of patriotic feelings and the development of civic responsibility. As a result, the article proposes effective approaches to fostering love for the Motherland, social engagement, and the development of civic identity among the younger generation, including both school-based and extracurricular initiatives.

Қазақстан Республикасының Президенті Қ. К. Тоқаев Ұлттық құрылтайдың үшінші отырысында айтқан "АДАЛ АДАМ – АДАЛ ЕҢБЕК – АДАЛ ТАБЫС" іргелі идеологиясы Қарулы Күштердегі барлық идеологиялық жұмыс үшін базалық және іргелі болды.

Қоғамдық санада түбегейлі өзгерістер орын алуда, азаматтардың құқықтық мәдениетінің деңгейі артуда, қоғамда жаңа мінез-құлық үлгілері қалыптасып және жаңа құндылықтар тамыр алуда.

Еліміздегі жастарға әскери-патриоттық тәрбие беру процесінің негізгі локомотиві қорғаныс министрлігі, ағарту министрлігі, жергілікті атқарушы органдар және республикалық қоғамдық бірлестіктер болып табылады.

2015 жылы жастарға әскери-патриоттық тәрбие беру деңгейін арттыру шеңберінде Қорғаныс министрлігі жанынан Қарулы Күштердің Ұлттық әскери-патриоттық орталығы ашылды, ол әскери қызметшілер мен әскерге

шақырылғанға дейінгі жастарды әскери-патриоттық тәрбиелеудің үйлестіруші органына айналды.

Қазақстан Республикасы Қарулы Күштерінің Ұлттық әскери-патриоттық орталығының базасында 2018 жылы "Жас сарбаз" республикалық балалар-жасөспірімдер әскери-патриоттық қозғалысы құрылды [1].

Жыл сайын "Жас сарбаз" қозғалысы филиалдарының төрағаларымен, әскери-патриоттық клубтардың басшыларымен және бастапқы әскери даярлық оқытушыларымен оқу-әдістемелік жиындар өткізіледі, бұл ұйымдастырушылар мен әскери-патриоттық тәрбие мамандарының кәсіби даярлық деңгейін арттыруға, жастарды әскери-патриоттық тәрбиелеу бойынша жұмыс нысандары мен әдістерін жетілдіруге мүмкіндік берді.

Жиынға дайындық барысында еліміздің барлық жалпы білім беру мекемелерінде алдымен аудандық, содан кейін облыстық деңгейде іріктеу іс-шаралары өтеді және ең үздік командалар қорытынды жарысқа қатысады.

Жалпы білім беру ұйымдарының оқушыларынан басқа жиынға Қарулы Күштердің, басқа да әскерлер мен әскери құралымдардың әскери бөлімдері мен мекемелері жанынан құрылған "Жас ұлан" республикалық мектептерінің, әскери мектеп-интернаттардың, әскери-патриоттық клубтардың тәрбиеленушілері қатысады.

Қазіргі жаһандану дәуірінде ұлттық құндылықтар мен рухани қауіпсіздік мәселесі күн тәртібінен түспей келеді. Әлемдік ақпарат ағыны мен мәдени ықпал жағдайында жастардың бойында қазақстандық патриотизм мен азаматтық жауапкершілікті қалыптастыру – мемлекет үшін стратегиялық маңызы бар міндет. Қазақстандық патриотизм – еліміздің тұтастығын, егемендігін және бейбіт өмірін сақтау жолындағы рухани күш пен ұлттық бірліктің кепілі. Ал әскери-патриоттық тәрбие – осы патриотизмнің нақты іс-әрекеттегі көрінісі, Отанды қорғауға даяр тұлғаны тәрбиелеудің басты тетігі [2].

Қазақстандық патриотизм ұғымы көпэтносты, көпконфессиялы қоғам жағдайында қалыптасқан ерекше құбылыс. Ол этникалық шеңберден шығып, барша қазақстандықтарды ортақ тағдыр мен құндылықтар аясында біріктіреді.

Қазақстандық патриотизмнің негізгі белгілері мыналар:

- Мемлекеттік рәміздерге құрмет;
- Тәуелсіздік пен бейбітшілікті қастерлеу;
- Азаматтық жауапкершілік пен белсенділік;
- Туған жер мен елге деген сүйіспеншілік;
- Ұлтаралық келісім мен толеранттылықты сақтау.

Осы қасиеттерді қалыптастыру – тек білім беру жүйесінің ғана емес, бүкіл қоғамның ортақ міндеті. Әсіресе, жастардың рухани дүниесіне әсер ететін мектеп, колледж және жоғары оқу орындарындағы тәрбие жұмысының рөлі зор [3].

Әскери-патриоттық тәрбие – жастарды Отанды қорғауға, елдің қауіпсіздігі мен тұрақтылығын сақтауға саналы түрде дайын болуға баулитын жүйелі педагогикалық процесс. Оның мазмұны тек әскери машықтарды

үйретумен шектелмейді, ол моральдық, рухани және азаматтық қасиеттерді қалыптастыруды көздейді.

Білім беру ұйымдарындағы тәрбие жүйесі тұлғаның жан-жақты дамуына бағытталады. Солардың ішінде әскери-патриоттық тәрбие – азаматтық тәрбиенің маңызды бөлігі. Мектептерде «Алғашқы әскери және технологиялық дайындық» пәні оқушыларды әскери өмірдің алғашқы ұғымдарымен таныстырады, жауапкершілік пен тәртіпке үйретеді.

Сонымен қатар, әр аймақтағы *«Жас сарбаз» әскери-патриоттық қозғалысы* жастардың елге қызмет етуге деген ынтасын арттырып отыр. Бұл қозғалыс аясында жасөспірімдер әскери дайындық, тактикалық ойындар, саптық машықтар мен дала жаттығуларына қатысады.

Мұғалім мен тәрбиешілердің үлгісі ерекше рөл атқарады. Өйткені жасөспірім мұғалімнің ісінен елге деген сүйіспеншілікті, рухани беріктік пен жауапкершілікті көреді.

Қазіргі жастардың ақпараттық кеңістікте белсенді болуы жаңа әдістерді қажет етеді. Әскери-патриоттық тәрбие де бұл үрдістен шет қалмауы тиіс.

Интернет және әлеуметтік желілер арқылы:

- Қаһармандар туралы бейнероликтер мен подкасттар жасау;
- Патриоттық челленджер мен акциялар өткізу;
- Виртуалды музейлер мен тарихи онлайн викториналар ұйымдастыру — жастардың ел тарихына қызығушылығын арттырады.

Сонымен қатар, киберқауіпсіздік, ақпараттық мәдениет сияқты жаңа ұғымдарды да патриотизм контексінде қарастыру маңызды.

Қорыта айтқанда, қазақстандық патриотизм мен әскери-патриоттық тәрбие – ел болашағының рухани іргетасы. Бұл бағытта атқарылатын жұмыстар жастардың азаматтық позициясын қалыптастырып қана қоймай, ел бірлігі мен тұрақтылығын нығайтады.

Жас ұрпақтың бойында туған жерге сүйіспеншілік, ел тағдырына жауапкершілік, бейбітшілік пен бірлікке адалдық сезімдерін тәрбиелеу – әр педагог пен әрбір ата-ананың борышы. Патриоттық рухтағы жастар – тәуелсіз Қазақстанның тірегі, болашақ қорғаушысы және нағыз елжанды азаматтар.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Назарбаев Н.Ә. Мәңгілік Ел – жалпы қазақстандық ортақ тағдыр. – Астана, 2014.
2. Қазақстан Республикасының «Патриоттық тәрбие тұжырымдамасы», 2015 ж.
3. Қазақстан Республикасында білім беруді дамытудың 2020–2025 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасы. – Астана, 2020.
4. Қалиев С. Тәрбиенің теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Білім, 2019.
5. Бейсенова А. Жастарды әскери-патриоттық рухта тәрбиелеудің педагогикалық негіздері. – Алматы: Рауан, 2021.
6. «Жас сарбаз» республикалық қозғалысының бағдарламалық құжаттары. – Астана, 2022.
7. Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың Қазақстан халқына Жолдауы - 2025.

ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІН ҰЙЫМДАСТЫРУ ӘДІСТЕРІ

Исаханов Е.А., Тельманов Н.А., Хусанов М.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада оқушылардың дене тәрбиесін ұйымдастырудың тиімді әдістері мен формалары қарастырылады. Дене тәрбиесінің басты мақсаты – оқушылардың денсаулығын нығайту, қимыл-қозғалыс қабілеттерін дамыту және салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақалада сабақ, спорттық үйірмелер, жарыстар мен ойын түрлері сияқты ұйымдастыру формаларының маңызы баяндалады. Сондай-ақ түсіндіру, көрсету, қайталау, ойын және бәсекелестік әдістері талданады. Мұғалімнің рөлі мен заманауи технологияларды қолданудың маңызы ерекше аталып өтеді. Дене тәрбиесін тиімді ұйымдастыру – оқушылардың дене және рухани дамуының негізгі шарты екені көрсетіледі.

This article discusses effective methods and forms of organizing physical education for students. The main goal of physical education is to strengthen students' health, develop their motor skills, and promote a healthy lifestyle. The paper highlights various organizational forms such as lessons, sports clubs, competitions, and active games. It also analyzes key teaching methods including explanation, demonstration, repetition, play, and competition. The important role of the teacher and the use of modern technologies are emphasized. Effective organization of physical education is shown to be a crucial factor in students' physical and moral development.

Қазіргі заманда қоғамның даму деңгейі, ең алдымен, оның азаматтарының денсаулығы мен өмір сапасымен өлшенеді. Ал салауатты өмір салтының негізі дене тәрбиесі. Мектеп жасындағы оқушылардың дене тәрбиесін дұрыс ұйымдастыру олардың жан-жақты дамуының, еңбекке және өмірге дайындығының басты шарты болып табылады.

Дене тәрбиесі тек қана дене жаттығуларының жиынтығы емес, ол тұлғаның денсаулығын нығайтып, ерік-жігерін, мінез-құлқын, тәртіптілігін қалыптастыратын педагогикалық процесс. Сондықтан оқушылардың дене тәрбиесін ұйымдастыруда тиімді әдістер мен формаларды қолдану заманауи білім беру жүйесінің маңызды бағыты.

Мектептегі дене тәрбиесінің басты мақсаты оқушылардың денсаулығын сақтау және нығайту, дене қабілеттерін дамыту, салауатты өмір салтын қалыптастыру. Осы мақсатқа жету үшін дене тәрбиесінің мынадай міндеттері жүзеге асырылады:

1. Дене жаттығулары арқылы ағзаның функционалдық мүмкіндігін арттыру;
2. Қимыл-қозғалыс дағдыларын (жүгіру, секіру, лақтыру, жүзу және т.б.) қалыптастыру;
3. Оқушылардың шыдамдылық, батылдық, тәртіптілік сияқты моральдық қасиеттерін тәрбиелеу;
4. Спорт түрлеріне қызығушылықты арттыру және өмір бойы дене белсенділігін сақтау дағдысын қалыптастыру [1].

Мектептегі дене тәрбиесі әртүрлі ұйымдастыру формаларында жүргізіледі. Олардың ішіндегі негізгілері:

- Сабақ түріндегі дене тәрбиесі (дене шынықтыру пәні сабақтары);**
- Мектептен тыс спорттық-бұқаралық шаралар;**
- Танертеңгілік гимнастика және үзіліс кезіндегі қимыл белсенділігі;**
- Мектепшілік жарыстар мен спорттық клубтар жұмысы.**

Дене шынықтыру сабағы дене тәрбиесінің негізгі және міндетті түрі. Бұл сабақтарда оқушылар дене жаттығуларының түрлерін үйреніп, ағзаны шынықтырады, дене қабілеттерін дамытады [2].

Сабақ құрылымы кіріспе, негізгі және қорытынды бөлімдерден тұрады. **Үзіліс кезіндегі белсенді ойындар** оқушылардың шаршауын басып, көңіл-күйін көтереді, сонымен қатар қозғалыс қажеттілігін қанағаттандырады. **Спорттық үйірмелер мен секциялар** қабілетті және қызығушылығы бар оқушылардың спорттық шеберлігін дамытуға мүмкіндік береді. Мұнда жеңіл атлетика, футбол, волейбол, баскетбол, күрес, шаңғы, жүзу секілді спорт түрлері қамтылады. **Мектепшілік және аудандық жарыстар** оқушыларды жарыс рухына баулиды, командалық сезім мен жауапкершілікті арттырады. Дене тәрбиесі процесінде әртүрлі педагогикалық әдістер қолданылады. Ең тиімді әдістерге мыналар жатады:

Түсіндіру және көрсету әдісі.

Бұл әдіс жаңа қозғалыс түрін немесе жаттығуды үйретуде қолданылады. Мұғалім қимылды нақты түсіндіріп, үлгісін көрсетеді. Визуалды және ауызша түсіндіру оқушылардың дұрыс орындауына көмектеседі.

Қайталау және жаттығу әдісі.

Қимыл дағдыларын жетілдіру үшін жүйелі қайталау қажет. Мұнда жаттығулар әртүрлі жағдайларда қайталанып, қозғалыс нақтылығы мен үйлесімділігі дамиды.

Ойын әдісі.

Ойын арқылы оқушылардың қызығушылығы артады, белсенділігі мен ұйымшылдығы қалыптасады. Мысалы, эстафеталық жарыстар, қозғалмалы ойындар, спорттық ойын элементтері арқылы жаттығу қызықты әрі тиімді өтеді.

Бәсекелестік әдісі.

Бұл әдіс спорттық жарыстар мен турнирлер кезінде қолданылады. Бәсекелестік оқушыларды нәтижеге ұмтылуға, шыдамдылық пен ерік-жігерін шыңдауға баулиды.

Деңгейлеп оқыту әдісі.

Әр оқушының дене дайындығы әртүрлі болғандықтан, жаттығулар күрделілік деңгейіне қарай беріледі. Бұл әдіс жеке ерекшеліктерді ескеріп, барлық оқушылардың дамуына жағдай жасайды. **Дене тәрбиесін ұйымдастыруда мұғалімнің рөлі.** Мұғалім дене тәрбиесі процесінің жетекшісі және ұйымдастырушысы болып табылады. Оның кәсіби шеберлігі, әдістемелік дайындығы мен жеке үлгісі оқушыларға үлкен әсер етеді [3]. Мұғалімнің міндеттері:

- Оқушылардың жас және физиологиялық ерекшеліктерін ескеру;
- Дене тәрбиесі сабағын қызықты әрі қауіпсіз өткізу;

- Оқушылардың жетістіктерін бақылап, бағалау;
- Салауатты өмір салтының насихатшысы болу.

Мұғалім мен ата-ананың бірлескен жұмысы да маңызды. Үй жағдайында да балалардың дене белсенділігін арттыруға ата-аналар көңіл бөлуі тиіс. Қазіргі кезде дене тәрбиесі жүйесіне жаңа технологиялар еніп келеді. Мысалы:

- Цифрлық бақылау құрылғылары** (фитнес-трекер, жүрек соғу мониторлары);
- Онлайн жаттығулар мен спорттық платформалар;**
- Интерактивті сабақтар мен мультимедиялық материалдар** қолдану;
- Инклюзивті дене тәрбиесі**—мүмкіндігі шектеулі балаларды дене жаттығуларына тарту.

Бұл жаңашыл тәсілдер оқушылардың қызығушылығын арттырып, дене тәрбиесін заманауи деңгейде ұйымдастыруға мүмкіндік береді [4].

Оқушылардың дене тәрбиесін тиімді ұйымдастыру олардың физикалық және рухани дамуының, салауатты өмір салтының, қоғамның дені сау болашағының кепілі. Дене тәрбиесінің әдістері мен формаларын дұрыс тандау, заманауи технологияларды пайдалану және мұғалімнің шығармашылық көзқарасы оқушылардың денсаулығын нығайтып, белсенді өмір ұстанымын қалыптастырады. Сондықтан дене тәрбиесі тек оқу пәні ғана емес, жас ұрпақтың болашақ өмір сапасын айқындайтын маңызды әлеуметтік және педагогикалық процесс.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қоянбаев Ж.Б., Қоянбаев Р.М. Педагогика. – Алматы: Рауан, 2010.
2. Әбиев Ж., Бабаев С. Дене тәрбиесі негіздері. – Алматы, 2016.
3. ҚР «Дене шынықтыру және спорт туралы» Заңы. – Астана, 2023.
4. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – М., 2002.
5. Назарбаев Н.Ә. Салауатты өмір салты – ұлт денсаулығының кепілі. – Алматы, 2011.

УДК 372.016.796

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ ЧЕРЕЗ АДАПТИВНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Иылмаз Ф.Ф., Жұмабек О.Рахметолла Ж.А.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада инклюзивті білім беру ортасында ерекше білім беру қажеттіліктері бар оқушылардың (ЕБК) әлеуметтену процесінде бейімделген спорттық ойындардың рөлі қарастырылады. Авторлар бейімделген ойындардың физикалық, әлеуметтік және психологиялық әсерін талдап, олардың тұлғалық дамуға, өзара қарым-қатынас пен сенімділікті арттыруға ықпалын көрсетеді. Сонымен қатар, мұндай ойындар оқушылардың өз әлеуетін ашуға, ұжымда әрекет етуге және қоғамға толыққанды интеграциялануына жағдай жасайтыны дәлелденген. Зерттеу нәтижелері инклюзивті білім беру жүйесінде бейімделген спорттық ойындарды тиімді қолданудың педагогикалық маңыздылығын айқындайды.

This article explores the role of adaptive sports games in the socialization process of students with special educational needs (SEN) within an inclusive educational environment. The authors analyze the physical, social, and psychological impact of adaptive games, highlighting their contribution to personal development, communication, and self-confidence. The study demonstrates that such games provide opportunities for students to realize their potential, engage in teamwork, and achieve successful integration into society. The results emphasize the pedagogical significance of adaptive sports games as an effective tool for fostering inclusion and social competence in modern physical education.

Современное инклюзивное образование направлено на создание условий для полноценного участия обучающихся с особыми образовательными потребностями во всех сферах школьной и студенческой жизни, включая физическое воспитание. Одним из наиболее эффективных средств физического и социального развития данной категории обучающихся являются адаптивные спортивные игры, которые обеспечивают доступность двигательной активности, повышают мотивацию и способствуют включению в командные формы взаимодействия.

Адаптивные игры не только улучшают физическое состояние, но и решают ключевую задачу образования — социализацию личности, формируя навыки сотрудничества, ответственности и принятия правил совместной деятельности.

Социализация обучающихся с особыми образовательными потребностями как педагогическая задача [1].

Социализация обучающихся с особыми образовательными потребностями (ООП) является одной из ключевых целей современного образования и направлена на обеспечение их успешной интеграции в общество, развитие коммуникативных, личностных и социальных навыков. В условиях инклюзивной образовательной среды физическая культура и адаптивные спортивные игры выполняют важную миссию по расширению возможностей взаимодействия обучающихся, укреплению уверенности в себе и формированию позитивного жизненного опыта.

Педагогическая задача социализации заключается в создании таких условий, при которых каждый обучающийся с ООП получает возможность участвовать в совместной деятельности со сверстниками, проявлять свою индивидуальность и добиваться успехов в посильных видах активности. В этом процессе активно формируются ключевые личностные качества: самостоятельность, ответственность, умение сотрудничать и принимать решения. Организация педагогического сопровождения должна учитывать особенности психофизического развития обучающихся, степень их готовности к социальным контактам и эмоционально-волевой устойчивости. Для этого используются различные формы работы: групповые и командные задания, игровые методики, участие в спортивных праздниках и инклюзивных проектах, способствующих укреплению межличностных связей [2].

Обучающийся с ООП должен ощущать себя полноправным участником школьного сообщества, что требует от педагогов и специалистов сопровождения высоких компетенций в области адаптивного взаимодействия,

толерантности и эмпатии. Формирование позитивного социального опыта позволяет детям легче преодолевать барьеры в общении, расширять социальные контакты и успешно адаптироваться как в образовательной среде, так и за её пределами. Эффективная социализация обучающихся с особыми образовательными потребностями — это длительный и многокомпонентный процесс, который является общим задачей всех участников образовательного процесса: педагогов, родителей, тьюторов, психологов и социальных партнёров. Слаженное профессиональное взаимодействие и создание поддерживающей окружающей среды помогают обучающимся раскрыть свои способности и максимально реализовать личностный потенциал.

Педагогическое значение адаптивных спортивных игр для социализации

Адаптивные спортивные игры занимают особое место в системе физического воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями (ООП), поскольку они не только способствуют развитию физических качеств, но и выполняют важнейшую педагогическую функцию — социализацию личности. В игровой форме обучающиеся легче усваивают социальные роли, правила поведения, учатся взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками [3].

Педагогическое значение адаптивных спортивных игр проявляется в следующих аспектах:

- Формирование навыков коммуникации и взаимодействия. Командный игровой процесс создаёт условия для прямого общения, включая вербальные и невербальные средства взаимодействия. Участники учатся договариваться, слышать друг друга и принимать коллективные решения.

- Развитие ответственности и дисциплины. Следование правилам и игровым установкам помогает обучающимся усваивать нормы поведения, уважать партнеров и соперников, а также понимать последствия своих действий для команды.

- Повышение самооценки и уверенности в себе. Достижение даже небольших успехов внутри игры укрепляет чувство собственной значимости и способствует позитивному самовосприятию ребенка.

- Снижение социальной изоляции. Адаптивные игры дают возможность детям с ООП участвовать в совместной деятельности наравне с другими, преодолевать замкнутость, тревожность и страхи.

- Формирование толерантности и эмпатии среди сверстников. Участие в инклюзивных игровых ситуациях помогает всем обучающимся развивать уважительное отношение к различиям, учит взаимопомощи и поддержке.

- Развитие когнитивных процессов. В игровой деятельности задействуются внимание, память, тактическое мышление, что способствует общему интеллектуальному развитию и успешности в обучении.

- Создание условий для самореализации и раскрытия потенциала. Интересные и доступные по структуре игры позволяют каждому участнику проявить сильные стороны, а педагогам — определить направления дальнейшей индивидуальной поддержки. Таким образом, адаптивные

спортивные игры являются эффективным педагогическим инструментом, способствующим комплексному развитию обучающихся с особыми образовательными потребностями. Их применение позволяет внедрять инклюзивные принципы в образовательный процесс, создавать позитивную социальную среду и обеспечивать успешную интеграцию детей в общество [4].

Виды адаптивных спортивных игр и их социализирующий потенциал (Таблица 1).

Таблица 1. Виды адаптивных спортивных игр

№	Группа адаптивных игр	Примеры	Социализирующие эффекты
1.	Командные игры	адаптивный волейбол, баскетбол на колясках, голбол	Развитие сотрудничества, принятие командных ролей
2.	Индивидуально-командные игры	бочча, пара-настольный теннис	Способность к самоконтролю и участию в общем результате
3.	Игры на координацию и сенсорику	игры с адаптированными мячами, ориентирование	Улучшение пространственного взаимодействия и уверенности
4.	Социально-ролевые игры	подвижные игры с элементами сюжета	Развитие коммуникации, эмпатии и лидерства

Каждая игра, даже при адаптации правил и оборудования, сохраняет свой соревновательный и эмоционально насыщенный характер.

Адаптивные спортивные игры выступают мощным средством психологической поддержки и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, поскольку задействуют ключевые механизмы социализации, обеспечивающие успешное включение личности в систему социальных отношений. В игровой деятельности формируются эмоционально-волевые качества, навыки саморегуляции, коммуникативные умения, что способствует психологическому благополучию и адаптации детей.

Главные психологические механизмы социализации, реализуемые через адаптивные спортивные игры. Ребёнок учится воспринимать себя как часть команды, перенимает социальные роли игроков, тренера, капитана. Это помогает формированию позитивной «Я-концепции» и ощущению принадлежности к группе. Похвала, успехи в игре, поддержка партнёров выступают положительным стимулом, усиливающим желание взаимодействовать и развиваться. Социальное одобрение формирует уверенность в себе, мотивирует на достижения. Обучающиеся с ООП перенимают модели поведения сверстников и взрослых, постепенно включая их в собственный репертуар социальных действий. Наблюдение за тем, как другие соблюдают правила, помогают партнёрам, способствует освоению норм коллектива. В процессе игры дети испытывают яркие эмоции — радость, азарт, ответственность. Педагог помогает им научиться управлять импульсами, контролировать поведение, выражать эмоции социально приемлемым

способом. Сотрудничество и соперничество как формы социального взаимодействия. Игровая деятельность создаёт безопасное пространство для соревнования и кооперации, где ребёнок учится уважать других, принимать поражения и радоваться за партнёров.

Адаптивные игры часто строятся на поддержке участников с разными возможностями, что формирует способность понимать чувства других, сопереживать и помогать. Через игровую модель поведения педагог может мягко корректировать нежелательные реакции: агрессию, замкнутость, тревожность, формируя социально приемлемые альтернативы. Физическая активность в игровой форме способствует снижению стрессовых проявлений, повышению эмоциональной устойчивости и улучшению настроения. Таким образом, адаптивные спортивные игры применяют целый комплекс психологических механизмов, создавая условия для гармоничной социализации, укрепления личностного благополучия и успешной интеграции обучающихся с ООП в современное образовательное пространство.

Для достижения максимального социализирующего эффекта необходимо адаптация правил и оборудования с учётом возможностей участников. Инклюзивные команды, где каждый имеет реальный вклад в успех. Пошаговое обучение взаимодействию — от индивидуального задания к групповому. Позитивная мотивация и поддержка, акцент на успехе каждого. Систематичность и разнообразие игр. Тьюторская и волонтерская помощь при необходимости. Преподаватель выполняет роль координатора, создавая безопасную атмосферу доверия и взаимопомощи.

Адаптивные спортивные игры обладают значительным социальным потенциалом, направленным на улучшение качества жизни обучающихся с особыми образовательными потребностями (ООП). Их влияние выходит за рамки физической подготовки, способствуя полноценной интеграции личности в общество. Основные социальные эффекты адаптивных спортивных игр включают:

Инклюзия и интеграция в социум. Адаптивные игры создают равные условия участия для всех обучающихся, способствуя преодолению социальной изоляции и формированию положительного опыта общения в гетерогенной группе. Формирование навыков социального взаимодействия. Через командную деятельность обучающиеся учатся договариваться, работать в коллективе, распределять роли, принимать решения — навыки, необходимые для повседневной жизни. Снижение стигматизации и предрассудков. Совместное участие детей с разными физическими и психическими возможностями формирует у здоровых сверстников толерантность, уважение к индивидуальным различиям, снимает барьеры и негативные стереотипы. Повышение социальной активности и уверенности. Возможность проявить свои способности публично помогает учащимся с ООП преодолеть чувство неуверенности, расширяет круг общения и способствует обретению социального статуса в группе. Выполнение значимых игровых ролей формирует инициативность, самостоятельность и способность брать

ответственность за действия команды. Укрепление связей «образовательная организация — семья — общество». Родители активнее вовлекаются в спортивную деятельность детей, что улучшает их взаимодействие с педагогами и способствует формированию сплоченной социальной поддержки. Включение в спортивную деятельность снижает риск формирования девиантных форм поведения за счет занятости, поддержки педагогов и здоровой социальной среды. Спортивный опыт помогает освоить нормы общества, что облегчает дальнейшую профессиональную ориентацию и адаптацию на рынке труда [5].

В целом адаптивные спортивные игры создают условия для успешной социализации обучающихся с ООП, формируя у них позитивное социальное поведение, уверенность в себе и устойчивые отношения со сверстниками и взрослыми. Адаптивные спортивные игры — важный компонент инклюзивного физического воспитания. Они эффективно способствуют социализации обучающихся с особыми образовательными потребностями, формированию уверенности, коммуникативной компетентности и социальной активности. Методическое разнообразие, сочетание физической и социально-психологической направленности делают адаптивные игры мощным инструментом успешной интеграции в коллектив и общество.

Список литературы

1. Алексеева Л.Р. Адаптивная физическая культура: теория и практика. — М., 2022.
2. Назаров А.Д. Инклюзивное образование и физическое воспитание: современные подходы. СПб., 2023.
3. Быховская И.М. Социализация личности в образовательной среде. — М., 2021.
4. Ярских Т.А. Адаптивные спортивные технологии в образовательном процессе. — Екатеринбург, 2020.
5. Шабалин М.Ю. Физическая культура и здоровье детей. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020-511с.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫ АРҚЫЛЫ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫ ТӘРБИЕЛЕУ

Каримкулова Д.Р., Ахматжанов Д.К., Алимханова Ә.Р.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада инклюзивті дене тәрбиесінің мәні, мақсаты және қоғамдағы маңызы қарастырылады. Автор ерекше білім беруді қажет ететін балаларды дене тәрбиесі мен спортқа тартудың әлеуметтік-педагогикалық негіздерін талдайды. Сондай-ақ инклюзивті білім беру жағдайында дене жаттығуларының тәрбиелік, емдік және психологиялық әсері сипатталады.

This article discusses the concept, purpose, and significance of inclusive physical education. The author analyzes the social and pedagogical foundations of involving children with special educational needs in physical education and sports. The article also describes the educational, therapeutic, and psychological effects of physical exercises in an inclusive environment.

Қазіргі таңда қоғамның дамуы адам құқығын қорғау мен тең мүмкіндіктер жасау қағидаларына негізделген. Солардың бірі – инклюзивті білім беру, яғни ерекше білім беруді қажет ететін балалардың барлық өмір саласына, соның ішінде дене тәрбиесіне толыққанды қатысуын қамтамасыз ету.

Инклюзивті дене тәрбиесі – бұл мүмкіндігі шектеулі және дені сау балалардың бірлесіп жаттығу жасауына мүмкіндік беретін, адамгершілікке, теңдік пен өзара сыйластыққа негізделген педагогикалық процесс. Мұндай жүйе балалардың физикалық дамуын қамтамасыз етіп қана қоймай, олардың әлеуметтік бейімделуіне, өзін-өзі бағалауына және өмірге белсенді қатысуына ықпал етеді [1].

Инклюзивті дене тәрбиесі тек медициналық немесе педагогикалық міндет емес, ол – қоғамның адамгершілік деңгейін көрсететін маңызды әлеуметтік құндылық.

1. Инклюзивті дене тәрбиесінің мәні мен міндеттері.

Инклюзивті дене тәрбиесінің басты мақсаты – ерекше қажеттіліктері бар балалардың дене және психологиялық дамуын қамтамасыз ету, олардың қозғалыс белсенділігін арттыру және әлеуметтік ортаға бейімделуіне жағдай жасау.

Оның негізгі міндеттері мыналар:

- Әрбір баланың мүмкіндігін ескеріп, жеке даму бағдарламасын құру;
- Дене шынықтыру арқылы балалардың физикалық, эмоционалдық және әлеуметтік белсенділігін арттыру;
- Денсаулықты нығайту және қозғалыс дағдыларын жетілдіру;
- Өзара сыйластық, достық және қолдау атмосферасын қалыптастыру;
- Балалардың қоғам өміріне толық қатысуына ықпал ету.

Инклюзивті дене тәрбиесі – бұл тек жаттығу жүйесі емес, ол барлық оқушылардың тең құқықта спорттық белсенділікке қатысуына мүмкіндік беретін педагогикалық философия.

2. Инклюзивті білім беру және дене тәрбиесінің өзара байланысы.

Инклюзивті білім беру ұстанымдары білім беру жүйесінің барлық саласына енгізілуде. Дене тәрбиесі бұл процестің маңызды бөлігі болып табылады, себебі қозғалыс белсенділігі адамның дамуының табиғи қажеттілігі болып саналады [2].

Ерекше білім беруді қажет ететін балалар үшін дене тәрбиесі тек физикалық жаттығу ғана емес, сонымен қатар:

- Қарым-қатынас құралы. Бірлескен ойындар мен жаттығулар балалардың бір-бірімен араласуына көмектеседі;
- Психологиялық қолдау тетігі. Қозғалыс белсенділігі сенімділік пен өзін-өзі бағалауды арттырады;
- Әлеуметтік бейімделу жолы. Бірлескен әрекеттер қоғамдағы тең мүмкіндіктер идеясын қалыптастырады.

Инклюзивті дене тәрбиесі арқылы балалар өзара көмек пен түсіністі үйренеді, сонымен бірге мейірімділік пен төзімділік қасиеттерін бойына сіңіреді.

3. Ерекше қажеттіліктері бар балалармен жұмыс істеудің ерекшеліктері.

Инклюзивті дене тәрбиесінде әр баланың физикалық және психологиялық ерекшеліктерін ескеру қажет. Мұғалім мен жаттықтырушының міндеті – балалардың мүмкіндігін шектемей, керісінше олардың қабілетін барынша ашуға жағдай жасау.

Мұндай жұмыс барысында келесі қағидалар басшылыққа алынады:

-Жекелеген тәсіл: әр балаға жеке бағдарлама мен жаттығу жүктемесі таңдалады;

-Қауіпсіздік: жаттығулардың күрделілігі мен қарқындылығы баланың жағдайына сай болуы керек;

-Психологиялық қолдау: баланың жетістігін мадақтау, өз-өзіне сенім ұялату;

-Ынтымақтастық: дені сау және ерекше балалардың бірлесе әрекет етуін қамтамасыз ету.

Мысалы, есту қабілеті бұзылған балаларға визуалды нұсқаулар мен қимыл арқылы түсіндіру қажет болса, тірек-қимыл жүйесінде ақауы бар балаларға жаттығулардың арнайы бейімделген нұсқасы қолданылады [3].

4. Инклюзивті дене тәрбиесінің тәрбиелік және әлеуметтік әсері.

Инклюзивті дене тәрбиесінің ең басты ерекшелігі – оның тәрбиелік және әлеуметтік ықпалы. Мұндай ортада балалар өзара сыйластық пен түсіністікке үйренеді. Дені сау балалар ерекше құрбыларына көмектесуді, мейірімді болуды үйренеді, ал мүмкіндігі шектеулі балалар өзін қоғамның толыққанды мүшесі ретінде сезінеді.

Психологиялық тұрғыдан алғанда, бірлескен жаттығулар балалардың ұжымдық сезімін қалыптастырады, ұялшақтықты жояды, өзін-өзі қабылдауға көмектеседі.

Мысалы, топтық эстафеталар мен қозғалыс ойындары кезінде әрбір бала ортақ нәтижеге үлес қосады. Бұл ұжымдық жауапкершілік пен ынтымақтастық сезімін дамытады.

Осылайша, инклюзивті дене тәрбиесі тек физикалық дамуға ғана емес, тұлғаның әлеуметтік және рухани қалыптасуына да зор әсер етеді.

5. Мұғалімнің рөлі мен кәсіби даярлығы.

Инклюзивті дене тәрбиесін тиімді ұйымдастыру үшін мұғалімнің кәсіби және тұлғалық дайындығы өте маңызды. Ол тек жаттығу әдістемесін меңгеріп қана қоймай, әртүрлі балалардың психологиялық ерекшеліктерін түсіне білуі қажет.

Мұғалім төмендегідей қасиеттерге ие болуы тиіс:

-Сабырлылық және төзімділік;

-Эмпатия мен мейірімділік;

-Шығармашылық және бейімделгіштік;

-Қауіпсіздік пен қолдауды қамтамасыз ету қабілеті.

Сонымен қатар, инклюзивті дене тәрбиесі мұғалімдері арнайы курстардан өтіп, ерекше балалармен жұмыс істеудің әдістерін меңгеруі қажет.

6. Инклюзивті спорттың даму бағыттары

Қазақстанда инклюзивті спорт пен параспорттың дамуына үлкен көңіл бөлінуде. Паралимпиадалық ойындар, арнайы олимпиадалар мен ұлттық чемпионаттар ерекше спортшыларға өз қабілетін көрсетуге мүмкіндік береді.

Мемлекеттік деңгейде қабылданған бағдарламалар қатарында:

-«Қазақстан Республикасында инклюзивті білім беруді дамытудың 2020–2025 жылдарға арналған тұжырымдамасы»;

-«Дене шынықтыру және спорт туралы» заң;

-«Спорттық және белсенді өмір салты» ұлттық жобасы бар.

Бұл құжаттар инклюзивті спорт инфрақұрылымын дамытуға, жаттықтырушыларды даярлауға және спорттық жабдықтармен қамтамасыз етуге бағытталған.

Қазіргі кезде елімізде көптеген мектептер мен колледждерде бейімделген дене тәрбиесі кабинеттері мен арнайы спорт залдары ашылуда. Бұл инклюзияны шынайы өмірде жүзеге асырудың нақты қадамы болып табылады [4].

Қорыта айтқанда, инклюзивті дене тәрбиесі – бұл әрбір балаға тең мүмкіндік беруді көздейтін гуманистік бағыт. Ол тек физикалық даму емес, тұлғаның әлеуметтік және моральдық қалыптасуын қамтамасыз етеді.

Инклюзивті дене тәрбиесінің негізгі мақсаты – балалардың барлығын спорттық белсенділікке тарту, өзара түсіністік пен қолдау мәдениетін қалыптастыру. Мұндай тәрбие жүйесі қоғамдағы толеранттылықты, адамгершілікті және азаматтық жауапкершілікті арттырады.

Сондықтан инклюзивті дене тәрбиесі – бүгінгі таңда денсаулық пен адам құқығының, теңдік пен бірліктің символына айналған маңызды әлеуметтік құндылық.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының «Дене шынықтыру және спорт туралы» заңы. – Астана, 2023.
2. ҚР БҒМ. Инклюзивті білім беруді дамытудың тұжырымдамасы (2020–2025 жж.).
3. Әбдірахманова С. Инклюзивті дене тәрбиесі: теория және практика. – Алматы, 2022.
4. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (WHO). Physical Activity and Inclusion Report, 2021.

ОӘЖ 796.011.3:373.5

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДА ЗАМАНАУИ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ

Келдібек А., Жаппар Ж.

№18 Ш.Уалиханов атындағы мектебі

Статья рассматривает различные современные педагогические технологии, применяемые на уроках физической культуры: интерактивные методы, дифференцированное обучение, проектная деятельность и использование смарт-

технологий. Подчеркивается их роль в повышении интереса учеников к занятиям, укреплении здоровья, развитии физических и социальных навыков. Приводятся примеры эффективного применения технологий на практике.

The article discusses modern pedagogical technologies used in physical education lessons, including interactive methods, differentiated instruction, project-based learning, and smart devices. The effectiveness of these technologies in increasing student interest, improving health, and developing physical and social skills is highlighted. Practical examples of successful implementation are provided.

Қазіргі білім беру жүйесінде дене шынықтыру пәні тек қана физикалық даму мен денсаулықты сақтау құралы емес, сонымен бірге оқушылардың психологиялық, әлеуметтік және танымдық дамуын қамтамасыз ететін маңызды пәнге айналды. Дене шынықтыру сабақтарын тиімді өткізу үшін педагогтар заманауи педагогикалық технологияларды қолданады. Бұл әдістер оқушылардың белсенділігін арттыруға, сабаққа қызығушылығын оятуға және олардың физикалық дайындығын жүйелі дамытуға мүмкіндік береді [1].

Заманауи педагогикалық технологиялар түрлері

Интерактивті әдістер

Ойындар, викториналар, топтық жарыстар арқылы оқушылардың белсенділігін арттыру.

Мысалы: «Физикалық диктант», «Эстафета тапсырмалары», командалық ойындар.

Инновациялық технологиялар

Фитнес-трекерлер, смарт-құрылғылар және мобильді қосымшалар арқылы оқушылардың физикалық белсенділігін қадағалау.

Арнайы бағдарламалар арқылы жүрек соғу жиілігі, қадам саны және калория шығыны бақыланады.

Дифференциалды оқыту

Әр оқушының физикалық дайындығы мен қабілетіне сәйкес тапсырмалар беру.

Бұл әдіс оқушылардың жеке жетістіктеріне назар аударуға мүмкіндік береді.

STEAM-бағыттағы сабақтар

Физикалық жаттығулар мен ғылымды байланыстыратын практикалық тәжірибелер.

Мысалы: энергия тұтыну, дене бұлшықеттерінің жұмысын есептеу.

Жобалық және зерттеу жұмыстары

Оқушылар өздерінің физикалық жетістіктерін талдайтын, тәжірибелік зерттеулер жүргізетін жобалар [2].

Мысалы: «Апта бойы физикалық белсенділіктің әсері», «Жүрек соғу жиілігін бақылау».

2. Заманауи технологияларды қолданудың тиімділігі

Оқушылардың қызығушылығы артады: Интерактивті және ойын элементтері сабаққа деген ынтаны күшейтеді.

Денсаулыққа бақылау: Фитнес-трекерлер мен смарт-құрылғылар арқылы оқушылар өз денсаулығын бақылай алады.

Жеке ерекшеліктерді ескеру: Дифференциалды тапсырмалар арқылы әр оқушы өз қабілетіне сәйкес жұмыс істейді.

Өз-өзін дамыту: Жобалық жұмыстар оқушыларға өз нәтижесін бағалауға мүмкіндік береді.

Қауіпсіздік: Заманауи әдістер қауіпсіздік техникасын сақтау мен жарақат алу қаупін азайтуға көмектеседі [3].

3. Педагогикалық тәжірибеден мысалдар

Командалық жарыстар: Оқушылар командаларға бөлініп, әртүрлі физикалық тапсырмаларды орындайды.

Виртуалды симуляциялар: Жаттығуларды орындау кезінде дұрыс техника мен қозғалыс үлгілерін көрсету.

Физикалық белсенділік күнделігі: Оқушылар күнделікті белсенділігін жазып, нәтижесін талдайды.

Бағалау жүйесі: Қозғалыс белсенділігін арттыру, шыдамдылық және координацияны дамыту көрсеткіштері бойынша бағалау жүргізіледі.

Дене шынықтыру сабақтарында заманауи педагогикалық технологияларды қолдану оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік дамуына оң әсер етеді. Интерактивті әдістер, дифференциалды оқыту, жобалық жұмыстар және смарт-құрылғылар сабақтың тиімділігін арттырады. Мұғалімдер осы технологияларды сабақ жоспарында дұрыс пайдалана отырып, оқушылардың денсаулығын нығайтып, физикалық белсенділікті қалыптастыруға мүмкіндік алады[4].

1-кесте Заманауи педагогикалық технологиялардың толық сипаттамасы

Технология түрі	Сипаттама	Мақсат
Интерактивті әдістер	Ойындар, викториналар, топтық жарыстар, физикалық «мозгобрейн»	Оқушылардың белсенділігін арттыру, қызығушылығын ояту
Дифференциалды оқыту	Оқушылардың жас ерекшелігіне, физикалық дайындық деңгейіне қарай тапсырмалар беру	Әр оқушының жеке дамуын қамтамасыз ету
STEAM технологиясы	Физикалық жаттығуларға математика, физика және биологияны қосу	Танымдық қызығушылықты арттыру, пәндер арасындағы байланыс
Проекттік және зерттеу жұмыстары	Оқушылар өз белсенділігін, физикалық жетістіктерін зерттейді	Ғылыми ойлау мен өзін-өзі бақылау дағдыларын дамыту
Смарт-технологиялар	Фитнес-трекерлер, мобильді қосымшалар, датчиктер	Жүрек соғу жиілігі, қадам саны, калория шығынын бақылау

2. Практикалық мысалдар сабаққа

Эстафета жарыстары

Мақсаты: оқушылардың жылдамдық, күш, координациясын дамыту.

Мысалы: әр топқа 5–6 тапсырма беріледі (секіру, жүгіру, доп лақтыру).

Физикалық диктант

Мұғалім нұсқау береді, оқушылар қозғалыстарды орындайды: «5 рет секіру», «10 рет қолды көтеру».

Проекттік жұмыс: «Апта бойы физикалық белсенділікті өлшеу»

Оқушылар күнделікті белсенділігін жазып, нәтижелерін талдайды.

Артықшылық: оқушылардың өзін-өзі бақылау дағдысы дамиды.

Виртуалды симуляциялар

Қозғалыс техникасын дұрыс көрсету үшін видеороликтер немесе VR құралдары қолданылады.

3. Сабақ тиімділігін бағалау тәсілдері

Критериалды бағалау

Қозғалыс техникасы, шыдамдылық, белсенділік және топтық жұмыс бойынша бағалау.

Өзін-өзі бағалау және әріптесін бағалау

Оқушылар өз жетістіктерін немесе командаластардың нәтижесін бағалайды.

Мобильді қосымшалар арқылы бақылау

Фитнес-трекерлер немесе смарт-құрылғылар сабақтағы физикалық белсенділікті сандық тұрғыдан көрсетеді.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі. «Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу бағдарламасы (5–11 сыныптар), 2023.

2. Иксанова, Н. Ф. Орта мектептегі дене шынықтыру сабақтарының әдістемесі, Шымкент: Мирас университеті, 2022.

3. Петрова, Л. Н. Современные подходы к организации уроков физической культуры в школе, Физическая культура в школе, 2021, №5.

4. Kovalchuk, S. Innovative Technologies in Physical Education, Journal of Physical Education, 2020.

УДК 372.016.796

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Ким А.О., Аман Ә.Н., Раимкулов М.А.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада спорттық даярлау жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар студенттерге психологиялық-педагогикалық қолдау көрсетудің негізгі бағыттары сипатталады. Эмоционалдық тұрақтылықты қалыптастыру, мотивацияны арттыру және оқу-жаттығу үдерісіне бейімдеу тәсілдері қарастырылады. Инклюзивті және қауіпсіз орта құруға арналған тиімді әдістер ұсынылады.

The article summarizes the main principles of psychological and pedagogical support for students with disabilities in sports training. It focuses on motivation, emotional well-being, and

Современная система высшего образования направлена на обеспечение равного доступа к учебным и спортивно-оздоровительным возможностям для всех студентов, включая обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Реализация принципов инклюзии требует создания условий для полноценного участия таких студентов в спортивной подготовке, что невозможно без эффективного психолого-педагогического сопровождения.

Студенты с ограничениями здоровья имеют разный уровень физического развития, эмоциональной и когнитивной устойчивости. В процессе тренировок они могут испытывать: повышенную утомляемость, эмоциональное напряжение и страх неудачи, трудности социализации в спортивной группе, ограничение двигательных возможностей. Поэтому спортивная подготовка должна учитывать медицинские показания, индивидуальный потенциал и психологические особенности обучающихся [1].

Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) представляет собой целостную систему профессиональных мероприятий, направленных на содействие успешной адаптации, развитию физических и личностных качеств обучающихся, их интеграции в образовательную и спортивную среду вуза. Данная система включает в себя основные направления сопровождения:

- диагностическое — определение уровня психофизиологического и физического состояния, выявление индивидуальных потребностей студента;
- коррекционно-развивающее — поддержка эмоциональной устойчивости, формирование уверенности, развитие коммуникативных навыков;
- профилактическое — предотвращение перегрузок, стрессов, конфликтных ситуаций, учебного и спортивного выгорания;
- социально-адаптационное — помощь студентам в межличностном взаимодействии, включение в спортивный коллектив;
- информационно-консультационное — обучение навыкам самоконтроля, самоорганизации, информирование родителей и педагогов.

Основные принципы сопровождения индивидуализация — учет медицинских показаний и особенностей психики, доступность и безопасность условий обучения, комплексность — участие разных специалистов (психолога, тренера, врача, тьютора), непрерывность — систематическая поддержка в течение всего периода спортивной подготовки, субъектность студента — акцент на самостоятельность и личную осознанную мотивацию [2].

Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ограниченными возможностями здоровья в системе спортивной подготовки реализуется через разнообразные формы и методы, обеспечивающие комплексный характер поддержки и учитывающие индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основные формы сопровождения заключаются в индивидуальных консультациях, направленные на выявление личных трудностей, коррекцию эмоциональных состояний, развитие мотивации к тренировочному

процессу. Групповые тренинги и занятия формируют коммуникативные навыки, сплочённость спортивной группы, навыки сотрудничества и взаимной поддержки. Тьюторское и волонтерское сопровождение заключается в помощи в ориентации на занятиях, организации спортивной деятельности, учебной и социальной адаптации. Междисциплинарные консультации специалистов включают взаимодействие тренера, психолога, дефектолога, врача, педагога-организатора для разработки единой стратегии сопровождения. Психопрофилактические мероприятия лекции, беседы, профилактика стрессовых состояний и спортивного выгорания, обучение техникам релаксации. Методы сопровождения (Таблица 1).

Таблица 1. Методы сопровождения

Группа методов	Конкретные методы	Педагогический эффект
Психологические	арт-терапия, когнитивно-поведенческие техники, эмоционально-стрессоустойчивые практики	снижение тревожности, повышение уверенности
Педагогические	индивидуализированные задания, адаптированные правила и нормы, игровые методы	вовлечение в спортивную деятельность, повышение интереса
Коммуникативные	работа в парах, командные игры, наставничество	развитие социальных навыков, интеграция в коллектив
Методы саморегуляции	дыхательные техники, аутогенная тренировка, визуализация	стабилизация эмоциональных состояний, психическая устойчивость
Контроль и мониторинг	наблюдение, анкетирование, диагностика двигательных и психологических качеств	своевременная коррекция тренировочного процесса

Ключевые особенности применения методов это адаптация физических упражнений с учётом медицинских рекомендаций, обеспечение психологической безопасности и коммуникативного комфорта, мотивационное подкрепление успехов и достижений каждого студента, постепенное повышение сложности и тренировочной нагрузки, регулярная оценка динамики развития и состояния здоровья [3].

Мотивация играет ключевую роль в успешной спортивной подготовке студентов с ерекше білім беру кажеттіліктері (ЕББК). Поддержка внутренних мотивов — интереса к занятиям, стремления к успеху и самосовершенствованию — способствует повышению активности в тренировочном процессе. На практике это реализуется через постановку достижимых целей, поэтапное усложнение упражнений, применение методов позитивного подкрепления и индивидуальный подход к оценке результатов. Не менее важным является формирование адекватной и устойчивой самооценки. Низкая уверенность в собственных возможностях может снижать желание участвовать в тренировках и препятствовать социальной адаптации. Поэтому

психолог-педагогическое сопровождение направлено на создание ситуации успеха, развитие осознания собственных достижений, обучение навыкам самоподдержки и преодолению неудач.

Комплексная работа по повышению мотивации и поддержке самооценки позволяет студентам с ЕББК полноценно раскрыть физический и личностный потенциал, укрепляет уверенность в своих силах и способствует долгосрочному вовлечению в спортивную деятельность.

Эффективная психолого-педагогическая команда студентов с ерекше білім беру қажеттіліктері (ЕББК) в системе спортивной подготовки требует согласованного участия нескольких специалистов. В этот процесс включаются тренер, педагог-психолог, дефектолог, медицинские работники, tutor-қауымдастырушылар и әлеуметтік педагог. Каждый из них реализует собственные функции, но общая цель—создание условий для гармоничного физического, эмоционального и социального развития обучающихся. Тренер обеспечивает адаптацию учебно-жаттығу процесінің, подбирая упражнения с учётом индивидуальных возможностей студентов и контролируя соблюдение техники безопасности. Психолог способствует формированию мотивации, эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции. Медицинский персонал осуществляет мониторинг физического состояния, профилактику травм и контроль нагрузок. Дефектолог и педагог-ассистент содействуют включению студентов в групповую деятельность, разрабатывая индивидуальные образовательные маршруты [4].

Систематический обмен информацией между специалистами, проведение консилиумов и совместное планирование программ сопровождения позволяют своевременно корректировать тренировочный процесс, укреплять личностный потенциал студентов и способствовать их успешной интеграции в спортивную среду.

Для успешной реализации инклюзивной спортивной подготовки необходимо:

- проводить предварительную диагностику физической и психологической готовности;

- разрабатывать индивидуальные тренировочные программы;

- расширять использование адаптивных видов спорта;

- строго соблюдать правила безопасности и дозировки нагрузок;

- обеспечивать постоянное мотивирующее сопровождение;

- обучать студентов навыкам самоконтроля и саморегуляции.

Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ОВЗ является ключевым элементом системы спортивной подготовки. Оно способствует повышению мотивации, укреплению здоровья, развитию социальных навыков и успешной интеграции в студенческую среду [5]. Комплексный подход позволяет повысить качество жизни и образовательные результаты обучающихся, обеспечив реализацию принципов доступности и инклюзии.

Список используемой литературы

1. Бальсевич В.К. Адаптивная физическая культура. — М.: ФиС, 2022.

2. Ларионов А.В. Инклюзивное образование в спорте. — СПб.: Питер, 2021.
3. Ильин Е.П. Психология спорта. — СПб.: Питер, 2023.
4. Назарова Н.М. Студенты с ОВЗ в вузе: сопровождение и поддержка. — М., 2020.
5. Фирсов А.А. Адаптационные процессы в физической культуре. — Казань, 2022.

ӘОЖ: 796.062

ДЕНЕ МӘДЕНИЕТІ МЕН СПОРТ САЛАСЫНДАҒЫ ИННОВАЦИЯЛАР

Курбаналиева Ж.Г.

Ғылыми жетекші: Абилдабеков С.А.

Өзбекәлі Жәнібеков атындағы Оңтүстік Қазақстан педагогикалық университеті,
Шымкент қ., Қазақстан

Түйін: Мақалада дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялар талданады. Дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялардың ұғымы мен мәні, сондай-ақ олардың ұлттық экономиканың бір элементі ретіндегі рөлі қарастырылады. Халық арасындағы тұрақты дене белсенділігінің төмен көрсеткіштерінің себептері айқындалады.

Инновацияларды қолданудың ерекшелігі олардың әсер ететін спорттық аудиториясына байланысты екені көрсетіледі. Бұл аудиторияны төрт топқа бөлуге болады: кәсіби спортшылар; спорт арқылы өз тартымдылығын арттырғысы келетін адамдар; денсаулықты нығайту мақсатында спортпен айналысатын адамдар; сондай-ақ дене мәдениеті мен спорт сабақтарына қатысатын білім алушылар.

Соңғы топтың дене тәрбиесіндегі инновациялық тәсілдің маңыздылығы ҚР білім беру, дене мәдениеті мен спорт салаларын цифрландыру бағытының контекстінде айқындалады. Инновациялық технологиялар енгізілуі тиіс дене тәрбиесінің бағыттары көрсетіледі, олар әлеуметтік-психологиялық, зияткерлік және қимыл-қозғалыс салаларын қамтиды.

Инновацияларды дене тәрбиесіне енгізу барысында кешенді көзқарас сақталған жағдайда, олар тек дене дайындығына емес, сонымен қатар адамды адамгершілік, зияткерлік және эстетикалық тұрғыдан дамытуда да тиімді құрал ретінде әрекет ететіні көрсетіледі. Дене тәрбиесінің инновациялық технологиялары мен әдістерін әзірлеу қағидаттары айқындалады, олардың қатарына кешенділік және зерттеу нысандарының барынша кең ауқымына бағытталу жатады, бұл нысандарға тек дене дамуы ғана емес, өмір салты да кіреді. Дене тәрбиесі тәжірибесінде ең жиі қолданылатын инновациялық технологиялар келтіріліп, олардың мәні ашылады.

Түйінді сөздер: дене мәдениеті мен спорт, дене тәрбиесі, дене белсенділігі, инновациялар, инновациялық технологиялар.

Summary: The article analyzes innovations in the field of Physical Culture and sports. The concept and essence of innovations in the field of Physical Culture and sports, as well as their role as one of the elements of the national economy, are considered. The reasons for low indicators of regular physical activity among the population are revealed.

It is shown that the specifics of using innovations depend on the sports audience they affect. This audience can be divided into four groups: professional athletes; people who want to increase their attractiveness through sports; people who play sports in order to promote health; as well as students who attend physical culture and sports classes.

The importance of an innovative approach in physical education of the last group is revealed in the context of the direction of digitalization of Education, Physical Culture and sports of the Republic of Kazakhstan. The directions of physical education, in which innovative technologies should be introduced, are indicated, which cover the socio-psychological, intellectual and motor spheres.

It is shown that in the process of introducing innovations into physical education, provided that an integrated approach is observed, they act as an effective tool not only for physical fitness, but also for the moral, intellectual and aesthetic development of a person. The principles of development of innovative technologies and methods of physical education are defined, which include complexity and focus on the widest range of research objects, these objects include not only physical development, but also lifestyle. The most commonly used innovative technologies in the practice of physical education are listed and their essence is revealed.

Key words: Physical Culture and Sports, Physical Education, Physical Activity, innovations, innovative technologies.

Дене белсенділігі халықтың өмір сүру сапасын арттырудың маңызды аспектісі болып табылады, өйткені ол ағза жүйелерінің функционалдық мүмкіндіктерін жақсартып, созылмалы аурулардың дамуын баяулатады [1]. Дене тәрбиесі салауатты және белсенді өмір салтын ұстану үшін қажетті дағдыларды дамытуға бағытталған, дене бітімін жақсартуға, сондай-ақ жеке және қоғамдық әл-ауқатты сақтауға көмектеседі. Қоғамның қазіргі даму кезеңінде дене тәрбиесінің тиімділігін арттырудың ажырамас элементі – дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялық қызмет болып табылады, ол әлеуметтік-экономикалық тұрғыдан ілгерілеуші нәтиже алуға және халықтың өмір сүру деңгейін көтеруге мүмкіндік береді [2]. ДМЖС саласындағы инновациялардың жоғары маңыздылығы олардың ерекшеліктерін зерттеуді өзекті етеді.

Жұмыстың мақсаты - дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновацияларды зерттеу болып табылады. Осы мақсатқа жету үшін қарастырылып отырған тақырып бойынша ғылыми жарияланымдар мен әдеби дереккөздерді талдау және синтездеу әдістері пайдаланылды.

Дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялардың рөлі. Инновациялар – бұл енгізіліп жатқан немесе енгізілген жаңалықтар болып табылады, олар процестердің өнімділігі мен нәтижелілігін арттыруға, қызметтің немесе оның нәтижелерінің сапасын жақсартуға мүмкіндік береді, бұл үшін бұрынғы базаға қатысты жаңа әдістер, идеялар, тәсілдер мен әдістемелер қолданылады [3]. Инновациялар – нақты инновациялық қызметтің өнімдері болып табылады. Оларды қолдану процесінде басқару қызметі өзгереді, бұл өнім мен технологияның модификациялануына әкеледі. Инновацияларды басқару ең тиімді түрде сыртқы экономикалық факторлар арқылы ынталандырылған жағдайда жүзеге асады.

Дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялық қызмет жетекші орындардың бірін иеленеді, себебі ол қоғамдық қажеттіліктерді қанағаттандыру мақсатында инновациялық процестердің әсерімен спорт ұйымдарын реформалауға бағытталған ұлттық экономиканың маңызды элементі болып табылады [4]. ДМЖС саласындағы инновациялық менеджмент тек мемлекет экономикалық ресурсын арттыруға ғана емес, сонымен қатар азаматтардың денсаулығы мен әл-ауқатын жақсартуға мүмкіндік береді. Инновациялық тәсіл қазіргі қоғамдағы білім деңгейін және ынтаны арттыруға айтарлықтай ықпал етеді және азаматтардың спортпен сирек айналысуына немесе бұл әрекеттерді

толықтай елемеуіне әкелетін себептерді жоюға мүмкіндік береді. Осы себептердің қатарында келесілерді бөліп көрсетуге болады [5]:

- Тұратын ауданында секциялар мен дене-спорт ұйымдарының болмауы;
- Жаттығу процесіне уақыттың жетіспеушілігі;
- Ынта мен қалаудың болмауы;
- Денсаулыққа қатысты проблемалар.
- Дене-спорт ұйымдарына барудың, жеке жаттығулардың және сапалы спорттық жабдықтың жоғары құны;

Қанағаттанарлықсыз спорттық формаға байланысты ұялу сезімі.

Инновацияларды қолданудың ерекшелігі әсер ететін спорттық аудиторияның тобына тікелей байланысты [6]:

1. Кәсіби спортшылар. Қазіргі заманғы спорт саласындағы инновациялардың көпшілігі көптеген спортшылардың дайындығын жақсартуға және олардың жоғары нәтижелерге жетуіне бағытталған. Бұл категория үнемі жаңартылып отыратын технологиялармен жабдықталған ірі дайындық орталықтарын құруға қызығушылық танытады, олар жаттығуға қойылатын талаптардың үнемі артуын қанағаттандыруы тиіс.

2. Спорт арқылы өз тартымдылығын арттырғысы келетін адамдар. Бұл топ спорттық тамақтану, әртүрлі тренажерлер және тиімді жаттығу әдістеріне қызығушылық танытады.

3. Денсаулықты нығайту үшін спортпен айналысатын адамдар. Бұл топ үшін физикалық жағдайға, еңбекқабілеттілікке және өмір ұзақтығына оң әсер ететін инновациялық өнімдерді алу басты маңызды болып табылады.

4. Дене мәдениеті мен спорт сабақтарына қатысатын студенттер. Бұл топ үшін денсаулық сақтауға бағытталған технологиялар және жеке тұлғаның қабілеттерін дамытуға мүмкіндік беретін жеке-бағытталған тәсіл бірінші кезектегі рөл атқарады, сондай-ақ дене белсенділігінің маңыздылығын түсінуге көмектеседі.

Дене тәрбиесіндегі инновациялық технологиялар.

Дене мәдениеті мен спортты оқытуға инновациялық технологияларды енгізу білім беруді модернизациялаудың басым бағыттарының бірі болып табылады, өйткені кешенді көзқарас сақталған жағдайда, олар оқушылардың тек физикалық емес, сонымен қатар адамгершілік, зияткерлік және эстетикалық дамуына да тиімді құрал болып табылады [7]. Инновациялар келесі дене тәрбиесінің бағыттары бойынша енгізілуі тиіс:

1. Әлеуметтік-психологиялық. Бұл бағыт оқушыларда дене мәдениеті мен спорттың құндылықтарын меңгеруге қатысты өмірлік философия мен қызметтік қатынасты қалыптастыруға негізделеді.

2. Зияткерлік. Бұл бағыт оқушыларда психологиялық-педагогикалық, әлеуметтік-мәдени, медициналық-биологиялық және дене мәдениетімен байланысты басқа да аспектілерді қамтитын теориялық білім кешенін қалыптастыруды көздейді.

Қимыл-қозғалыс (дене). Бұл бағыт дене қасиеттерді, қозғалысты басқару дағдылары мен машықтарды қалыптастыруға бағытталған.

Инновациялық технологиялар мен әдістерді әзірлеуде кешенділік маңызды болып табылады, ол оқу-тәрбие процесінің барлық құрамдастарын қамтуды білдіреді [8]. Сондай-ақ, зерттеу пәндерінің мүмкіндігінше кең ауқымына бағытталу да үлкен рөл атқарады, оларға дене мәдениеті мен валеологиялық білім деңгейі, физикалық даму, психикалық және физикалық денсаулық, еңбекқабілеттілік, дайындық, дене тәрбиесіне байланысты мотивтер, қажеттіліктер мен қызығушылықтар, сондай-ақ өмір салты толықтай кіреді.

Қазіргі заманғы ДМЖС саласындағы практикалық қызметте ең көп назар аударылатын инновациялық технологиялар мыналар болып табылады:

Спорттық-бағдарлы тәсіл. Бұл тәсіл бір немесе бірнеше спорт түрімен айналысуға негізделген және оқу процесіне енгізілген спорттық дайындыққа арналған ғылыми-әдістемелік жұмыстар мен технологияларды қолдануды қамтиды. Ол жеке қозғалыс қажеттіліктерін іске асыруға және спорттық мәдениетті қалыптастыруға ықпал етеді.

Рейтингтік тәсіл. Оның жүйесі оқушылардың тез бейімделуіне ықпал етеді, бақылау жаттығуларын орындауда жоғары балл жинауға ынталандырады, артта қалған дене қасиеттерді жақсартуға көмектеседі және дене мәдениеті мен спорт сабақтарына тұрақты қатысуға, жарыстар мен спорттық-көпшілік іс-шараларға белсенді қатысуға ықпал етеді.

Дене тәрбиесінің зияткерлендірілуі. Бұл тәсіл дене мәдениеті мен спорт сабақтарына интеллектілік функцияларды белсендіруді талап ететін жаттығуларды енгізуді білдіреді.

Денсаулық сақтауға бағытталған технологиялар. Олар оқу кезеңінде денсаулықты сақтауды қамтамасыз етуге, салауатты өмір салты бойынша қажетті дағдылар, білім мен машықтарды қалыптастыруға және алынған білімді күнделікті өмірде қолдануды үйретуге бағытталған [9].

Жеке тұлғаға бағытталған дене тәрбиесі. Бұл тәсіл оқыту-тәрбие процесінің мақсаттары, міндеттері, формалары мен әдістерін қамтиды, олар оқушылардың қажеттіліктері мен қызығушылықтарына максималды түрде бағытталған. Мұндай тәсілде мұғалім оқушылардың дене бітімі, денсаулық жағдайы, дене дайындық және психикалық дамудың ерекшеліктерін ескеретін білім беру ортасын қалыптастырады, бұл оларға өз бетімен ыңғайлы түрде даму мүмкіндігін береді және дене тәрбиесіне қызығушылықтарын арттырады.

Дене мәдениеті мен спорт саласы үлкен инновациялық әлеуетке ие. Кәсіби спорттағы да, классикалық жаттығу бағдарламаларындағы да жаңашылдықтар жоғары тиімділікті көрсетеді, барлық халық топтарының жаттығу жағдайларына оң әсер етеді. Дене тәрбиесі сабақтарында инновациялық құралдарды қолдану мұғалімдер мен білім беру жүйесінің қойған мақсаттарға жету жұмысын айтарлықтай жеңілдетеді, себебі оқушылардың өз денсаулығына, дене қасиеттерін дамытуларына және функционалдық дайындық деңгейіне қызығушылығы айтарлықтай артады. Оқытудағы инновациялық құралдарды пайдалану оқушылардың жеке тұлғалық дене мәдениетін қалыптастыруға және сабақтардың нәтижелілігін жақсартуға

ықпал етеді, бұл дене мәдениеті мен спорт саласына инновацияларды белсенді енгізудің маңыздылығын арттырады.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Шилько А.И. Студенттер мен мектеп оқушыларының, сондай-ақ кәсіби спортшылардың өмірінде инновациялық технологиялар // «Наука-2020». – 2021. – № 6 (51). – Б. 126-130.
2. Кудратова Л.А. Дене мәдениеті мен спорт саласында инновациялық менеджменттің дамуы // «Наука и образование сегодня». – 2019. – № 4 (39). – Б. 96-97.
3. Саидова М.Х., Абдулоев А.Б. Тәжікстан Республикасында дене мәдениеті мен спорт саласында инновациялық қызметтің дамуы // «Тәжік мемлекеттік құқық, бизнес және саясат университетінің хабаршысы». Қоғамдық ғылымдар сериясы. – 2017. – № 4 (73). – Б. 92-101.
4. Бабичева М.А., Лукьянова Л.М. Дене мәдениеті мен спорт саласында инновациялық технологияларды қолдану мәселесі бойынша // «Наука-2020». – 2021. – № 6 (51). – Б. 112-117.
5. Гуняев Е.В., Висягина В.А. Адамның физикалық дамуына өзін-өзі жетілдіруге мотивация беру тұрғысынан дене мәдениеті мен спорт саласындағы инновациялардың маңызы // «Наука-2020». – 2021. – № 4 (49). – Б. 30-35.
6. Савельева О.В., Ляховская Ю.М. Дене мәдениеті мен спорт саласындағы кәсіпорындардың бәсекеге қабілеттілігінің факторы ретінде инновациялар // «Скиф. Студенттік ғылым мәселелері». – 2019. – № 12-1 (40). – Б. 60-64.
7. Шутова Т.Н. Дене мәдениеті мен спорт бойынша жаңа электрондық және сандық сервистер // «П.Ф. Лесгафт атындағы университеттің ғылыми жазбалары». – 2020. – № 6 (184). – Б. 410-413.
8. Каинков И.В. Инновационные технологии в физическом воспитании // Наука-2020. – 2018. – № 6 (22). – С. 52-55.
9. Борзенкова Д.О., Моськин С.А. Инновации в физической культуре и спорте // Наука-2020. – 2021. – № 6 (51). – С. 66-72.

ОӘЖ 759.41

ФИТНЕС-ЖАТТЫҒУЛАРДЫҢ ДЕНСАУЛЫҚТЫ НЫҒАЙТУ МЕН ГИПОДИНАМИЯНЫҢ АЛДЫН АЛУДАҒЫ РӨЛІ

Кустай Н.А., Қаратамыр И.М., Батыров Н.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье раскрывается значение фитнес-тренировок в укреплении здоровья и профилактике гиподинамии среди молодежи. Рассматриваются физиологические, психологические и социальные аспекты регулярной физической активности. Отмечается роль фитнеса как эффективного средства повышения выносливости, улучшения обменных процессов и формирования культуры здорового образа жизни. Приводятся рекомендации по организации фитнес-занятий в условиях учебного заведения. Делается вывод о необходимости систематического включения фитнес-упражнений в повседневную деятельность студентов для профилактики заболеваний, связанных с малоподвижным образом жизни.

The article explores the role of fitness training in strengthening health and preventing hypodynamia among young people. It examines physiological, psychological, and social aspects of regular physical activity. Fitness is highlighted as an effective means of improving endurance, metabolism, and promoting a healthy lifestyle culture. Recommendations are provided for

organizing fitness sessions in educational institutions. The conclusion emphasizes the importance of integrating systematic fitness activities into students' daily routines to prevent health issues caused by sedentary behavior.

Қазіргі заман адамының өмір салты ақпараттық технологиялардың дамуына байланысты айтарлықтай өзгерді. Көптеген адамдар, әсіресе студент жастар, оқу немесе жұмыс барысында ұзақ уақыт бойы отырықшы күйде болады. Мұндай жағдай гиподинамия деп аталатын құбылыстың кең таралуына әкеліп соқты. Гиподинамия – бұл ағзаның қозғалыс белсенділігінің жеткіліксіздігі салдарынан физиологиялық функциялардың әлсіреуімен сипатталатын жағдай. Ол жүрек-қан тамырлары ауруларының, семіздіктің, омыртқа және буын ауруларының негізгі себептерінің бірі болып саналады. Осы тұрғыдан алғанда, фитнес-жаттығулар қазіргі қоғамда денсаулықты нығайтудың және гиподинамияның алдын алудың ең тиімді құралдарының бірі ретінде қарастырылады. «Фитнес» сөзі ағылшын тілінен аударғанда *«жақсы формада болу»*, *«жарамдылық»* деген мағынаны білдіреді. Бұл – адамның дене мүмкіндіктерін дамытуға, денсаулығын нығайтуға және салауатты өмір салтын қалыптастыруға бағытталған қозғалыс белсенділігінің жиынтығы.

Фитнестің негізгі түрлеріне мыналар жатады:

- Кардиофитнес (жүгіру, велосипед, аэробика);
- Күш жаттығулары (гүлдер, гантель, өз салмағымен жаттығу);
- Йога және пилатес (икемділік пен тыныс алу үйлесімділігін дамыту);
- Функционалды жаттығулар (бірнеше бұлшықет топтарын қатар жұмысқа қосу);
- Топтық фитнес бағдарламалары (зумба, степ-аэробика, кроссфит).

Бұл бағыттардың барлығының мақсаты ортақ – адам ағзасының функционалдық мүмкіндіктерін арттыру және денсаулықты сақтау. Гиподинамия – қазіргі заманның әлеуметтік ауруы. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) деректеріне сүйенсек, әлем халқының шамамен 25–30%-ы қозғалыс белсенділігі жеткіліксіз өмір сүреді. Гиподинамия салдарынан:

- бұлшықет массасы азаяды,
- жүрек соғу жиілігі мен қан айналым төмендейді,
- тыныс алу жүйесінің тиімділігі әлсірейді,
- зат алмасу баяулап, семіздік пайда болады,
- эмоционалдық тұрақсыздық пен күйзеліс артады.

Әсіресе студент жастар арасында бұл құбылыс жиі байқалады, себебі оқу процесі көп уақытты отырумен, компьютер мен телефонды шамадан тыс пайдаланумен байланысты. Сондықтан фитнес-жаттығулар гиподинамияның алдын алудың маңызды тәсілі болып табылады. Ол ағзаның барлық жүйелерін белсенді жұмыс істеуге ынталандырады [1].

Фитнес адамның дене және психикалық жағдайына кешенді түрде әсер етеді.

1. Жүрек-қан тамыр жүйесін нығайтады. Кардиожаттығулар қан айналымын жақсартады, жүрек бұлшықетін күшейтеді және қан қысымын тұрақтандырады.

2. Бұлшықет пен сүйек жүйесін дамытады. Күш жаттығулары остеопороздың алдын алып, бұлшықет тонусын сақтауға көмектеседі.
3. Тыныс алу жүйесін белсендіреді. Аэробтық жаттығулар өкпенің өмірлік сыйымдылығын арттырады.
4. Зат алмасуды реттейді. Фитнес нәтижесінде ағзадағы калориялар тиімді жұмсалып, артық майлар азаяды.
5. Психоэмоционалдық жағдайды жақсартады. Жаттығу кезінде эндорфин («бақыт гормоны») бөлінеді, ол стресс деңгейін төмендетіп, көңіл-күйді көтереді.
6. Иммунитетті күшейтеді. Жүйелі қозғалыс ағзаның қорғаныс қабілетін арттырып, ауруларға төзімділікті күшейтеді.

Жоғары оқу орындарында фитнес элементтерін дене шынықтыру сабақтарына енгізу студенттердің қозғалыс белсенділігін арттырады. Мұндай сабақтар дәстүрлі спорт түрлеріне қарағанда анағұрлым икемді, эмоционалды және мотивациялық сипатқа ие. Мысалы:

- топтық аэробика сабақтары ұжымдық ынтымақтастықты дамытады;
- йога элементтері релаксация мен өз денесін сезінуді үйретеді;
- фитнес-залдағы жаттығулар өзін-өзі жетілдіруге ынталандырады [2].

Сонымен қатар, фитнес бағдарламаларын университеттік спорт клубтарында, таңғы гимнастикада немесе онлайн-тренинг түрінде де ұйымдастыруға болады. Фитнес – бұл тек физикалық белсенділік емес, сонымен қатар өмір философиясы. Ол адамның тамақтану, демалыс, психологиялық тепе-теңдік және өзін-өзі жетілдіру мәдениетін қалыптастырады. Фитнеспен айналысатын адам әдетте:

- күн тәртібін дұрыс ұйымдастырады;
- зиянды әдеттерден бас тартады;
- мақсат қою мен өзін-өзі бақылауды үйренеді.

Осылайша, фитнес жеке тұлғаның жауапкершілігін, ерік-жігерін, өзін-өзі тәрбиелеу қабілетін арттырады. Бұл қасиеттер студенттің кәсіби және жеке дамуына да оң әсер етеді. Фитнес сабақтарын ұйымдастыруда келесі қағидалар сақталуы қажет:

1. Жас және жыныс ерекшеліктерін ескеру. Әйелдерге икемділікке, ерлерге күшке бағытталған бағдарламалар тиімді.
2. Жүктеменің кезеңдік принципі. Алғашында жеңіл жаттығулардан басталып, біртіндеп күрделенеді.
3. Жаттығу құрылымы:
 - жылыну (10 минут);
 - негізгі бөлім (25–30 минут);
 - салқындату және созылу (5–10 минут).
4. Қауіпсіздік пен техника. Жаттығулар дұрыс орындалуы тиіс, себебі қате қозғалыс жарақатқа әкелуі мүмкін.
5. Мотивация мен рефлексия. Музыка, топтық жұмыс және өз нәтижесін бақылау арқылы қызығушылықты сақтау қажет.

Фитнес тек жеке адамның емес, тұтас қоғамның физикалық мәдениетін арттырады. Ол:

- белсенді демалыс дәстүрін қалыптастырады;
- жастарды дұрыс өмір салтына үйретеді;
- еңбек өнімділігін арттырады;
- денсаулық сақтау шығындарын азайтады [3].

Мысалы, Қазақстан мен дамыған елдерде фитнес-орталықтар саны жыл сайын өсуде. Бұл адамдардың өз денсаулығына деген жауапкершілігінің артқанын көрсетеді. Қазіргі таңда фитнес саласы да цифрлық трансформацияға ұшырады. Смарт-сағаттар мен мобильді қосымшалар адамның жүрек соғысын, калория шығынын және қадам санын бақылайды. Сонымен қатар, онлайн-фитнес платформалар (Nike Training, Fitify, YouTube фитнес арналары) үй жағдайында жаттығуға мүмкіндік береді. Бұл әсіресе пандемия кезеңінде өз тиімділігін дәлелдеді. Енді студенттер жаттығуларды кез келген жерде орындап, өз нәтижелерін мобильді құрылғылар арқылы бақылай алады [4].

Фитнес-жаттығулар гиподинамияның алдын алудың, физикалық және психологиялық саулықты нығайтудың ең тиімді құралы болып табылады. Жүйелі түрде фитнеспен айналысу:

- ағзаның функционалды мүмкіндігін арттырады;
- жүрек, өкпе және бұлшықет жүйелерін нығайтады;
- көңіл-күйді жақсартады және стресс деңгейін азайтады;
- салауатты өмір салтын қалыптастырады.

Білім беру жүйесінде фитнесі кеңінен енгізу – студент жастардың денсаулығын сақтаудың, өмір сапасын арттырудың және ұлттық денсаулық мәдениетін дамытудың маңызды қадамы.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ДДҰ). Physical Activity Report, 2023.
2. Әбілдаев Н. «Дене шынықтыру және салауатты өмір салты», Алматы, 2021.
3. Жұмабекова А. «Фитнес-тренинг және денсаулық», Нұр-Сұлтан, 2020.
4. Қасымов Е. «Гиподинамияның алдын алу жолдары», Шымкент, 2022.

ОӘЖ 004.8:796.012

ҚОЗҒАЛЫСТЫ ТАЛДАУҒА АРНАЛҒАН ЖАСАНДЫ ИНТЕЛЛЕКТ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ

Кучаков А.А., Шакиров Ж.И., Авезов Н.К.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются современные технологии искусственного интеллекта, применяемые для анализа и моделирования движений человека. Описаны методы компьютерного зрения, машинного обучения и биомеханического моделирования, позволяющие повысить точность анализа, предотвращать травмы и оптимизировать физическую подготовку. Особое внимание уделено практическому применению систем OpenPose, MediaPipe и Vicon Motion Systems в спорте и медицине.

This article explores modern artificial intelligence technologies applied to human motion analysis and modeling. It discusses computer vision, machine learning, and biomechanical simulation methods that enhance motion accuracy, prevent injuries, and optimize physical performance. Practical implementations of OpenPose, MediaPipe, and Vicon Motion Systems in sports and medical rehabilitation are highlighted.

Қазіргі уақытта жасанды интеллект (ЖИ) технологиялары адамның физикалық белсенділігін, қозғалысын және дене динамикасын талдау саласында кеңінен қолданылып келеді. Қозғалысты талдау — бұл адам денесінің қимыл-қозғалысын сандық, визуалды және биомеханикалық тұрғыдан зерттеу процесі. Мұндай талдау спортшылардың техникасын жетілдіруге, жарақаттардың алдын алуға және оңалту процесін бақылауға мүмкіндік береді.

ЖИ негізіндегі жүйелер қозғалыс динамикасын автоматты түрде анықтап, дененің жеке буындарының және бұлшықеттерінің жұмысын модельдей алады. Бұл тәсіл дәстүрлі бейнежазбаларға немесе датчиктерге негізделген талдауларға қарағанда әлдеқайда дәл әрі жедел нәтиже береді. Осы тұрғыдан алғанда, қозғалысты талдау мен мониторинг саласында жасанды интеллект технологияларын қолдану заманауи спорт ғылымының және медицинаның дамуындағы маңызды бағыттардың бірі болып саналады [1].

1. Қозғалысты талдаудың теориялық негіздері

Қозғалысты талдау — адамның моторлық белсенділігін сипаттайтын күрделі биомеханикалық процесс. Негізгі параметрлерге келесі көрсеткіштер жатады:

- **кеңістіктік параметрлер** (амплитуда, бағыт, траектория);
- **уақыттық параметрлер** (жылдамдық, үдеу, ырғақ);
- **динамикалық параметрлер** (күш, момент, бұлшықет жүктемесі).

Дәстүрлі қозғалыс талдауы арнайы камералар, маркерлер және сенсорлар арқылы жүзеге асса, қазіргі кезде компьютерлік көру (computer vision), нейрондық желілер және машиналық оқыту әдістері арқылы қозғалысты талдау автоматтандырылған деңгейге жетті [2].

2. Қозғалыс анализіндегі жасанды интеллекттің рөлі

ЖИ технологиялары қозғалыс анализін үш негізгі бағытта жетілдіреді:

2.1. Компьютерлік көру (Computer Vision)

Бұл әдіс арқылы бейнежазбалардағы адамның қозғалысы кадр бойынша талданады. ЖИ жүйелері бейнежазбадан дененің қаңқалық моделін (skeleton model) шығарып, буындардың қозғалысын 3D форматта қайта құра алады.

Мысал:

OpenPose, MediaPipe және DeepPose жүйелері адамның дене нүктелерін (keypoints) нақты координаттар бойынша анықтап, қозғалыс синхронизациясын есептейді.

2.2. Машиналық оқыту және нейрондық желілер

Машиналық оқыту (Machine Learning) негізіндегі алгоритмдер үлкен көлемдегі қозғалыс деректерін талдай отырып, қозғалыстың тиімді немесе тиімсіз түрлерін ажырата алады. Спорт саласында мұндай модельдер

спортшының техникасын жетілдіруге, дене қимылының дәлдігін бағалауға және жарақат алу қаупін алдын ала болжауға мүмкіндік береді [3].

2.3. Қозғалыс биомеханикасын модельдеу

ЖИ көмегімен адам денесінің қозғалысын виртуалды кеңістікте модельдеу арқылы бұлшықет жүктемесін және қозғалыс күшін есептеу мүмкіндігі бар. Мұндай симуляциялар **спорт медицинасы, реабилитация және эргономика** салаларында кеңінен қолданылады.

Кесте -1. Қозғалыс талдау технологияларының қолданылу салалары.

№	Сала	Қолдану мысалы	Нәтижесі
1.	Спорт	Жүгіру техникасын, секіру биіктігін немесе доп соғу бұрышын талдау	Спортшының өнімділігі мен техникасы артады
2.	Медицина және реабилитация	Жарақаттан кейінгі қозғалысты бақылау	Оңалту процесі жылдамдайды
3.	Физиотерапия	Буын қозғалысының бұзылуын анықтау	Терапия тиімділігі артады
4.	Робототехника және кинематика	Қозғалыс траекториясын модельдеу	Роботтардың қозғалысы адамға ұқсас болады
5.	Оқу және жаттығу бағдарламалары	Жеке қозғалыс анализі негізінде бейімделген жаттығулар құру	Тиімді оқу және дайындық процесі

4. Қозғалысты талдауда қолданылатын негізгі технологиялар

1. *OpenPose (Carnegie Mellon University)* – бейнелер мен видеолардан адам қаңқасын автоматты түрде анықтайтын ашық кодты бағдарлама.

2. *MediaPipe (Google)* – нақты уақыт режимінде қозғалыс детекциясын орындайтын мобильді және веб-қолданбаларға арналған жүйе.

3. *Vicon Motion Systems* – кәсіби спортшылар мен биомеханикалық зерттеулерде қолданылатын жоғары дәлдіктегі 3D қозғалыс түсіру жүйесі.

4. *AI Gait Analysis Systems* – жүру анализін жасауға арналған ЖИ жүйелері (мысалы, ауруханаларда қолданылатын) [4].

5. Мәселелер мен даму перспективалары

ЖИ арқылы қозғалысты талдаудың айқын артықшылықтарымен қатар бірқатар шектеулері бар:

- үлкен көлемдегі сапалы деректердің қажеттілігі;
- модельдердің нақты адамдарға бейімделу қиындығы;
- этикалық және жеке деректердің қорғалуы мәселесі.

Болашақта қозғалыс анализі **қосымша шындық (AR)** және **виртуалды шындық (VR)** технологияларымен біріктіріліп, толық иммерсивті оқыту және диагностика құралдары пайда болмақ [5].

Қозғалысты талдауға арналған жасанды интеллект технологиялары спорт, медицина, және білім беру салаларында жаңа мүмкіндіктер ашып отыр. ЖИ негізіндегі жүйелер қозғалысты нақты, жылдам және жан-жақты бағалауға мүмкіндік беріп, физикалық белсенділікті бақылаудың жаңа деңгейін қамтамасыз етеді. Болашақта мұндай технологиялар адамның физикалық

мүмкіндіктерін кеңейтіп, интеллектуалды спорт және денсаулық сақтау жүйелерінің негізін құрайды.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Cao Z., Hidalgo G. OpenPose: Realtime Multi-Person 2D Pose Estimation using Part Affinity Fields. – IEEE TPAMI, 2021.
2. Google Research. MediaPipe Framework Documentation. – 2023.
3. Vicon Motion Systems. 3D Motion Capture Technologies. – 2022.
4. Li X., Zhang Y. Artificial Intelligence in Human Motion Analysis: A Review. – Computer Vision Journal, 2023.
5. Nurmaganbetov A. AI-based Movement Analysis in Sports Science. – Kazakh Journal of Applied Research, 2024.

ОӘЖ 759.41

ҚЫЗ СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Кыдырали Б.Г., Жәдігер С.Б., Сайдазимов А.А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Мақалада қыз студенттердің дене дайындығының физиологиялық, психологиялық және әлеуметтік ерекшеліктері қарастырылады. Автор қазіргі жастардың дене белсенділігі деңгейіне, оқу үдерісіндегі қозғалыс тапшылығына және салауатты өмір салтының маңыздылығына тоқталады. Қыздардың ағзасына тән биологиялық ерекшеліктерді ескере отырып, дене жаттығуларының түрлері мен қарқындылығын дұрыс таңдаудың қажеттілігі дәлелденеді. Дене тәрбиесі тек физикалық емес, сонымен қатар тұлғалық даму мен эстетикалық мәдениетті қалыптастыру құралы ретінде қарастырылады.

The article examines the physiological, psychological, and social characteristics of physical training among female students. The author focuses on the level of physical activity among youth, the problem of hypodynamia in the educational process, and the importance of a healthy lifestyle. Considering the biological specifics of the female body, the article emphasizes the need for proper selection of exercise types and intensity. Physical education is viewed not only as a means of physical development but also as a factor of personal and aesthetic growth.

Қазіргі заманда білім алу мен өзін-өзі дамыту мүмкіндіктері кеңейген сайын, адам денсаулығына деген жауапкершілік те артуда. Бірақ, өкінішке қарай, жастардың, соның ішінде қыз студенттердің қозғалыс белсенділігі азайып барады. Отырықшы өмір салты, электрондық құрылғыларға тәуелділік және уақыт тапшылығы олардың физикалық жағдайына теріс әсер етеді. Менің ойымша, қазіргі студенттік ортада қыздардың дене дайындығы тек спорттық көрсеткіш ретінде емес, өзін-өзі тану мен ішкі үйлесімділіктің көрінісі ретінде қарастырылуы керек. Қыз баланың сымбаты мен дене мәдениеті – оның өмірге көзқарасының, ерік-жігерінің, психологиялық тұрақтылығының және жалпы мәдениетінің айнасы.

Қыз студенттердің дене дайындығын ұйымдастыруда олардың физиологиялық және биологиялық ерекшеліктерін ескермеу мүмкін емес. Әйел ағзасы ер адам ағзасынан бұлшықет массасының аздығымен, буындардың

икемділігімен, май тінінің көптігімен, сондай-ақ жүрек пен тыныс алу жүйесінің өзіндік ерекшеліктерімен ерекшеленеді. Мысалы, қыздардың бұлшықет күшінің шамамен 60–70%-ы ерлермен салыстырғанда әлсіздеу, бірақ олар икемділік, тепе-теңдік және қозғалыс дәлдігі бойынша жиі жоғары нәтижелер көрсетеді. Бұл ерекшеліктер фитнес, аэробика, йога, хореография секілді бағыттарға бейімділікті арттырады [1].

Сонымен қатар, гормондық цикл дене белсенділігінің деңгейіне әсер ететіні белгілі. Кейбір күндері қыздарда шаршағыштық, қан айналым мен тыныс алу жүйесінің өзгерістері байқалады. Сондықтан жаттығу жүктемесі осы кезеңдерде азайтылып, тыныс алу және жеңіл созылу элементтері енгізілгені дұрыс.

Қыз студенттердің дене дайындығына әсер ететін маңызды аспект – психологиялық жай-күй мен өзін қабылдау деңгейі. Қыздар көбіне сыртқы келбетті сақтау мақсатында фитнеске, диетаға немесе йогаға бет бұрады. Бұл – табиғи құбылыс. Алайда, дене жаттығуларының мәні тек эстетикада емес, денсаулық пен өмір сапасын арттыруда екенін түсіну маңызды. Кейде қыз студенттер өздерін спорттық салада жеткіліксіз қабілетті сезінеді. Бұл көбіне әлеуметтік стереотиптер мен өзіндік сенімсіздік салдарынан туындайды.

Сондықтан дене тәрбиесі сабақтарында педагог тек нұсқаушы емес, мотивация беруші тұлға, яғни сенімді серік болуы тиіс. Меніңше, әрбір қыз студент жаттығу залында өз мүмкіндігін дәлелдейтін емес, өз денесін түсініп, жақсы көруді үйренетін ортада болуы керек. Дене мәдениеті бұл өз-өзінді құрметтеу мәдениеті.

Қыз студенттердің дене дайындығын арттыруда ең тиімді бағыттар – фитнес-аэробика, пилатес, йога, су аэробикасы, би элементтері бар жаттығулар және жеңіл күш жаттығулары. Бұл бағыттар дененің барлық бұлшықет топтарын жұмылдырып, бір мезетте икемділік пен үйлесімділікті дамытады [2].

Қазіргі уақытта университеттерде дене тәрбиесі сабағын дәстүрлі спорт түрлерімен ғана шектемей, әр студенттің қызығушылығына сәйкес дара бағдарлама құру қажет. Мысалы, бір студент йога арқылы тыныс алу мен релаксацияны дамытқысы келсе, екіншісі кардиофитнес арқылы төзімділікті арттырғысы келеді. Мұндай еркіндік жастардың сабаққа деген ынтасын арттырады. Тағы бір өзекті мәселе – дене жаттығуларының әлеуметтік аспектісі. Қыздар көбіне топпен жұмыс істегенде белсенді болады. Сондықтан топтық сабақтар (мысалы, зумба немесе аэробика) оларды ынталандырудың тиімді тәсілі болып саналады.

Қыз студенттің дене мәдениеті – оның әдемілікті сезіну, өз-өзіне күтім жасау және сымбаттылықты сақтау қабілетімен тығыз байланысты. Физикалық дайындық тек дене күшімен емес, сұлулық, талғам және үйлесім ұғымдарымен де өлшенеді. Қыздар дене тәрбиесі арқылы денесін, қимылын, тіпті көзқарасын да өзгертеді. Адам өз денесін жақсы сезінген сайын, оның бойында сенімділік пен ішкі жарық пайда болады. Меніңше, бұл — нағыз фитнесік мәдениеттің мәні. Сондықтан дене шынықтыру сабағы — сұлулық пен денсаулықты ұштастыратын ерекше кеңістік болуы тиіс. Қимыл-қозғалыстың ырғақты

үйлесімі, әуенмен бірге жаттығу — тек бұлшықет емес, жан мен рухтың жаттығуы.

Қазіргі қоғамда әйел бейнесі көп жағдайда сымбаттылық пен энергиямен байланысты. Бірақ бұл тек сыртқы стандарт емес. Қыз студенттердің дене дайындығы—олардың өмірге деген белсенді ұстанымының, табандылығының және өзін-өзі жетілдіруге ұмтылысының көрінісі.

Физикалық белсенділік әйелдің болашақ аналық рөліне де оң әсер етеді: жүрек пен тыныс алу жүйесін нығайтып, омыртқа мен бұлшықеттің серпінділігін сақтайды. Осы тұрғыдан алғанда, дене дайындығы тек студенттік кезеңнің емес, өмір бойғы денсаулықтың негізі. Меніңше, университет қабырғасынан бастап қыз студенттерге өз денесіне жауапкершілікпен қарауды үйрету — педагогикалық жүйенің басты міндеттерінің бірі. Бұл олардың болашақтағы еңбек өнімділігіне, психологиялық тұрақтылығына және отбасы денсаулығына тікелей әсер етеді [3].

Қыз студенттердің дене дайындығы — бұл тек дене сапаларының жиынтығы емес, тұлғаның үйлесімді дамуының көрсеткіші. Ол адамның ерік-жігерін, тәртібін, сұлулық сезімін, рухани мәдениетін қалыптастырады.

Физиологиялық тұрғыдан алғанда, қыздар үшін шамадан тыс күш түсіретін жаттығулар емес, жүйелілік, ырғақтылық және эмоционалдық қолайлылық маңызды. Психологиялық тұрғыдан алғанда, фитнес пен дене тәрбиесі – өз-өзінді түсінудің, сүйе білудің тәсілі.

Сондықтан қыз студенттердің дене дайындығын дамыту бағдарламалары олардың жеке ерекшеліктерін, қызығушылықтарын және өмірлік ұстанымдарын ескеруі керек. Қыз баланың дене мәдениетін дамыту – ол қоғамның мәдени деңгейін көтеру, салауатты және әдемі ұлт қалыптастыру жолындағы маңызды қадам.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қасымова А.Н. Қыздардың дене мәдениеті және эстетикалық даму мәселелері. – Алматы, 2020.
2. Жұмаділова Л. Жоғары оқу орындарындағы дене тәрбиесінің гендерлік аспектілері. – Шымкент, 2021.
3. Сапарова Г. Қыз студенттердің дене дайындығын жетілдіру әдістемесі. – Нұр-Сұлтан, 2022.

ОӘЖ 759.41

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚОЗҒАЛЫС БЕЛСЕНДІЛІГІН АРТТЫРУДАҒЫ ОЙЫН ӘДІСТЕРІНІҢ РӨЛІ

Қайм Ж.Б., Ибадуллаұлы Р., Наурызұлы С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается педагогическое и психологическое значение игровых методов в повышении двигательной активности учащихся начальных классов. Анализируются пути повышения интереса школьников к занятиям, укрепления их здоровья и

развития личности с помощью игровых технологий. Особое внимание уделено примерам эффективного использования игр на уроках физической культуры и их влиянию на физическое и эмоциональное состояние детей.

This article explores the pedagogical and psychological significance of game-based methods in enhancing the physical activity of primary school students. It analyzes ways to increase students' engagement, strengthen their health, and promote personal development through play-based learning technologies. Special attention is given to examples of effective use of games in physical education classes and their impact on children's physical and emotional well-being.

Қазіргі таңда білім беру жүйесінде оқушылардың жан-жақты дамуы, соның ішінде дене және психологиялық саулығын сақтау басты бағыттардың бірі болып табылады. Әсіресе бастауыш мектеп жасындағы балалардың қозғалыс белсенділігі олардың денсаулығы мен оқу жетістіктеріне тікелей әсер етеді. Осы тұрғыда ойын әдістері — оқушылардың табиғи қажеттілігіне негізделген, белсенді іс-әрекетке ынталандыратын ең тиімді педагогикалық құралдардың бірі.

Бастауыш мектеп оқушыларының жас ерекшеліктері олардың ойнауға, қозғалыс жасауға, өзін көрсетуге деген жоғары қызығушылығын көрсетеді. Сондықтан мұғалімдердің негізгі міндеттерінің бірі — дене шынықтыру және басқа да сабақтарда ойын әдістерін тиімді қолданып, балалардың қозғалыс белсенділігін арттыру.

Ойын – оқушылардың өмірлік тәжірибесін байытатын, денесін дамытатын және эмоциялық жай-күйін тұрақтандыратын ерекше іс-әрекет түрі. Бастауыш сынып оқушылары үшін ойын — бұл оқу мен дамудың табиғи формасы.

-Педагогикалық тұрғыдан алғанда ойын әдісі бірнеше маңызды қызмет атқарады:

-Оқыту қызметі: ойын арқылы оқушы жаңа қимыл-қозғалыстарды үйренеді, дене жаттығуларын меңгереді;

-Дамытушылық қызметі: қозғалыс белсенділігі арқылы қимыл үйлесімділігі, шапшаңдық, төзімділік, икемділік сияқты қасиеттер дамиды;

-Тәрбиелік қызметі: топтық ойындар арқылы балалар өзара көмек, әділдік, ұйымшылдық сияқты моральдық құндылықтарды меңгереді.

Ойын әдісін жүйелі қолдану арқылы мұғалім оқушылардың сабаққа деген қызығушылығын арттырып, олардың физиологиялық қажеттілігін қанағаттандырады.

Қозғалыс белсенділігі — баланың дене және психикалық дамуының негізгі шарты. Ол организмнің барлық жүйелерінің дұрыс қызмет етуіне әсер етеді, әсіресе жүрек-тамыр, тыныс алу және тірек-қимыл аппаратының дамуын қамтамасыз етеді.

Бастауыш жаста бұл белсенділік жеткіліксіз болса, бала тез шаршайды, сабақтағы зейін төмендейді және оқу үлгерімі нашарлайды. Сондықтан сабақ

барысында балалардың қозғалысын шектеу емес, керісінше оны белсенді түрде ынталандыру қажет [1].

Дене шынықтыру сабағында қозғалыс белсенділігін арттырудың тиімді жолы— ойын жаттығулары мен қимылды ойындар болып табылады. Қимылды ойындар—баланың табиғи қозғалыс қажеттілігін қанағаттандыратын, дене дамуын қамтамасыз ететін ойын түрі. Мұндай ойындарда жүгіру, секіру, лақтыру, тепе-теңдік сақтау сияқты әртүрлі қимыл элементтері қамтылады. Бастауыш сыныптарда қолдануға болатын қимылды ойындардың бірнеше түрі бар:

1.Жарыс элементтері бар ойындар – «Кім жылдам», «Эстафета», «Кедергілер арқылы өту».

2.Имитациялық ойындар – «Жануарлар әлемі», «Құстар ұшады», «Балықшылар мен балықтар».

3.Музыкалық-ритмдік ойындар – би элементтері бар қозғалыстар арқылы эмоционалды белсенділікті арттырады.

4.Командалық ойындар – «Допты бер», «Қарлы шайқас», «Кім мерген» сияқты ойындар ұжымдық жауапкершілікті қалыптастырады.

Мұндай ойындар балаларды қозғалысқа тартумен қатар, олардың зейінін, реакциясын, жылдам шешім қабылдау қабілетін дамытады.

Дене шынықтыру сабағында ойын элементтерін енгізу сабақтың тиімділігін арттырады. Ойындар сабақтың барлық кезеңдерінде — дайындық, негізгі және қорытынды бөлімдерінде қолданыла алады.

-Дайындық кезеңінде жеңіл қимылды ойындар («Тап қазір қозғалыс», «Кім озық») оқушылардың бұлшық еттерін жылытып, көңіл-күйін көтереді.

-Негізгі бөлімде жарыс, эстафета түріндегі ойындар физикалық сапаларды дамытады.

-Қорытынды бөлімде баяу қарқынмен өтетін ойындар («Достық шеңбері», «Тыныш орман») баланың ағзасын қалпына келтіреді [2].

Мұғалім ойындарды таңдау кезінде олардың оқу бағдарламасымен, жас ерекшелігімен және дене мүмкіндіктерімен сәйкестігін ескеруі тиіс. Ойын тек дене белсенділігін емес, сонымен қатар психологиялық тұрақтылық пен эмоциялық тепе-теңдікті қалыптастырады. Балалар ойын барысында қуаныш сезімін бастан кешіреді, бір-бірімен қарым-қатынас орнатады, өзін-өзі көрсетуге мүмкіндік алады.

Бұл үрдіс балалардың әлеуметтік бейімделуін, өзін-өзі бағалау деңгейін және ұжымда жұмыс істеу қабілетін арттырады. Ойын кезіндегі жағымды эмоциялар оқуға деген уәжді күшейтеді.

Кей жағдайларда мұғалімдер ойын әдістерін тек көңіл көтеру ретінде қабылдап, олардың тәрбиелік және дамытушылық мүмкіндіктерін толық

пайдаланбайды.

Ойын тиімді болуы үшін:

- сабақ мақсаты мен мазмұнына сәйкес келуі керек;
- барлық оқушыларды қамтуы қажет;
- ережелері түсінікті және қауіпсіздік сақталуы тиіс.

Сонымен қатар, заманауи мектеп жағдайында интерактивті және цифрлық ойын технологияларын (қимылды бейнеойындар, мультимедиялық тренингтер) қолдану оқушылардың қызығушылығын арттырып, сабақтың сапасын жақсартады [3].

Қозғалыс белсенділігі – балалардың денсаулығы мен дамуы үшін маңызды факторлардың бірі. Әсіресе бастауыш сынып оқушыларының бойында бұл қасиетті дамыту өте қажет. Себебі осы жаста балалардың моторикасы, бұлшық еттері мен жалпы физикалық қабілеттері қарқынды дамиды. Қозғалыс белсенділігін арттыру жолдарының бірі – ойын әдістерін қолдану.

Ойын – баланың жан-жақты дамуына ықпал ететін маңызды құрал. Бұл әдіс балаларға қозғалыс арқылы тануға, ізденуге, жаңа дағдыларды игеруге мүмкіндік береді. Ойын барысында оқушы тек қана дене қозғалыстарын дамытып қана қоймай, сонымен қатар топта жұмыс істеу, өзара әрекеттесу дағдыларын да меңгереді. Сонымен бірге, ойын әдістері балалардың шығармашылық қабілетін арттырып, мотивациясын жоғарылатады.

Қызығушылықты арттыру. Ойындар баланың көңілін көтеріп, сабаққа деген ынтасын арттырады. Балалар ойын арқылы оқыту процесіне белсенді қатысады.

Қозғалыс белсенділігін көбейту. Әртүрлі спорттық және дидактикалық ойындар балалардың физикалық белсенділігін қамтамасыз етеді. Бұлшық еттер күшейеді, қозғалыс үйлесімділігі жақсарады.

Әлеуметтік дағдыларды дамыту. Топтық ойындар балаларға бірге жұмыс істеуді, бір-біріне көмек көрсетуді үйретеді.

Жаңа дағдыларды меңгерту. Ойындар арқылы балалар қозғалыс техникасын, ережелерді жеңіл әрі тиімді меңгереді.

Мысалы, «Жүгіріп өту» ойыны – балалардың жылдамдық және төзімділік қасиеттерін дамытуға бағытталған. Бұл ойында балалар белгіленген аралықты жүгіріп өтеді, жарысады, бұлшық еттерін жаттықтырады.

«Топтасу» ойыны – топтық жұмыс пен координацияны дамытуға мүмкіндік береді. Балалар өзара келісіп, бір мақсатқа жету үшін ынтымақтаса әрекет етеді [4].

Бастауыш сынып оқушыларының дене тәрбиесінде ойын әдістерін пайдалану олардың денсаулығын нығайтуға, физикалық қасиеттерін жетілдіруге және жалпы даму деңгейін көтеруге септігін тигізеді. Сонымен қатар, ойындар баланың психологиялық жайлылығын қамтамасыз етіп, оқуға деген құлшынысын арттырады.

Қорыта айтқанда, ойын әдістері – бастауыш сынып оқушыларының қозғалыс белсенділігін арттыруда өте тиімді құрал. Олар балалардың физикалық дамуына ғана емес, сондай-ақ әлеуметтік және психологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, жан-жақты дамуына жағдай жасайды. Осы әдістерді дене тәрбиесі сабақтарында жүйелі түрде пайдалану арқылы оқушылардың денсаулығы мен оқу жетістіктерін жақсартуға болады.

Бастауыш сынып оқушылары үшін ойын — бұл табиғи даму құралы, ал мұғалім үшін — тиімді педагогикалық әдіс. Ойын арқылы балалардың қозғалыс белсенділігі артып, дене және психикалық денсаулығы нығаяды, ұжымда жұмыс істеу мәдениеті қалыптасады. Демек, ойын әдісі тек дене шынықтыру сабағында ғана емес, сонымен қатар білім беру процесінің барлық салаларында баланың жеке тұлға ретінде дамуына ықпал ететін әмбебап құрал болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбдіғаппарова Г. «Дене тәрбиесі және бастауыш сынып оқушыларының қозғалыс белсенділігі». — Алматы, 2020.
2. Қасымова Л. «Ойын арқылы оқыту әдістемесі». — Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2019.
3. Сейтқұлова Ж. «Бастауыш мектепте дене тәрбиесін ұйымдастыру». — Шымкент, 2021.
4. Күдерінова А. «Қимылды ойындардың бала дамуына әсері». — Педагогика журналы, №4, 2022.

ОӘЖ 759.41

ФУТБОЛ ОЙЫНЫ АРҚЫЛЫ ОҚУШЫЛАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУ ЖӘНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Қалмұрат О.Е., Алтай Ж.С., Рзабаев О.Д.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается воспитательное и развивающее значение футбола в процессе обучения школьников.

The article discusses the educational and developmental value of football in the learning process of school students.

Қазіргі таңда дене тәрбиесі мен спорттың адам өміріндегі рөлі ерекше маңызға ие. Соның ішінде футбол ойыны тек спорттық жарыс емес, сонымен қатар оқушыларды жан-жақты тәрбиелеудің, денсаулығын нығайтудың және ұжымдық рухты қалыптастырудың тиімді құралы болып табылады. Футбол арқылы оқушылардың дене бітімі жетіліп қана қоймай, олардың адамгершілік қасиеттері, ұйымшылдық, жауапкершілік және тәртіптілік сезімдері дамиды. Сондықтан да футбол ойынын мектептегі дене тәрбиесі сабағында кеңінен қолдану – педагогикалық тұрғыдан өзекті мәселе болып табылады.

Футбол ойыны оқушылардың тәрбиесіне жан-жақты әсер ететін тиімді құралдардың бірі. Бұл ойында әрбір оқушы өз орнын тауып, ұжым ішінде

әрекет етуге, серіктестерін құрметтеуге, ортақ мақсатқа жету жолында күш-жігерін біріктіруге үйренеді.

Педагогикалық тұрғыдан алғанда, футбол тек дене жаттығуы емес, ол — тұлғаның ерік-жігерін, шыдамдылығын және табандылығын қалыптастыратын тәрбие құралы [1].

Футбол ойыны барысында оқушылардың психологиялық қасиеттері де дамиды. Мысалы, жылдам шешім қабылдау, нақты ойлау, эмоцияны бақылау және жеңіліске төтеп беру дағдылары тәрбиеленеді. Мұндай қасиеттер тұлғаның мектеп өмірінде ғана емес, болашақ кәсіби және әлеуметтік өмірінде де маңызды. Ойын барысында оқушылар өз әрекеттерін тәртіпке келтіріп, ойын ережелерін сақтауға дағдыланады. Бұл өз кезегінде олардың жалпы мінез-құлқына оң әсерін тигізеді.

Футбол сабақтарында мұғалімнің рөлі ерекше. Ол тек спорттық жаттықтырушы ғана емес, тәрбиеші және бағыт беруші тұлға болып табылады. Мұғалімнің мақсаты — оқушыларды жеңіске жетуге ғана емес, достыққа, әділдікке, өзара көмекке және спорт мәдениетіне тәрбиелеу. Осы бағытта әрбір мұғалім ойын барысын тиімді ұйымдастырып, оқушылардың жеке ерекшеліктерін ескеріп, оларды ынталандыру мен қолдаудың педагогикалық тәсілдерін қолдануы қажет.

Футбол ойынының тәрбиелік әсері ұжымдық жұмыс арқылы көрінеді. Ойын кезінде әр оқушы өз міндетін орындаумен қатар, командаластарының іс-әрекетіне де жауап береді. Бұл жауапкершілік сезімін дамытады, өзара түсіністік пен сыйластыққа тәрбиелейді. Сонымен бірге, футбол сабақтары арқылы оқушылардың денсаулығы нығайып, қозғалыс белсенділігі артады, төзімділік пен шапшаңдық қасиеттері қалыптасады [2].

Футбол ойынының тағы бір маңызды қыры — оның тәрбиелік әлеуетінің қоғамдағы бейімделу процесіне әсері. Спорттық ортада тәрбиеленген оқушы ынтымақтастық пен тәртіптілікке үйренеді, яғни қоғамда белсенді азаматтық позиция қалыптастыруға бейім болады. Футбол арқылы оқушылардың ерік-жігері, мақсатқа жету қабілеті және өз-өзіне сенімділігі артады. Бұл қасиеттер тұлғаның өмір бойы табысқа жетуіне негіз болады. Футбол ойыны оқушылардың тәрбиесіне жан-жақты әсер ететін тиімді құралдардың бірі. Бұл ойында әрбір оқушы өз орнын тауып, ұжым ішінде әрекет етуге, серіктестерін құрметтеуге, ортақ мақсатқа жету жолында күш-жігерін біріктіруге үйренеді. Педагогикалық тұрғыдан алғанда, футбол тек дене жаттығуы емес, ол — тұлғаның ерік-жігерін, шыдамдылығын және табандылығын қалыптастыратын тәрбие құралы [3].

Сонымен қатар, футбол ойыны оқушылардың мінез-құлқын, өзін-өзі ұстау мәдениетін және өзара қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыруда ерекше рөл атқарады. Командалық ойын барысында оқушылар достыққа, әділдікке және өзара көмек көрсетуге тәрбиеленеді. Ойынның әрбір кезеңі жауапкершілік сезімін арттырып, жеке бастың мүддесін ортақ мақсатқа бағындыруға үйретеді. Бұл қасиеттер тек спорт алаңында ғана емес, күнделікті өмірде де қажет өмірлік ұстанымға айналады (Кесте 1).

Кесте 1. Футбол ойыны арқылы оқушылардың тәрбиелік және шынықтыру бағыттары.

№	Бағыты	Мақсаты	Тәрбиелік әсері	Нәтижесі
1	Дене шынықтыру бағыты	Оқушылардың қозғалыс белсенділігін арттыру, дене сапаларын дамыту	Шапшаңдық, төзімділік, икемділік қасиеттерін қалыптастырады	Дене дайындығы жоғары, салауатты өмір салтын ұстанатын тұлға
2	Психологиялық даму	Эмоцияны бақылау, жеңіске және жеңіліске дұрыс қарауды үйрету	Сабырлылық, табандылық, өз-өзіне сенімділік қалыптасады	Эмоциялық тұрақтылық пен ерік-жігері мықты оқушы
3	Әлеуметтік-ұжымдық тәрбие	Командалық әрекет, өзара көмек және сыйластықты дамыту	Ұжымшылдық, жауапкершілік, бір-біріне сенім артады	Ұжымда белсенді әрекет ететін, өз ойын ашық білдіретін тұлға
4	Моральдық және патриоттық тәрбие	Әділдік, достық, спорттық этиканы қалыптастыру	Ар-намыс, әділдік, отансүйгіштік сезімдері дамиды	Рухани бай, мәдениетті, тәртіпті тұлға

Футболдың тәрбиелік әлеуеті — оның ұжымдық сипатында. Командалық өзара әрекет арқылы балалар ынтымақтастыққа, бір-бірін қолдауға және кез келген жағдайда сабыр сақтауға үйренеді. Мұндай ортада өскен оқушы өз күшіне сенеді, қиындыққа мойымайды және жеңіске жету үшін еңбек етудің маңызын түсінеді. Педагогикалық тұрғыдан алғанда, мұндай қасиеттер тұлғаның рухани және әлеуметтік жетілуінің негізгі алғышарттары болып табылады [4]. Футбол ойыны — оқушылардың денесін шынықтырып қана қоймай, олардың рухани және адамгершілік тұрғыдан дамуына ықпал ететін маңызды тәрбиелік құрал. Ойын барысында қалыптасатын ұжымшылдық, төзімділік, өзара сыйластық, батылдық және жауапкершілік сияқты қасиеттер жас ұрпақтың өмірлік ұстанымына айналып, олардың тұлғалық дамуының негізін қалайды.

Футбол сабақтарында мұғалімнің педагогикалық шеберлігі мен ұйымдастырушылық қабілеті ерекше орын алады. Дене тәрбиесі мұғалімі немесе жаттықтырушы әр оқушының мүмкіндігін ескеріп, ынталандыру арқылы оларды өзін-өзі жетілдіруге бағыттауы тиіс. Бұл ретте футбол тек спорттық бәсеке емес, тәрбиелік мәні зор оқу-тәрбиелік процесс ретінде қарастырылуы қажет.

Оқушылардың бойында спорт мәдениетін қалыптастыру — мектептің жалпы тәрбиелік жүйесінің маңызды бөлігі. Футбол арқылы оқушылар өз денсаулығына жауапкершілікпен қарауды, салауатты өмір салтын ұстануды үйренеді. Сонымен қатар, ойын барысында оқушылардың эмоциялық тұрақтылығы, топпен жұмыс істеу дағдылары мен коммуникативтік қабілеттері арта түседі. Сондықтан мектеп тәжірибесінде футбол ойынын жүйелі түрде ұйымдастыру және оны тәрбиелік мақсатта қолдану — оқушыларды белсенді, дені сау, ерік-жігері мықты, қоғамға пайдалы азамат етіп қалыптастырудың тиімді жолы болып табылады.

Қорыта келгенде, футбол ойыны – оқушыларды жан-жақты тәрбиелеудің, олардың дене және психикалық қасиеттерін дамыту мен ұжымдық рухты қалыптастырудың тиімді педагогикалық құралы. Мектептегі дене тәрбиесі сабақтарында футболды кеңінен қолдану арқылы оқушылардың денсаулығын нығайтып, оларды өмірге бейім, жауапкершілігі жоғары, мақсатшыл тұлға ретінде қалыптастыруға болады. Сондықтан да әрбір педагог футбол ойынының тәрбиелік мүмкіндіктерін тиімді пайдаланып, оқушылардың рухани және физикалық дамуына жағдай жасауы тиіс.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңы. – Астана, 2023.
2. Дене тәрбиесі және спорт педагогикасы: Оқу құралы / Қ. Ахметов. – Алматы: Білім, 2019.
3. Тасболатова А. «Футбол ойыны арқылы оқушыларды тәрбиелеу әдістемесі». – Педагогика журналы, №4, 2022.
4. Бекенов С. «Мектептегі дене тәрбиесі жұмыстарының ғылыми негіздері». – Алматы, 2020.

УДК 372.016.796

СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕГІ ИНКЛЮЗИВТІ ТӘСІЛДЕР

Қаратамыр Икрамеддин Мұратұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассмотрены теоретические и методические основы организации инклюзивного физического воспитания среди студентов. Проанализированы механизмы педагогической, социальной и психологической поддержки, обеспечивающие полное участие молодежи с особыми образовательными потребностями в физическом воспитании. Результаты исследования показали, что инклюзивные подходы могут не только улучшить физическую форму студентов, но и повысить их мотивацию, уровень самооценки и социальную интеграцию.

The article examines the theoretical and methodological foundations of inclusive physical education for students. It highlights pedagogical, social, and psychological support mechanisms that ensure full participation of learners with special educational needs in physical activities. The findings demonstrate that inclusive approaches improve students' physical fitness while enhancing motivation, self-esteem, and social integration.

Қазіргі жоғары білім беру жүйесі барлық студенттер үшін, оның ішінде денсаулығына байланысты мүмкіндіктері шектеулі білім алушыларға тең жағдай жасауға бағытталған. Осыған байланысты дене тәрбиесін жеке ерекшеліктерге бейімдеу, олардың қимыл-қозғалыс және спорттық іс-шараларға қатысуын кеңейту өзекті мәселе болып табылады. Инклюзивті тәсіл дене тәрбиесінде студенттердің денсаулығын нығайтуға, өзін-өзі бағалауын арттыруға, әлеуметтік бейімделу мен интеграцияға ықпал етеді.

Инклюзия – бұл денсаулық жағдайына қарамастан, білім алуға, әлеуметтік және мәдени өмірге тең қолжетімділікті қамтамасыз ету процесі. Дене тәрбиесі саласында бұл қағида келесі бағыттарды қамтиды:

- тірек-қимыл аппаратының, көру, есту және интеллектуалдық ерекшеліктерін ескере отырып, жүктемені бейімдеу;
- қолайлы психологиялық атмосфера құру;
- спортпен шұғылдануға ынталандыру және қолдау көрсету;
- қозғалыс белсенділігі арқылы өзін-өзі іске асыру мүмкіндіктерін дамыту.

Зерттеулер көрсеткендей, ерекше қажеттіліктері бар жастардың дене-шынықтыру және спорттық іс-әрекетке қатысуы олардың мазасыздану деңгейін төмендетеді, эмоциялық тұрақтылығын арттырады, өзін-өзі оң бағалауды және әлеуметтік дағдыларды қалыптастырады.

ЖОО-да инклюзивті сабақтарды ұйымдастыру оқу бағдарламаларын бейімдеуді көздейді - жаттығулар мазмұнын, орындау тәсілдерін, жұмыс қарқынын өзгерту жүктемені саралау -әр студенттің денсаулық жағдайы мен физикалық дайындық деңгейін ескеру. Арнайы құралдарды қолдану -көмекші жабдықтар мен бейімделген спорттық құралдар пайдалану. Психологиялық-педагогикалық қолдау - сенімділікті қалыптастыру, топ ішіндегі қолдаушы өзара әрекеттестік. Қауіпсіздік және медициналық бақылау - денсаулықтың тұрақты диагностикасын жүргізу [1].

Сонымен қатар инфрақұрылымның маңызы зор: пандустар, тұтқалар, тактильді элементтер мен арнайы жабдықталған спорт залдарының болуы.

Инклюзивті дене тәрбиесінің әдістемелік тәсілдері:

Инклюзивті дене тәрбиесінің әдістемелік тәсілдері әрбір студенттің, соның ішінде мүмкіндігі шектеулі студенттердің тең құқықты түрде қозғалыс белсенділігіне қатысуына жағдай жасауға бағытталған. Негізгі мақсат - оқу процесін әрбір білім алушының жеке мүмкіндіктеріне сәйкес бейімдеу, олардың физикалық, психикалық және әлеуметтік дамуына ықпал ету.

Негізгі әдістемелік қағидалар:

1.Жекелендіру: жаттығулар мен жүктемелер медициналық көрсеткіштер мен студенттің физикалық жағдайына сәйкес таңдалады.

2.Қауіпсіздік: жарақат алу қаупін болдырмайтын жаттығулар қолданылады, қатысушылардың жағдайы тұрақты бақыланады.

3.Қолайлы орта: әрбір студент өзіне жайлы сезініп, тапсырмаларды еркін орындай алатындай кеңістік ұйымдастырылады.

4.Күрделілік деңгейін саралау: бір топта жаттығулардың базалық, бейімделген және күрделендірілген нұсқалары ұсынылады.

5.Қозғалыс дағдыларын кезеңмен қалыптастыру: қарапайым қимылдардан күрделі координациялық әрекеттерге көшу.

Бұл тәсіл тірек-қимыл аппараты, көру немесе психоневрологиялық бұзылыстары бар студенттер үшін аса маңызды. Тактильді белгілер, арнайы құралдар (әртүрлі салмақтағы доптар, тұтқалар, маты, маршрут белгілері), визуалды және дыбыстық нұсқаулар жаттығуларды орындауды жеңілдетеді және қозғалыс сенімділігін арттырады.

Ойын элементтерін енгізу эмоционалдық жағдайды жақсартады, мазасыздануды азайтады және барлық студенттердің, соның ішінде әлеуметтік қиындықтары бар жастардың белсенді қатысуына мүмкіндік береді [2].

Тьюторлық және волонтерлік қолдау

Инклюзивті дене тәрбиесін ұйымдастыруда тьюторлық және волонтерлік қолдау маңызды рөл атқарады. Мақсаты-мүмкіндігі шектеулі студенттерге жеке көмек көрсету, олардың сабаққа толыққанды қатысуын және әлеуметтік интеграциясын қамтамасыз ету.

Тьютор – студенттің оқу процесіне бейімделуіне көмектесетін, дәрігер мен педагогтардың ұсынымдарын орындауын бақылайтын, қозғалыс және әлеуметтік белсенділігін дамытуға жәрдемдесетін маман. Ол студент, оқытушы және оқу процесінің басқа қатысушылары арасындағы байланыстырушы буын болып табылады.

Волонтерлік қолдау – қажетті нұсқаудан өткен студент-еріктілердің көмегін қамтиды. Олар достық атмосферасын қалыптастырып, қарым-қатынас және қозғалыс кедергілерін жеңуге көмектеседі.

Тьютор мен волонтерлердің негізгі міндеттері:

1. бейімделген жаттығуларды орындауға көмек көрсету және қозғалыс қауіпсіздігін қамтамасыз ету;
2. спортзал немесе алаң бойынша қозғалыста сүйемелдеу;
3. эмоционалдық және мотивациялық қолдау көрсету;
4. сенімділік пен өзін-өзі құрметтеу сезімін қалыптастыруға ықпал ету;
5. әлеуметтік оқшаулану мен дискриминацияның алдын алу;
6. сабақтардың тиімділігін бағалау және студенттің жағдайын мониторингтеу.

Педагогикалық әсері:

- студенттердің дене-шынықтыру және спорттық іс-әрекетке қатысу деңгейінің артуы;
- мазасыздық пен күйзелістік реакциялардың азаюы;
- дене шынықтыруға мотивацияның өсуі;
- коммуникативтік дағдылар мен әлеуметтік байланыстардың кеңеюі;
- физикалық және психоэмоционалдық жағдайдың жақсаруы;
- барлық қатысушыларда толеранттылық пен эмпатияның дамуы.

Мұндай қолдау тең құқықты қатысу қағидаларын жүзеге асыруға мүмкіндік береді, оқу орнында инклюзивті мәдениетті қалыптастырады және әлеуметтік оқшауланудың алдын алудың маңызды құралына айналады [3].

Инклюзивті дене тәрбиесінің әлеуметтік-педагогикалық маңызы

Инклюзивті дене тәрбиесі студенттер арасында төзімділік пен өзара қабылдауды қалыптастырады, аралас топтарда өзара іс-қимыл дағдыларын дамытады, әлеуметтік оқшауланудың алдын алады, жоғары оқу орнының корпоративтік мәдениетін нығайтады және болашақ мамандардың кәсіби дайындығын арттырады. Спортқа белсенді қатысатын студенттер оқу жүктемесіне жақсы бейімделеді және стресске төзімділігі жоғары болады.

Инклюзивті тәсілдерді енгізудегі мәселелер [4].

Маңыздылығына қарамастан, бірқатар қиындықтар бар: бейімделген дене мәдениеті саласында білікті кадрлардың жетіспеушілігі; жабдықтар мен қолжетімді ортаның тапшылығы; дене тәрбиесіне бөлінген оқу сағаттарының аздығы; кейбір студенттердің мотивациясының төмендігі; инклюзивті бағдарламалар туралы ақпараттық қолдаудың жеткіліксіздігі

Бұл мәселелерді шешу үшін жоғары оқу орындары мен мемлекеттік құрылымдардың жүйелі өзара іс-қимылы қажет. Инклюзивті дене тәрбиесінің сапасын арттыру мақсатында бейімделген әдістер мен технологияларды кеңейту, мүмкіндігі шектеулі студенттердің университеттік жарыстарға қатысуын қамтамасыз ету, оқытушыларға арналған семинарлар өткізу, сауықтыру-реабилитациялық бағдарламалар әзірлеу және волонтерлік қолдауды күшейту ұсынылады.

Дене тәрбиесіне инновацияларды енгізу спорттың барлық санаттағы студенттер үшін қолжетімділігін арттырады. Сәтті инклюзивті тәжірибенің басты шарты – оқу процесін әрбір білім алушының мүмкіндіктеріне бейімдеу [5].

Бұл үшін:

- бейімделген жаттығулар;
- қозғалыс дағдыларын кезеңмен дамыту;
- көмекші техникалық құралдар (эртүрлі салмақтағы доптар, тактильді белгілер, тұтқалар және т.б.) қолданылады.

Оқытушы қатысушылардың жағдайын тұрақты бағалап, жүктемені реттеп, қауіпсіз орта қалыптастыруы тиіс.

1-кесте – Инклюзивті топтарда жаттығуларды бейімдеу бағыттары

Студенттер категориясы	Қатысу ерекшеліктері	Ұсынылатын бейімдеулер	Бақылау түрлері
Тірек-қимыл аппараты бұзылғандар	Қимыл амплитудасының шектелуі, тепе-теңдіктің бұзылуы	Тіректер пайдалану, жүктеме қарқындылығын азайту, жеке қарқын	Тепе-теңдік, үйлесімділік, қозғалыс көлемін бағалау
Есту қабілеті бұзылғандар	Ауызша нұсқауларды қабылдау қиындығы	Визуалды белгілер, карточкалар, жаттығуды көрсету	Орындау дәлдігін бақылау
Көру қабілеті бұзылғандар	Кеңістікті қабылдаудың шектеулігі	Контрастты белгілер, тактильді жолдар, дыбыстық нұсқаулар	Кеңістікте бағдарлануын бақылау
Созылмалы аурулары барлар (жүрек-қан тамыр, тыныс алу және т.б.)	Жылдам шаршау, жүктемені шектеу қажеттілігі	Жүктемені мөлшерлеу, тыныс жаттығулары, демалыс уақытының ұзартылуы	Пульс, тыныс алу, жалпы жағдай мониторингі

Инклюзивті дене тәрбиесі — жоғары білім беру жүйесінің маңызды бөлігі. Ол студенттердің денсаулығын нығайтуға, әлеуметтік интеграциясына және жеке тұлғалық дамуына ықпал етеді. Ұйымдастырушылық, әдістемелік және әлеуметтік қолайлы жағдай жасау арқылы дене-шынықтыру және

спорттық іс-әрекетке тең қатысу мүмкіндігі қамтамасыз етіледі және жастардың өмір сапасы артады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Бальсевич В.К. Адаптивті дене мәдениетінің теориясы мен ұйымдастырылуы. -М.: ФиС, 2021.
2. Евсеев С.П. Адаптивті дене мәдениеті: оқулық. — М.: Академия, 2019.
3. Попова Н.В. ЖОО-дағы инклюзивті дене тәрбиесі. — Қазан: ҚФУ, 2020.
4. Ярская-Смирнова Е.Р. Инклюзивті білім беру: әлеуметтанулық талдау. — М.: Логос, 2018.
5. Киселева Т.Н. Мүмкіндігі шектеулі студенттердің дене тәрбиесі әдістемесі. — СПб.: РГУФК, 2022.

УДК 372.016.796

МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ У ФУТБОЛИСТОВ 13–15 ЛЕТ

Кожатай Р.Ж., Тұрсынбай Н.Ы., Әбірхан Е.Ж.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада 13–15 жастағы жас футболшылардың жылдамдық қасиеттерін дамыту әдістемесі қарастырылады. Зерттеу барысында жас ерекшеліктері, жаттығу құралдары мен әдістері, сондай-ақ жылдамдықты бақылау және бағалау тәсілдері сипатталады.

The article discusses the methodology for developing speed qualities in football players aged 13–15. It examines age-specific features, training methods, and approaches to monitoring and evaluating speed performance. The proposed methods aim to improve athletes' motor abilities and enhance their effectiveness in the game

Современный футбол предъявляет высокие требования к уровню физической, технической и тактической подготовленности спортсменов. Одним из ключевых факторов, определяющих эффективность действий футболиста на поле, является скоростная подготовка. Умение быстро стартовать, мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, совершать ускорения и сохранять высокую скорость на протяжении всего матча во многом определяет исход поединка. Особое значение развитие скоростных качеств имеет у спортсменов 13–15 лет, находящихся на этапе углублённой спортивной специализации. В этот возрастной период происходит активное формирование двигательных навыков, совершенствуется нервно-мышечная координация, а также отмечается высокая чувствительность организма к развитию скоростных способностей. Скорость в футболе — это способность выполнять двигательные действия в минимально короткое время. Она проявляется в различных формах: скорость реакции, частота движений, стартовая и дистанционная скорость, быстрота переключения действий, скоростная выносливость [1].

Физиологической основой скоростных качеств является деятельность центральной нервной системы, высокая возбудимость нервных центров и быстрота передачи нервных импульсов к мышцам. Большую роль играет и

структура мышечных волокон: преобладание быстрых волокон (тип II) способствует проявлению скорости и взрывной силы. Эти волокна способны развивать значительное усилие за короткое время, что особенно важно при выполнении резких ускорений, рывков и смен направления в футболе. Кроме того, развитие скоростных способностей связано с координированной работой нервно-мышечного аппарата. Чем точнее и согласованнее действуют нервные импульсы и мышечные сокращения, тем быстрее выполняются движения.

Существенное значение имеет и уровень биоэнергетических процессов в организме: высокая активность креатинфосфатной системы и эффективность анаэробного обмена обеспечивают энергией короткие, но интенсивные действия, характерные для скоростных упражнений. Также важна функциональная готовность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, поскольку они обеспечивают достаточную подачу кислорода и выведение продуктов обмена при многократных ускорениях. Регулярные тренировки, направленные на развитие скорости, способствуют улучшению нервно-мышечной проводимости, увеличению доли быстро сокращающихся волокон и оптимизации энергетического обмена, что в совокупности ведёт к росту скоростных качеств у юных футболистов [2]. Подростковый возраст—наиболее благоприятный период для совершенствования быстроты движений. В 13–15 лет наблюдается ускорение обменных процессов, улучшение работы нервно-мышечного аппарата, повышается подвижность нервных процессов.

Однако следует учитывать, что организм подростка ещё не полностью сформирован. Чрезмерные нагрузки могут привести к переутомлению, перенапряжению сердечно-сосудистой системы и нарушениям роста. Поэтому развитие скоростных качеств должно происходить по принципу постепенности и индивидуализации. Для эффективного развития быстроты применяются следующие основные средства:

- беговые упражнения (короткие ускорения, спринты на 10–40 м);
- игровые упражнения с мячом (быстрая смена направления, рывки);
- специальные упражнения на реакцию (по сигналу, изменению направления);
- прыжковые и координационные упражнения;
- эстафеты и соревновательные игры.

Расскроем основные методы тренировки скорости, к которым относится в первую очередь повторный метод, который является одним из наиболее эффективных способов развития скоростных качеств у юных футболистов. Суть метода заключается в многократном выполнении упражнений на скорость с максимальной или околوماксимальной интенсивностью при обязательных паузах отдыха, достаточных для полного или частичного восстановления работоспособности. Такой подход позволяет тренировать организм на предельных скоростях, не снижая качества движений и не вызывая чрезмерного утомления. В футболе повторный метод часто используется при выполнении коротких ускорений на дистанциях 10–30 метров, рывков к мячу, стартов с различных исходных положений, а также при спринтах с изменением

направления. Важно соблюдать принцип постепенного увеличения нагрузки: сначала выполняются 3–4 повторения с полным отдыхом, затем постепенно увеличивается количество подходов или сокращается интервал отдыха.

Эффективность метода во многом зависит от точности дозирования интенсивности, количества повторений и продолжительности пауз. Регулярное применение повторного метода способствует улучшению координации движений, ускорению реакции, развитию скоростной выносливости и повышению общей динамики действий футболистов во время игры [3].

Игровой метод занимает особое место в системе подготовки юных футболистов, поскольку сочетает развитие физических качеств с формированием тактического мышления и интереса к тренировочному процессу. Основная особенность этого метода заключается в том, что развитие скоростных качеств осуществляется через игровые ситуации, максимально приближённые к условиям реального матча. В ходе игровых упражнений создаются условия для многократного выполнения скоростных действий— ускорений, рывков, смен направления движения, стартов с места, борьбы за мяч. При этом спортсмены действуют в условиях эмоционального возбуждения, что стимулирует нервно-мышечную систему и способствует проявлению максимальных скоростных возможностей.

Игровой метод включает различные формы: мини-игры 3×3 или 5×5 на ограниченной площадке, эстафеты с мячом, соревновательные упражнения в парах, динамические игровые задания на время. Эти упражнения позволяют сочетать развитие быстроты, реакции и ловкости с совершенствованием технических приёмов — передач, дриблинга, удара по мячу. Преимуществом игрового метода является высокая мотивация спортсменов: занимаясь в игровой форме, подростки проявляют больше инициативы, активнее взаимодействуют с партнёрами и легче переносят физические нагрузки.

Кроме того, метод способствует развитию психологической устойчивости, коммуникативных навыков и способности принимать решения в условиях ограниченного времени. С использованием игрового метода можно обучить скоростным ведением мяча (Рисунок 1).

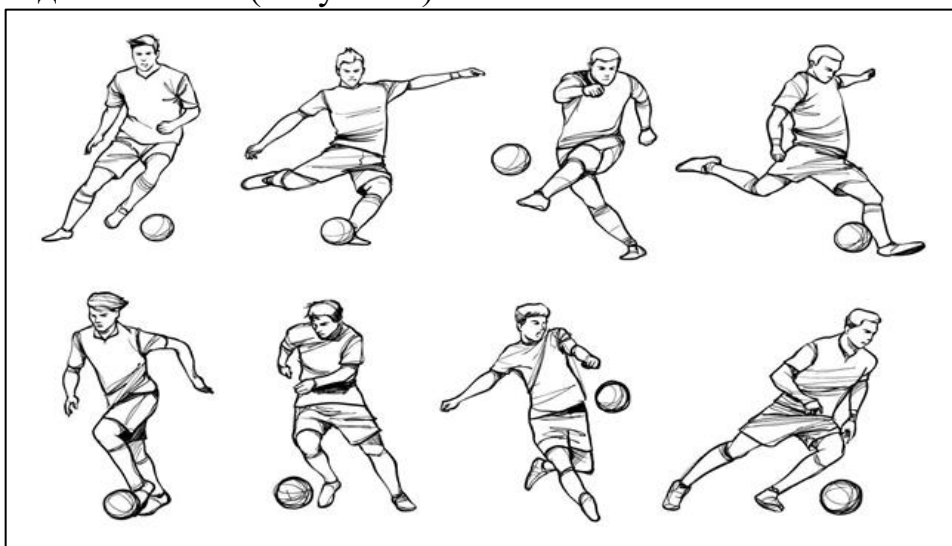


Рисунок 1. Ведение мяча на скорости.

Интервальный метод занимает важное место в подготовке юных футболистов, так как позволяет развивать не только скорость, но и скоростную выносливость — способность сохранять высокую интенсивность движений в течение продолжительного времени [4]. Суть метода заключается в чередовании периодов интенсивной работы с заранее рассчитанными интервалами отдыха, которые обеспечивают частичное восстановление организма. В отличие от повторного метода, где отдых полный, в интервальном тренировке восстановление является неполным. Это создаёт специфическую тренировочную нагрузку, способствующую адаптации сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также ускорению обменных процессов.

В практике футбольной подготовки интервальный метод применяется при выполнении серий коротких ускорений (10–40 м), беговых отрезков средней длины (100–200 м) или циклов спринтов с мячом и без мяча. Например: 6–8 ускорений по 30 м с паузой 30–40 секунд или 5 серий по 100 м с интервалом отдыха 1–1,5 минуты. Постепенное повышение объёма и интенсивности упражнений позволяет эффективно развивать скоростные способности без чрезмерного утомления. При этом тренер должен строго контролировать пульс и самочувствие футболистов, чтобы нагрузка оставалась адекватной возрасту и уровню подготовки. Интервальный метод не только повышает уровень специальной выносливости и быстроты, но и способствует совершенствованию техники движений при утомлении, что особенно важно для юных спортсменов, выступающих в соревновательных условиях.

Таким образом, регулярное использование интервального метода в сочетании с игровыми и повторными упражнениями обеспечивает комплексное развитие скоростных качеств и функциональной подготовленности футболистов 13–15 лет. Соревновательный метод — создание условий, приближённых к игре, с целью стимулирования максимальной скорости движений. Примерная программа развития скоростных качеств (Таблица 1).

Таблица 1. Программа развития скоростных качеств.

Этап	Содержание занятий	Объём	Примечание
1. Подготовительный	Разминка, бег с ускорениями 10–20 м, прыжки, упражнения на реакцию	15–20 мин	Постепенное повышение интенсивности
2. Основной	Спринты 5×30 м с отдыхом 1,5–2 мин, старты по сигналу, ускорения с изменением направления	25–30 мин	2–3 раза в неделю
3. Игровой	Мини-игры 3×3, 4×4, эстафеты, ловля мяча после отскока	15 мин	Повышение мотивации
4. Заключительный	Растяжка, дыхательные упражнения	10 мин	Восстановление

Методические рекомендации тренеру. Упражнения на развитие скорости следует проводить в начале тренировки, после разминки. Рабочие интервалы

должны быть короткими, с полным восстановлением между повторениями. Следует избегать утомления, так как оно снижает эффективность скоростной тренировки. Большое внимание уделять технике движений: любое упражнение должно выполняться технически правильно. Использовать игровые и соревновательные формы для повышения эмоционального фона занятий [5].

Развитие скоростных качеств у футболистов 13–15 лет является важнейшей задачей спортивной подготовки на данном возрастном этапе. Скорость в футболе определяет успешность игровых действий, эффективность атак и защитных манёвров, быстроту принятия решений и реакцию на изменяющиеся условия игры. Анализ физиологических основ показывает, что проявление скорости тесно связано с деятельностью центральной нервной системы, преобладанием быстрых мышечных волокон и уровнем координации движений.

Поэтому тренировка должна быть направлена не только на повышение физической мощности, но и на совершенствование нервно-мышечной регуляции, реакции и чувства ритма. Наиболее эффективными методами развития скоростных качеств у юных футболистов являются повторный, интервальный и игровой методы.

Повторный метод обеспечивает отработку движений на предельной скорости при полном восстановлении, интервальный способствует развитию скоростной выносливости, а игровой метод формирует способность проявлять скорость в реальных соревновательных условиях. Их рациональное сочетание позволяет добиться комплексного развития физических и психических качеств спортсмена. В ходе тренировочного процесса необходимо учитывать возрастные особенности подростков, соблюдать постепенность увеличения нагрузки, разнообразить упражнения и поддерживать высокий эмоциональный настрой. Важную роль играет педагогическая атмосфера — создание условий для уверенности, инициативы и стремления к самосовершенствованию.

Таким образом, грамотно организованная методика тренировки скоростных качеств способствует не только повышению спортивных результатов, но и гармоничному развитию личности юных футболистов, формированию дисциплины, трудолюбия и устойчивой мотивации к занятиям спортом.

Список использованной литературы

1. Ачкасов Е. Е. Теория и методика футбола. — М.: Академия, 2020.
2. Бальсевич В. К. Возрастная динамика развития физических качеств. — М.: Физкультура и спорт, 2022.
3. Гавердовский Ю. К. Теория спортивной тренировки. — М.: Олимпия Пресс, 2020.
4. Лях В. И. Развитие двигательных способностей школьников. — М.: Просвещение, 2019.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов. — Киев, 2021.

ОРТА МЕКТЕПТЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫН ҰЙЫМДАСТЫРУДЫҢ ТИІМДІ ӘДІСТЕРІ

Құрал М., Құрманәлі Р.

№26 Жамбыл атындағы мектеп-гимназиясы

В статье рассматриваются педагогические основы организации уроков физической культуры, раскрываются эффективные методы и технологии обучения: игровые, соревновательные, интерактивные и здоровьесберегающие. Подчеркивается важность индивидуального подхода к учащимся, обеспечения безопасности и мотивации к физической активности. Автор делает вывод, что правильно организованный урок физической культуры способствует укреплению здоровья, развитию личности и формированию устойчивых навыков здорового образа жизни.

The article discusses the pedagogical principles of organizing physical education lessons and explores effective teaching methods such as game-based, competitive, interactive, and health-preserving approaches. It emphasizes the importance of an individual approach, ensuring safety, and motivating students toward physical activity. The author concludes that well-organized physical education lessons contribute to students' health improvement, personality development, and formation of lifelong healthy lifestyle habits.

Қазіргі заманда білім беру жүйесінде дене шынықтыру пәнінің маңызы ерекше. Себебі оқушылардың денсаулығын сақтау, дене дамуын жетілдіру және салауатты өмір салтына тәрбиелеу – мектептің басты міндеттерінің бірі. Дене шынықтыру сабақтарын тиімді ұйымдастыру – оқушылардың қимыл белсенділігін арттырып қана қоймай, олардың тұлғалық және рухани дамуына да ықпал етеді. Осыған байланысты дене шынықтыру сабағының мазмұны мен әдістемесін жетілдіру, оқыту процесіне инновациялық тәсілдерді енгізу өзекті мәселе болып отыр [1].

Дене шынықтыру сабағын ұйымдастырудың педагогикалық негіздері

Дене шынықтыру сабағы — оқушылардың денсаулығын нығайтуға, қимыл-қозғалыс дағдыларын дамытуға, дене сапаларын жетілдіруге бағытталған оқу процесінің негізгі түрі. Мұғалім сабақ өткізу барысында педагогикалық, психологиялық және физиологиялық ерекшеліктерді ескеріп, әр оқушының жеке мүмкіндігін ескеруі қажет.

Сабақ құрылымы әдетте үш бөлімнен тұрады:

Дайындық бөлімі – ағзаны жүктемеге дайындау, жаттығулар кешені арқылы қыздыру.

Негізгі бөлім – қозғалыс дағдыларын дамыту, спорт түрлерін үйрету, жарыс элементтерін пайдалану.

Қорытынды бөлім – ағзаны тыныштық қалпына келтіру, рефлексия және кері байланыс.

Мұғалім осы құрылымның әр кезеңінде оқу мақсаттарын нақты айқындап, оқушылардың белсенді қатысуын қамтамасыз етуі тиіс.

Тиімді әдістер мен технологиялар

Орта мектепте дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыруда келесі әдістер тиімді деп танылады:

Ойын әдісі. Қозғалыс және спорттық ойындар (футбол, баскетбол, волейбол, эстафета) арқылы оқушылардың қызығушылығын арттыру және белсенділігін дамыту [2].

Жарыстық әдіс. Жарыс элементтерін енгізу оқушыларды жетістікке ұмтылуға, төзімділікке және тәртіпке тәрбиелейді.

Топтық және жұптық жұмыс әдісі. Қимыл-қозғалыс тапсырмаларын бірлесіп орындау арқылы ұжымдық сезім мен жауапкершілікті қалыптастырады.

Интерактивті және инновациялық технологиялар. Мысалы, мультимедиялық бейнематериалдарды, фитнес-трекерлерді және денсаулық мониторингін пайдалану.

Денсаулық сақтау технологиялары. Дұрыс тыныс алу, созылу және релаксациялық жаттығуларды қолдану арқылы ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін арттыру.

Сабақ тиімділігін арттыру жолдары

Дене шынықтыру сабағының тиімділігі мұғалімнің кәсіби шеберлігі мен ұйымдастырушылық қабілетіне тікелей байланысты. Ол үшін:

Сабақтың мақсаты нақты әрі қолжетімді болуы керек;

Әр оқушының жеке ерекшеліктері ескеріліп, саралап оқыту әдісі қолданылуы қажет;

Қауіпсіздік техникасы мен денсаулық сақтауға бағытталған шаралар қатаң сақталуы тиіс;

Сабақта белсенді және шығармашылық атмосфера орнатылуы керек;

Мұғалім кері байланыс беріп, оқушылардың жетістігін уақтылы бағалау арқылы ынталандыруы қажет[3].

Сонымен қатар, сабақтың тиімділігін арттыру үшін дене шынықтыру мен басқа пәндердің байланысын (биология, анатомия, валеология) орнату да маңызды.

Орта мектепте дене шынықтыру сабағын тиімді ұйымдастыру – салауатты өмір салтының негізін қалау, оқушылардың физикалық және психологиялық дамуын қамтамасыз ету жолы. Оқытудың инновациялық әдістерін қолдану, сабақ мазмұнын түрлендіру және оқушылардың белсенділігін арттыру – қазіргі заман мұғалімінің басты міндеті. Тиімді ұйымдастырылған дене шынықтыру сабағы оқушылардың өмірлік дағдыларын қалыптастырып, олардың болашақта денсаулығы мықты, белсенді азамат болып өсуіне ықпал етеді [4].

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі. «Дене шынықтыру» пәні бойынша жалпы білім беретін мектептердің оқу бағдарламасы (5–11 сыныптар). – Астана: ҚР ОМБ, 2023.

2. Ахметова, С. Т. Дене тәрбиесі және салауатты өмір салты негіздері. – Алматы: Қазақ университеті, 2021.

3. Иксанова, Н. Ф. Орта мектептегі дене шынықтыру сабақтарының әдістемесі. – Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2022.
4. Әбдіразақов, М. Ж., және Қожахметов, Н. Р. Мектеп жасындағы балалардың дене тәрбиесін ұйымдастыру. – Алматы: Рауан, 2019.

ОӘЖ 74.268.5-52

АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНДАҒЫ ИНТЕРАКТИВТІ ӘДІСТЕРДІҢ ТИІМДІЛІГІ

Лазар Д.С., Абилай Б.У., Рахманкулов Ж.Т.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассматриваются значение и эффективность применения интерактивных методов обучения на уроках начальной военной подготовки (НВП). Автор отмечает необходимость повышения активности учащихся, развития их самостоятельного мышления и способности принимать решения в условиях современной образовательной системы. В статье описывается место и практические результаты использования интерактивных методов, таких как ролевые игры, тренинги, дискуссии, проектные работы и применение ИКТ. Подчеркивается, что подобные подходы способствуют формированию у учащихся военно-патриотического духа, коллективной ответственности, взаимопомощи и дисциплинированности.

This article examines the importance and effectiveness of using interactive teaching methods in Initial Military Training (IMT) classes. The author emphasizes the need to enhance students' activity, develop independent thinking, and strengthen decision-making skills within the modern education system. The paper describes the role and practical outcomes of interactive methods such as role-playing, training sessions, discussions, project-based learning, and the use of ICT tools. These approaches contribute to fostering students' military-patriotic spirit, collective responsibility, mutual assistance, and a sense of discipline.

Қазіргі таңда Қазақстан Республикасының білім беру жүйелі оқыту үдерісін жетілдіру, заманауи талаптарға сай бәсекеге қабілетті тұлға қалыптастыру мақсатында жаңашыл әдістер мен технологияларды кеңінен енгізуді көздейді. Бұл бағытта жалпы білім беретін мектептердегі «Алғашқы әскери дайындық» (ӘӘД) пәні де ерекше орын алады. Себебі бұл пән жасөспірімдердің елжандылық, патриоттық рухын арттырумен қатар, әскери-қорғаныс дағдыларын қалыптастырады [1].

Интерактивті әдістерді қолдану арқылы оқушылардың белсенділігін арттыру, практикалық қабілеттерін дамыту және ұжымдық әрекетке баулу мүмкіндігі молаяды. Сондықтан ӘӘД сабақтарында дәстүрлі түсіндірмелі әдістермен қатар, интерактивті оқыту тәсілдерінің қолданылуы пәннің тиімділігін арттырады.

Интерактивті әдістердің мәні мен маңызы

Интерактивті әдістер – бұл оқытуда оқушылардың өзара және мұғаліммен бірлескен әрекетіне негізделген, белсенді қарым-қатынас жатая арқылы білім алуға бағытталған тәсілдер жүйесі. Мұндай әдістердің басты мақсаты – оқушыны тек тыңдаушы емес, білім алу үдерісінің белсенді қатысушысы ету.

Алғашқы әскери дайындық сабақтарында интерактивті әдістердің қолданылуы келесі бағыттарда ерекше маңызды:

-Оқушылардың қорғаныс, тактикалық және топтық әрекеттерін тәжірибе жүзінде меңгерту;

-Әскери жағдайларда шешім қабылдау дағдыларын дамыту;

-Ұжымдық жұмыста өз орнын таба білуге, жауапкершілікке тәрбиелеу;

-Патриоттық сезім мен Отанға деген сүйіспеншілікті қалыптастыру.

Интерактивті әдістердің артықшылығы – оқушылардың ойлау қабілетін дамытып, шығармашылық және сын тұрғысынан талдау дағдыларын жетілдіруінде.

ӘӘД сабақтарында қолдануға болатын негізгі интерактивті әдістер

Әскери-патриоттық тәрбиенің мазмұнына сәйкес, интерактивті әдістерді дұрыс таңдау оқыту сапасын арттырады. Ең тиімді деп саналатын әдістердің түрлері төмендегідей:

а) «Ми шабуылы» (Brainstorming)

Бұл әдіс жаңа тақырыпты ашу немесе әскери жағдайларда әрекет ету жолдарын талқылау кезінде қолданылады. Мысалы, «Төтенше жағдай кезінде әрекет ету», «Жеке қорғаныс құралдарын пайдалану» тақырыптарында оқушылар түрлі ұсыныстар айтып, өз ойларын дәлелдейді.

ә) Рөлдік ойындар (Role play)

Оқушыларға нақты әскери жағдайлар үлгісі ұсынылады. Мысалы, «Бірлестік құрамында әрекет ету», «Жараланған сарбазға көмек көрсету», «Жолдастарды эвакуациялау» сияқты тапсырмалар арқылы оқушылар нақты рөлдерге еніп, практикалық дағды қалыптастырады. Бұл әдіс ұжымдық жауапкершілікті және көшбасшылық қасиеттерді дамытуға әсер етеді.

б) Топтық талдау және пікірталас әдістері (Debate, Discussion)

Әскери тақырыптарда пікірталас ұйымдастыру арқылы оқушылар ел қауіпсіздігі, борыш, тәртіп пен патриотизм туралы көзқарастарын қалыптастырады. Мұндай сабақтар оқушыларды еркін ойлауға, өз көзқарасын дәлелдеуге және басқа пікірге құрметпен қарауға үйретеді [2].

в) Интерактивті тренингтер мен практикалық жаттығулар
Бұл әдістер көбіне саптық дайындық, атыс және тактикалық жаттығулар кезінде қолданылады. Тренинг барысында оқушылар нақты әскери іс-қимылдар мен ережелерді тәжірибе арқылы үйренеді. Мысалы, «Жауынгерлік тәртіп ережелері», «Қару-жарақты жинау және бөлшектеу», «Газтұмалдықты дұрыс кию» сияқты тапсырмалар орындалады.

г) Кейс әдісі (Case study)

Оқушыларға нақты әскери немесе төтенше жағдайдың моделі беріледі. Мәселен, «Шекара аймағындағы тосын жағдай», «Қорғаныс бекінісін ұйымдастыру» сияқты мысалдар арқылы нақты шешім қабылдау жолдарын табады. Бұл әдіс аналитикалық ойлау мен шешім қабылдау қабілетін дамытады.

д) Ақпараттық-коммуникациялық технологиялар (АКТ)

ӘӘД сабақтарында интерактивті тақта, электрондық карта, 3D модельдер, әскери симуляторлар және бейнероликтер қолдану сабақтың тартымдылығын

арттырады. Мысалы, қару түрлерінің құрылысын көрсету немесе әскери жаттығулардың бейнебаяндарын көру арқылы оқушылардың көзбен көру, есте сақтау қабілеті жақсарады.

3. Интерактивті әдістердің тиімділігі мен нәтижелері

Интерактивті оқыту әдістерін жүйелі қолданудың нәтижесінде төмендегідей оң өзгерістер байқалады:

Оқушылардың танымдық белсенділігі артады. Олар сабақта өз ойын ашық айтып, талқылауға қатысуға ынталы болады [3].

Практикалық дағдылар қалыптасады. Әскери жаттығулар мен рөлдік ойындар арқылы нақты әрекет ету машығы дамиды.

Топтық жұмыс пен көшбасшылық қабілеттер жетіледі. Ұжымдық әрекетке үйреніп, әркім өз рөлін жауапкершілікпен атқарады.

Патриоттық сана мен рухани құндылықтар нығаяды. Оқушылардың Отан алдындағы борыш сезімі мен елге деген сүйіспеншілігі артады.

Кесте 1 – Алғашқы әскери дайындық сабақтарында қолданылатын интерактивті әдістер және олардың тиімділігі

№	Интерактивті әдіс түрі	Қолдану мақсаты	Қолдану тәсілдері	Күтілетін нәтиже
1	Рөлдік ойындар (ситуациялық ойындар)	Оқушылардың әскери жағдайдағы әрекеттерін модельдеу, шешім қабылдау қабілетін дамыту	«Жағдайды шеш», «Командирдің бұйрығы» сияқты ойын түрлерін өткізу	Жауапкершілік, ұйымдастырушылық қабілет пен шешім қабылдау жылдамдығы дамиды
2	Дебат (пікірталас)	Оқушылардың логикалық ойлау, өз көзқарасын дәлелдеу дағдыларын қалыптастыру	«Отан қорғау – әр азаматтың парызы» тақырыбында пікірталас ұйымдастыру	Патриоттық сана, сөйлеу мәдениеті және сыни ойлау дамиды
3	Тренингтер мен топтық жұмыс	Ұжымдық бірлікті, өзара көмек пен сенімді нығайту	«Бір команда – бір мақсат» атты психологиялық жаттығулар өткізу	Командалық рух, ынтымақтастық және тәртіп күшейеді
4	Жобалық әдіс	Оқушыларды зерттеу мен шығармашылық жұмысқа тарту	«Менің елімнің батырлары» немесе «Әскери техника тарихы» жобаларын жасау	Танымдық белсенділік, зерттеушілік қабілет пен ұлттық сана артады
5	АКТ қолдану (видео, презентация, виртуалды тренажерлар)	Теориялық материалды визуалды түрде меңгерту	Әскери жаттығулардың бейне нұсқаларын көрсету, интерактивті карталарды пайдалану	Сабаққа қызығушылық артады, ақпараттық сауаттылық қалыптасады
6	Кейс-стади әдісі (жағдайлық талдау)	Нақты әскери жағдайларды талдау арқылы практикалық	Әскери тактикалық жағдайлар бойынша шешім қабылдау	Талдау, жоспарлау және логикалық ойлау қабілеті

		шешім қабылдауға үйрету	жаттығулары	дамиды

Сабақтың эмоционалдық әсері күшейеді. Интерактивті әдістер сабақтың қызықты өтуіне мүмкіндік береді, нәтижесінде оқушылардың пәнге деген қызығушылығы артады.

Мысалы, «Азаматтық қорғаныс негіздері» тақырыбында бейнероликтер мен топтық талдау элементтерін қолдану арқылы оқушылар төтенше жағдайларда өзін-өзі ұстау жолдарын нақты меңгереді.

4. Мұғалімнің рөлі мен әдістемелік дайындық

Интерактивті әдістердің тиімділігі ең алдымен мұғалімнің кәсіби шеберлігіне байланысты. ӨӘД пәні мұғалімі келесі бағыттарда жұмыс жасауы тиіс:

- Сабақ жоспарын оқушылардың жас ерекшелігіне және пәннің мазмұнына сай құру;

- Интерактивті құралдарды (мультимедиа, тренажер, симулятор) тиімді пайдалану;

- Сабақ барысында қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып практикалық жаттығуларды ұйымдастыру;

- Әр сабақтың соңында рефлексия жүргізіп, оқушылардың пікірін ескеру.

- Мұғалім тек білім беруші емес, ұйымдастырушы, бағыт беруші және ынталандырушы тұлға болуы тиіс. Осындай жағдайда ғана интерактивті әдістердің шынайы нәтижесі байқалады.

Қорытындылай келе, алғашқы әскери дайындық сабақтарында интерактивті әдістерді қолдану – оқыту үдерісін жаңғыртудың тиімді жолы. Бұл тәсіл оқушылардың танымдық белсенділігін арттырып қана қоймай, олардың өмірлік маңызды дағдыларын қалыптастырады.

Интерактивті әдістер арқылы ӨӘД пәні тек әскери дайындық емес, ұлттық рухты, патриотизмді және азаматтық жауапкершілікті тәрбиелеудің маңызды құралына айналады. Сондықтан мектептерде заманауи технологиялар мен оқыту әдістерін біріктіре отырып, пәннің мазмұнын жетілдіру – уақыт талабы [4].

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңы.
2. «Алғашқы әскери және технологиялық дайындық» пәнінің оқу бағдарламасы (БҒМ, 2023 ж.).
3. Әскербаев А. «Әскери-патриоттық тәрбие негіздері». – Алматы, 2021.
4. Қасымов Н., Төлеуов Р. «Интерактивті әдістер және олардың оқу үдерісіндегі рөлі». – Нұр-Сұлтан, 2020.

СПОРТТАҒЫ СМАРТ-ҚҰРАЛДАРДЫ (FITNESS TRACKER, SMART WATCH) ҚОЛДАНУ ТИІМДІЛІГІ

Лесбек Б.Б., Мамыр А.Б., Жумапиев Н.Е.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Аннотация. В статье рассмотрены современные возможности применения смарт-устройств — фитнес-трекеров и умных часов — в спорте и физической культуре. Раскрываются их функции, такие как мониторинг частоты сердечных сокращений, подсчет шагов, анализ сна и контроль расхода калорий. Отмечается, что использование подобных технологий повышает мотивацию спортсменов, способствует профилактике травм и позволяет оптимизировать тренировочный процесс. Особое внимание уделено анализу эффективности цифрового контроля и перспективам интеграции искусственного интеллекта в работу смарт-устройств.

Annotation. This article analyzes the effectiveness of using smart devices such as fitness trackers and smart watches in sports and physical training. It describes their core functions — heart rate monitoring, step counting, sleep analysis, and calorie tracking — as well as their motivational and analytical benefits. The study highlights how these devices improve training efficiency, prevent injuries, and promote a healthy lifestyle. The article also outlines future prospects for integrating artificial intelligence technologies into smart devices to enhance personalized training and digital health monitoring.

Смарт-құралдар қазіргі заманғы адамның күнделікті өмірінде маңызды рөл атқарады және олардың спорт пен дене тәрбиесі саласында қолданылуы айрықша мәнге ие. Бұл құрылғылар адамның физикалық белсенділігін үздіксіз бақылап, жүрек соғу жиілігі, калория шығыны, қан қысымы, ұйқы сапасы сияқты физиологиялық көрсеткіштер туралы нақты деректер береді. Мұндай ақпарат адамның ағзасындағы жүктеме деңгейін нақты бағалап, жеке дене дайындығын ғылыми тұрғыда жоспарлауға мүмкіндік туғызады.

Сонымен қатар, смарт-құралдар адамның өз денсаулығына жауапкершілікпен қарауына ықпал етеді. Қолданушы күн сайынғы белсенділік көрсеткіштерін көріп, өзінің қозғалыс деңгейін арттыруға немесе керісінше, шамадан тыс күш түсіруден сақтануға жағдай жасайды. Бұл құрылғылардың қосымшалары мен мобильді платформалары пайдаланушыға жаттығу нәтижелерін талдауға, өткен жетістіктерін салыстыруға және жеке мақсаттар қоюға мүмкіндік береді. Мұндай өзіндік бақылау мен талдау жүйесі адамның ішкі мотивациясын арттырып, тұрақты спорттық белсенділікті әдетке айналдыруға көмектеседі [1].

Осы тұрғыдан алғанда, спорттағы смарт-технологияларды пайдалану дене мәдениетін жетілдірудің инновациялық әрі тиімді тәсілі болып саналады. Смарт-құралдар тек жаттығуларды оңтайландыру құралы ғана емес, сонымен бірге адамның өмір салтына әсер ететін кешенді цифрлық экожүйенің бөлігіне айналып отыр. Олар арқылы дене мәдениеті тек спорт залында емес, күнделікті өмірде де іске асырылады, яғни денсаулық пен белсенді өмір сүру мәдениеті жаңа, технологиялық деңгейге көтеріледі [2].



Сурет -1. Денсаулықты бақылаудың заманауи әдісі

1. Смарт-құралдардың спорттағы мәні мен мүмкіндіктері.

Смарт-құралдар физикалық белсенділікті объективті және үздіксіз бақылауға мүмкіндік береді. Олардың негізгі функцияларына мыналар жатады:

Кесте -1. Смарт-құралдардың спорттағы мәні мен мүмкіндіктері

№	Қызмет түрі	Мақсаты
1	Жүрек соғу жиілігін өлшеу	Жүктемені бақылау және артық күш түсуден сақтану
2	Қадам санын есептеу	Күнделікті қозғалыс деңгейін анықтау
3	Калория шығынын есептеу	Энергия балансын реттеу
4	Ұйқы сапасын талдау	Демалыс пен қалпына келу тиімділігін бағалау
5	GPS бақылау	Жаттығу қашықтығын және жылдамдықты өлшеу
6	Денсаулық көрсеткіштерін сақтау	Ұзақ мерзімді денсаулық мониторингі

Смарт-құралдар адамның күнделікті белсенділігін бақылауға, өз денсаулығын қадағалауға және жаттығу тиімділігін арттыруға мүмкіндік береді. Осы тұрғыдан алғанда, спорттағы смарт-технологияларды пайдалану дене мәдениетін жетілдірудің инновациялық тәсілі болып саналады [3].

Бұл функциялар спортшыларға жеке дайындық жоспарын құруға, ал жаттықтырушыларға — нәтижені талдап, жүктемені реттеуге мүмкіндік береді.

2. Смарт-құралдарды қолданудың тиімділігі.

2.1. Жеке көрсеткіштерді талдау мүмкіндігі.

Смарт-құрылғылар нақты уақыт режимінде дене жағдайын бақылайды. Мысалы, жүрек соғу жиілігі мен калория шығыны бойынша спортшының тиімді жұмыс аймағын (target zone) анықтауға болады. Бұл спортшының физикалық мүмкіндігін шамадан тыс жүктемеден қорғауға көмектеседі [4].

2.2. Мотивацияны арттыру.

Фитнес-трекерлер мен смарт-сағаттар пайдаланушыларды белсенді өмірге ынталандырады. Күнделікті мақсаттар (мысалы, 10 000 қадам) адамның өзін-өзі бақылау мен жетістікке ұмтылу сезімін күшейтеді.

2.3. Деректерді цифрлық сақтау және талдау.

Құрылғылардағы мәліметтер бұлттық жүйелерде (cloud systems) сақталып, ұзақ мерзімді динамикалық талдауға мүмкіндік береді. Мысалы, Apple Health, Google Fit, Samsung Health платформалары спорттық нәтижелерді визуалды график түрінде көрсетеді.

3. Спорттық дайындықтағы смарт-технологиялардың рөлі.

Смарт-құралдарды қолдану спорттық дайындық процесін ғылыми негіздеуге мүмкіндік береді:

- **Жеке мониторинг:** Әр спортшының физиологиялық ерекшеліктері ескеріліп, жеке жоспар құрылады.

- **Қалпына келу процестерін бақылау:** Ұйқы мен жүрек ритмі бойынша шаршау деңгейін анықтауға болады.

- **Жарақаттың алдын алу:** Артық жүктеме жағдайларын ерте анықтау арқылы спортшының жарақат алу қаупі азаяды.

- **Оқыту тиімділігі:** Спортшылар жаттығу нәтижесін нақты деректер арқылы бағалайды, бұл сапалы кері байланыс береді.

4. Мәселелер мен шектеулер.

Қаншалықты тиімді болса да, смарт-құралдарды қолдануда бірқатар мәселелер кездеседі:

- Бағасы жоғары және техникалық қызмет көрсетуді қажет етеді;
- Кейбір құрылғылардың дәлдігі шектеулі (әсіресе арзан үлгілерде);
- Жеке мәліметтердің (жүрек соғу жиілігі, ұйқы режимі т.б.) құпиялығын сақтау маңызды;
- Құрылғыға тәуелділік пайда болуы мүмкін (мотивация сыртқы факторға негізделеді).

5. Перспективалар

Болашақта смарт-құралдар жасанды интеллект технологияларымен біріктіріліп, адамның дене жағдайын толық талдай алатын интеллектуалды жүйелерге айналады. Мысалы, ЖИ негізіндегі құрылғылар спортшының жаттығу нәтижесін болжай алады, жарақат қаупін алдын ала ескертіп, жеке дене белсенділігіне бейімделген кеңес береді [5].

Сондай-ақ, смарт-құралдар виртуалды жаттықтырушы (AI coach) және онлайн фитнес платформаларымен біріктіріліп, қашықтан жаттығу жүйесін жетілдіреді.

Смарт-құралдарды спортта қолдану дене белсенділігін тиімді басқаруға, мотивацияны арттыруға және спорттық нәтижелерді дәл талдауға мүмкіндік береді. Бұл құрылғылар салауатты өмір салтының ажырамас бөлігіне айналып, адамның физикалық және психологиялық дамуына оң әсер етеді. Жалпы алғанда, смарт-технологияларды қолдану — спорт саласын цифрландыру мен дербестендірудің маңызды қадамы.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Apple Inc. Apple Health and Fitness Technology Overview, 2023.
2. WHO. Digital Health Strategy 2020–2025, Geneva, 2021.
3. Fitbit Research Group. Smart Wearable Technology in Sports, 2022.
4. Samsung Health Data Analytics Report, 2023.
5. Төлегенова А. Цифрлық технологиялардың спорттағы рөлі. – Алматы, 2022.

УДК 796.011

СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОРГАНИЗМА

Лукьянова Э.С., Семеникина К.А., Тютюкина Е.С.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казакстан

Мақалада денсаулықты жақсарту және нығайту үшін қажетті дене шынықтыру құралдары, жаттығулар және әдістер сондай-ақ адам өміріндегі дене шынықтыру қажеттілігі сипатталған.

The article describes the means, exercises and methods of physical education necessary for improving and strengthening health, as well as the need for physical education in a person's life.

Современное общество предъявляет к человеку высокие требования: высокая работоспособность, устойчивость к стрессам, развитая двигательная культура, сохранение здоровья в условиях информационных нагрузок и снижения естественной физической активности. В связи с этим возрастает роль физической культуры как важнейшего социального явления.

Она рассматривается не только как форма активности, связанная с развитием физических качеств, но и как система научно обоснованных средств влияния на организм человека. Правильно организованная физическая активность способна существенно укреплять здоровье, совершенствовать функциональные возможности организма, формировать двигательную подготовленность, развивать морально-волевые качества и улучшать качество жизни.

Средства физической культуры — это совокупность способов воздействия на организм человека, применяемых для достижения определённых целей физического воспитания, оздоровления, коррекции физических недостатков, повышения работоспособности и гармоничного развития личности. В ходе жизни человек сталкивается с различными факторами, способными негативно влиять на здоровье: гиподинамией, стрессом, утомлением, неправильным

режимом отдыха. Именно поэтому систематическое использование средств физической культуры становится одной из основ сохранения здоровья [1].

Цель данной статьи — рассмотреть сущность и классификацию средств физической культуры, особенности их воздействия на организм, а также аргументировать их значение для совершенствования физических возможностей человека.

К средствам физической культуры традиционно относят:

1. Физические упражнения.

2. Естественные природные факторы.

3. Гигиенические средства.

Физические упражнения занимают центральное место, поскольку именно они преимущественно формируют двигательную деятельность человека, развивают мышцы и органы дыхания, совершенствуют нервную систему, улучшают обмен веществ. С помощью упражнений человек может целенаправленно развивать силу, выносливость, гибкость, быстроту, ловкость, координацию. Выполнение упражнений способствует адекватной нагрузке на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, что важно для профилактики заболеваний.

Естественные силы природы включают климатические условия, солнечный свет, воздух, воду. Они оказывают оздоровительное и закаляющее воздействие, повышают устойчивость человека к неблагоприятным факторам внешней среды. На протяжении веков люди использовали солнечные ванны, купания в воде различной температуры, воздушные процедуры для укрепления организма.

Гигиенические средства заключаются в соблюдении режима дня, культуры питания, личной и общественной гигиены, рационального отдыха. Эти факторы дополняют физические упражнения и обеспечивают организму оптимальные условия восстановления. Физические упражнения представляют собой специально организованную двигательную деятельность, направленную на развитие физических способностей и совершенствование функциональных систем организма. Они делятся на: **гимнастические упражнения, атлетические упражнения, игровые упражнения, прикладные упражнения, циклические упражнения.**

Циклические упражнения (бег, плавание, гребля) обеспечивают длительную мышечную работу, развивают дыхательную и сердечно-сосудистую системы, улучшают обмен веществ, повышают сопротивляемость организма. Гимнастика способствует правильной осанке, укреплению мышечного корсета, улучшению координации движений.

Систематическое выполнение физических упражнений приводит к ряду физиологических изменений: уменьшается частота сердечных сокращений в состоянии покоя, увеличивается ударный объем сердца, улучшается легочная вентиляция. Уtrained athletes имеют более высокую концентрацию гемоглобина, что повышает перенос кислорода и способствует росту выносливости [2].

Физическая культура оказывает комплексное влияние на основные системы человеческого организма:

Сердечно-сосудистая система.

Регулярные нагрузки улучшают работу сердца, повышают эластичность сосудов, способствуют профилактике атеросклероза и гипертонии.

Дыхательная система.

Увеличивается жизненная ёмкость лёгких, улучшается газообмен, усиливается кровоснабжение тканей.

Опорно-двигательный аппарат.

Укрепляются кости и суставы, увеличивается мышечная масса, формируется правильная осанка.

Нервная система.

Физические упражнения повышают устойчивость к стрессу, улучшают координацию и быстроту реакции.

Обмен веществ.

Активизируется энергетический обмен, улучшаются процессы пищеварения, нормализуется масса тела. Таким образом, человек становится более приспособленным к физическим и интеллектуальным нагрузкам.

Природные факторы используются для укрепления здоровья и повышения общей работоспособности:

-солнечные процедуры **повышают выработку витамина D;**

-воздушные ванны **укрепляют терморегуляцию;**

-водные процедуры **тренируют сосудистую систему.**

Закаливание позволяет снизить частоту простудных заболеваний и адаптирует организм к изменчивому климату. Контрастные мероприятия тренируют сосуды, способствуют расширению артерий и нормализации давления.

Гигиена играет ключевую роль в восстановлении организма. Соблюдение режима сна, правильное питание и водный баланс помогают поддерживать работоспособность. Без восстановления мышцы не адаптируются к нагрузке.

Основные гигиенические принципы включают:

-рациональное питание,

-соблюдение режима труда и отдыха,

-банные процедуры,

-соблюдение чистоты в тренировочных залах.

Гигиенические меры предотвращают переутомление, способствуют росту работоспособности и укрепляют иммунитет. Физическая культура влияет не только на тело, но и на формирование личности. Во время тренировок развивается целеустремлённость, дисциплина, сила воли, ответственность. В игровых видах спорта формируются коммуникативные навыки, способность к командному взаимодействию, стратегическому мышлению.

Физические упражнения также служат средством профилактики эмоционального выгорания. При выполнении движений выделяются

эндорфины, улучшающие настроение и повышающие адаптацию к повседневным стрессовым факторам [3].

Организм каждого человека отличается. Поэтому программа физического развития должна учитывать: возраст, пол, состояние здоровья, уровень физической подготовленности.

Неправильно подобранная нагрузка может привести к избытку напряжения и травмам. Комплекс мероприятий должен быть дозированным и постепенным.

Сокращение двигательной активности увеличивает риск таких заболеваний, как: ожирение, сахарный диабет, гипертония, сколиоз, депрессия.

Однако регулярная тренировка повышает иммунитет и способствует профилактике хронических патологий, поддерживая здоровье на высоком уровне [4].

Средства физической культуры являются важнейшим компонентом гармоничного развития человека. Они воздействуют на организм комплексно, развивая физические качества, укрепляя здоровье, формируя устойчивость к негативным воздействиям окружающей среды. Систематические занятия способствуют профилактике заболеваний, увеличению продолжительности жизни, формированию морально-волевых качеств и улучшению психоэмоционального состояния. Современные исследования подтверждают, что физическая культура — это эффективный инструмент совершенствования организма. При правильной организации она позволяет человеку сохранять высокую жизненную активность, улучшать функциональные возможности организма и раскрывать физический потенциал.

Список литературы

1. Горохов М.С. Роль физической культуры и спорта в улучшении здоровья населения Российской Федерации М; Научно-практический медицинский журнал Здоровье сегодня, том 1, 2014;
2. Виленский М.Я., Сафин Р.С. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей. - М.: Изд. - Средняя школа, 2004;
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: изд. - ФиС, 2000;
4. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физической культуры. Под итог. изд. Матвеев Л.П., Новиков А.Д. - М.: Физическая культура и спорт, 1998.

ОӘЖ 796.011

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН СПОРТТЫҢ ТҮЛҒАНЫ ДАМЫТУДАҒЫ РӨЛІ

Мамыржанұлы Ә., Нұрмағанбет Д.Т., Мавлонов У.А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Физическая культура понимается как часть общей культуры общества, выражающаяся в деятельности, направленной на укрепление здоровья, развитие физических качеств и создание условий для полноценной жизнедеятельности человека. Она включает в себя элементы воспитания, обучения, самосовершенствования и духовного развития.

Physical culture is understood as a part of the general culture of society, expressed in activities aimed at strengthening health, developing physical qualities and creating conditions for a full-fledged human life. It includes elements of upbringing, training, self-improvement and spiritual development.

Қазіргі қоғамда физикалық мәдениет пен спорт тұлғаның жан-жақты дамуы үшін маңызды рөл атқарады. Олар тек денсаулықты нығайтып қана қоймай, психологиялық тұрақтылықты, әлеуметтік белсенділікті, өзін-өзі бақылауды және сенімділікті қалыптастырады. Жүйелі түрде спортпен айналысу адамға өмірлік жағдайларға бейімделуге, стресспен күресуге және когнитивтік, эмоционалдық қабілеттерін жетілдіруге мүмкіндік береді.

Заманауи білім беру және әлеуметтік ортаның талаптары тұлғаның дамуын физикалық белсенділіксіз елестету мүмкін емес. Оқу процесінің қарқындығы, ақпараттық ағынның көптігі және цифрлық технологиялардың әсері физикалық жаттығулардың маңыздылығын арттырады, себебі олар организмді функционалды және дені сау күйде ұстайды.

Физикалық мәдениет – денсаулықты нығайтуға, өмірлік дағдыларды дамытуға бағытталған қозғалыстар мен жаттығулар жүйесі. Оның тұлғаны дамытудағы әсері бірнеше бағытта көрінеді:

1.Физикалық даму. Жаттығулар жүрек-тамыр жүйесін нығайтады, бұлшықет күшін, икемділікті және үйлесімділікті арттырады. Балалар мен жасөспірімдер спортпен жүйелі айналысқанда төзімділігі жоғары, оқу мен күнделікті өмірде энергиясы жеткілікті болады.

2.Психологиялық даму. Физикалық белсенділік стресс деңгейін төмендетіп, эмоциялық жағдайды жақсартады, төзімділікті дамытады. Спорт адамға өзін-өзі бақылау, табандылық, мақсатқа жету қабілетін үйретеді.

3.Әлеуметтік даму. Бірге жаттығу және жарыстарға қатысу коммуникация дағдыларын дамытып, топта жұмыс істеу, рөлдерді бөліп алу және ережелерді сақтау қабілетін қалыптастырады. Бұл тұлғаның әлеуметтенуіне, көшбасшылық қасиеттер мен өзін-өзі сенімділікке әсер етеді.

4.Моральдық-этикалық тәрбиелеу. Спорттық әрекеттер әділ ойын, қарсыласты құрметтеу, жауапкершілік сезімін және жетістіктердің мәнін түсінуді үйретеді. Спорт адамның мінез-құлқы мен жеке қасиеттерін тікелей дамытады: Өзін-өзі бақылау. Жаттығулар мен жаттығу режимін сақтау талап етеді. Жауапкершілік. Командалық спорттарда әр қатысушы өзіне жүктелген міндетке жауап береді. Мақсатқа ұмтылу. Физикалық және психологиялық қиындықтарды жеңу мақсат қою және оған жету дағдыларын қалыптастырады.

5.Стресске төзімділік. Жаттығулар мен жарыстар стресс жағдайына бейімделуге көмектеседі. Бұл қасиеттер әсіресе балалар мен жасөспірімдер үшін маңызды, өйткені олардың негізі осы кезеңде қалыптасады. Зерттеулер көрсеткендей, спорт когнитивтік функцияларға оң әсер етеді:

- назар мен концентрацияны арттырады;
- ақпаратты меңгеру жылдамдығын жақсартады;
- кеңістіктік ойлау мен қозғалысты үйлестіруді дамытады;
- шығармашылық қабілеттерді жетілдіреді.

Мектеп жасындағы балаларда бұл әсер айқын көрінеді. Жүйелі түрде спортпен айналысатын оқушылар оқу үлгерімі жоғары, оқу жүктемесіне жақсы бейімделеді.

Мотивация – тұлғаның спорт арқылы дамуына негізгі фактор. Физикалық жаттығулардың нәтижесін көретін адамдар өзіне деген сенімділікті арттырады, өміріне бақылау сезімін қалыптастырады және белсенді өмір салтын қалыптастырады.

Психологиялық аспектілер: өзін-өзі сенімділік, сәтсіздіктен қорқуды жеңу, топта жұмыс істеу қабілеті, эмоционалды интеллекттің дамуы.

Мотивацияны күшейтетін факторлар: жарыстардағы табыс, жаттықтырушының мақтауы, құрдастар мен отбасының қолдауы. Жаппай спорт және секциялар, клубтар тұлғаны дамытуда маңызды рөл атқарады: тәртіпті қалыптастырады, көшбасшылық қасиеттер мен командалық рухты дамытады, өзін-өзі жетілдіруге ынталандырады, әлеуметтік байланыстарды нығайтады. Кәсіби спорт тереңірек жеке қасиеттерді дамытса да, балалар мен жасөспірімдерде шамадан тыс жүктемеден сақтану қажет.

Әлеуметтік орта мотивация мен тұлғаны қалыптастыруда маңызды. Егер отбасы мен достар белсенді өмір салтын қолдаса, бала да спортқа қызығады. Тренерлер, тәлімгерлер мен құрдастар қызығушылықты арттырып, спортқа тартуға ықпал етеді. Физикалық мәдениет пен спорт профилактикалық рөл атқарады:

- семіздік, жүрек-тамыр аурулары қаупін төмендетеді;
- зиянды әдеттердің алдын алады;
- иммунитетті нығайтады;
- физикалық дамуды гармониялы етеді.

Жаттығулар адамға денсаулыққа қамқорлық жасау, өмір салтын бақылау және белсенді болуды үйретеді.

Физикалық мәдениет пен спорт тұлғаның дамуына кешенді әсер етеді. Олар денсаулықты нығайтып қана қоймай, моральдық-этикалық, әлеуметтік, когнитивтік және эмоционалды қабілеттерді дамытады. Жаттығулар адамға өзін-өзі бағалау, табандылық, мақсатқа жету және стресске төзімділік қасиеттерін қалыптастырады.

Гармониялы даму үшін: жүйелі физикалық дайындық бағдарламаларын енгізу, жеке ерекшеліктер мен жас ерекшеліктерін есепке алу, мотивация мен әлеуметтік қолдауды қамтамасыз ету, жаппай спорт пен ойын әдістерін үйлестіру. Физикалық мәдениет тұлғаның жан-жақты дамуының маңызды құралы болып, қазіргі қоғам мен кәсіби өмірге бейімделуге мүмкіндік береді.

Пайдаланған әдебиеттер

1. Жүнісов К.Т. Спорт педагогикасы. – Алматы: Қазақ университеті, 2020. – 180 б
2. Жарықбаев Қ. Спорт психологиясы. – Алматы: Қазақ университеті, 2017. – 165 б.
3. ҚР Денсаулық сақтау министрлігі. Салауатты өмір салты бойынша әдістемелік нұсқаулық. – Астана, 2022.
4. Әділов Ж. Спорттық дайындықтың теориялық аспектілері. – Алматы, 2021. – 214 б.

РОЛЬ ИГРОВЫХ МЕТОДОВ В ПОВЫШЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Мирошников Д.Б., Мамина С. У., Рахметов М. М.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада бастауыш сынып оқушыларының дене шынықтыруында ойын әдістерін қолданудың рөлі қарастырылады. Қозғалмалы ойындар балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттырып, дене қасиеттерін дамытуға ықпал етеді және сабаққа оң мотивация қалыптастырады.

This article examines the role of using game-based methods in the physical education of primary school children. Active games increase children's motor activity, contribute to the development of physical qualities, and foster positive motivation for participation in lessons.

Современная образовательная система уделяет особое внимание формированию у детей устойчивой потребности в физической активности и ведении здорового образа жизни. В младшем школьном возрасте 7–10 лет закладываются основные двигательные навыки, формируется интерес к занятиям спортом и активным видам деятельности. Однако исследования показывают, что уровень двигательной активности современных школьников снижается из-за компьютеризации и малоподвижного образа жизни.

В этих условиях игровые методы становятся наиболее эффективным средством организации занятий физической культурой, поскольку они учитывают возрастные особенности детей и позволяют сочетать обучение с эмоциональной вовлечённостью.

В младшем школьном возрасте происходит интенсивное развитие опорно-двигательного аппарата, нервной системы, а также формирование базовых двигательных умений и навыков. Для детей этого возраста характерны высокая подвижность и потребность в движении, неустойчивость внимания, быстрая утомляемость при однообразной деятельности, выраженная эмоциональность и стремление к игровой активности, ведущая роль игры как основной деятельности. Таким образом, физическая культура в начальной школе должна строиться с учётом игровой мотивации, что способствует формированию положительного отношения к занятиям [1].

Игровые методы обеспечивают мотивацию к занятиям. Подвижные игры вызывают у детей положительные эмоции, способствуют интересу к урокам и снимают напряжение. В играх гармонично формируются быстрота, ловкость, координация движений, выносливость, что способствует развитию физических качеств. Игры требуют взаимодействия, соблюдения правил, что развивает коммуникативные и нравственные качества. Элементы бега, прыжков, метаний, применяемые в играх, закрепляют технику основных упражнений, для формирования двигательных навыков. Через игру можно дозировать интенсивность и продолжительность занятий, обеспечивая оптимальное развитие организма и регуляцию нагрузки. Исследования отечественных педагогов показывают, что регулярное использование подвижных игр в

учебном процессе увеличивает общий объём двигательной активности младших школьников на 30–40 % . Игровые методы занимают особое место в системе физического воспитания младших школьников. Подвижные игры выступают не только средством организации двигательной деятельности, но и мощным фактором развития личности ребёнка. Их значимость обусловлена рядом особенностей младшего школьного возраста: высокой потребностью в движении, эмоциональностью, стремлением к общению и подражанию, а также формированием мотивационной сферы [2].

Подвижные игры являются естественной формой двигательной активности детей младшего школьного возраста (7–10 лет). В этот период организм ребёнка активно развивается: совершенствуются функции сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и опорно-двигательной систем. Именно поэтому регулярное использование подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности имеет важное физиологическое, педагогическое и оздоровительное значение. Воздействие подвижных игр на организм ребёнка имеет огромное значение. Игры с бегом, прыжками, метаниями способствуют увеличению частоты сердечных сокращений до оптимальных тренировочных зон (140–160 уд/мин). Формируется экономизация работы сердца, укрепляется миокард, улучшается кровообращение. Повышается адаптационная способность сердечно-сосудистой системы к нагрузкам. Подвижные игры активизируют вентиляцию лёгких, углубляют дыхание. У детей формируется ритмичное дыхание, повышается жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ). Регулярные игровые нагрузки способствуют профилактике гипоксии и укреплению дыхательных мышц. Разнообразные движения (прыжки, лазанье, метания, равновесие) способствуют укреплению мышц, связок, суставов [3].

Формируется правильная осанка и свод стопы, предупреждается развитие сколиоза и плоскостопия. Развиваются основные физические качества — быстрота, сила, ловкость, выносливость и гибкость. Подвижные игры требуют концентрации внимания, быстрого реагирования и координации движений. Развиваются процессы возбуждения и торможения, формируется умение управлять своими действиями. Благодаря эмоциональности игр происходит снятие нервно-психического напряжения, улучшается настроение. Повышение двигательной активности ускоряет обменные процессы, улучшает аппетит и сон. Активизируется работа эндокринной системы, обеспечивая гармоничное физическое развитие.

Психолого-педагогическое значение игровых методов в повышении двигательной активности младших школьников. Игра является одной из наиболее естественных и эффективных форм деятельности ребёнка младшего школьного возраста. Ведущие психологи (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев) отмечали, что через игровую деятельность формируются мотивационные, познавательные и волевые качества личности. Игровые методы в физическом воспитании выступают не только как средство повышения интереса к занятиям, но и как мощный психолого-педагогический инструмент развития личности

ребёнка[4,88]. С психолого-педагогической точки зрения, использование игровых методов способствует созданию эмоционально положительного фона учебно-воспитательного процесса. Игра снимает напряжение, преодолевает страх неудачи, активизирует познавательную и двигательную деятельность. В условиях игровой ситуации дети легче усваивают новые движения, проявляют инициативу и самостоятельность. Важную роль играет элемент соревнования, который способствует формированию целеустремлённости, уверенности в себе и ответственности за результат [5].

Игровые методы также способствуют развитию коммуникативных навыков: в ходе совместных игр школьники учатся сотрудничать, соблюдать правила, проявлять уважение к партнёрам и соперникам. Таким образом, физическое воспитание с использованием игр приобретает социально-воспитательный характер. Оно объединяет детей, способствует сплочению коллектива и формированию положительных взаимоотношений. Кроме того, игровые формы занятий позволяют дозировать физическую нагрузку с учётом индивидуальных особенностей учащихся, что особенно важно в младшем школьном возрасте. Игра обеспечивает естественную смену активности и отдыха, развивает выносливость, быстроту реакции, координацию и внимание. Благодаря эмоциональной насыщенности и разнообразию игровых заданий повышается уровень общей двигательной активности, что в свою очередь укрепляет здоровье и способствует гармоничному физическому развитию. Следовательно психолого-педагогическое значение игровых методов заключается в их комплексном воздействии на личность ребёнка: они объединяют обучение, воспитание и развитие, способствуют формированию устойчивого интереса к физической культуре и формированию основ здорового образа жизни. Таким образом, игровые методы в физическом воспитании младших школьников выступают эффективным средством повышения двигательной активности, так как они органично сочетают тренировочный, оздоровительный и воспитательный эффекты. Их использование делает уроки физической культуры более интересными, эмоционально насыщенными и результативными (Таблица 1).

Таблица 1. Эффекты игровых методов

Группа эффектов	Содержание и проявления	Педагогическое значение
Физиологические	Активизация сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышение уровня общей и специальной выносливости, Развитие координации, быстроты реакций, гибкости и силы; Стимуляция обменных процессов, укрепление иммунитета.	Улучшение функционального состояния организма, повышение работоспособности, создание оптимальных предпосылок для развития физических качеств.
Психолого-педагогические	Формирование положительных эмоций, мотивации и интереса к занятиям; Развитие внимания, воображения, решительности, самоконтроля; Воспитание коллективизма,	Повышение эмоциональной включённости и дисциплины, укрепление межличностных отношений в группе,

	ответственности, умения сотрудничать; Снижение уровня тревожности и усталости.	формирование устойчивых мотивов к занятиям физической культурой.

Практическая ценность применения игровых методов в физическом воспитании младших школьников заключается в их высокой эффективности для решения задач обучения, развития и воспитания в едином педагогическом процессе. Игровая форма позволяет сделать занятия эмоционально привлекательными, динамичными и доступными для детей этого возраста, что способствует формированию устойчивой мотивации к систематическим занятиям физической культурой. Применение игровых методов на практике обеспечивает оптимальное сочетание обучения двигательным действиям и развития физических качеств с воспитанием личностных и социальных умений. В ходе подвижных и спортивных игр дети учатся действовать в команде, принимать решения, планировать свои действия, проявлять инициативу и самоконтроль. Всё это способствует развитию не только двигательной активности, но и коммуникативной, эмоционально-волевой и когнитивной сфер личности. Практический опыт показывает, что включение игровых заданий в структуру уроков физической культуры способствует повышению уровня усвоения учебного материала, улучшению дисциплины и снижению утомляемости учащихся. Через игру педагог получает возможность дифференцировать нагрузку, регулировать интенсивность и сложность упражнений, что особенно важно при работе с разными по уровню физической подготовленности детьми. Игровые методы позволяют педагогу эффективно реализовывать принципы индивидуального и личностно-ориентированного подхода. Они создают условия для проявления каждого ребёнка, укрепляют уверенность в собственных силах и формируют положительное отношение к физическим упражнениям [6].

Кроме того, практическая ценность игровых методов выражается в их универсальности: они могут использоваться как на уроках физической культуры, так и во внеурочной деятельности, на переменах, в спортивных праздниках и оздоровительных мероприятиях. Это делает игру неотъемлемым элементом системы формирования здорового образа жизни у младших школьников. Применение игровых методов в образовательной практике не только повышает двигательную активность учащихся, но и служит важным средством психолого-педагогического воздействия, обеспечивающим гармоничное развитие личности ребёнка и укрепление его здоровья.

Игровые методы занимают центральное место в системе физического воспитания младших школьников. Они способствуют не только повышению двигательной активности, но и гармоничному развитию личности ребёнка, формированию положительной мотивации и привычки к регулярным занятиям физической культурой. Таким образом, систематическое использование подвижных игр в образовательном процессе является важным условием укрепления здоровья и успешной социализации детей.

Список используемой литературы

1. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019.-124с.
2. Захарова Л.А. Подвижные игры в системе физического воспитания. — СПб.: Питер, 2023-33с.
3. Смирнов Д.В. Двигательная активность детей младшего школьного возраста. — Самара: Универс групп, 2021-145с.
4. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка. — М.: Лабиринт, 2023-88с.
5. Шабалин М.Ю. Физическая культура и здоровье детей. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020-511с.
6. Иванов В.П. Физическая культура школьников. — М.: Академия, 2019. — 256 с.

ОӘЖ 74.200.58

АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ ПӘНІН ОҚЫТУДЫҢ ТИІМДІ ӘДІСТЕРІ МЕН ТӘСІЛДЕРІ

Молдағали Р.Т., Серікбай А.М., Досанбеков Б.А.
«Мирас» университеті. Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются эффективные методы и приёмы преподавания предмета «Начальная военная подготовка». Раскрывается значение современных педагогических технологий в формировании у учащихся патриотизма, дисциплинированности и готовности к защите Родины. Особое внимание уделяется интерактивным формам обучения, практическим занятиям и использованию инновационных подходов, способствующих повышению интереса учащихся к предмету и улучшению качества обучения.

The article discusses effective methods and techniques for teaching the subject "Initial Military Training." It highlights the importance of modern pedagogical technologies in developing students' patriotism, discipline, and readiness to defend their homeland. Special attention is given to interactive learning forms, practical exercises, and innovative approaches that enhance students' interest in the subject and improve the overall quality of education.

Алғашқы әскери және технологиялық дайындық (АӘТД) пәні — Қазақстан Республикасының білім беру жүйесіндегі маңызды компонент болып табылады. Бұл пән оқушыларды әскери қызметке және елдің қорғаныс жүйесіне дайындықты қамтамасыз ету мақсатында оқытылады. Әскери дайындықты қалыптастыру арқылы оқушыларды патриотизмге тәрбиелеп, елдің қауіпсіздігін қамтамасыз ететін мамандар дайындау көзделеді. Сонымен қатар, бұл пән жастарға тактикалық ойлау қабілетін, шұғыл шешімдер қабылдау дағдыларын, командалық жұмыстарды ұйымдастыруды үйретуге мүмкіндік береді. Тактикалық дайындық - әскери қызметтің маңызды бөлігі болып табылады, ол жауынгерлік тапсырмаларды орындауда шешуші рөл атқарады. Бұл дайындық әскери бөлімшелердің және жеке тұлғалардың қимылдарын үйлестіруге, әскери жағдайларда дұрыс шешім қабылдауға, қауіп-қатерлерге дер кезінде әрекет етуге үйретеді. Оқушылардың тактикалық дайындықты меңгеруі олардың болашақта әскери қызметте жоғары нәтижеге жетулеріне мүмкіндік береді [1].

Қазіргі таңда жас ұрпаққа сапалы білім мен тәрбиені ұштастыра отырып, олардың елжандылық қасиеттерін қалыптастыру – басты міндеттердің бірі. Осы тұрғыда мектептегі **«Алғашқы әскери дайындық»** пәні оқушылардың Отанға деген сүйіспеншілігін арттырып, әскери-патриоттық рухын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады. Пәнді оқытудың тиімді әдістері мен тәсілдері сабақ сапасын арттырумен қатар, оқушылардың практикалық дағдыларын жетілдіруге бағытталған.

Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың маңызы патриоттық тәрбиені қалыптастыруда зор. Пән арқылы оқушыларға елімізге деген сүйіспеншілікті, жауапкершілікті сезінуге үйретеді. Әскери дайындықтың негізгі мақсаты - жас ұрпақтың бойында ұлттық мақтаныш пен патриотизмді нығайту. Бұл, өз кезегінде, еліміздің қорғаныс қабілетін арттырып, жастарды Отанға қызмет етуге, ел қорғауға дайындайды. Тәрбиелік аспект, ең алдымен, әскери тарихымызды, мәдениетімізді және дәстүрлерімізді құрметтеуді көздейді. Сонымен қатар, әскери іс-қимылдарға дайындау кезінде көмекке келеді. АӘТД пәні оқушыларды әскери қызметке даярлаудың негізін құрайды [2]. Жас ұрпақтың әскери дайындық деңгейін арттыру, олардың әскери тәртіпке үйренуі және ұрыс алаңында тиімді шешімдер қабылдауы аса маңызды. Бұл дайындық оқушыларға жеке қару-жарақ пен әскери техникамен жұмыс істеу дағдыларын меңгеруге мүмкіндік береді. Сонымен қатар, жауынгерлік тапсырмаларды орындау кезіндегі тактикалық шешімдер қабылдай білуге үйретеді. Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың тағы бір маңызды аспектісі ретінде оқушыларды технологиялық және инженерлік дағдыларға баулуды атап өтуге болады.

Бұл пән мазмұны тәжірибелік сипатқа ие болғандықтан, мұғалім тек теориялық түсіндірумен шектелмей, оқушылардың белсенді қатысуына мүмкіндік беретін әдістерді қолдануы тиіс. Оқытуда тиімділік – әдіс пен тәсілдің мақсатқа, тақырып мазмұнына және оқушылардың жас ерекшелігіне сай таңдалуында. Тиімді әдістер мен тәсілдерге практикалық әдістерге саптық жаттығулар, әскери тактикалық элементтерді орындау, алғашқы көмек көрсету жаттығулары – оқушылардың нақты әрекет арқылы үйренуіне мүмкіндік береді. Көрнекілік әдістерінде ұйымдастыруға болады, бейнежазбалар, плакаттар, интерактивті тақта, макеттер мен үлгілерді пайдалану – теориялық білімді нақты мысалмен бекітудің тиімді жолы. Топтық жұмыс, рөлдік ойындар, әскери викториналар, ситуациялық тапсырмалар оқушылардың қызығушылығын арттырады, бірлесіп шешім қабылдау дағдысын дамытады.

Жасанды интеллект, 3D модельдеу, виртуалды жаттығулар мен симуляторлар арқылы оқыту – заманауи сабақтың маңызды бөлігі. Бұл тәсілдер күрделі әскери ұғымдарды көрнекі түрде түсіндіруге мүмкіндік береді. Сонымен қатар, пәнаралық байланыс өткізіп, физика, география, дене тәрбиесі пәндерімен интеграциялау арқылы әскери дайындық сабақтарын жан-жақты және өмірмен байланысты етуге болады [3]. Бұл пән арқылы оқушылар техникамен жұмыс

істеу, әртүрлі құрал-жабдықтарды қолдану, сондай-ақ жаңа технологияларды игеру дағдыларын алады.

Сонымен қатар, бұл олардың болашақта ғылым, техника және инженерия салаларында жұмыс істеуге дайын болуына ықпал етеді. Сонымен бірге төтенше жағдайлар мен қауіпсіздік шараларына да дайындайды. Оқушылар түрлі апаттар мен төтенше жағдайларда дұрыс әрекет ету, алғашқы көмек көрсету, жарылғыш заттармен жұмыс істеу, өрт сөндіру секілді дағдыларды меңгереді. Бұл дағдылар болашақта өмірлік маңызды жағдайларда өте қажет. Сонымен қатар, физикалық дайындыққа үлкен үлес қосады. Әскери қызметке қажетті күш-қуат пен төзімділікті дамытуға ықпал етеді. Спортпен айналысу арқылы оқушылар денсаулығын нығайтып, өзін-өзі сақтау дағдыларын меңгереді. Әскери дайындық оқушыларды жауапкершілікке, сондай-ақ дұрыс шешім қабылдай білуге үйретеді. Олар командалық жұмыстарда, әскери операцияларда және басқа да маңызды тапсырмаларда өз әрекеттері үшін жауапкершілікті сезінуі тиіс. Бұл дағдылар болашақта тек әскери қызметте ғана емес, өмірдің басқа салаларында да пайдалы болады. Алғашқы әскери және технологиялық дайындық тек әскери міндетті орындау емес, сондай-ақ азаматтық жауапкершілікті сезіну, құқықтық тәртіпке бағыну және қоғамның дамуында белсенді болуды талап етеді. Бұл пән азаматтық міндеттерді орындау кезінде моральдық және этикалық тұрғыдан дұрыс әрекет етуге үйретеді. Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың маңызы - елдің қауіпсіздігі мен қорғанысын қамтамасыз етуге қажетті дағдыларды қалыптастыруда жатыр. Оқушыларға патриотизм, тәртіп, техникалық және технологиялық білім, денсаулықты сақтау мен қорғаныс жүйесін түсіну сияқты маңызды құндылықтар беріледі. Бұл пән болашақта әрбір азаматтың қорғаныс қызметіндегі рөлін жақсы түсінуіне, өмірде қауіпсіз әрі жауапты болуына мүмкіндік береді.

ӘД пәні мұғалімі тек білім беруші емес, сонымен қатар оқушылардың патриоттық тұлғасын қалыптастырушы. Ол оқушылармен өзара сенім мен сыйластыққа негізделген қарым-қатынас орнатуы тиіс. Мұғалімнің үлгісі, сөйлеу мәдениеті, тәртіптілігі мен ерік-жігері – тәрбиелік үлгі.

Қорыта келе, алғашқы әскери дайындық пәнін оқытуда тиімді әдіс-тәсілдерді қолдану – оқушылардың белсенділігін арттырудың, патриоттық сезімін дамытудың және өмірлік маңызы бар дағдыларды қалыптастырудың кепілі. Интерактивті, практикалық және заманауи технологияларға сүйенген сабақтар ғана шәкірттердің қызығушылығын оятып, елге адал қызмет етуге даяр тұлға қалыптастырады. Тиімді әдістер мен тәсілдерді жүйелі қолдану – білім сапасын арттырумен қатар, оқушылардың тәжірибелік дағдыларын дамытуға жол ашады. Әсіресе, интерактивті әдістер, ақпараттық технологияларды қолдану, практикалық жаттығулар және пәнаралық байланыс оқушылардың пәнге деген қызығушылығын арттырып, алған білімдерін өмірде қолдануға мүмкіндік береді. Сонымен қатар, мұғалімнің кәсіби шеберлігі, шығармашылығы мен патриоттық ұстанымы – оқу үдерісінің табысты болуының басты кепілі. Болашақ ұрпақтың ел қорғауға әзір, рухы биік азамат

болып қалыптасуы үшін әрбір алғашқы әскери дайындық сабағы тәрбиелік және практикалық мазмұнмен толыққан болуы қажет.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әскери дайындық: теория және практика. – Астана: Қорғаныс министрлігі, 2016.
2. Баймұхамбетова, Н. Әскери дайындық негіздері. – Алматы: ЖШС «Қазғарыш», 2015
3. Мусаев, А. С. «Тактикалық дайындықтың мәні мен мазмұны». – Қорғаныс және қауіпсіздік, 2019.

ОӘЖ 355.233:37.02

АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҒЫНДА БАҒАЛАУ ЖҮЙЕСІН ЖЕТІЛДІРУ

Мураттаев Жахонгир Назимжанұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассматриваются актуальные проблемы совершенствования системы оценивания на уроках начальной военной подготовки. Автор проводит анализ современного состояния системы оценивания и предлагает пути повышения её эффективности. Основное внимание уделено внедрению критериального и формирующего оценивания, приоритету практических навыков, а также учёту индивидуальных достижений учащихся.

This article examines the current issues related to improving the assessment system in initial military training classes. The author analyzes the current state of the assessment system and proposes ways to enhance its effectiveness. The main focus is on the implementation of criterion-based and formative assessment, prioritizing practical skills, and considering students' individual achievements.

Қазіргі білім беру жүйесінде оқушылардың оқу жетістіктерін әділ және нақты бағалау — сапалы білім берудің маңызды құрамдас бөлігі. Бұл талап алғашқы әскери дайындық (ӘӘД) пәніне де тікелей қатысты. ӘӘД пәні оқушылардың әскери-патриоттық тәрбиесін, елжандылық сезімін, жауапкершілігін қалыптастырумен қатар, оларды өмір қауіпсіздігі мен төтенше жағдайларда әрекет етуге үйретеді. Сондықтан бағалау жүйесі тек теориялық білімді емес, сонымен қатар практикалық дағдыларды да ескеруі тиіс [1].

Қолданыстағы бағалау жүйесіне талдау

Қазіргі уақытта алғашқы әскери дайындық сабақтарында бағалау көбінесе дәстүрлі бес балдық жүйеге сүйенеді. Бағалау кезінде оқушылардың теориялық білімі, қару-жарак үлгілерін тану, саптық дайындық, әскери жарғыларды білуі және физикалық төзімділігі есепке алынады.

Алайда бұл жүйенің кейбір кемшіліктері байқалады:

- Бағалау критерийлері нақты анықталмаған;
- Оқушының жеке ілгерілеуі мен ынтасы ескерілмейді;
- Практикалық тапсырмаларды бағалау кезінде бірыңғай өлшем жоқ;
- Қалыптастырушы (формативті) бағалау түрі жеткілікті деңгейде қолданылмайды.

2. Бағалау жүйесін жетілдірудің негізгі бағыттары

Алғашқы әскери дайындық сабағында бағалау жүйесін жетілдіру үшін төмендегі бағыттарды ұсынуға болады:

-Критериалды бағалау жүйесін енгізу. Бұл тәсіл әр оқушының нақты оқу мақсаттарына қол жеткізу деңгейін бағалауға мүмкіндік береді. Мысалы, «Саптық дайындық» бөлімінде:

Жоғары деңгей – бұйрықты нақты орындайды, саптық адымның ырғағын сақтайды;

Орта деңгей – қозғалыс кезінде ұсақ қателіктер жібереді;

Төмен деңгей – нұсқауды толық орындамайды.

Қалыптастырушы бағалау (feedback) жүйесін енгізу. Сабақ барысында мұғалім оқушыға дереу кері байланыс беріп, оның жетістіктерін және қателіктерін талдап отыруы қажет.

Практикалық және теориялық бағалаудың теңгерімі. Мысалы, 60% практикалық (жинақтау, саптық жаттығу, алғашқы көмек көрсету), 40% теориялық (әскери жарғы, қауіпсіздік ережелері, тактикалық білім) [2].

Электронды бағалау мен өзін-өзі бағалау элементтерін енгізу. Оқушылар QR-тест, онлайн-викторина немесе практикалық бейнероликтер арқылы өз білімін тексеріп, нәтижесін талдай алады.

Модульдік бақылау жүйесін қолдану. Әр оқу тоқсанының соңында модульдік бақылау өткізу — оқушының жалпы дайындығын кешенді бағалауға мүмкіндік береді.

1-кесте. Бағалау критерийлерінің үлгісі

Бағалау бағыты	Критерий	Деңгейі	Ұпай
Теориялық білім	Әскери жарғыларды білу	Жоғары / Орта / Төмен	10
Практикалық дағды	Саптық қозғалыс, қаруды жинау	Дұрыс / Аздаған қате / Қате	20
Тәртіп пен жауапкершілік	Сабаққа қатысу, форма талаптарын сақтау	Толық / Жартылай / Орындамаған	10
Барлығы	40 ұпай		

40 ұпайлық жүйеде нәтижені пайызға айналдыру арқылы оқушының үлгерім деңгейі анықталады:

-36–40 ұпай – «Өте жақсы»

-30–35 ұпай – «Жақсы»

-24–29 ұпай – «Қанағаттанарлық»

-23 ұпайдан төмен – «Қанағаттанарлықсыз».

Мұғалімнің рөлі

Мұғалім бағалау процесінде тек бақылаушы емес, бағыттаушы рөл атқаруы тиіс. Ол әр оқушының жетістігіне қолдау білдіріп, қызығушылығын арттыру үшін ынталандырушы бағалау әдістерін қолданады (мадақтау, балл жинау жүйесі, топтық марапаттар).

Алғашқы әскери дайындық пәніндегі бағалау жүйесін жетілдіру — оқушылардың білім сапасын арттырумен қатар, олардың тәртіптілігі мен патриоттық сезімін нығайтуға әсер етеді. Критериалды және қалыптастырушы бағалау тәсілдерін енгізу, практикалық дағдыларды басым бағалау, электрондық бақылау құралдарын пайдалану — бұл пәннің қазіргі заман талабына сай дамуын қамтамасыз етеді.

Жаңартылған бағалау жүйесі нәтижесінде оқушылар өз жетістіктерін нақты көріп, өзін-өзі жетілдіруге ұмтылады, ал мұғалім оқу үдерісін тиімді ұйымдастыру мүмкіндігіне ие болады.

Бағалау жүйесін жетілдірудің педагогикалық және психологиялық негіздері [3].

Бағалау — тек білім нәтижесін өлшеу құралы емес, сонымен бірге **оқыту мотивациясын арттырушы фактор**. Алғашқы әскери дайындық сабағында бағалау жүйесін жетілдіру үшін педагогикалық және психологиялық тұрғыдан мына қағидаларды сақтау маңызды:

Мотивациялық қағида: Әділ бағалау — оқушының пәнге деген қызығушылығын арттырады. Әскери тақырыптағы жарыс, марапат, шеврон немесе сертификат түрінде ынталандыру мотивацияны күшейтеді.

Жеке тұлғалық қағида: Әр оқушының қабілеті мен физикалық дайындығы әртүрлі. Бағалау кезінде жеке жетістік пен алға жылжуды ескеру қажет.

Қалыптастырушы кері байланыс: Мұғалім тек баға қойып қана қоймай, нақты жетістіктер мен жетілдіру бағыттарын көрсетуі тиіс.

Психологиялық жайлылық: Әскери пән кей оқушыларға күрделі болуы мүмкін. Бағалау кезінде қолдау тілі мен ынталандырушы пікір қолдану — сенімділік қалыптастырады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Бекмұхамбетов Е.Т., Ибраев Б.М. Алғашқы әскери дайындық: әдістемелік құрал. — Алматы: Рауан, 2021. — 148 б.
2. Қалиева А.Ж. Критериалды бағалау жүйесінің тиімділігі. — «Білім — Образование» журналы, №3, 2023. — 45–48 б.
3. Нұрғалиева Г.Қ. Оқу жетістіктерін қалыптастырушы бағалау әдістері. — Алматы: Қазақ университеті, 2020.

ОӘЖ 74.200.58

МЕКТЕПТЕГІ БАСЫМ БАҒЫТТАРДЫҢ БІРІ РЕТІНДЕ ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ПАТРИОТИЗМДІ ТӘРБИЕЛЕУ

Мусаханов Н.Қ., Икрамов З.Д., Болысбек Д.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются вопросы воспитания казахстанского патриотизма как одного из приоритетных направлений в школе. Автор анализирует теоретические основы патриотического воспитания и описывает его значимость в современной школьной

системе. Особое внимание уделяется методам и приёмам формирования патриотических чувств, а также практике проведения учебных и внеурочных мероприятий. В результате исследования выделяются эффективные пути патриотического воспитания, способы развития гражданской ответственности учащихся и укрепления любви к Родине. Статья также содержит практические рекомендации по формированию общественной активности и патриотической позиции школьников.

This article examines the issues of fostering Kazakhstani patriotism as one of the priority directions in schools. The author analyzes the theoretical foundations of patriotic education and highlights its significance in the modern school system. Special attention is given to methods and techniques for developing patriotic feelings, as well as the practical experience of classroom and extracurricular activities. The study identifies effective approaches to patriotic education, ways to develop students' civic responsibility, and to strengthen their love for the Motherland. The article also provides practical recommendations for cultivating social engagement and patriotic attitudes among students.

Өскелең ұрпақты патриоттық тәрбиелеу-біздің қазіргі қоғамымыздың басты міндеттерінің бірі, ал балалық шақ – Отанға деген сүйіспеншілік сезімін қалыптастырудың ең құнарлы уақыты. Патриоттық сезім отбасында қалыптаса бастайды, онда адамның санасында Отан бейнесі мен оған деген жеке көзқарас қалыптасады, өз еліне, оны мекендейтін адамдарға, оның мүдделеріне жауапкершілікпен қарау тәрбиеленеді [1].

Қазіргі жағдайда мектептер - жас ұрпақты патриоттық тәрбиелеу орталығына айналды. Өз өлкесінің тарихын білу зияткерлік жүктемені ғана емес, рухани байлығын байытады, патриотизм сезімін, өз халқына деген мақтаныш сезімін дамытады. Ушинскийдің сөзімен айтқанда-патриотизмге тәрбиелеу-бұл "адамдағы адамды" қалыптастырудың мақсатты процесі, дұрыс ұйымдастырылған кезде ол тек ақылға ғана емес, жан мен жүрекке де әсер етеді. Оның көзқарасы бойынша барлық оқу пәндері, әсіресе туған табиғатын, географиясын, тарихын, тілі мен әдебиетін зерттеумен байланысты пәндер үлкен тәрбиелік әлеуетке ие. Әрине, осыған байланысты мектеп мұражайларының қызметіндегі әлеуметтік-педагогикалық бағыт жандануда [2].

Оқушылардың құндылық бағдарларын қалыптастыру бойынша жұмысты оқудың алғашқы жылдарынан бастау керек. Мектеп шеңберінде Қазақстан халқының тілдері апталығы өткізіледі, Қазақстан Республикасының Мемлекеттік және ұлттық мерекелері салтанатты түрде атап өтіледі, желілер, өлеңдер мен суреттер, шығармалар конкурстары, балалар шығармашылығы көрмелері, ұлттық спорт түрлері бойынша спорттық олимпиадалар өткізіледі. Сыныптан тыс сабақтарда біздің оқушылар ҚР мемлекеттік рәміздерімен, Туымен, Елтаңбасымен, Әнұранымен танысады.

Жалпы мектептік іс-шаралар жүйесінде Патриоттық тәрбие беру:

Өз Отанның, халқының тарихын, оның әдет-ғұрыптары мен салт-дәстүрлеріне құрметпен қарауға, мемлекет рәміздері үшін, өз халқы үшін мақтаныш сезімін тәрбиелеуге бағытталған; Отан мен өз халқының тағдыры үшін, оның болашағы үшін борыш пен жауапкершілік, гуманизмді, мейірімділікті, жалпыадамзаттық құндылықтарды көрсету қабілеті, оқулықтар

материалында да жүзеге асырылады оқу-әдістемелік құралдар, Оқу-әдістемелік жұмыстардағы әдеби шығармалар.

Оқушылардың сабақтан тыс іс-әрекетінде патриоттық тәрбие оқушылардың тарихы, дәстүрлері, мәдениеті, туған жері туралы білімдерін игеруге; өз отбасының тарихымен мазмұнды танысуға, басқалардың еңбегіне құрметпен қарауды қалыптастыруға, оған мүмкіндігінше қатысуға, адамгершілік мінез-құлқын көрсетуге бағытталған түрлі іс-әрекеттерді ұйымдастыру арқылы жүзеге асырылады [3].

Қазіргі кезеңде қазақстандық қоғам алдында тұрған маңызды міндеттердің бірі – жас ұрпақ бойында елжандылық қасиетті қалыптастыру, яғни қазақстандық патриотизмді тәрбиелеу болып табылады. Патриотизм – жеке тұлғаның өз Отанына, туған жеріне, халқына деген сүйіспеншілігін, құрметін және жауапкершілігін білдіретін рухани-адамгершілік қасиет. Мектеп – осы қасиеттің қалыптасуы мен дамуының негізгі ортасы. Себебі дәл мектеп қабырғасында оқушының азаматтық көзқарасы, өмірлік ұстанымы мен ұлттық құндылықтарға қатынасы айқындалады.

Қазақстандық патриотизм – көпұлтты, көпконфессиялы қоғам жағдайында барлық азаматтарды ортақ мақсат пен құндылықтар төңірегінде біріктіретін идея. Бұл ұғым этникалық патриотизмнен өзгеше, себебі ол тек бір ұлттың емес, бүкіл Қазақстан халқының мүддесін көздейді. Қазақстандық патриотизмнің негізгі мазмұны – елдің тәуелсіздігі мен егемендігін сақтау, Конституция мен мемлекеттік рәміздерді құрметтеу, қоғамдық татулық пен келісімді нығайту [4].

Патриоттық тәрбие жүйелі, мақсатты және үздіксіз жүргізілуі тиіс. Ол үшін мұғалімнің кәсіби шеберлігі мен тұлғалық үлгісі шешуші рөл атқарады. Патриоттық тәрбие оқушының жас ерекшелігі мен психологиялық даму деңгейіне сәйкес жүзеге асуы қажет. Педагогикалық процесте келесі принциптер сақталуы тиіс:

- ұлттық және жалпыадамзаттық құндылықтардың бірлігі;
- тәрбие мен оқытудың біртұтастығы;
- жеке тұлғаның белсенді өмірлік позициясын қалыптастыру.

Қазіргі заманда ақпараттық технологиялар мен әлеуметтік желілердің рөлі артқандықтан, патриоттық тәрбиенің жаңа әдістерін қолдану қажеттілігі туындап отыр.

Онлайн-платформалар арқылы виртуалды экскурсиялар, тарихи деректі фильмдер көру, заманауи патриоттық челленджер мен флешмобтар ұйымдастыру – жастардың қызығушылығын арттырудың тиімді жолдары [5].

Патриотизм деңгейін анықтау тек теориялық біліммен шектелмейді, ол оқушының іс-әрекеті арқылы көрінеді. Оқушының туған жеріне қамқорлық жасауы, қоғам өміріне белсенді араласуы, өз елінің тарихын білуі – патриоттық сананың нақты көрсеткіші [6].

Қорытындылай келе, қазақстандық патриотизмді тәрбиелеу – білім беру жүйесінің стратегиялық бағыты. Ол ұлттық бірлікті нығайтуға, жастарды ел болашағына жауапкершілікпен қарауға баулиды. Мектеп мұғалімдері мен

тәрбиешілер осы бағытта шығармашылықпен жұмыс істегенде ғана жас ұрпақ шынайы отансүйгіш азамат болып қалыптасады. Патриоттық тәрбие – мемлекеттің рухани қауіпсіздігін қамтамасыз етудің басты тетігі, ұлттың болашағына салынған инвестиция.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Назарбаев Н.Ә. Қазақстан жолы – 2050: Бір мақсат, бір мүдде, бір болашақ. – Астана, 2014.
2. Қазақстан Республикасының Білім туралы заңы. – Астана, 2007.
3. Қазақстан Республикасында білім беруді және ғылымды дамытудың 2020–2025 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасы. – Астана, 2020.
4. Қалиев С. Тәрбиенің теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Білім, 2019.
5. Бейсенова А. Жас ұрпаққа патриоттық тәрбие берудің педагогикалық негіздері. – Алматы: Рауан, 2021.
6. Сәтімбеков Ә. Мектептегі тәрбие жұмысының әдістемесі. – Шымкент: Мирас, 2022.

ОӘЖ 759.41

СТУДЕНТТЕРДІҢ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ РӨЛІ

Мықтыбек Д.Н., Мамат А.М., Жармагамбетов М.Т.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается роль физической культуры в формировании здорового образа жизни студентов. Анализируется влияние регулярной физической активности на физическое, психическое и социальное развитие личности. Особое внимание уделяется организации занятий физической культурой в вузах, применению современных технологий, мотивации молодежи к активному образу жизни. Автор подчеркивает, что физическое воспитание способствует формированию ответственного отношения к здоровью, развитию волевых качеств и социальной адаптации студентов в современном обществе.

The article examines the role of physical education in shaping a healthy lifestyle among university students. It analyzes the impact of regular physical activity on the physical, psychological, and social development of the individual. Special attention is paid to the organization of physical education classes in higher education institutions, the use of modern technologies, and the motivation of young people to lead an active lifestyle. The author emphasizes that physical education fosters a responsible attitude toward health, the development of willpower, and social adaptation in modern society.

Қазіргі таңда қоғамның даму деңгейі мен экономикалық әлеуеті тек ғылыми-техникалық прогреспен ғана емес, халықтың денсаулық мәдениетімен де тығыз байланысты. Әсіресе жастар арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру мәселесі ерекше өзектілікке ие. Себебі бүгінгі студент – ертеңгі кәсіби маман, қоғамның белсенді азаматы.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) деректеріне сүйенсек, адамның денсаулығының 50%-дан астамы өмір салтына, оның ішінде физикалық белсенділік деңгейіне байланысты. Ал Қазақстанда жүргізілген

зерттеулер студенттердің шамамен 60%-ының дене белсенділігі төмен екенін көрсетеді. Бұл деректер жастардың өмірінде дене шынықтырудың рөлі мен маңызын күшейтудің қажеттілігін дәлелдейді.

Дене шынықтыру пәні тек денені шынықтырып, спорттық дағдыларды дамытумен шектелмейді. Ол студенттердің өмірге көзқарасын қалыптастырып, психологиялық тұрақтылығын арттырып, әлеуметтік бейімделуіне ықпал етеді.

Физикалық белсенділіктің адам ағзасына әсері көпқырлы. Жүйелі түрде жаттығу жасау қан айналымын жақсартады, тыныс алу жүйесін белсендіреді, бұлшық еттердің тонусын көтереді. Сонымен қатар, эндорфиндер мен серотонин секілді «қуаныш гормондарының» бөлінуін арттырып, көңіл-күйді көтереді.

Психологиялық тұрғыдан алғанда, спортпен шұғылдану адамның өз-өзіне сенімділігін арттырады, күйзеліс деңгейін төмендетеді, ұжымдық сезімді дамытады. Университет өміріндегі үнемі стресс пен ақпараттық жүктемені ескерсек, дене шынықтыру студенттердің эмоционалды тұрақтылығы үшін өте маңызды [1].

Мысалы, жүргізілген зерттеулер бойынша аптасына үш рет дене жаттығуларымен айналысатын студенттердің сабақ үлгерімі 15–20%-ға жоғары болады. Бұл дене белсенділігінің интеллектуалды қабілетке оң әсер ететінін дәлелдейді.

Салауатты өмір салты — адамның жеке мәдениетінің, мінез-құлқының және құндылықтарының көрсеткіші. Дене тәрбиесі арқылы студент өзін-өзі тәрбиелеуге, мақсат қоюға және оған жетуге дағдыланады.

Бүгінгі жастардың көпшілігі виртуалды әлемге тәуелді. Смартфон мен әлеуметтік желілерге шамадан тыс уақыт бөлу олардың қозғалыс белсенділігін шектейді. Осы тұрғыда дене шынықтыру сабақтары – белсенді өмір салтын насихаттаудың тиімді құралы.

Салауатты өмір салтын ұстану мәдениеті үш негізгі компоненттен тұрады:

1. **Физикалық компонент** – қозғалыс белсенділігі, дене жаттығулары, спорттық ойындар;
2. **Психологиялық компонент** – позитивті ойлау, өзін-өзі басқару, эмоционалды тұрақтылық;
3. **Әлеуметтік компонент** – қарым-қатынас мәдениеті, ұжыммен жұмыс істеу, қоғамға пайдалы іс-әрекет.

Дене тәрбиесі осы үш компонентті үйлестіреді, яғни адамның толыққанды тұлға болып қалыптасуына ықпал етеді [2].

Қазіргі таңда жоғары оқу орындарында дене тәрбиесі пәні міндетті оқу компоненті ретінде қарастырылғанымен, оның тиімділігі барлық жерде бірдей емес. Кейбір студенттер бұл пәнге формалды түрде қатысып, оның шынайы маңызын түсіне бермейді.

Сондықтан дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыруда жаңа педагогикалық және ақпараттық технологияларды қолдану өзекті. Мысалы:

- фитнес-трекерлер мен мобильді қосымшалар арқылы жеке нәтижелерді бақылау;

- онлайн-жаттығулар мен видеосабактар;
- спорттық челленджер мен марафондарды өткізу;
- «денсаулық күндері» мен спорттық фестивальдер ұйымдастыру.

Сонымен қатар, студенттердің қызығушылығына қарай элективті спорт түрлерін енгізу де тиімді: йога, жүзу, таэквондо, волейбол, фитнес-аэробика, стрит-воркаут сияқты бағыттар жастардың өз қалауымен белсенді болуына мүмкіндік береді.

Мотивация – студенттің физикалық белсенділікке қатысуының басты қозғаушы күші. Егер сабақ қызықты әрі мақсатқа бағытталған болса, студент оны өз еркімен жалғастырады.

Мұғалімдер мен жаттықтырушылардың рөлі бұл жерде өте жоғары. Олардың міндеті – әр студенттің жеке мүмкіндігін ескеріп, оған қолдау көрсету. Қарапайым жетістіктер мен нәтижелер студентті жаңа мақсаттарға жетелейді [3].

Дене шынықтыру арқылы студент тек физикалық тұрғыдан емес, тұлғалық және әлеуметтік тұрғыдан да дамиды. Ол уақытты дұрыс пайдалануға, ерік-жігерін шыңдауға және өмірлік қиындықтарға төтеп беруге үйренеді.

Көптеген дамыған елдерде (Жапония, Корея, Германия, Финляндия) университеттік спорт жүйесі білім берудің ажырамас бөлігі болып табылады. Бұл елдерде студенттер аптасына кем дегенде 3–4 рет дене белсенділігімен айналысуға міндетті.

Қазақстанда да соңғы жылдары жастар спортына көңіл бөлінуі артып келеді. «Салауатты Қазақстан – 2030» бағдарламасы аясында жастар арасында спорттық инфрақұрылымды дамыту, бұқаралық жарыстар өткізу және дене шынықтыру мамандарын даярлау жұмыстары жүргізілуде.

Шымкент, Алматы, Астана қалаларындағы көптеген университеттерде фитнес-залдар мен спорттық клубтар ашылып, ерікті түрде спортпен айналысатын студенттер саны жылдан жылға өсіп келеді.

Студенттік кезең – болашақ маманның кәсіби және тұлғалық іргетасы қаланатын уақыт. Физикалық белсенділік адамның еңбек қабілеттілігін арттырып қана қоймай, оның кәсіби мінез-құлқына да оң әсер етеді.

Белсенді өмір салтымен айналысатын адам:

- жұмысқа жауапкершілікпен қарайды;
- стресске төзімді;
- уақытты тиімді басқарады;
- ұжымда белсенді және көшбасшылық қасиеттерге ие.

Осы тұрғыда дене шынықтыру студенттің кәсіби әлеуетін арттыратын маңызды фактор болып саналады [4].

Қорыта айтқанда, дене шынықтыру студенттердің салауатты өмір салтын қалыптастыруда шешуші рөл атқарады. Ол физикалық, рухани және әлеуметтік дамудың негізін құрайды.

Дене тәрбиесі арқылы жастар өз денсаулығына жауапкершілікпен қарауды үйренеді, зиянды әдеттерден бас тартып, өмірлік белсенділік позициясын

қалыптастырады. Университеттер мен оқытушылардың міндеті – студенттердің дене белсенділігіне жағдай жасап, оны тұрақты өмірлік әдетке айналдыру.

Салауатты ұлт – бәсекеге қабілетті мемлекеттің кепілі. Сондықтан жастардың денсаулығын сақтау мен дамыту – ұлттық деңгейдегі басым бағыттардың бірі болып қала береді.

Әдебиеттер тізімі

1. Әбдіқадыров Б.Ж. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Білім, 2019.
2. Қасымова А. Салауатты өмір салты – жастар денсаулығының негізі. – Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2022.
3. Мырзахметов А., Әлімбекова С. ЖОО студенттерінің дене тәрбиесін ұйымдастырудың тиімді жолдары. – Алматы, 2021.
4. Тлеуова Г., Есенова Д. Жастардың физикалық белсенділігін арттырудағы инновациялық әдістер. – «Педагогика және спорт» журналы, №3, 2023.

УДК 759.41

РОЛЬ РОБОТОТЕХНИКИ И АВТОМАТИЗИРОВАННЫХ СИСТЕМ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ОБОРОНЫ

Никитин Т.В., Тұрар М.Ж., Заитов З.Р.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада робототехника мен автоматтандырылған жүйелердің қорғаныс саласындағы маңызы мен рөлі жан-жақты қарастырылады. Автор қазіргі заманғы соғыс жүргізу тәсілдеріне әсер ететін технологиялық факторларды, оның ішінде жасанды интеллект, дрондар, автономды әскери платформалар мен ақпараттық жүйелерді талдайды. Сондай-ақ роботтандырудың этикалық, құқықтық және әлеуметтік аспектілері көрсетіліп, болашақта қорғаныс саласындағы инновациялық бағыттардың дамуы болжанады.

The article examines the significance and role of robotics and automated systems in the field of defense. The author analyzes technological factors affecting modern warfare, including artificial intelligence, drones, autonomous military platforms, and information systems. Ethical, legal, and social aspects of robotization are also discussed, along with predictions for future innovations in defense technology.

Современный этап развития оборонных технологий характеризуется стремительным внедрением робототехники и автоматизированных систем, которые радикально меняют принципы ведения войны и организацию военной деятельности. Если ранее решающую роль на поле боя играли физическая сила и численность войск, то сегодня на первый план выходят интеллектуальные технологии, искусственный интеллект, автономные системы и роботизированные комплексы. Эти инновации не только повышают эффективность боевых операций, но и трансформируют само понятие военной стратегии, акцентируя внимание на точности, скорости и минимизации человеческих потерь.

В условиях глобальных геополитических изменений и роста технологических угроз государства вынуждены пересматривать подходы к обеспечению обороноспособности. Робототехника становится одним из главных инструментов нового поколения вооружённых сил. Её внедрение обусловлено необходимостью уменьшить риски для личного состава, повысить автономность боевых действий и улучшить сбор, обработку и анализ информации в реальном времени.

Развитие робототехники началось с создания простейших дистанционно управляемых устройств, однако сегодня речь идёт о целых системах, способных самостоятельно выполнять сложные задачи без непосредственного участия человека. Эти технологии охватывают широкий спектр сфер: от боевых и разведывательных платформ до логистики, медицинской помощи и инженерных операций. В современном мире автоматизация становится неотъемлемой частью оборонных стратегий, превращая армию в высокотехнологичную структуру нового типа.

Одним из наиболее значимых направлений в развитии оборонной робототехники является создание беспилотных летательных аппаратов (БПЛА). Они уже давно перестали быть вспомогательными средствами и превратились в основной элемент разведки, наблюдения и даже наступательных операций. Дроны нового поколения способны работать в автономном режиме, используя алгоритмы искусственного интеллекта для распознавания объектов, определения маршрутов и принятия решений. Такие системы, как американский *MQ-9 Reaper*, турецкий *Bayraktar TB2* и российский *Орион*, демонстрируют, что использование автономных летательных аппаратов может значительно снизить риски для пилотов и повысить эффективность боевых миссий [1].

Однако роль робототехники не ограничивается воздушным пространством. Активно развиваются наземные роботизированные платформы, выполняющие функции поддержки и боевого взаимодействия. Примеры таких систем — российский «Уран-9», американский *MAARS*, китайский *Sharp Claw* и южнокорейский *SGR-A1*. Эти машины оснащены системами видеонаблюдения, сенсорами, лазерными дальномерами и вооружением, что позволяет им действовать как в автономном, так и в управляемом режиме. Они используются для патрулирования, охраны стратегических объектов, сопровождения колонн, а также в операциях по разминированию и инженерной разведке.

Особое внимание уделяется разработке подводных и морских роботизированных систем, таких как беспилотные субмарины и автономные разведывательные аппараты. Эти устройства способны действовать в сложных гидрологических условиях, проводить разведку, устанавливая мины или обеспечивать контроль над подводной инфраструктурой. Например, американский проект *Orca XLUV* и российская система *Посейдон* представляют собой автономные аппараты стратегического значения, предназначенные для дальнего патрулирования и нанесения ответных ударов при угрозе нападения.

Ключевым технологическим прорывом последних лет стало внедрение искусственного интеллекта (ИИ) в системы управления и анализа данных. Искусственный интеллект позволяет значительно повысить эффективность принятия решений, обеспечивая обработку огромных объёмов информации с минимальной задержкой. В боевых условиях это означает возможность мгновенно реагировать на изменения обстановки, прогнозировать действия противника и корректировать тактику. Системы машинного обучения и нейронные сети активно применяются в разведке, управлении беспилотниками, навигации и радиоэлектронной борьбе. Например, в рамках проекта *Project Maven* Министерство обороны США использует ИИ для анализа видеоданных с беспилотников, автоматического распознавания объектов и определения потенциальных угроз [2].

Немаловажное значение имеет и автоматизация командных структур. Современные боевые системы объединяются в единую информационную сеть, в которой человек выполняет функцию контролёра и аналитика, а не непосредственного исполнителя. Применение таких концепций, как *сетевая центрическая война*, обеспечивает постоянный обмен данными между различными подразделениями и средствами наблюдения. Это позволяет не только координировать действия на большом расстоянии, но и создавать цифровые карты боевых зон, отображающие динамику ситуации в режиме реального времени.

Особое направление занимает роботизация логистических процессов. Автоматизированные транспортные системы, включая грузовые дроны и наземные роботы, применяются для доставки боеприпасов, продовольствия и медицинских средств в зонах боевых действий. Такие технологии снижают зависимость от традиционных маршрутов снабжения и обеспечивают непрерывность операций даже в условиях активного противодействия противника. Кроме того, автоматизация логистики позволяет снизить затраты и минимизировать влияние человеческого фактора, который часто становится причиной ошибок или задержек.

Робототехника также активно используется в сфере медицинского обеспечения армии. Автономные медицинские роботы и телемедицинские системы способны оказывать первую помощь, проводить диагностику и даже выполнять хирургические операции в полевых условиях. Сочетание робототехники и искусственного интеллекта позволяет создавать устройства, способные самостоятельно принимать решения в критических ситуациях. Это значительно повышает шансы на выживание раненых солдат и снижает нагрузку на медицинский персонал.

Не менее важным направлением является использование робототехники в инженерных и спасательных операциях. Роботы-разведчики применяются для поиска мин, обследования разрушенных зданий, ликвидации последствий катастроф и стихийных бедствий. Они способны работать в условиях радиации, задымления, высоких температур и других экстремальных факторов, где пребывание человека опасно или невозможно.

Тем не менее, широкое внедрение автоматизированных систем порождает ряд этических и правовых вопросов. Одним из самых дискуссионных является вопрос об автономных боевых роботах, которые могут самостоятельно принимать решения о применении оружия. Международное сообщество, включая ООН, активно обсуждает необходимость разработки правовых рамок, регулирующих использование подобных систем. Противники автономного оружия указывают на угрозу потери человеческого контроля и возможные ошибки алгоритмов, которые могут привести к гибели мирных граждан. Сторонники же утверждают, что такие системы, наоборот, способны снизить количество жертв за счёт точности и объективности решений, не подверженных эмоциональным реакциям [3].

Развитие робототехники и автоматизации неизбежно связано с кибербезопасностью. Чем больше систем объединено в единую сеть, тем выше риск кибератак, способных вывести из строя или даже перехватить управление военной техникой. Поэтому наряду с разработкой роботизированных комплексов необходимо совершенствовать системы защиты данных, шифрования и противодействия электронным угрозам. Современные армии создают отдельные подразделения киберобороны, специализирующиеся на защите автономных и сетевых платформ.

Перспективы развития робототехники в обороне связаны с интеграцией нанотехнологий, биоинженерии и квантовых вычислений. Уже сегодня ведутся исследования по созданию микро- и нанороботов, которые смогут выполнять разведку или ремонт техники изнутри. Квантовые технологии, в свою очередь, обеспечат сверхнадёжную защиту каналов связи и передачи данных. Эти направления представляют будущее мировой обороны, основанной на интеллектуальных и самообучающихся системах.

Несмотря на технологический оптимизм, важно учитывать социальные последствия милитаризации технологий. Постепенное вытеснение человека из активных боевых ролей может привести к утрате моральной ответственности и изменениям в восприятии войны. Роботы не испытывают страха, боли и сострадания, поэтому риск бездумного применения силы возрастает. Задача современного общества — найти баланс между технологической эффективностью и гуманными принципами, чтобы прогресс не стал угрозой для человечества.

Подводя итог, можно утверждать, что робототехника и автоматизированные системы уже сегодня определяют будущее оборонной политики. Они меняют не только способы ведения войны, но и саму философию безопасности. Армии XXI века становятся интеллектуальными структурами, где информация, скорость реакции и технологическое превосходство заменяют численное преимущество. Однако ключевым вызовом остаётся сохранение контроля над искусственным интеллектом и автономными системами, чтобы технологическая мощь служила во благо, а не во вред человечеству.

Литература

1. Шамрай В. И. Роботизация вооружённых сил: состояние и перспективы. — Москва: Воениздат, 2022.
2. Громов А. И. Автоматизация военных систем управления. — Санкт-Петербург: Политехпресс, 2021.
3. Робототехника и военные технологии будущего. — Москва: Наука, 2024.

ОӘЖ 372.016.796

ҮСТЕЛ ТЕННИСІН ОҚЫТУДЫҢ МАҚСАТТАРЫ МЕН МІНДЕТТЕРІ

Ноғайбек М.С., Құралбай І.Н., Төрегелді Б.М.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается воспитательное и развивающее значение футбола в процессе обучения школьников.

The article discusses the educational and developmental value of football in the learning process of school students .

Үстел теннисі сабағын оқытудың басты мақсаты – оқушыларды ойынның негізгі қағидаларымен, техникасы мен тактикасымен таныстырып, дене және психологиялық тұрақтылығын арттыру. Негізгі міндеттері:

- үстел теннисінің ережелерін және қауіпсіздік талаптарын меңгерту;
- ракетканы дұрыс ұстау, бастапқы тұрыс пен қозғалыс техникасын үйрету;
- допты беру мен қайтару тәсілдерін қалыптастыру;
- жылдамдық, икемділік және көз-қол үйлесімділігін жетілдіру;
- тактикалық ойлауды дамыту және жарыс кезіндегі тәртіпті сақтауға баулу [1].

Оқыту міндеттері оқу жылының басында жоспарланып, оқушылардың дайындық деңгейіне қарай кезең-кезеңімен орындалады. **Үстел теннисін үйрету кезеңдері:**

Дайындық кезеңі. Бастапқы кезеңде оқушылар үстел теннисінің тарихымен, құрал-жабдықтарымен және ойын ережелерімен танысады. Қауіпсіздік ережелері мен залдағы тәртіп міндетті түрде түсіндіріледі. Дене қыздыру жаттығулары (қол, иық, бел, тізе буындарын қозғалту, секіру, жүгіру элементтері) арқылы бұлшықеттер дайындалады. Сонымен қатар, ракетканы дұрыс ұстау және бастапқы тұрысқа дағдыландыруға ерекше көңіл бөлінеді.

Негізгі оқыту кезеңі. Бұл кезеңде негізгі техника элементтері үйретіледі:

- допты жоғары және төмен серпілу арқылы беру;
- кесіп, айналдырып және бағыттап соғу тәсілдері;
- қарсыластың добын қабылдау және дәл қайтару.

Жаттығуларды орындау кезінде қозғалыстың үйлесімділігі мен тепе-теңдігі қадағаланады. Әрбір соққы түрі алдымен баяу, кейін қарқынын арттыра отырып үйретіледі.

Бекіту және ойын кезеңі. Оқушылар үйренген тәсілдерді нақты ойын жағдайында қолданады. Жұптық, командалық және жеке ойындар ұйымдастырылып, әрбір қатысушының әрекеті талданады. Бұл кезеңде оқушылардың реакция жылдамдығы, дәлдігі және тактикалық шешім қабылдау қабілеті дамиды. Мұғалім ойын барысындағы қателіктерді түзетіп, жеке кеңес береді [2].

Үйрету әдістері мен тәсілдері. Үстел теннисін оқытуда қолданылатын әдістер оқушылардың жас ерекшелігіне және дайындық деңгейіне қарай таңдалады.

Көрнекілік әдісі. Мұғалім соққыны, тұрысты немесе қозғалысты өзі көрсетіп, оқушылар оның үлгісін қайталайды. Бұл тәсіл қозғалыс бейнесін саналы түрде қабылдауға көмектеседі.

Түсіндіру және нұсқау беру әдісі. Әр жаттығудың мәні, орындалу реттілігі және қателік жібермеу жолдары ауызша түсіндіріледі.

Қайталау әдісі. Қозғалыстарды бірнеше рет қайталау арқылы моторлық дағдылар бекітіледі.

Даралап және топтап үйрету әдісі. Әр оқушының қабілетіне қарай жеке тапсырмалар беріледі, ал топтық жұмыс кезінде серіктестік қарым-қатынас дамиды.

Ойын әдісі. Үйренген қозғалыстарды нақты ойын барысында қолдану арқылы оқушылардың белсенділігі артады, қызығушылығы күшейеді. Қателіктермен жұмыс және бағалау жүйесі. Үстел теннисін үйрену барысында жиі кездесетін қателіктерге мыналар жатады:

- ракетканы дұрыс ұстамау;
- аяқ қозғалысының үйлесімсіздігі;
- допқа уақытылы әрекет жасай алмау;
- дене қалпының дұрыс сақталмауы.

Мұндай жағдайда мұғалім бейнежазба, айна, немесе жеке кері байланыс әдісін қолдана отырып, техниканы түзетуге көмектеседі. Бағалау жүйесі үш бағытта жүзеге асырылады:

- техникалық шеберлікті бағалау (қозғалыс дәлдігі, соққы сапасы);
- тактикалық ойлау деңгейі (доп бағытын болжау, шешім қабылдау жылдамдығы);
- жалпы дене және психологиялық дайындық көрсеткіштері.

Бағалау тек нәтижеге емес, қозғалыс сапасына, ынта мен тәртіпке де сүйенеді.

Үстел теннисін оқытудың педагогикалық қағидалары. Оқыту әдістемесі педагогикалық принциптерге негізделеді:

- жүйелілік және бірізділік қағидасы.әр сабақ бір-бірімен логикалық байланыста болуы керек;
- көрнекілік қағидасы. оқушы қозғалысты көзбен көріп, елестете алуы тиіс;
- саналық және белсенділік қағидасы. оқушы әр қозғалыстың мәнін түсініп, белсенді орындауы қажет;

-даралық қағидасы. әр оқушының қабілеті мен физикалық ерекшелігі ескеріледі;

-қауіпсіздік қағидасы. жарақаттың алдын алу және өзін-өзі бақылау дағдылары қалыптастырылады [3].

Кесте 1. Үстел теннисін оқытудың мақсаттары мен міндеттері.

№	Бағыты	Мақсаты	Негізгі міндеттері	Күтілетін нәтижелер
1.	Дене дайындығы бағыты	Оқушылардың қимыл белсенділігін арттыру және дене сапаларын жетілдіру	- Жылдамдық, ептілік, икемділік қасиеттерін дамыту;- Бұлшықет үйлесімділігін қалыптастыру;- Жалпы төзімділікті арттыру.	Дене шыныққан, қозғалыс дағдысы дамыған оқушы қалыптасады.
2.	Үстел теннисі техникасын меңгерту және тактикалық ойлауды дамыту	Үстел теннисі техникасын меңгерту және тактикалық ойлауды дамыту	- Негізгі соққылар мен қабылдау әдістерін үйрету;- Ойын ережелері мен стратегияларын түсіндіру;- Ойындық жағдаяттарды шешуге дағдыландыру	Техникасы жетілген, ойын тактикасын меңгерген спортшы тұлға қалыптасады
3.	Тәрбиелік бағыт	Оқушыларды адамгершілікке, жауапкершілікке және өзара сыйластыққа тәрбиелеу	- Ұжыммен жұмыс істеуді үйрету;- Әділдік пен тәртіпті сақтау дағдыларын дамыту;- Спорттық этиканы қалыптастыру.	Рухани бай, жауапты және ұжымшыл оқушы қалыптасады
4.	Психологиялық даму бағыты	Оқушылардың зейінін, реакциясын және эмоциялық тұрақтылығын дамыту	- Шапшаң шешім қабылдау қабілетін жетілдіру;- Өзін-өзі бақылауға баулу;- Жеңіске және жеңіліске дұрыс қарауды үйрету.	Эмоциялық тұрақты, өзіне сенімді, табанды тұлға қалыптасады.
5.	Білімдік бағыт	Үстел теннисі туралы теориялық және практикалық білім қалыптастыру	- Спорттық терминологияны үйрету;- Салауатты өмір салтының мәнін түсіндіру;- Дене мәдениеті пәніне қызығушылығын арттыру.	Спорттық сауаты бар, салауатты өмір салтын ұстанатын оқушы қалыптасады.

Үстел теннисі — тек спорттық ойын ғана емес, ол тұлғаның зейінін, ойлау жылдамдығын және психологиялық тұрақтылығын дамытатын тиімді құрал. Оқыту әдістемесін дұрыс ұйымдастыру арқылы оқушылардың денсаулығы нығайып, қызығушылығы артып, спорттық мәдениеті қалыптасады.

Жүйелі жоспарланған жаттығулар мен педагогикалық тәсілдердің үйлесімділігі оқыту сапасын арттырып, жоғары нәтижеге жетуге мүмкіндік береді.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Ахметова Г. Мектептегі спорттық ойындарды оқыту әдістемесі. – Алматы: Қазақ спорт баспасы, 2022.
2. Жұмабеков Б. Дене тәрбиесі және спорт теориясы. – Алматы: Білім, 2021.
3. ҚР БҒМ. Дене шынықтыру пәні бойынша әдістемелік нұсқаулық. – Астана, 2023.

ОӘЖ 37.013.42

ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕ – ЕЛ БОЛАШАҒЫНЫҢ КЕПІЛІ

Нурмағанбет Балғынбек Дилмахамбетұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается значение патриотического воспитания как основы духовного и социального развития общества. Автор отмечает, что формирование патриотизма у молодёжи является важнейшим условием укрепления национального единства и независимости государства. Раскрыты основные направления и принципы патриотического воспитания: историческая преемственность, личностно-ориентированный подход, практическая деятельность и культурно-нравственные ценности. Особое внимание уделено роли образовательных учреждений, семьи и общественных организаций в формировании гражданской ответственности и любви к Родине. Автор делает вывод, что патриотическое воспитание — это гарантия будущего страны, средство формирования активных, ответственных и духовно богатых граждан Казахстана.

The article discusses the importance of patriotic education as a foundation for the spiritual and social development of society. The author emphasizes that fostering patriotism among young people is a crucial factor in strengthening national unity and state independence. The paper outlines the main principles and directions of patriotic education, including historical continuity, a personality-oriented approach, practical engagement, and cultural-moral values. Special attention is given to the role of educational institutions, families, and public organizations in shaping civic responsibility and love for the homeland. The author concludes that patriotic education serves as a key guarantee of the nation's future and contributes to forming active, responsible, and spiritually enriched citizens of Kazakhstan.

Қазіргі жаһандану дәуірінде ұлттық сана мен рухани құндылықтарды сақтау, жастардың елжандылық сезімін қалыптастыру – мемлекет саясатының басты бағыттарының бірі.

Патриоттық тәрбие – бұл тек Отанға деген сүйіспеншілікті қалыптастыру ғана емес, сонымен бірге елдің әлеуметтік, мәдени, экономикалық дамуына үлес қосуға дайын азаматтарды тәрбиелеудің негізі.

Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңында және Мемлекеттік жалпыға міндетті білім беру стандарттарында жастарға патриоттық тәрбие беру – білім жүйесінің маңызды міндеттерінің бірі ретінде айқындалған. Ел Президенті Қ.К. Тоқаевтың «Әділетті Қазақстанның болашағы – білімді және отансүйгіш ұрпақ» деген сөзі де осы бағыттағы мемлекеттік саясаттың өзегін айқындайды.

Патриотизм ұғымы – өз Отанына, туған жеріне, тілі мен мәдениетіне деген сүйіспеншілік пен құрмет сезімінен бастау алады.

Патриоттық тәрбие – тұлғаның адамгершілік, рухани және азаматтық сапаларын қалыптастыруға бағытталған жүйелі үдеріс. Оның негізгі мақсаты – жас ұрпақтың бойында отаншылдық рухты, ұлттық намыс пен жауапкершілікті дамыту.

Патриоттық тәрбиенің мазмұны үш негізгі бағытта жүзеге асады:

Рухани-адамгершілік бағыт: ұлттық дәстүрлерді, ата-баба мұрасын қастерлеу;

Әлеуметтік-азаматтық бағыт: ел заңдары мен Конституцияны құрметтеу, қоғамдық белсенділік таныту;

Әскери-патриоттық бағыт: Отан қорғауға дайын болу, алғашқы әскери дайындық сабақтарына қызығушылық таныту.

Патриоттық тәрбиенің қазіргі қоғамдағы маңызы

Бүгінгі қоғамда ақпараттық ағынның, шетел мәдениетінің ықпалы артып келеді. Мұндай жағдайда жастардың ұлттық болмысын, туған елге деген сүйіспеншілігін сақтау — өзекті мәселе.

Патриоттық тәрбие ел тұрақтылығының, ұлт бірлігінің және егемендіктің кепілі болып табылады.

Патриоттық сананы қалыптастырудың басты міндеттері:

-жастардың тарихи жадысын жаңғырту;

-мемлекеттік рәміздерді құрметтеу;

-қазақстандық патриотизм мен азаматтық жауапкершілікті дамыту;

-қоғамға пайдасын тигізетін белсенді тұлға тәрбиелеу.

Мектеп пен жоғары оқу орындарында бұл бағыттағы жұмыстар түрлі формада жүзеге асырылады:

ашық тәрбие сағаттары, «Жас сарбаз» қозғалысы, ерлік сабақтары, әскери-патриоттық клубтар, волонтерлік жобалар және тарихи-мәдени экспедициялар.

Патриоттық тәрбиенің негізгі қағидалары

Патриоттық тәрбиенің тиімді болуы үшін төмендегі қағидалар басшылыққа алынады:

Тарихи сабақтастық қағидасы: Отан тарихын, ұлт батырларын, Тәуелсіздік жолындағы күресті білу арқылы елжандылық сезімі оянады.

Тұлғалық бағыт қағидасы: Әрбір жас азаматтың жеке қабілетін, қызығушылығын ескере отырып патриоттық сезім қалыптастыру.

Іс-әрекеттік қағида: Патриоттық сезім тек сөзбен емес, нақты іспен дәлелденуі тиіс (еріктілік, қоғамдық жұмыстарға қатысу, еңбек сүйгіштік).

Мәдени-рухани қағида: Тіл, дәстүр, өнер арқылы ұлттық рухты күшейту.

4. Патриоттық тәрбиені жүзеге асырудың тиімді жолдары

Білім беру жүйесі арқылы:

Әдебиет, тарих, алғашқы әскери дайындық пәндерінде отансүйгіштік тақырыптарын кеңінен қамту;

Тәуелсіздік тарихына арналған жобалық және зерттеу жұмыстарын ұйымдастыру;

«Менің Отаным – Қазақстан» атты шығармашылық байқаулар өткізу.

Мектептен тыс іс-шаралар арқылы:

Ардагерлермен кездесу, әскери бөлімдерге экскурсия;

«Батырлар жолымен» атты туристік экспедициялар;

Ұлттық мерекелерге арналған іс-шаралар мен флешмобтар.

1. Әскери-патриоттық клубтардың қызметі:

«Жас сарбаз» ұйымдары арқылы оқушылардың әскери дайындық дағдыларын қалыптастыру;

Әскери ойындар, саптық жарыстар өткізу;

Жастар арасында тәртіп пен жауапкершілікті арттыру.

Отбасы тәрбиесінің рөлі:

Отбасында ұлттық дәстүр мен әңгіме арқылы Отанға сүйіспеншілік қалыптастыру;

Ата-ана мен баланың бірлескен қоғамдық белсенділігін қолдау.

5. Патриоттық тәрбиенің нәтижесі мен болашағы

Патриоттық тәрбиенің нәтижесінде:

Жастар елінің тарихын, мәдениетін, тілін құрметтейді;

Қоғамға пайда әкелетін жауапты азамат қалыптасады;

Елдің қауіпсіздігі мен тұрақтылығына үлес қосатын ұрпақ өседі;

Мемлекетке сенім мен мақтаныш сезімі нығаяды.

Болашақта патриоттық тәрбиені дамыту үшін білім беру бағдарламаларын жаңарту, цифрлық платформалар арқылы заманауи патриоттық контент жасау және жастар ұйымдарының белсенділігін арттыру қажет.

Патриоттық тәрбие – ел болашағының рухани іргетасы. Ол жас ұрпақтың жүрегіне туған жерге деген сүйіспеншілікті, ел тағдырына жауапкершілікті ұялатады.

Нағыз патриот – өз елінің тарихын, тілін, мәдениетін құрметтейтін, оның дамуына үлес қосуға ұмтылатын азамат.

Патриоттық сезімі жоғары ұрпақ қана мемлекеттің болашағын жарқын ете алады.

Сондықтан да «Патриоттық тәрбие – ел болашағының кепілі» деген ұғым әрбір ұстаздың, ата-ананың және қоғам мүшесінің басты ұстанымына айналуы тиіс.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңы. – Астана, 2023.
2. Тоқаев Қ.К. «Әділетті Қазақстанның болашағы – білімді және отансүйгіш ұрпақ». – Астана, 2025.
3. Нұрғалиева Г.Қ. Патриоттық тәрбиенің педагогикалық негіздері. – Алматы: Қазақ университеті, 2022.
4. Әбдіғалпбарова У. Жастарға отансүйгіштік тәрбие беру жолдары. – Білім – Образование журналы, №2, 2023.
5. Сағындықов Е. Әскери-патриоттық тәрбиенің мазмұны мен формалары. – Астана: Л.Н. Гумилев ЕҰУ, 2021.
6. UNESCO. Education for Peace and Citizenship. – Paris, 2020.

ЖОҒАРЫ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ЖАСТАҒЫ БАЛАЛАРДА ДҰРЫС ДЕНЕ БІТІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДА ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ РӨЛІ

Нұрғали М.С., Нысанбаев А.Ж., Нысан Б.М.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Дошкольная физическая подготовка представляет собой систему мероприятий, направленных на развитие у детей раннего возраста двигательных умений, физических способностей, а также формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.

Preschool physical training is a system of activities aimed at developing motor skills and physical abilities in young children, as well as forming a positive attitude towards a healthy lifestyle.

Мектепке дейінгі ересек кезең – баланың тірек-қимыл жүйесі белсенді дамиды уақыт. Осы жаста омыртқа доғалары қалыптасып, бұлшықет күші артып, қозғалыс дағдылары жетіледі. Сондықтан дәл осы кезеңде дене бітімі жағдайына назар аудару маңызды. Арнайы дене жаттығулары омыртқаның қисаюының алдын алуға, баланың дұрыс тұру әдетін қалыптастыруға мүмкіндік береді.

Дұрыс дене бітімі – табиғи омыртқа иілулері сақталған, бұлшықеттер тепе-тең кернеуде болатын дене қалпы. Осындай жағдай дене салмағының біркелкі бөлінуіне, ішкі мүшелердің қалыпты жұмысына, жалпы дене төзімділігінің артуына ықпал етеді. Егер дене бітімі бұзылса, балада иық асимметриясы, арқаның қайқаюы, жаттығуға тез шаршау байқалады. Балалардың дұрыс дене қалпының бұзылуына бірнеше фактор әсер етеді: қозғалыс жеткіліксіздігі, дене өлшеміне сәйкес келмейтін жиһаз, телефон мен планшетпен ұзақ отыру, бұлшықеттердің әлсіздігі. Қазіргі балалар көп уақытын отырып өткізетіндіктен, омыртқаға түсетін жүктеме артады.

Сонымен қатар, табанның жалпаюы, бұрыс жүру дағдысы да қалыпқа кері әсер етеді. Дұрыс дене бітімінің бұзылуына әсер ететін негізгі факторлар: Физикалық белсенділіктің төмендігі. Балалар ұзақ уақыт отырады немесе пассивті ойындармен айналысады. Жиһаздың сәйкес келмеуі. Кіші балаларға арналған үстел мен орындық биіктігі олардың бойына сай болуы тиіс. Техника мен гаджеттерді қолдану. Ұзақ телефон мен планшетке қарау мойынның алға еңкеюіне, арқа бұлшықеттерінің әлсіреуіне әкеледі. Ата-аналық бақылаудың болмауы. Үйде дене бітімін бақылау, дұрыс отыру мәдениеті жоқ.

Арнайы жаттығулар арқаның, іштің, иық аймағының бұлшықеттерін нығайтып, омыртқаны дұрыс қалыпта ұстайды. Динамикалық және статикалық қозғалыстар бұлшықет корсетінің дамуына ықпал етеді. Жүйелі түрде орындалған жаттығулар қимыл үйлесімділігін жақсартады, қозғалыс мәдениетін қалыптастырады. Уақытылы жасалған профилактикалық жұмыс болашақта денсаулық мәселелерінің алдын алады [1].

Сабақтарды ұйымдастыруда жүктемені біртіндеп арттыру, жүйелілік және даралық қағидасы сақталуы тиіс. Әр баланың дене дайындығы, икемділігі,

дене бітімі жайлы ерекшеліктері есепке алынады. Ойын түріндегі жаттығулар балалардың қызығушылығын арттырады. Музыкамен қатар жүргізілген жаттығулар эмоциялық әсерді күшейтеді.

Жаттығулар келесі бағыттарды қамтуы тиіс:

- арқа бұлшықеттерін күшейту («қайықша», «бөрене»),
- іш бұлшықеттерін дамыту (отырып-тұру, денені көтеру),
- икемділікті жаттықтыру (иілу, созылу),
- төзімділікті қалыптастыру (жеңіл жүгіру, секіру).

Гимнастикалық қабырғада орындалатын жаттығулар омыртқаға түзу бағыт береді. Тепе-теңдікке арналған жаттығулар (бір аяқпен тұру, сызық бойымен жүру) дене бөліктерінің үйлесімін реттейді.

Баланың үлгілі жүріс дағдысы дене бітімін қалыптастыруда ерекше рөл атқарады. Қадам ұзындығы, табанның дұрыс басылуы, өкше-бас бармақ кезектілігі үйлесімін үйрету қажет. Тыныс алуды дұрыс қалыптастыру кеуде қуысының ашылуын қамтамасыз етеді.

Сабақ аптасына 2–3 рет өткізілуі ұсынылады. Құрылымы:

- дайындық кезеңі,
- негізгі бөлім,
- тыныс қалпына келтіру кезеңі.

Негізгі бөлімде омыртқаға түсетін симметриялы жүктеме таңдалады. Құрал-жабдық қолдану балалардың ынтасын жоғарылатады. Тәрбиеші: әр баланың дене құрылысын бақылап, жаттығуларды қауіпсіз орындауға үйретіп, қателіктерді түзету үшін көрнекілік әдістерді қолданады. Мысалы, айна алдында жаттығу, түзу сызық бойымен жүру, иыққа таяқ қойып жүру кері байланыс береді.

Судың әсері. Жүзу омыртқаға салмақ түсірмей, барлық бұлшықеттерді жұмыс істетеді. Су ортасы тыныс алу жүйесін күшейтіп, дұрыс қалыпты бекітеді. Сол себептен су жаттығуларына мүмкіндік болса, жүйелі түрде қатысу ұсынылады. Массаж және тыныс алу гимнастикасы. Массаж бұлшықет тонусын реттейді, қан айналымын қоздырады. Тыныс алу гимнастикасы кеуде клеткасын дамытып, еңкіштіктің алдын алады [2].

Тиімді жаттығулар қатарына іш бұлшықеттерін, арқа және иық бөлігін күшейтетін қозғалыстар жатады: «қайықша», «ласточка», денені көтеру, гимнастикалық қабырға жанында жаттығу. Сонымен қатар, бас үстіне қапшық қойып жүру омыртқаның тік болуын қадағалауға көмектеседі. Табанға арналған жаттығулар да маңызды, себебі табан доғасының бұзылуы бүкіл денеге әсер етеді. Иық белдеуін созу жаттығулары еңкіштікке жол бермейді. Дұрыс дене бітімін қалыптастыруға бағытталған жаттығулар жалпы дене шынықтыру кешенінің құрамына енгізіледі. Сабақтар топ ішінде немесе далада өткізіледі. Тәрбиеші қозғалыстың дұрыс орындалуын бақылап, біртіндеп қиындатылған тапсырмалар береді. Доп, гимнастикалық таяқ, керме қабырға сияқты құралдар сабақтарды әртараптандырады [3].

Үй жағдайында ата-ананың бақылауы өте қажет. Үйдегі үстел мен орындық баланың бойына сай болуы, жарық жеткілікті болуы шарт. Бала үйде

ұзақ уақыт иіле отырып жатса, дене бітімі тез бұзылады. Ата-ананың бірге жаттығуы балаға жағымды эмоция сыйлап, салауатты әдеттерді қалыптастырады. Жоғары мектепке дейінгі жастағы балаларда дұрыс дене бітімін қалыптастыру – денсаулықты нығайтуға бағытталған маңызды процесс. Арнайы дене жаттығулары, педагог тарапынан жүйелі бақылау және ата-анамен тығыз байланыс оң нәтижеге жеткізеді. Бұлшықет корсетін дамыту, қозғалыс үйлесімділігін арттыру және дұрыс тұру дағдысы – болашақтағы омыртқа ауруларының алдын алады. Ерте жастағы профилактика баланың мектеп өміріне дайындық деңгейін жақсартып, жалпы денсаулығына оң әсер етеді.

Пайдаланған әдебиеттер

- 1.ҚР Денсаулық сақтау министрлігі: Спорт және қозғалыс белсенділігі туралы әдістемелік нұсқаулық. – Астана, 2021.
- 2.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания. – М., 2015. – 356 с.
- 3.Жүнісов К. «Жасөспірімдер спорты және дене тәрбиесі». – Алматы: Білім, 2021. – 196 б.

ОӘЖ: 355.23:37.091.3

МЕКТЕПТЕРДЕ ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ КЛУБТАРДЫҢ ҚЫЗМЕТІН ҰЙЫМДАСТЫРУ ТӘЖІРИБЕСІ

Нұрланбекұлы М., Жолдасов Т.Р., Садуллаев М.Ж.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются значение и практические особенности организации деятельности военно-патриотических клубов в школах. Автор определяет роль работы по военно-патриотическому воспитанию в современной системе образования в формировании у учащихся гражданской ответственности и любви к Родине. В работе описаны основные цели и задачи военно-патриотических клубов, а также пути эффективной организации их деятельности. Отмечается, что содержание работы клубов включает строевую подготовку, военно-спортивные игры, экскурсии, встречи и воспитательные мероприятия, направленные на формирование патриотических чувств.

The article examines the importance and practical aspects of organizing the activities of military-patriotic clubs in schools. The author defines the role of military-patriotic education within the modern educational system in shaping students' civic responsibility and love for their homeland. The paper describes the main goals and objectives of military-patriotic clubs, as well as ways to effectively organize their activities. It is noted that the content of club work includes drill training, military-sports games, excursions, meetings, and educational events aimed at fostering patriotic feelings among students.

Қазіргі қоғамда жас ұрпақтың бойында отансүйгіштік пен азаматтық жауапкершілікті қалыптастыру — мемлекеттің стратегиялық басым бағыттарының бірі. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңында, «Патриоттық акт – Менің елім» тұжырымдамасында және «Жас сарбаз» республикалық қозғалысының Жарғысында жастардың патриоттық рухын

күшейту, ел қорғауға даяр тұлға қалыптастыру негізгі мақсат ретінде белгіленген.

Осы бағытта мектептерде әскери-патриоттық тәрбие беру жүйесі үздіксіз жетілдіріліп келеді. Оның ең тиімді формаларының бірі — әскери-патриоттық клубтардың қызметі. Бұл клубтар оқушылардың алғашқы әскери дайындық сабақтарында алған білімін тереңдетіп, рухани және азаматтық қасиеттерін дамытуға бағытталған.

1. Әскери-патриоттық клубтардың мақсаты мен міндеттері

Мектептердегі әскери-патриоттық клубтардың басты мақсаты — оқушылардың бойында Отанға деген сүйіспеншілік сезімін қалыптастыру, әскери-қорғаныс ісіне қызығушылығын арттыру және болашақта елдің қорғаныс қабілетіне өз үлесін қосуға тәрбиелеу.

Клуб қызметінің негізгі міндеттері:

-оқушылардың әскери білімін кеңейту және практикалық дағдыларын жетілдіру;

-Отан қорғаушылардың ерлік дәстүрлерін дәріптеу;

-патриоттық және рухани-адамгершілік қасиеттерді қалыптастыру;

-әскери мамандықтарға қызығушылық тудыру;

-ұжымшылдық, жауапкершілік, тәртіптілік дағдыларын дамыту [1].

Клуб жұмысы мектептің тәрбие жүйесінің ажырамас бөлігі бола отырып, оқушылардың әлеуметтік белсенділігін арттырады және азаматтық позициясын айқындайды.

2. Клуб қызметін ұйымдастырудың негізгі бағыттары.1-кестеде қарастырылған.

Мектептердегі әскери-патриоттық клубтардың қызметі көпжақты бағытта жүргізіледі. Негізгі бағыттары төмендегідей:

1) Теориялық-танымдық бағыт

Бұл бағытта оқушылар Қазақстан Республикасының Қарулы Күштері туралы, елдің әскери саясаты мен ұлттық қауіпсіздігі жөнінде білім алады. Сабақтар мен семинарларда төмендегідей тақырыптар қамтылады:

-«Қазақстан Қарулы Күштерінің құрылымы мен міндеттері»;

-«Әскери ант пен сарбаздың борышы»;

-«Батырлар жыры және әскери дәстүрлер»;

-«Елімнің шекарасы – менің намысым».

2) Практикалық-әскери бағыт

Оқушыларды саптық дайындыққа, атыс жаттығуларына, алғашқы медициналық көмек көрсетуге және топтық әскери тактика элементтеріне үйрету жүзеге асырылады. Мысалы:

-«Дала жаттығулары»;

-«Әскери кедергілер жолағы»;

-«Тактикалық ойындар мен марштар»;

-«Мемлекеттік Ту мен Әнұранды салтанатты көтеру рәсімі».

3) Рухани-адамгершілік және патриоттық бағыт

Клуб мүшелері үшін тарихи және ерлік сабақтары, ардагерлермен кездесулер, патриоттық форумдар ұйымдастырылады. Оқушылар соғыс және еңбек ардагерлерінің өмір жолымен танысып, олардың ерліктерінен үлгі алады.

Сондай-ақ, мектеп қабырғасында «Батырлар бұрышы», «Даңқ залы» сияқты көрме стендтері жасалып, тарихи құжаттар мен фотоматериалдар жиналады.

4) Әлеуметтік және волонтерлік бағыт [2].

Клуб мүшелері ардагерлерге көмек көрсету, қоғамдық жұмыстарға қатысу, мерекелік шерулер мен әскери шеру элементтеріне қатысу арқылы әлеуметтік жауапкершілігін арттырады.

Бұл бағыт жастардың белсенді азаматтық ұстанымын қалыптастыруға мүмкіндік береді.

3. «Жас сарбаз» қозғалысы және оның мектептердегі рөлі

Қазақстанда 2018 жылдан бастап жұмыс істейтін «Жас сарбаз» әскери-патриоттық қозғалысы — мектеп клубтарының қызметін біріздендіріп, республикалық деңгейде жүйелеудің нәтижесі. Бұл қозғалыстың басты ұраны — *«Елін сүйген – ер болады»*.

Қозғалыс аясында:

- облыстық және республикалық әскери-спорттық ойындар («Айбын», «Алау»);

- жас сарбаздар жиындары;

- далалық оқу-жаттығулар өткізіледі.

Мектептегі «Жас сарбаз» клубының негізгі қызмет бағыттары:

- алғашқы әскери дайындық сабақтарымен өзара байланыста жұмыс жүргізу;

- тәрбие сағаттары мен патриоттық іс-шаралар ұйымдастыру;

- әскери бөлімдермен және қорғаныс істері жөніндегі басқармалармен ынтымақтастық орнату;

- оқушыларды әскери өмір мен тәртіпке бейімдеу.

Бұл қозғалыс ел жастарының бойында рухани тұтастық пен ұлттық мақтаныш сезімін нығайтуда маңызды рөл атқарып келеді.

4. Әскери-патриоттық клуб қызметін тиімді ұйымдастыру тәжірибесі [3].

Клуб жұмысының тиімділігі оны дұрыс жоспарлауға және оқушылардың жас ерекшеліктерін ескеруге байланысты. Ұйымдастыру тәжірибесінен төмендегі нәтижелі тәсілдер ұсынылады:

Жылдық жоспар құру:

- патриоттық мерекелер мен тарихи даталарды ескере отырып, іс-шаралар күнтізбесін жасау;

- әр тоқсанда оқу-жаттығу, байқау немесе экскурсия өткізу.

Мектеп пен әскери бөлім арасындағы ынтымақтастық:

- әскери бөлімшелермен, Қорғаныс істері жөніндегі басқармалармен әріптестік меморандум жасау;

- әскери қызметшілерді кездесулерге шақыру.

Бәсекелестік және марапаттау жүйесі:

-үздік сарбаз, үздік взвод, үздік топ номинацияларын тағайындау;
 -мадақтама және төсбелгі беру арқылы оқушыларды ынталандыру.

Ақпараттық қолдау:

-клуб қызметін мектеп сайтында немесе әлеуметтік желілерде жариялау;
 -патриоттық іс-шаралар туралы бейнематериалдар дайындау.

Кесте 1 – Мектептерде әскери-патриоттық клубтардың қызметін ұйымдастыру бағыттары мен нәтижелері

№	Бағыты	Іс-шара түрлері	Мақсаты	Күтілетін нәтиже
1	Теориялық бағыт	Патриотизм, әскери борыш, ел тарихы туралы дәрістер мен пікірталастар өткізу	Оқушылардың ел тарихы мен Отан қорғау тақырыбына қызығушылығын арттыру	Тарихи сана, ұлттық мақтаныш сезімі қалыптасады
2	Практикалық-әскери дайындық	Саптық дайындық, алғашқы медициналық көмек, әскери жаттығулар	Әскери-қолданбалы дағдыларды меңгерту	Тәртіп, жауапкершілік, дәлдік дағдылары дамиды
3	Әскери-спорттық бағыт	«Алау», «Жас сарбаз», «Айбын» сияқты жарыстар мен сайыстар	Дене шынықтыру, ептілік пен төзімділікті дамыту	Командалық рух, бәсекеге қабілеттілік артады
4	Тәрбиелік бағыт	Батырлармен, ардагерлермен кездесу, ерлік сабақтары, әскери анты күні	Отан қорғаушыларға құрмет сезімін қалыптастыру	Азаматтық жауапкершілік пен елге қызмет ету ниеті артады
5	Мәдени-ағартушылық бағыт	Патриоттық ән байқаулары, поэзия кештері, эссе конкурстары	Оқушылардың шығармашылық әлеуетін дамыту	Патриоттық идеяларды рухани тұрғыда қабылдау қалыптасады
6	Ақпараттық бағыт	Презентациялар, бейнежобалар, әлеуметтік желілердегі насихат жұмыстары	Заманауи технологиялар арқылы патриоттық тәрбие жүргізу	АКТ дағдылары дамиды, ақпараттық сауаттылық артады

Пәнаралық байланыс:

-тарих, география, дене тәрбиесі пәндерімен интеграцияланған сабақтар ұйымдастыру;

-ұлттық батырлар мен тарихи оқиғаларды әскери тақырыппен байланыстыра талдау.

Осы тәжірибелерді пайдалану клуб жұмысының сапасын арттырып, оқушылардың белсенділігін күшейтеді.

5. Күтілетін нәтижелер

Мектептерде әскери-патриоттық клубтардың қызметін жүйелі ұйымдастыру нәтижесінде:

-оқушылардың патриоттық сезімі мен ұлттық сана-сезімі дамиды;

-тәртіптілік, батылдық және жауапкершілік қасиеттері қалыптасады;
-әскери мамандықтарға деген қызығушылық артады;
-қоғамға бейімделген, азаматтық белсенділігі жоғары тұлғалар тәрбиеленеді.

Қорыта айтқанда, әскери-патриоттық клубтар — мектептегі тәрбие жұмысының маңызды буыны, жас ұрпақтың бойына елжандылық, ерлік пен намыс рухын сіңіретін тиімді ұйымдық форма [4,5].

Клуб қызметі оқушылардың рухани-адамгершілік дамуын қамтамасыз етіп, олардың азаматтық ұстанымын нығайтады.

Патриоттық тәрбие — ел болашағының кепілі. Сондықтан әрбір мектеп өз оқу-тәрбие жүйесінде әскери-патриоттық бағыттағы жұмыстарды күшейтіп, «Жас сарбаз» қозғалысының тәжірибесін кеңінен енгізуі қажет. Тек осылай ғана біз өз елінің тарихын құрметтейтін, Отан алдындағы парызын сезіне білетін, рухы биік азаматтарды тәрбиелей аламыз.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы.
2. ҚР Қорғаныс министрлігі. Алғашқы әскери дайындық бағдарламасы. — Астана, 2023.
3. ҚР БҒМ. Патриоттық тәрбие тұжырымдамасы. — Астана, 2022.
4. «Жас сарбаз» республикалық қозғалысының Жарғысы. — Астана, 2019.
5. Әбдіразақов Е. Әскери-патриоттық тәрбие жүйесін жетілдірудің заманауи бағыттары. — Алматы, 2021.

УДК 759.41

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В СФЕРЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ И ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ

Октем А., Азамат Е.Г., Егінбай Д.О.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада жасанды интеллекттің ұлттық және азаматтық қорғаныс саласындағы рөлі қарастырылады. Автор ИИ технологияларының қауіп-қатерді болжау, төтенше жағдайлардың алдын алу және құтқару операцияларын тиімді ұйымдастырудағы маңызын талдайды. Сондай-ақ деректердің құпиялылығын сақтау, киберқауіпсіздік пен этикалық мәселелер де қозғалады.

The article explores the role of artificial intelligence in the field of national and civil defense. It discusses the application of AI technologies for threat prediction, disaster prevention, and effective management of rescue operations. The study also addresses challenges related to data privacy, cybersecurity, and ethical aspects of AI implementation.

В современном мире развитие технологий искусственного интеллекта (ИИ) оказывает всё более значительное влияние на различные сферы человеческой деятельности, включая национальную безопасность и систему гражданской защиты. Интеллектуальные алгоритмы, автоматизация анализа данных, предиктивное моделирование и роботизация позволяют государствам

повышать уровень готовности к чрезвычайным ситуациям, оптимизировать процессы принятия решений и снижать риски человеческого фактора. Использование ИИ становится не просто технологическим трендом, а стратегическим направлением, формирующим будущее системы национальной безопасности.

Искусственный интеллект представляет собой совокупность технологий, позволяющих компьютерным системам выполнять задачи, требующие человеческого интеллекта — от распознавания изображений и речи до прогнозирования и самообучения. В контексте гражданской и национальной защиты ИИ применяется для мониторинга, анализа угроз, управления кризисами и обеспечения оперативного реагирования. Сочетание больших данных, облачных вычислений и машинного обучения обеспечивает эффективную обработку огромных массивов информации, что невозможно осуществить вручную.

Одним из ключевых направлений применения ИИ в системе национальной безопасности является анализ и прогнозирование угроз. Современные алгоритмы способны выявлять закономерности в потоках информации, определять потенциальные риски и предлагать меры профилактики. Например, в области кибербезопасности искусственный интеллект используется для обнаружения вредоносных атак, несанкционированных вторжений и утечек данных. Аналитические системы на базе ИИ способны адаптироваться к новым типам угроз, быстро обучаясь на основе предыдущих инцидентов. Это позволяет органам безопасности своевременно реагировать и предотвращать катастрофические последствия [1].

В сфере гражданской защиты технологии искусственного интеллекта применяются для раннего предупреждения о природных и техногенных катастрофах. Системы на основе ИИ анализируют спутниковые снимки, данные с сенсоров и метеорологических станций, что позволяет прогнозировать наводнения, землетрясения, лесные пожары и другие чрезвычайные ситуации. Такие системы не только предсказывают возможные риски, но и формируют оптимальные маршруты эвакуации, определяют зоны наибольшей опасности и помогают службам спасения распределять ресурсы. Применение ИИ значительно повышает эффективность действий при спасательных операциях, снижая время реагирования и увеличивая точность прогнозов.

Особое значение имеет использование ИИ в управлении кризисными ситуациями. В период чрезвычайных событий огромные объёмы информации требуют быстрой обработки и анализа. Интеллектуальные системы позволяют координировать действия служб гражданской обороны, прогнозировать развитие событий и принимать решения на основе реальных данных. Например, в случае масштабных пожаров или аварий ИИ помогает моделировать распространение опасных факторов, определяя наиболее рациональные пути ликвидации последствий. Это особенно важно в условиях, когда человеческий фактор может привести к ошибочным решениям из-за стресса и ограниченности времени [2].

В военной сфере ИИ становится основой для создания автономных систем управления, разведки и наблюдения. Искусственный интеллект используется для анализа разведданных, прогнозирования вероятных сценариев конфликтов и оптимизации логистических процессов. Автоматизированные дроны и роботизированные комплексы на основе ИИ способны выполнять разведывательные и спасательные задачи без участия человека, минимизируя угрозу для личного состава. В то же время развитие таких технологий требует этического и правового регулирования, поскольку автономные системы потенциально могут быть использованы в наступательных целях.

Одним из перспективных направлений является применение ИИ в области информационной безопасности. Сегодня угрозы киберпространства становятся столь же опасными, как и физические атаки. Государственные учреждения и критически важная инфраструктура подвергаются кибератакам, способным парализовать работу целых отраслей. Искусственный интеллект в этой сфере позволяет создавать адаптивные системы защиты, которые самостоятельно обнаруживают аномалии и блокируют вредоносную активность. Такие решения способны не только защищать данные, но и предотвращать дезинформационные кампании, направленные на подрыв общественной стабильности.

Не менее важным направлением является использование ИИ в организации общественной безопасности. В крупных городах интеллектуальные системы видеонаблюдения, основанные на технологиях распознавания лиц и поведения, позволяют оперативно выявлять подозрительные действия и обеспечивать контроль за общественными пространствами. В сочетании с системами «умного города» такие технологии создают основу для комплексного управления безопасностью, где данные поступают в режиме реального времени и мгновенно анализируются.

Тем не менее, активное внедрение ИИ в сферу национальной и гражданской защиты вызывает ряд этических, правовых и технологических вопросов. Главным вызовом остаётся обеспечение конфиденциальности данных и предотвращение их несанкционированного использования. Возникает необходимость создания законодательных механизмов, регулирующих применение ИИ в чувствительных сферах, а также подготовки квалифицированных специалистов, способных управлять и контролировать эти технологии. Также важно учитывать риски зависимости от автоматизированных систем, которые при сбоях или ошибках алгоритмов могут привести к серьёзным последствиям [3].

В будущем роль искусственного интеллекта в национальной и гражданской защите будет только возрастать. Технологии машинного обучения, нейронных сетей и больших данных позволят создать интеллектуальные системы, способные не только реагировать на угрозы, но и предотвращать их задолго до возникновения. Такие решения станут ключевыми элементами национальных стратегий безопасности, интегрированных в глобальные сети мониторинга и управления [4].

В заключение можно отметить, что искусственный интеллект становится неотъемлемым инструментом обеспечения безопасности и устойчивости современного общества. Его применение в национальной и гражданской защите открывает новые возможности для эффективного управления рисками, спасения человеческих жизней и укрепления государственной стабильности. Однако для достижения устойчивого и безопасного будущего необходимо развивать ИИ с учётом этических принципов, международного сотрудничества и приоритета человеческих ценностей [5].

Литература

1. Иванов С. П. Искусственный интеллект и национальная безопасность. — Москва: Наука, 2022.
2. Петров В. Н. Технологии машинного обучения в управлении чрезвычайными ситуациями. — Санкт-Петербург: Политехника, 2021.
3. Zhang L. Artificial Intelligence in Disaster Response Systems. — Cambridge University Press, 2023.
4. European Commission. AI and Security Policy Report. — Brussels, 2024.
5. Lee, J. Artificial Intelligence and Emergency Management: Global Trends. — Journal of Security Technology, 2024.

УДК 378.147:796

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЧЕРЕЗ СПОРТИВНО- ПРАКТИЧЕСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Оралбаев Н.Н., Батырбек А.Е., Омирзахова Д.Е.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби-қолданбалы дағдыларын қалыптастырудың теориялық және практикалық аспектілері қарастырылады. Спорттық-практикалық іс-әрекетті оқу үдерісіне енгізу студенттердің кәсіби құзыреттілігін дамытуда маңызды рөл атқаратыны атап өтіледі. Авторлар Қазақстан жоғары оқу орындарындағы тәжірибені талдай отырып, болашақ мұғалімдердің кәсіби дайындық сапасын арттыру жолдарын ұсынады.

The article explores the theoretical and practical aspects of developing professional and applied skills among physical education students. The authors emphasize the role of sports-practical activities in enhancing students' professional competence. Based on the experience of Kazakhstani universities, the paper suggests ways to improve the quality of professional training for future physical education teachers.

Современная система высшего образования в Казахстане и России направлена на подготовку педагогов, обладающих не только теоретическими знаниями, но и практическими навыками, необходимыми для успешной работы в школе и спортивной сфере. Формирование профессионально-прикладных умений студентов факультета физической культуры является важнейшим компонентом педагогической подготовки [1].

Как отмечают исследователи, практическая направленность обучения способствует развитию самостоятельности, инициативности и способности принимать решения в условиях профессиональной деятельности [2]. Это особенно актуально в контексте обновления содержания образования и перехода к компетентностной модели.

Профессионально-прикладные навыки включают совокупность знаний, умений и личностных качеств, необходимых для организации и проведения занятий по физической культуре, обеспечения безопасности и контроля физического состояния обучающихся.

По мнению казахстанских исследователей Т.А. Нурмаганбетова и Б.Ж. Алтынбековой, эти навыки формируются на стыке учебной, спортивной и воспитательной деятельности [3]. Особое значение имеет включение студентов в реальные педагогические и спортивные ситуации, требующие принятия решений и анализа собственных действий.

Важную роль в формировании прикладных компетенций играет практическое обучение: педагогическая практика, участие в спортивных соревнованиях, проведение учебно-тренировочных сборов. Эти формы способствуют развитию организационных и коммуникативных способностей студентов [4].

В последние годы в педагогических вузах Казахстана активно внедряются инновационные технологии и формы организации спортивно-практической деятельности. Например, на базе Южно-Казахстанского педагогического университета апробируется модель интеграции спортивных дисциплин с методикой преподавания физической культуры.

В рамках этого подхода студенты не только осваивают технику видов спорта, но и учатся планировать уроки, разрабатывать комплексы упражнений, анализировать двигательные действия с использованием видеосъёмки и цифровых инструментов [5].

Практическая составляющая также реализуется через студенческие спортивные лиги и клубы, где будущие педагоги приобретают опыт судейства, организации соревнований и ведения тренерской деятельности. Такая форма работы повышает их ответственность, лидерские качества и умение работать в коллективе.

В ходе педагогической практики преподаватели внедряют элементы рефлексивного анализа, когда студенты оценивают собственные действия и составляют отчёты по самооценке профессиональных навыков. Это повышает осознанность и качество подготовки.

Исследования показывают, что регулярное участие студентов в спортивно-практической деятельности способствует развитию у них устойчивой мотивации к педагогической профессии, формированию дисциплинированности и готовности к самостоятельной работе [2], [4].

Кроме того, по наблюдениям преподавателей кафедр физического воспитания, внедрение практикоориентированных методов позволяет

студентам лучше усваивать учебный материал, а также применять знания в реальных педагогических условиях.

Практические занятия с использованием цифровых технологий (видеотренинг, биомеханический анализ движений) позволяют повысить эффективность обратной связи и индивидуализировать обучение. Эти методы активно применяются в казахстанских вузах с 2022 года [6].

Формирование профессионально-прикладных навыков студентов факультета физической культуры требует системного подхода, сочетающего теоретическую подготовку и активную спортивно-практическую деятельность.

Интеграция инновационных технологий, участие в спортивных мероприятиях, педагогическая практика и самостоятельный анализ своей работы - всё это способствует развитию у студентов профессиональной зрелости, уверенности и готовности к практической деятельности.

Таким образом, спортивно-практическая деятельность выступает не только средством физического развития, но и мощным инструментом формирования профессиональной компетентности будущего учителя физической культуры.

Список литературы

1. Бекетаева Ж.А. Формирование профессиональной компетентности будущих педагогов физической культуры. Педагогикалық ғылым және практика, 2022, №2, с. 44-49.
2. Воронина Н.И. Профессионально-прикладная подготовка студентов факультета физической культуры в условиях компетентного подхода. Физическая культура, спорт и здоровье, 2021, №3.
3. Нурмаганбетов Т.А., Алтынбекова Б.Ж. Педагогическая практика как средство формирования профессиональных компетенций студентов физкультурного факультета. Қазақстан жоғары мектебі, 2023, №4, с. 115-120.
4. Алимбекова Д.К. Роль спортивной деятельности в развитии профессиональных качеств студентов. Современное образование Казахстана, 2022, №6.
5. Калиев С.К., Конуспаев А.С. Инновационные формы практической подготовки студентов факультета физической культуры. Педагогикалық ғылым және практика, 2024, №1, с. 1002-1008.
6. Рыскалиева С.Ф. Применение цифровых технологий в спортивно-педагогической подготовке студентов. Вестник науки и образования Казахстана, 2023, №5, с. 62-67.

УДК 759.41

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ФОРМИРОВАНИИ УСТОЙЧИВОСТИ И ВЫНОСЛИВОСТИ ЛИЧНОСТИ

Орымбек М.М., Тастан Ж.Қ., Нұржігіт М.Е.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада тұлғаның тұрақтылығы мен төзімділігін қалыптастырудағы дене даярлығының рөлі қарастырылады. Физикалық жаттығулардың адамның психологиялық және физиологиялық тұрақтылығына әсері, сондай-ақ олардың әскери және азаматтық саладағы маңызы сипатталады. Заманауи қоғам жағдайында физикалық белсенділіктің адам денсаулығына, еңбек өнімділігіне және өмір сапасына ықпалы талданады.

The article explores the role of physical training in the development of individual resilience and endurance. It analyzes the impact of physical exercises on psychological and physiological stability, as well as their importance in both military and civilian contexts. The influence of physical activity on human health, productivity, and quality of life in modern society is also examined.

Современный человек живёт в условиях высокой динамичности, информационной перегрузки и постоянного стресса. Для сохранения здоровья, психологической устойчивости и высокой работоспособности особое значение приобретает физическая подготовка. Она является не только средством укрепления организма, но и важнейшим инструментом формирования устойчивости личности — способности сохранять внутреннее равновесие и эффективность деятельности в любых обстоятельствах.

Физическая подготовка давно перестала рассматриваться исключительно как спорт или часть военного дела. Сегодня это комплексная система развития тела и духа, обеспечивающая гармоничное функционирование человека. Именно через регулярные физические нагрузки формируются такие качества, как выносливость, сила воли, дисциплина и стрессоустойчивость.

Физическая подготовка является неотъемлемым элементом всестороннего развития личности. Она способствует укреплению здоровья, улучшению самочувствия, формированию уверенности в своих силах. Человек, систематически занимающийся физическими упражнениями, отличается большей стрессоустойчивостью, уравновешенностью и способностью к адаптации в сложных условиях.

С точки зрения психологии, физическая активность напрямую влияет на уровень эмоциональной стабильности. Регулярные занятия спортом способствуют выработке эндорфинов — гормонов счастья, которые снижают уровень тревожности и агрессии. Это особенно важно для молодых людей, находящихся в периоде формирования личности и профессионального самоопределения [1].

Кроме того, физическая подготовка укрепляет самодисциплину и целеустремлённость, поскольку требует регулярности, терпения и преодоления трудностей. Эти качества напрямую переносятся на другие сферы жизни — учёбу, работу, служебную деятельность.

Выносливость — это способность организма длительно выполнять физическую или умственную работу без выраженного снижения эффективности. Она зависит от состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, обмена веществ и уровня тренированности.

Физическая подготовка направлена на развитие как общей выносливости, так и специальной — соответствующей конкретным видам деятельности. В военной сфере это может быть умение переносить длительные марши, физические нагрузки, недостаток сна и питания. В гражданской жизни — способность сохранять продуктивность в условиях стрессовых перегрузок.

Научные исследования показывают, что систематические физические упражнения улучшают работу сердечно-сосудистой системы, повышают

уровень кислородного обмена, укрепляют иммунитет и способствуют более быстрому восстановлению после утомления.

Физическая подготовка оказывает мощное воздействие на психику человека. Механизм этого влияния связан с выработкой нейромедиаторов, нормализующих эмоциональное состояние. При регулярных нагрузках человек становится более собранным, внимательным и устойчивым к стрессу.

Кроме того, физическая активность способствует развитию волевых качеств. Преодоление усталости, боли, желания остановиться тренирует силу воли и уверенность в себе. Эти качества формируют так называемую «внутреннюю устойчивость» — способность не поддаваться обстоятельствам и доводить начатое до конца [2].

Особенно важна физическая подготовка для представителей военных профессий, спасателей, спортсменов и студентов, испытывающих высокие эмоциональные и интеллектуальные нагрузки. Устойчивость к стрессу является не только профессиональным, но и жизненным качеством, которое помогает сохранять хладнокровие в экстремальных ситуациях.

Современное образование включает физическую культуру как обязательную дисциплину, поскольку она способствует гармоничному развитию личности. Вузовская система физической подготовки направлена не только на развитие физических качеств, но и на воспитание морально-волевых.

Студенты, участвующие в спортивных мероприятиях, командных играх и физических испытаниях, развивают чувство ответственности, коллективизма и лидерские качества. Это особенно важно в контексте подготовки будущих специалистов — врачей, педагогов, военных, инженеров.

Физическая подготовка способствует формированию культуры здоровья, которая становится ключевым компонентом профессиональной устойчивости.

Для военнослужащего физическая подготовка имеет стратегическое значение. Она обеспечивает способность выполнять служебные задачи в любых климатических и тактических условиях. Хорошая физическая форма — это не только здоровье, но и уверенность, скорость реакции, устойчивость к стрессу и усталости [3].

Современные программы военной подготовки включают разнообразные элементы: марш-броски, полевые тренировки, тактические упражнения, метание гранат, лазание, плавание. Все эти виды деятельности направлены на комплексное развитие силы, ловкости, выносливости и координации.

Кроме того, физическая подготовка способствует развитию командного духа. Совместные тренировки укрепляют взаимодействие, доверие и взаимопомощь — ключевые качества для выполнения боевых задач.

С развитием науки и технологий физическая подготовка также модернизируется. Сегодня активно применяются цифровые технологии мониторинга состояния организма: фитнес-трекеры, биометрические сенсоры, системы анализа нагрузок.

В армии и профессиональном спорте внедряются интеллектуальные программы индивидуальной подготовки, учитывающие уровень выносливости, пульс, восстановление и психоэмоциональное состояние.

Использование технологий виртуальной реальности и симуляторов позволяет моделировать экстремальные условия и обучать военнослужащих действовать в стрессовых ситуациях без риска для здоровья [4].

Физическая тренировка способствует формированию морально-волевых качеств личности. Упорство, настойчивость, готовность преодолевать трудности, способность мобилизоваться в критических ситуациях — всё это формируется через физические упражнения.

Философы и педагоги отмечали, что «сильный дух живёт в сильном теле». Физическая устойчивость способствует развитию уверенности и внутренней гармонии. Человек, обладающий выносливостью, способен сохранять самообладание даже в кризисных ситуациях.

Физическая подготовка — это не только средство укрепления здоровья, но и мощный инструмент формирования устойчивости, выносливости и силы личности. Она объединяет физиологические, психологические и духовные аспекты развития человека.

В современных условиях, когда общество сталкивается с высоким уровнем стресса, информационной перегрузкой и сидячим образом жизни, значение физической активности возрастает многократно.

Физическая культура должна рассматриваться как стратегический ресурс общества, формирующий здоровое, волевое и устойчивое поколение. Регулярная физическая подготовка делает человека не только физически сильным, но и духовно устойчивым, способным преодолевать трудности, достигать целей и сохранять внутреннее равновесие.

Литература

1. Агеев В.Н. Физическая культура и устойчивость личности. — Москва: Просвещение, 2020.
2. Гончаренко О.В. Физиология спорта и двигательной активности. — Санкт-Петербург, 2019.
3. Киселёв А.В. Психология устойчивости человека. — Москва: Академический проект, 2021.
4. Назаров В.М. Современные методы физической подготовки. — Москва: Спорт, 2022.

УДК 759.41

ТЕХНИЧЕСКИЕ ИННОВАЦИИ В СРЕДСТВАХ СВЯЗИ И РАЗВЕДКИ

Османов Р.Э., Халилов Э.Р., Долин А.А.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада заманауи байланыс және барлау құралдарындағы техникалық инновациялар мен олардың әскери және азаматтық қауіпсіздік салаларындағы маңызы

қарастырылады. Байланыс жүйелерінің эволюциясы, цифрландыру үдерістері, жасанды интеллект пен спутниктік технологиялардың енгізілуі талданады. Автор сонымен қатар заманауи барлау әдістерінің ақпаратты жинау, өңдеу және талдау сапасына әсерін ашып көрсетеді.

The article examines modern technical innovations in communication and intelligence systems, focusing on their role in military and civil security. It explores the evolution of communication networks, digitalization processes, the integration of artificial intelligence, and satellite technologies. The study also analyzes how new intelligence methods enhance the quality of information collection, processing, and analysis.

В современном мире роль технических инноваций в средствах связи и разведки стала ключевым элементом национальной и глобальной безопасности. Технологическое развитие изменило не только способы ведения боевых действий, но и методы защиты, мониторинга и взаимодействия между военными структурами и гражданскими службами. В условиях растущих угроз — от кибератак до гибридных конфликтов — способность получать, передавать и анализировать информацию в реальном времени является решающим фактором эффективности оборонной стратегии государства.

Эволюция средств связи началась с простейших радиостанций, обеспечивающих ограниченный диапазон связи и передачу базовых данных. Однако уже во второй половине XX века с появлением цифровых технологий началась революция в военной коммуникации. Аналоговые системы постепенно уступили место цифровым, что позволило повысить качество передачи информации, обеспечить шифрование данных и устойчивость каналов связи к внешним воздействиям. Сегодня современные системы связи используют гибридные принципы — сочетание радиочастотной, спутниковой и интернет-связи.

Одной из важнейших тенденций последних лет является внедрение технологий сетевых-центрических систем управления, позволяющих объединять всех участников военной операции в единую информационную сеть. Такие решения, как Link 16, Blue Force Tracking или российский аналог «Созвездие-М», обеспечивают постоянный обмен данными между подразделениями, беспилотниками, пунктами управления и спутниками. Это создает условия для так называемой «прозрачности поля боя», когда командование получает оперативные данные о ситуации в режиме реального времени [1].

Инновационные подходы к военной связи основаны на использовании искусственного интеллекта (ИИ) и машинного обучения. Эти технологии применяются для оптимизации распределения частот, автоматического выбора оптимальных каналов связи и защиты от радиоэлектронных помех. Системы на основе ИИ способны прогнозировать возможные сбои и самостоятельно перенаправлять потоки данных, поддерживая устойчивость связи даже в условиях радиоэлектронной борьбы. Таким образом, коммуникационные технологии становятся не просто инструментом передачи информации, а активным элементом управления ситуацией.

Параллельно с развитием связи происходят кардинальные изменения в сфере разведки. Если раньше основными источниками информации были

визуальные наблюдения, перехваты радиообмена или агентурные данные, то сегодня основную роль играют технические средства разведки. Среди них ключевое место занимают спутниковая разведка, беспилотные летательные аппараты (БПЛА), системы радиоэлектронной разведки (РЭР) и киберразведка.

Современные спутники способны не только фиксировать перемещение войск и объектов инфраструктуры, но и анализировать тепловые сигнатуры, перехватывать сигналы связи и обнаруживать изменения на поверхности Земли с точностью до нескольких сантиметров. Благодаря этому информация, ранее недоступная, теперь становится основой стратегических решений [2].

Беспилотные аппараты, в свою очередь, позволяют получать данные непосредственно из зоны конфликта без риска для жизни операторов. Разведывательные дроны оснащаются камерами высокого разрешения, тепловизорами, радарами и даже системами радиоперехвата. Инновации в области миниатюризации сенсоров и энергоэффективных источников питания сделали возможным длительное пребывание дронов в воздухе, что существенно расширило возможности тактической разведки.

Отдельного внимания заслуживает развитие киберразведки и информационной аналитики. В цифровую эпоху киберпространство стало новым полем противоборства. Разведывательные службы различных стран активно используют алгоритмы искусственного интеллекта для выявления подозрительных сетевых активностей, прогнозирования кибератак и защиты критически важных инфраструктур. Обработка больших массивов данных (Big Data) позволяет выявлять закономерности, которые могут указывать на скрытые угрозы или планы противника.

Не менее значимой инновацией является интеграция технологий дополненной (AR) и виртуальной реальности (VR) в процесс подготовки разведывательных и связных подразделений. Современные симуляторы создают условия, максимально приближенные к реальным, позволяя бойцам тренироваться в условиях радиоэлектронного подавления или сбоя навигации.

Это способствует повышению эффективности принятия решений и выработке устойчивых навыков работы в стрессовых ситуациях.

Современные системы связи и разведки также активно внедряются в гражданскую сферу. Например, технологии военной спутниковой связи применяются в навигации, мониторинге природных катастроф, управлении воздушным движением и координации спасательных операций. Разведывательные методы анализа данных используются в борьбе с терроризмом, криминалом и техногенными катастрофами, помогая государствам обеспечивать безопасность граждан на всех уровнях [3].

Однако, несмотря на очевидные преимущества, развитие технических инноваций в области связи и разведки сопровождается рядом вызовов. Прежде всего, это проблема кибербезопасности, так как увеличение числа подключенных устройств и систем повышает риск несанкционированного доступа и информационных атак. Кроме того, возрастают этические вопросы,

связанные с контролем за персональными данными и использованием технологий наблюдения.

Будущее этих технологий связано с дальнейшим развитием искусственного интеллекта, квантовой связи и автономных систем. Ожидается, что квантовые коммуникации обеспечат абсолютную защищённость данных благодаря физическим принципам квантовой запутанности. В то время как автономные системы смогут действовать без участия человека, обеспечивая разведку и связь даже в полностью изолированных условиях.

Именно сочетание высоких технологий, стратегического мышления и международного сотрудничества позволит создать гибкую, устойчивую и безопасную систему коммуникации и разведки, способную эффективно функционировать в условиях глобальных угроз XXI века.

Литература

1. Чернышов В. А. Современные системы связи и разведки в военной сфере. — Москва: Воениздат, 2021.
2. Громов С. И. Радиоэлектронные системы разведки и защиты информации. — Санкт-Петербург: Политехпресс, 2020.
3. Романов А. И. Киберразведка и безопасность данных. — Москва: Инфра-М, 2021.

ОӘЖ 74.200.58

ТАКТИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚ – ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕНІҢ МАҢЫЗДЫ БӨЛІГІ

Пайзихан Е.А., Курванкулов Ф.К., Тойлы С.Ж.
«Мирас» университеті. Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается роль и значение тактической подготовки в военно-патриотическом воспитании молодежи. Тактическая подготовка является важной составляющей формирования у учащихся ответственности, смелости и готовности к защите Родины. Она способствует развитию военных навыков и дисциплины. В работе анализируются современные методы укрепления патриотического сознания и практические формы организации занятий по тактической подготовке.

The article explores the role and significance of tactical training in the military-patriotic education of youth. Tactical training is an essential component that develops responsibility, courage, and readiness to defend the homeland. It helps strengthen military skills and discipline. The paper also analyzes modern methods of enhancing patriotic consciousness and presents practical approaches to organizing tactical training sessions.

Бүгінгі таңда қоғамның басты міндеттерінің бірі отансүйгіш, батыл және жауапкершілігі жоғары азамат тәрбиелеу. Елдің қорғаныс қабілетін нығайтуда жастардың әскери-патриоттық тәрбиесі ерекше орын алады. Ал бұл тәрбиенің негізі – тактикалық дайындық болып табылады. Тактикалық дайындық арқылы оқушылар мен жастар әскери ілімнің бастапқы негіздерін меңгереді, төтенше жағдайларда дұрыс шешім қабылдауға, өз әрекетін жоспарлауға және топпен бірлесе жұмыс істеуге үйренеді.

Тактикалық дайындық – бұл әскери-патриоттық тәрбиенің тәжірибелік бөлігі, ол жас ұрпақтың әскери іс негіздерін меңгеруін, өз елін қорғауға дайын болуын қамтамасыз етеді. Негізгі мақсат – оқушылардың дене және моральдық тұрғыдан шынығуына, әскери ойлау қабілетін қалыптастыруға ықпал ету. Тактикалық сабақтарда әскери саптық қозғалыстар; тактикалық қозғалыс тәсілдері; жер бедерін бағдарлау; карта және компаспен жұмыс қамтылады.

Тактикалық дайындық жас ұрпақтың бойында төзімділік, шыдамдылық, ұйымшылдық, өзара көмек және батылдық қасиеттерін қалыптастырады. Бұл жаттығулар барысында жастар тек әскери тәсілдерді ғана емес, сонымен қатар рухани және моральдық құндылықтарды меңгереді. Оқушылар тактикалық жаттығулар арқылы өз күшіне сенуді, қиындықты жеңуді, топ ішінде көшбасшылық танытуды үйренеді. Мұндай тәжірибе азаматтық жауапкершіліктің артуына және елге деген сүйіспеншіліктің нығаюына әкеледі. Жоғарыда аталған тактикалық дайындық бұл әскери бөлімдердің және жеке жауынгерлердің түрлі әскери жағдайларда тиімді әрекет етуін қамтамасыз ету үшін қажет дағдыларды дамыту үдерісі [1]. Тактикалық дайындықты игеру жеке құрамның тиімді шешімдер қабылдау қабілетін жетілдіреді және әскери операциялар мен жаттығуларда жоғары нәтижеге жетуге мүмкіндік береді. Бұл дайындықтың негіздері әртүрлі аспектілерді қамтиды, олардың ішінде әскери жағдайларды дұрыс бағалау, түрлі тактикалық тапсырмаларды орындау үшін стратегиялық ойлау, сондай-ақ бірлескен әрекеттерді үйлестіру сияқты маңызды компоненттер бар. **Тактикалық дайындықтың негізгі бағыттарына мыналар жатады. Жеке жауынгердің дайындық деңгейі:** Тактикалық дайындықтың ең алғашқы және негізгі бөлігі — жеке жауынгердің дағдыларын дамыту. Бұл оның қару-жарақпен жұмыс істеуі, жауынгерлік қимылдарды орындауы, қарсыласқа қарсы әрекет ету қабілетін меңгеруі. Жеке жауынгердің тиімді әрекет етуі бөлімшелердің жалпы табыстылығы мен нәтижесіне ықпал етеді. **Командалық және топтық әрекеттер:** Әскери қызмет тек жеке жауынгердің ғана емес, сондай-ақ топтың да тиімділігіне негізделген. Командалық дайындық әрбір әскери қызметкердің өз міндетін білуін және топтың үйлесімді жұмысын қамтамасыз етеді. Тактикалық дайындықтың негізінде әрбір жауынгердің өз рөлін жақсы түсініп, тиімді өзара әрекет етуі тұр. **Әскери техника мен қару-жарақты қолдану:** Әскери дайындықтың негізі әскери техника мен қару-жарақтың тиімді пайдаланылуы. Әскери техниканың қазіргі заманғы түрлерін меңгеру және оларды дұрыс қолдана білу жауынгерлік тапсырмалардың орындалуын жеңілдетеді.

Тактикалық жағдайларды талдау: Тактикалық дайындықтың маңызды бөлігі әртүрлі әскери жағдайларда әрекет ету стратегияларын білу және талдай білу. Жауынгерлер мен командирлер тактикалық жағдайды дұрыс бағалап, тиімді шешім қабылдауы тиіс [2]. Тактикалық дайындық әскери қызметтің негізі болып табылатын маңызды компоненттердің бірі. Ол жеке құрамның әскери тапсырмаларды орындау қабілетін арттырып, жауынгерлік қимылдарды үйлестіруге, шұғыл шешімдер қабылдауға, сондай-ақ төтенше жағдайларда дұрыс әрекет етуге мүмкіндік береді. Тактикалық дайындықты дамыту арқылы

оқушыларға әскери тәртіпті сақтау, командалық жұмыс дағдыларын меңгеру және қазіргі заманғы қару-жарақ пен техниканы қолдану сияқты маңызды қасиеттерді қалыптастыру маңызды. Тактикалық дайындықтың негіздері - жеке жауынгердің білім мен дағдыларын, топтық әрекеттерді ұйымдастыруды, сондай-ақ әскери стратегия мен тактиканы дұрыс таңдай білу қабілетін дамытуға бағытталған. Жауынгерлік тапсырмаларды орындау барысында тактикалық жағдайды дұрыс бағалау, қарсыласқа қарсы әрекет ету, және тиімді стратегияларды қолдану маңызды. Тактикалық дайындықтың тиімділігін бағалау оқушылардың немесе бөлімшелердің дайындығын анықтау үшін қажет. Бағалау барысында әрекет ету жылдамдығы, шешім қабылдау қабілеті, командалық ынтымақтастық және психологиялық тұрақтылық сияқты маңызды критерийлер қарастырылады. Бұл процесс оқушылардың дағдыларын жетілдіруге, қателіктерден сабақ алуға және болашақта тиімді әрекет етуге мүмкіндік береді [3].

Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың маңызы патриоттық тәрбиені қалыптастыруда зор. Пән арқылы оқушыларға елімізге деген сүйіспеншілікті, жауапкершілікті сезінуге үйретеді. Әскери дайындықтың негізгі мақсаты - жас ұрпақтың бойында ұлттық мақтаныш пен патриотизмді нығайту. Бұл, өз кезегінде, еліміздің қорғаныс қабілетін арттырып, жастарды Отанға қызмет етуге, ел қорғауға дайындайды. Тәрбиелік аспект, ең алдымен, әскери тарихымызды, мәдениетімізді және дәстүрлерімізді құрметтеуді көздейді. Сонынмен қатар, әскери іс-қимылдарға дайындау кезінде көмекке келеді. АӨТД пәні оқушыларды әскери қызметке даярлаудың негізін құрайды. Жас ұрпақтың әскери дайындық деңгейін арттыру, олардың әскери тәртіпке үйренуі және ұрыс алаңында тиімді шешімдер қабылдауы аса маңызды. Әскери техникамен жұмыс істеу дағдыларын меңгеруге мүмкіндік береді. Сонымен қатар, жауынгерлік тапсырмаларды орындау кезіндегі тактикалық шешімдер қабылдай білуге үйретеді. Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың тағы бір маңызды аспектісі ретінде оқушыларды технологиялық және инженерлік дағдыларға баулуды атап өтуге болады. Тактикалық дайындықтың негізгі мақсатына кіреді:

Әскери қызметке дайындықты қамтамасыз ету.

Оқушылардың жауынгерлік тапсырмаларды орындау қабілеттерін жетілдіру.

Тактикалық ойлау мен шешім қабылдау дағдыларын дамыту.

Жауынгерлік жағдайларда жеке құрамның үйлесімді іс-қимылдарын ұйымдастыру.

Бұл пәнде тактикалық дайындықты меңгеріп, оқушылар техникамен жұмыс істеу, әртүрлі құрал-жабдықтарды қолдану, сондай-ақ жаңа технологияларды игеру дағдыларын алады. Сонымен қатар, бұл олардың болашақта ғылым, техника және инженерия салаларында жұмыс істеуге дайын болуына ықпал етеді. Сонымен бірге төтенше жағдайлар мен қауіпсіздік шараларына да дайындайды. Оқушылар түрлі апаттар мен төтенше жағдайларда дұрыс әрекет ету, алғашқы көмек көрсету, жарылғыш заттармен

жұмыс істеу, өрт сөндіру секілді дағдыларды меңгереді. Бұл дағдылар болашақта өмірлік маңызды жағдайларда өте қажет. Сонымен қатар, физикалық дайындыққа үлкен үлес қосады. Әскери қызметке қажетті күш-қуат пен төзімділікті дамытуға ықпал етеді. Спортпен айналысу арқылы оқушылар денсаулығын нығайтып, өзін-өзі сақтау дағдыларын меңгереді. Әскери дайындық оқушыларды жауапкершілікке, сондай-ақ дұрыс шешім қабылдай білуге үйретеді. Олар командалық жұмыстарда, әскери операцияларда және басқа да маңызды тапсырмаларда өз әрекеттері үшін жауапкершілікті сезінуі тиіс. Бұл дағдылар болашақта тек әскери қызметте ғана емес, өмірдің басқа салаларында да пайдалы болады. Алғашқы әскери және технологиялық дайындық тек әскери міндетті орындау емес, сондай-ақ азаматтық жауапкершілікті сезіну, құқықтық тәртіпке бағыну және қоғамның дамуында белсенді болуды талап етеді. Тактикалық дайындықпен қатар, азаматтық міндеттерді орындау кезінде моральдық және этикалық тұрғыдан дұрыс әрекет етуге үйрететін пәннің жас ұрпақ үшін маңызы зор.

Қорытындылай келе, тактикалық дайындық — елдің қорғаныс қабілетін арттыруға бағытталған жүйелі және үздіксіз процесс. Бұл дайындық арқылы жас ұрпақтың әскери қызметке дайындығын қамтамасыз ету, олардың моральдық және физикалық тұрғыдан мықты, жауапкершілікті болуын қамтамасыз ету көзделеді. Әскери қызметте жоғары нәтижеге жету үшін оқушыларға тек теориялық білім ғана емес, сонымен қатар практикалық дағдылар да берілуі тиіс. Алғашқы әскери және технологиялық дайындықтың маңызы - елдің қауіпсіздігі мен қорғанысын қамтамасыз етуге қажетті дағдыларды қалыптастыруда жатыр. Оқушыларға патриотизм, тәртіп, техникалық және технологиялық білім, денсаулықты сақтау мен қорғаныс жүйесін түсіну сияқты маңызды құндылықтар беріледі. Бұл пән болашақта әрбір азаматтың қорғаныс қызметіндегі рөлін жақсы түсінуіне, өмірде қауіпсіз әрі жауапты болуына мүмкіндік береді.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әскери дайындық: теория және практика. – Астана: Қорғаныс министрлігі, 2016.
2. Баймұхамбетова, Н. Әскери дайындық негіздері. – Алматы: ЖШС «Қазғарыш», 2015.
3. Мусаев, А. С. «Тактикалық дайындықтың мәні мен мазмұны». – Қорғаныс және қауіпсіздік, 2019.

ОӘЖ 759.41

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚИМЫЛ ДАҒДЫЛАРЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖОЛДАРЫ

Паридин Р.А., Әділбек А.Ғ., Тургын С.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Мақалада бастауыш сынып оқушыларының қимыл дағдыларын қалыптастырудың ғылыми-әдістемелік негіздері қарастырылады. Баланың қозғалыс белсенділігін дамытудағы дене шынықтыру сабақтарының, ойын әрекеттерінің және жаттығулардың рөлі

сипатталады. Сонымен қатар, жас ерекшеліктеріне сай тәсілдерді қолданудың тиімділігі мен мұғалімнің педагогикалық шеберлігінің маңызы талданады. Қимыл дағдыларын қалыптастыру арқылы оқушылардың жалпы дене дайындығын арттыру, психикалық және эмоциялық дамуын жетілдіру мәселелері қозғалады.

The article examines the scientific and methodological foundations for developing motor skills in primary school students. It highlights the role of physical education lessons, play activities, and exercises in enhancing motor activity. The effectiveness of age-appropriate approaches and the importance of the teacher's pedagogical competence are analyzed. The development of motor skills is shown as a key factor in improving students' physical readiness, as well as their mental and emotional growth.

Бастауыш мектеп кезеңі — баланың жан-жақты дамуының ең маңызды әрі жауапты кезеңдерінің бірі. Осы уақытта дене, психикалық және әлеуметтік қасиеттердің негізі қалыптасады. Солардың ішінде қимыл-қозғалыс дағдыларының дамуы ерекше орын алады. Қимыл — баланың қоршаған ортамен қарым-қатынас жасауының негізгі тәсілі, ал қимыл дағдысы — сол әрекеттің тұрақты және мақсатқа бағытталған түрі. Сондықтан мектептің бастауыш буынында дене шынықтыру сабақтары мен қозғалыс белсенділігін арттыру жұмыстары білім беру үдерісінің ажырамас бөлігі болуы тиіс.

Қимыл дағдыларын қалыптастыру дегеніміз — оқушылардың түрлі жаттығуларды орындау барысында қимылдарды меңгеруі, оны жүйелі қайталау арқылы автоматтандыру және нақты өмірлік жағдайларда пайдалана білу қабілетін дамыту. Мәселен, жүгіру, секіру, лақтыру, өрмелеу, тепе-теңдікті сақтау сияқты қарапайым қозғалыстар адамның табиғи қажеттіліктеріне негізделген. Бұл дағдылардың негізі мектеп жасына дейін қаланса, бастауыш сынып кезеңінде оларды жетілдіру мен тұрақтандыру жүреді.

Бастауыш сыныптағы балалардың қимыл белсенділігі жоғары болғанымен, олардың қозғалыс үйлесімділігі мен дәлдігі жеткіліксіз дамыған. Сондықтан мұғалім әр сабақта оқушылардың физиологиялық ерекшеліктерін ескеріп, ойын элементтерін, қозғалыс жаттығуларын және эстафеталық жарыстарды тиімді қолдануы қажет. Мысалы, «Қояндар мен қасқырлар», «Кім тезірек?» сияқты ойын түрлері балалардың шапшаңдығын, бағдарлау қабілетін және өз әрекеттерін реттей білуін дамытады [1].

Қимыл дағдыларын қалыптастыруда сабақ құрылымының, жаттығулардың дәйектілігі мен қайталануының маңызы зор. Әрбір жаңа қозғалыс түрі жеңілден күрделіге қарай өту қағидасы бойынша үйретіледі. Бала белгілі бір әрекетті толық меңгеру үшін оны саналы түрде бірнеше рет қайталауы қажет. Мысалы, секіру жаттығуларында алдымен қарапайым қимылдар (бір аяқпен, екі аяқпен секіру), кейін қозғалыс бағытын өзгерту, қашықтыққа немесе биіктікке секіру сияқты күрделі түрлері енгізіледі. Дене шынықтыру сабақтарының мазмұны тек жаттығулар орындаумен шектелмейді. Мұнда оқушылардың денсаулық мәдениетін қалыптастыру, дұрыс тыныс алу, қозғалыс гигиенасы мен өзіндік бақылау дағдыларын үйрету де маңызды. Қимыл дағдыларын меңгеру барысында балалар өз денесінің мүмкіндіктерін сезінеді, қозғалыс кеңістігінде еркін бағдарлана бастайды, бұл олардың сенімділігін арттырады. Психологтар мен педагогтардың зерттеулеріне

сүйенсек, тұрақты қозғалыс әрекеті балалардың когнитивтік қабілеттерін де жақсартады. Яғни, дене жаттығулары ми қызметін белсендіреді, назар тұрақтылығын, есте сақтау мен зейінді дамытады. Қимыл дағдыларының жетілуі оқу әрекетіне де оң ықпал етеді: жазу, сурет салу, қол еңбегі сияқты іс-әрекеттердің сапасы артады.

Бастауыш мектеп мұғалімдерінің міндеті – қимыл белсенділігін әр сабақта мақсатты түрде ұйымдастыру. Сабақтың құрылымында дайындық, негізгі және қорытынды бөліктері анық болуы тиіс. Дайындық кезеңінде балалардың ағзасы жұмысқа бейімделеді, негізгі бөлімде жаңа қозғалыстар үйретіледі, ал қорытындыда бұлшық еттер босаңсып, тыныс алу қалпына келеді. Осындай жүйелілік арқылы оқушылардың қимыл дағдылары біртіндеп жетіліп, тұрақты сипат алады [2].

Сонымен қатар, оқушылардың қызығушылығын арттыру үшін сабақтарда заманауи технологияларды, мультимедиялық құралдарды және интерактивті әдістерді пайдалану тиімді. Мысалы, қозғалысты бейнежазба арқылы көрсету немесе сандық тренажерлар көмегімен қимылдың дұрыстығын бақылау оқушылардың танымдық белсенділігін арттырады.

Қимыл дағдысын қалыптастыру барысында мұғалім баланың физиологиялық және психологиялық ерекшеліктерін ескеріп, қимылдарды біртіндеп, жеңілден күрделіге қарай үйретеді. Сабақта ойын элементтерін, жарыс және эстафеталық жаттығуларды қолдану – балалардың қызығушылығын арттырып, белсенді қатысуға ынталандырады.

Кесте 1. Қимыл дағдыларын қалыптастырудың негізгі кезеңдері.

№	Кезеңдер	Мақсаты	Негізгі әдістер мен құралдар	Күтілетін нәтиже
1.	Дайындық кезеңі	Қимылға қызығушылық ояту, ағзаны бейімдеу	Қарапайым жаттығулар, ойын элементтері, сергіту сәттері	Баланың қозғалыс белсенділігі артады, сабаққа ынта қалыптасады
2.	Үйрету кезеңі	Негізгі қозғалыс түрлерін меңгерту	Көрсету, түсіндіру, қайталау, қателерді түзету	Жаңа қозғалыстарды саналы түрде орындау дағдысы қалыптасады
3.	Жетілдіру кезеңі	Қимыл дәлдігі мен үйлесімділігін арттыру	Жарыстар, эстафеталар, күрделі жаттығулар	Қимыл үйлесімділігі мен төзімділік деңгейі жоғарылайды
4.	Тұрақтандыру кезеңі	Қалыптасқан дағдыларды бекіту және өмірлік жағдайларда қолдану	Қайталау, спорттық ойындар, қозғалысты модельдеу	Қимыл дағдысы автоматтандырылып, күнделікті өмірде пайдаланылады

Осы кестеден көріп отырғанымыздай, қимыл дағдылары бірден емес, жүйелі және кезеңдік тәсіл арқылы қалыптасады. Әр кезеңнің өз мақсаты мен әдістемесі бар. Мұғалімнің басты міндеті — осы кезеңдердің арасындағы байланысты үзбей, сабақтардың мазмұнын бірізді түрде ұйымдастыру [3].

Мысалы, дайындық кезеңінде балалардың қозғалысқа қызығушылығын арттыру үшін музыкалық сүйемелдеумен жеңіл ойындар өткізу тиімді. Үйрету кезеңінде қимылдың дұрыстығына назар аударылып, мұғалім әр оқушының жеке ерекшелігіне сәйкес тапсырмалар береді. Ал жетілдіру мен тұрақтандыру кезеңінде қозғалыс жылдамдығы, төзімділік пен ептілік дамиды.

Қимыл дағдыларын қалыптастыруда ата-аналардың да рөлі маңызды. Үй жағдайында дене белсенділігін қолдау, серуендеу, спорттық ойындарға қатысу арқылы бала алған дағдыларды бекітеді. Отбасы мен мектеп арасындағы бірлескен жұмыс нәтижесінде балада дене шынықтыруға тұрақты қызығушылық пен салауатты өмір салтының дағдылары қалыптасады.

Жас ерекшеліктеріне сай тәсілдерді қолдану да аса маңызды. Мысалы, 6–7 жастағы балалар үшін ойын арқылы үйрету тиімді болса, 9–10 жастағыларға жарыс элементтерін енгізу арқылы өз-өзін сынауға, табандылыққа баулу қажет. Әр жастағы баланың физиологиялық дамуы мен психикалық ерекшеліктерін ескергенде ғана қимыл дағдыларын тиімді қалыптастыруға болады [4].

Қимыл мәдениетінің қалыптасуы тек физикалық қабілеттілікті ғана емес, тұлғаның әлеуметтік және эмоционалдық дамуын да қамтиды. Бірлескен ойындар мен жаттығулар балаларды ұйымшылдыққа, өзара көмек пен жауапкершілікке тәрбиелейді. Бұл қасиеттер олардың мінез-құлқында тұрақтылық пен төзімділік қалыптастырады.

Қорыта айтқанда, бастауыш сынып оқушыларының қимыл дағдыларын қалыптастыру — олардың денсаулығының, оқу жетістіктерінің және тұлғалық дамуының маңызды алғышарты. Оқыту процесінде жүйелі жаттығулар, ойын әдістері және жеке ерекшеліктерді ескерген педагогикалық тәсілдер қолданыс тапқанда ғана қимыл әрекеттері толық меңгеріліп, тұрақты дағдыға айналады.

Қимыл дағдыларын қалыптастыру – бұл тек дене шынықтыру пәнінің міндеті емес, ол жалпы білім беру жүйесінің маңызды құрамдас бөлігі. Бала қимылды меңгере отырып, өз денесін сезінуді, кеңістікте бағдарлауды, мақсатқа жету жолында күш-жігер жұмсауды үйренеді. Дене тәрбиесі арқылы алынған тәжірибе оның болашақ өмірінде белсенді, дені сау және жауапты тұлға болып қалыптасуына негіз болады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбдірахманова Г. «Бастауыш мектептегі дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі». – Алматы: Рауан, 2020.
2. Қалиева С. «Қимыл белсенділігін арттырудың педагогикалық шарттары». – Нұр-Сұлтан: Л.Н. Гумилев атындағы ЕҰУ, 2021.
3. Кравченко Ю.В. «Методика физического воспитания младших школьников». – Москва: Академия, 2019.
4. Мырзабаева А.Т. «Ойын технологиялары арқылы оқушылардың қозғалыс белсенділігін дамыту». – Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2022.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДРОНОВ И БЕСПИЛОТНЫХ СИСТЕМ В СПАСАТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЯХ И ВОЕННОЙ СФЕРЕ

Рахимов А.И., Сыздықов Е.С., Әбітай М.Т.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада құтқару операцияларында және әскери салада дрондар мен ұшқышсыз басқарылатын жүйелердің қолданылуы қарастырылады. Автор заманауи технологиялардың адамның өмірін сақтап қалудағы, апаттардың салдарын азайтудағы және қорғаныс қабілетін арттырудағы маңыздылығын талдайды. Сондай-ақ, дрондардың артықшылықтары мен оларды тиімді пайдаланудың ұйымдастырушылық және этикалық аспектілері зерттеледі.

The article explores the use of drones and unmanned systems in rescue operations and the military sphere. The author analyzes the significance of modern technologies in saving human lives, reducing the consequences of disasters, and strengthening defense capabilities. The paper also discusses the advantages, organizational aspects, and ethical implications of drone implementation in emergency response and defense sectors.

В XXI веке развитие технологий кардинально изменило подход к обеспечению безопасности, обороны и реагированию на чрезвычайные ситуации. Среди инноваций, оказавших наибольшее влияние, особое место занимают дроны и беспилотные летательные аппараты (БПЛА). Эти устройства, когда-то воспринимавшиеся как элементы научной фантастики, сегодня стали неотъемлемой частью как военной стратегии, так и системы гражданской защиты. Их универсальность, мобильность и способность работать в опасных или труднодоступных условиях делают их незаменимыми инструментами современного мира.

Дроны позволяют решать широкий спектр задач: от разведки и наблюдения до доставки медикаментов и эвакуации пострадавших. В условиях природных катастроф они дают возможность оперативно оценить масштабы разрушений, выявить очаги возгораний, определить местоположение людей под завалами. Благодаря камерам высокой четкости, тепловизорам и сенсорам движения дроны способны функционировать там, где человек физически не может оказаться без риска для жизни. Особенно важную роль они сыграли в ликвидации последствий землетрясений, наводнений и техногенных аварий, где каждая минута может стоить человеческой жизни.

Военная сфера также испытала на себе революционное воздействие беспилотных технологий. Современные БПЛА используются для разведки, корректировки артиллерийского огня, наблюдения за противником, а также для выполнения точечных ударов по стратегическим объектам. Их использование снижает потери личного состава и повышает эффективность боевых действий. Дроны предоставляют командирам возможность принимать решения на основе оперативных данных, полученных в реальном времени, что ранее было невозможно без значительных человеческих рисков [1].

Современные технологии стремительно изменили подход к безопасности, разведке и спасению людей. Одним из самых значимых достижений последних лет стало широкое применение дронов и беспилотных систем. Эти устройства, управляемые дистанционно или работающие в автономном режиме, сегодня используются как в военной сфере, так и в гражданской защите. Их появление стало новым этапом развития технологий, способных не только облегчить работу человека, но и сохранить тысячи жизней.

Однако, несмотря на очевидные преимущества, использование дронов вызывает и ряд этических и организационных вопросов. В военной сфере они нередко становятся инструментом дистанционной войны, когда решения о нанесении ударов принимаются без физического присутствия человека на поле боя. Это порождает моральные дилеммы, связанные с ответственностью за последствия таких действий. В гражданской сфере возникают проблемы приватности и безопасности полётов, поскольку дроны могут фиксировать конфиденциальную информацию или мешать работе спасательных служб, если используются неправильно.

С точки зрения организации спасательных операций, внедрение дронов требует системного подхода. Необходимо обучение персонала, разработка протоколов взаимодействия между службами и создание правовых механизмов регулирования полётов. В последние годы многие страны, включая Казахстан, активно разрабатывают нормативные акты, регулирующие использование БПЛА в чрезвычайных ситуациях. Это особенно важно для предотвращения хаоса в небе и обеспечения безопасности всех участников спасательных работ. В контексте гражданской обороны дроны открывают новые горизонты для мониторинга и анализа. Они способны заранее выявлять потенциально опасные зоны, проводить аэросъёмку инфраструктуры, оценивать состояние мостов, зданий, трубопроводов [2].

Таким образом, беспилотные технологии становятся не только инструментом реагирования, но и важным элементом профилактики чрезвычайных ситуаций.

Инновационное направление развития — интеграция дронов с искусственным интеллектом и спутниковыми системами. Современные модели уже способны самостоятельно прокладывать маршруты, анализировать визуальные данные и передавать их в аналитические центры. В будущем возможно создание полностью автономных спасательных комплексов, где дроны будут работать совместно с роботами и наземными системами, обеспечивая комплексный подход к ликвидации последствий катастроф.

Практические примеры подтверждают эффективность дронов. Так, во время землетрясения в Турции в 2023 году беспилотники помогали искать людей под завалами и доставляли медикаменты в труднодоступные районы. В Казахстане дроны применяются при мониторинге паводков, пожаров и охране государственных границ. В военных конфликтах последних лет, включая события в Украине, БПЛА стали ключевым элементом разведки и точечных операций. Эти примеры показывают, что роль дронов выходит далеко за рамки

вспомогательной техники — они становятся стратегическим ресурсом XXI века.

С научно-технической точки зрения, развитие беспилотных систем стимулирует прогресс в области робототехники, электроники, связи и кибербезопасности. Создание новых алгоритмов управления и защиты данных становится неотъемлемой частью исследований. Одновременно растёт потребность в подготовке специалистов, способных управлять дронами, анализировать полученные данные и интегрировать их в общие системы безопасности [3].

Для эффективного использования дронов и беспилотных систем в спасательных операциях и военной сфере необходимо развивать технологическую и нормативную базу. Важно обучать специалистов, создавать центры управления, разрабатывать стандарты безопасности и защиты данных.

Кроме того, следует развивать гражданско-военное сотрудничество, при котором технологии, используемые в армии, находят применение в гражданской обороне. Например, дроны, созданные для разведки, могут быть переоборудованы для поиска людей или доставки гуманитарных грузов.

Будущее за интеллектуальными беспилотными системами, которые смогут самостоятельно анализировать обстановку, планировать маршруты и взаимодействовать с другими устройствами. Это откроет новые возможности для спасательных служб и военных подразделений, обеспечивая более точное, безопасное и быстрое выполнение задач.

Таким образом, использование дронов и беспилотных систем сегодня является важным направлением развития как в военной, так и в гражданской сфере. Эти технологии помогают спасать жизни, минимизировать риски и повышать эффективность действий в сложных и опасных условиях. Главное — развивать их ответственно, соблюдая баланс между пользой и безопасностью, чтобы технологии служили во благо человека.

В заключение можно сказать, что использование дронов и беспилотных систем в спасательных операциях и военной сфере представляет собой важнейшее достижение современной науки и техники. Эти устройства позволяют сохранить тысячи жизней, повысить эффективность операций и минимизировать человеческие потери. Вместе с тем они требуют ответственного подхода, этического контроля и нормативного регулирования. Будущее гражданской обороны и оборонной политики неразрывно связано с развитием беспилотных технологий, которые становятся символом новой эры — эры умных машин, работающих во благо человека.

Список литературы

1. Ахметов, Р. Б. Инновационные технологии гражданской защиты. — Алматы: КазНТУ, 2022.
2. Кузнецов, П. В. Беспилотные летательные аппараты в военной и гражданской сфере. — Москва: Академия МЧС России, 2021.
3. Министерство по чрезвычайным ситуациям РК. Использование беспилотных систем при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. — Астана, 2024.

ҚОЗҒАЛЫС БЕЛСЕНДІЛІГІНІҢ АДАМ ДЕНСАУЛЫҒЫНА ЫҚПАЛЫ

Садуллаев Муродулла Журъатович
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Двигательная активность является основным фактором сохранения и укрепления здоровья человека. Регулярные физические упражнения улучшают работу сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, способствуют укреплению иммунитета и профилактике различных заболеваний. Недостаток движения приводит к гипокинезии, что вызывает ожирение, болезни сердца и снижение жизненного тонуса. Активный образ жизни способствует не только физическому, но и психическому благополучию человека.

Physical activity plays a crucial role in maintaining and improving human health. Regular exercise enhances the cardiovascular, respiratory, and nervous systems, strengthens the immune system, and prevents many diseases. Lack of movement causes hypokinesia, leading to obesity, heart diseases, and reduced vitality. An active lifestyle promotes both physical and psychological well-being, increasing overall quality of life.

Қазіргі таңда адамның денсаулығын нығайтудың ең тиімді жолдарының бірі – қозғалыс белсенділігін арттыру болып табылады. Ғылыми зерттеулер көрсеткендей, жүйелі түрде дене жаттығуларын орындау ағзаның барлық жүйелерінің қызметін жақсартады, аурулардың алдын алады және өмір сапасын арттырады. Қозғалыс – адамның табиғи қажеттілігі, ол физикалық, психикалық және әлеуметтік денсаулықтың негізін құрайды [1].

1. Қозғалыс белсенділігінің физиологиялық маңызы

Қозғалыс белсенділігі ағзадағы қан айналымды, тыныс алу жүйесінің жұмысын және зат алмасу процестерін жақсартады. Жаттығу кезінде жүрек бұлшықеті күшейіп, оттегінің жеткізілуі жақсарады, бұл адамның жалпы төзімділігін арттырады. Белсенді өмір салты иммундық жүйені белсенді етіп, ағзаны әртүрлі инфекциялық және созылмалы аурулардан қорғайды.

2. Психологиялық әсері

Қозғалыс белсенділігі тек физикалық емес, психологиялық тұрғыдан да маңызды рөл атқарады. Жаттығу кезінде эндорфиндер (қуаныш гормондары) бөлініп, көңіл-күй жақсарады, стресс пен мазасыздық деңгейі төмендейді. Белсенді адамдар өмірге оң көзқараспен қарап, жұмысқа және оқуға деген қабілетін арттырады.

3. Қозғалыс тапшылығының (гипокинезияның) зияны

Қазіргі заманғы технологиялар мен отырықшы өмір салты гипокинезия мәселесін туындатты. Бұл жағдай семіздікке, жүрек-қан тамыр ауруларына, омыртқа мен буын ауруларына, қант диабетіне және психикалық бұзылыстарға әкеледі. Сондықтан күн сайын кем дегенде 30–40 минут белсенді қозғалыс жасау – денсаулықты сақтаудың басты шарты [2].

4. Қозғалыс белсенділігін арттыру жолдары

Таңертеңгілік гимнастика жасау;

Күнделікті серуендеу немесе велосипед тебу;

Жұмыс немесе оқу аралығында қысқа үзілістер жасап, созылу жаттығуларын орындау;

Аптасына кемінде 2–3 рет спортпен айналысу (жүзу, жүгіру, фитнес және т.б.);

Балалар мен жасөспірімдерге арналған қозғалыс ойындарын ұйымдастыру.

Қозғалыс белсенділігі адамның физикалық және психикалық денсаулығының маңызды көрсеткіші болып табылады. Белсенді өмір салты өмір ұзақтығын арттырып, аурулардың алдын алады және адамның жалпы өмір сапасын жақсартады. Сондықтан қозғалыс белсенділігін арттыру әрбір адамның өмір салтының ажырамас бөлігі болуы тиіс.

Гипокинезияның (қозғалыс тапшылығының) салдары

Қозғалыс тапшылығы – қазіргі қоғамның ең өзекті мәселелерінің бірі. Оның негізгі салдары:

Семіздік пен зат алмасудың бұзылуы;

Қан қысымының жоғарылауы, жүрек ауруларының пайда болуы;

Омыртқа мен буын ауруларының көбеюі;

Көру қабілетінің нашарлауы; [3].

Созылмалы шаршау, ұйқысыздық және жүйке әлсіздігі.

ДДҰ мәліметінше, әлем тұрғындарының 25%-ы қажетті деңгейде қозғалыс жасамайды. Бұл тенденция әсіресе жасөспірімдер мен кеңсе қызметкерлері арасында байқалады.

4. Қозғалыс белсенділігін арттыру жолдары

Қозғалыс белсенділігін арттыру әр адамның күнделікті өміріне енгізілуі тиіс. Төмендегі қарапайым тәсілдер тиімді нәтиже береді:

Күніне кемінде 10 000 қадам жасау;

Лифт орнына баспалдақпен көтерілу;

Таңертең 10–15 минуттық жаттығу орындау;

Аптасына 2–3 рет спортпен шұғылдану (жүгіру, жүзу, фитнес, йога);

Мүмкіндігінше жаяу немесе велосипедпен жүру;

Компьютер алдында ұзақ отыру кезінде әр 40–60 минут сайын үзіліс жасап, созылу жаттығуларын жасау.

Мектептер мен жоғары оқу орындарында дене шынықтыру сабақтарының көлемін ұлғайту және денсаулық сақтау бағытындағы спорттық іс-шараларды көбейту маңызды.

5. Қозғалыс пен ұзақ өмір сүру арасындағы байланыс

Ғалымдардың зерттеуі бойынша, тұрақты түрде дене белсенділігімен айналысатын адамдардың өмір ұзақтығы 5–10 жылға артады. Мысалы, Финляндия мен Жапония сияқты елдерде халықтың көпшілігі жаяу жүру мен велосипед тебуді әдетке айналдырған. Бұл елдер әлемдегі ең ұзақ өмір сүретін мемлекеттердің қатарына кіреді[4].

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Оспанова М.К., Бекжанова Г.Н. Дене шынықтыру негіздері. – Алматы: Білім, 2021.
2. Әбілқасымов Е. Спорт және денсаулық. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.

3. World Health Organization (WHO). Physical activity fact sheet, 2023.
4. ACSM. Guidelines for Exercise Testing and Prescription. – 11th Edition. – Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.

ОӘЖ 355.23: 342.9

ӘСКЕРИ ҚЫЗМЕТ ӨТКЕРУ ТӘРТІБІ. ӘСКЕРИ ҚЫЗМЕТШІЛЕРДІҢ ЖАЛПЫ ҚҰҚЫҚТАРЫ, МІНДЕТТЕРІ МЕН ЖАУАПКЕРШІЛІГІ

Самедулла Ә., Амирханова Ұ.
Ғылыми жетекшісі – Әскери жетекші Алиев Ұ.О.
Лермонтов атындағы №17 мектеп

Статья раскрывает основные положения военной службы в Республике Казахстан: порядок её прохождения, права, обязанности и ответственность военнослужащих. Также подчеркивается значение военной подготовки в воспитании патриотизма у школьников.

The article highlights the main aspects of military service in the Republic of Kazakhstan, including its procedures, rights, duties, and responsibilities of servicemen. It also emphasizes the importance of military training in fostering patriotism among students.

Осы жарғы әскери бөлімдердегі ішкі тәртіптің негізгі қағидаларын, әскери қызметшілердің жалпы міндеттерін, олардың өзара қарым-қатынасын, сондай-ақ негізгі лауазымды тұлғалар мен тәуліктік наряд құрамындағы қызметкерлердің міндеттерін белгілейді.

Жарғыда тікелей көрсетілмеген лауазымдық функциялар өзге де нұсқаулықтармен, ережелермен және нормативтік-құқықтық құжаттармен анықталады.

Жарғы талаптары Қазақстан Республикасының Қарулы Күштеріне, сондай-ақ өзге де әскери құрамалар мен құрылымдардың әскери қызметшілеріне қолданылады. Сондай-ақ әскери жиындарға шақырылған әскери міндеттілерге және әскери нысандағы киімді киюге құқығы бар азаматтарға да осы жарғының күші таралады.

Жалпы ережелер. Қазақстан Республикасын қорғау — елдің әрбір азаматы үшін ең жоғары борыш әрі заңмен бекітілген міндет болып табылады.

Азаматтар белгіленген тәртіпке сәйкес әскери қызметті өткереді. Әскери қызмет — мемлекет пен қоғам тарапынан сенімнің көрінісі және әскери қызметшілердің адамгершілік, моральдық және кәсіби бейнесіне жоғары талап қояды.

Әскери қызметке азаматтар шақыру арқылы немесе ерікті түрде келісімшарт негізінде қабылданады.

Қарулы Күштердегі әскери атақтар «Әскери міндеттілік және әскери қызмет туралы» Қазақстан Республикасының Заңына сәйкес белгіленеді.

Әскери қызметшілердің құқықтық мәртебесі олардың азаматтық құқықтары мен бостандықтарын қамти отырып, әскери қызмет ерекшеліктеріне сай шектеулер мен қосымша міндеттерді де қарастырады.

Әскери қызметшілердің құқықтары мен міндеттерінің көлемі олардың қызметтік міндеттерін орындау жағдайына байланысты өзгереді.

Мысалы, әскери қызметші не запастағы азамат төмендегі жағдайларда әскери міндетін орындауда деп есептеледі:

лауазымдық міндеттерін атқарғанда;

жауынгерлік әрекеттерге немесе оқу-жаттығуларға қатысқанда;

соғыс, төтенше немесе қарулы қақтығыс жағдайында міндет атқарғанда;

табиғи және техногендік апаттардың зардаптарын жойғанда;

қызметтік іссапарда, емделуде немесе демалыс кезінде жолда болғанда;

өзге де заңмен танылған жағдайларда.

Мерзімді әскери қызметтегі сарбаздар өз қызмет кезеңінің толық уақытында әскери міндетін орындауда болып саналады.

Олар мемлекеттік қызмет өкілдері мәртебесіне ие және мемлекет тарапынан қорғалады.

Әскердің қызметі — бұл бөлімдер мен гарнизондардағы өмір мен қызметтің тәртібін, әскери әзірлікті, тәртіп пен қауіпсіздікті қамтамасыз етуге бағытталған іс-шаралар жиынтығы.

Ішкі қызметке әскери бөлім командирі, ал бөлімшелерде бөлімше командирі басшылық жасайды. Тікелей ұйымдастыруды бөлім штабының бастығы жүзеге асырады.

Әскери қызметшілердің құқықтары

Әскери қызметшілердің құқықтары заңмен реттеледі және оларды жүзеге асыру кезінде мемлекет пен қоғамның мүдделеріне нұқсан келтірілмеуі тиіс.

Мемлекет әскери қызметшілердің құқықтары мен әлеуметтік қорғалуына кепілдік береді, олардың тұрмыстық және қызметтік жағдайларын жақсартуға бағытталған шаралар қабылдайды.

Әскери ант қабылдағанға дейін әскери қызметшіге жауынгерлік тапсырмалар жүктелмейді және қару берілмейді.

Қызметшілердің құқықтарын бұзған командирлер мен бастықтар заң алдында жауап береді.

Әскери қызметші, азамат ретінде:

өмір сүру және жеке басының қауіпсіздігіне құқылы;

ар-намысы мен қадір-қасиетіне нұқсан келтіретін әрекеттерден қорғалады;

тең құқықтарға ие және кез келген кемсіту заңмен тыйым салынады;

сот арқылы өз құқықтарын қорғауға және заң көмегін алуға құқылы;

жеке өмірінің, отбасылық құпиясының және хат жазысуының қорғалуына кепілдік алады;

дінін еркін таңдауына, пікір білдіруіне және ақпарат алуына құқылы.

Әскери қызметшіге заңмен рұқсат етілген шекте:

қызметтен тыс уақытта бейбіт сипаттағы қоғамдық іс-шараларға қатысуға;

тұрғылықты жерін еркін таңдауға (қызмет ерекшеліктерін ескере отырып);

еңбек етуге, демалуға, заңмен белгіленген демалыс түрлерін пайдалануға;

мемлекеттік тұрғын үймен және медициналық көмекпен қамтамасыз етілуге;

кәсіби және білім беру саласында өз қабілетін дамытуға құқық беріледі.

Сонымен қатар, әскери қызметшілерге мына әрекеттерге тыйым салынады:

саяси партиялардың қызметіне қатысуға және оларды қолдауға;

ереуілдер мен наразылық акцияларын ұйымдастыруға;

командирлердің бұйрықтарын жария түрде сынауға;

дінді насихаттауға және діни ұйымдар құруға;

кәсіпкерлік және коммерциялық қызметпен айналысуға.

Қару қолдану тәртібі

Әскери қызметшілер заңмен белгіленген жағдайларда қару алып жүруге және қолдануға құқылы.

Қару тек соңғы шара ретінде мынадай жағдайларда пайдаланылады:

әскери нысандар мен күзетілетін объектілерге шабуыл жасалғанда;

қаруға ие болуға тырысқан әрекеттердің жолын кесу үшін;

адамдардың өмірі мен қауіпсіздігіне тікелей қауіп төнгенде;

ауыр қылмыс жасаған және қарулы қарсылық көрсеткен тұлғаны ұстау кезінде.

Қару қолданар алдында әскери қызметші ескерту жасауға міндетті, алайда кенеттен қарулы шабуыл болған жағдайда ескерту жасалмауы мүмкін.

Қару қолданған соң әскери қызметші бұл туралы өз командиріне дереу баяндап, қажет болса зардап шеккендерге алғашқы көмек көрсетуге тиіс.

Пайдаланған әдебиеттер

1. Тыныбаев С.К. Нурмаханов Б.Н. Адельбаев Е.Б. Жоғарғы кәсіби білім беру ұйымдарындағы әскери дайындық. II. Бөлім. Жалпы тактика Астана 2019

2. Бастауыш әскери дайындық негіздері. Жақсыгельдинов М.Т. А., 2020ж

3. Бастауыш әскери дайындық негіздері. Дошаков С.Х., Каргин С.Т.А., 2022ж.

УДК 759.41

ЭВОЛЮЦИЯ СТРЕЛКОВОГО ОРУЖИЯ И ТЕНДЕНЦИИ ЕГО МОДЕРНИЗАЦИИ

Сапақ М.М., Керімқұл Қ.П., Опабек Е.Н.,
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада атыс қаруының тарихи қалыптасуы мен заманауи даму үрдістері қарастырылады. Автор атыс құралдарының технологиялық эволюциясын — қарапайым құралдардан бағалы металл мен порохтан бастап, қазіргі дәуірдегі автоматтандырылған, дәл және модульдік жүйелерге дейін саралайды. Сонымен қатар, мақалада қазіргі заманғы модернизация бағыттары: материалтану, баллистика, интеллекті жүйелер, модульдік архитектура және жүйелік интеграция талданады. Зерттеу қорытындысы бойынша, болашақ қару-жарақтың негізгі тенденциясы — дәлдік, кешенді интеграция және адам-машина байланысының күшеюі болмақ.

The article examines the historical development and contemporary trends in the evolution of small arms. The author traces technological progress from early firearms through smokeless

powder and repeating mechanisms to modern automatic and modular weapon systems. The paper analyzes current modernization directions: advanced materials, ballistics optimization, integration of smart systems, modular architectures, and networked platforms. The conclusion highlights that future developments emphasize precision, system integration, and enhanced human-machine interaction.

Стрелковое оружие на протяжении нескольких столетий оставалось ключевым элементом вооружённых сил и инструментом государственной безопасности. Эволюция этого вида вооружения отражает не только технологический прогресс, но и изменения в доктринах ведения боя, требованиях к мобильности, точности и надёжности. Переход от ручного огнестрельного оружия ранних эпох к массовым автоматам XX века, а затем — к высокоточным, интеллектуально интегрированным системам нынешнего времени — демонстрирует, как наука, материалы и тактика взаимно формируют образ современного поля боя.

Первые огнестрельные образцы появлялись как простые «ручные пушечки», использующие чёрный порох и примитивные запальные механизмы. Развитие технологии пороха, металлургии и механики привело к появлению нарезных стволов, фитильных замков, а позднее — кремнёвых и ударно-спусковых механизмов. Революционный переход состоялся с изобретением патрона «всё в одном» и массовым распространением револьверов и винтовок с болтовым затвором, что повысило скорострельность и надёжность [1].

Конец XIX — начало XX века связаны с появлением автоматического огнестрельного оружия, усовершенствованием механизмов питания и боеприпасов. Войны XX века продемонстрировали необходимость мобильных, надёжных и высокоэффективных систем: от карабинов и ручных пулемётов до штурмовых винтовок. Ведущие государства сосредоточили усилия на создании стандартизированных семей оружия, обеспечивающих баланс между огневой мощностью, массой и точностью.

Материаловедение. Появление высокопрочных сталей, алюминиевых сплавов, титановых и углеродных композитов позволило значительно снизить массу оружия при сохранении прочности и долговечности. Композитные материалы используются в прикладах, рукоятках и корпусных элементах, снижая общий вес экипировки бойца.

Боеприпасы и баллистика. Переход от крупнокалиберной винтовочной боеприпасной логики к оптимизированным патронам с высокими баллистическими характеристиками улучшил точность, убийную силу и дальность. Современные патроны разрабатываются с учётом формы пули, материалов сердечника и баллистического коэффициента, что повышает эффективность на поле боя.

Механика и системы управления огнём. Совершенствование ударно-спусковых механизмов, систем газоотвода и автоматических затворов повысило надёжность и скорострельность, а применение регулируемой отдачи и стабилизации улучшило управляемость оружием при стрельбе очередями.

Электроника и оптика. Переход к цифровым прицелам, дальномерам, термовизорам и ночным прицелам изменил концепцию стрельбы: теперь поражение целей возможно при плохой видимости и на дальних дистанциях. Внедрение баллистических вычислителей в прицелы позволяет компенсировать факторы ветра, дистанции и движения цели, повышая точность [2].

Модульность и универсальность. Современные системы проектируются по принципу модульности: оружие и его навесное оборудование можно быстро конфигурировать под конкретную задачу. Платформы семейства штурмовых винтовок теперь допускают замену стволов, прикладов, рукояти, магазинов и модулей прицелов, что удваивает и более сферу применения одной системы.

Интеллектуализация и сетевые возможности. Развитие тактических сетей и протоколов обмена данными превращает стрелковую единицу в узел информационной системы. Оружие, оснащённое датчиками, может передавать координаты, статус боеприпасов и сведения о состоянии стрелка в общую сеть, что повышает контроль командования и сокращает время принятия решений.

Интеграция средств реального времени и ИИ. Алгоритмы машинного обучения позволяют анализировать поведение цели, предлагать прицеливание с учётом баллистики и даже автоматизировать подсветку прицела для слабовидящих условий. Системы, помогающие стрелку, уменьшают требование к подготовке и повышают эффективность подразделений.

Новые концепции боеприпасов и «умных пуль». Тренд на создание управляемых боеприпасов малого калибра, корректирующих траекторию с помощью микрогири- или аэродинамических элементов, находится в стадии исследований и испытаний, но уже потенциально меняет представление о точности и минимизации сопутствующего урона.

Защита от поражающих факторов и снижение отдачи. Активные и пассивные системы гашения отдачи, продвинутые дульные устройства и композитные амортизаторы позволяют повысить точность автоматического огня и уменьшить влияние на стрелка.

Кибербезопасность и надёжность цифровых компонентов. По мере интеграции электроники возрастает уязвимость к помехам, джаммингу и кибератакам. Следовательно, модернизация включает в себя не только новые функции, но и устойчивость к информационно-электронным воздействиям.

Увеличение точности и снижение массы вооружения позволяет повысить мобильность войск и снизить логистическую нагрузку. Сетевые возможности обеспечивают более плотную координацию огня и сокращают «время обнаружения и время поражения». При этом возрастающая сложность систем требует повышения уровня подготовки личного состава и обеспечения технического обслуживания в полевых условиях [3].

Модернизация стрелкового оружия также влияет на правила применения силы и минимизацию сопутствующего ущерба в условиях урбанизированных операций, где точность и управление огнём критичны для сохранения гражданской инфраструктуры и неповреждённых граждан.

Технологический прогресс приносит дилеммы: автоматизация прицеливания и элементы автономного выбора целей ставят вопрос о границах принятия жизни и смерти машинами. Международные соглашения и национальные регламенты ещё не полностью отражают реальные вызовы, связанные с «умными» боеприпасами и полуавтономными системами. Экономически, внедрение передовых технологий увеличивает затраты на единицу вооружения и требует инвестиций в производство, логистику и подготовку персонала, что особенно чувствительно для стран с ограниченными ресурсами.

Эволюция стрелкового оружия — это непрерывный процесс, в котором технологические достижения, тактические требования и стратегические задачи взаимно влияют друг на друга. Современные тенденции модернизации направлены на повышение точности, модульности, информационной интеграции и живучести систем. Будущее стрелкового вооружения, вероятно, будет связано с усилением роли интеллектуальных компонентов, развитием корректируемых боеприпасов, снижением массы за счёт новых материалов и усилением киберустойчивости. При этом успешная модернизация требует сбалансированного подхода, учитывающего технические, организационные, правовые и этические аспекты.

Список литературы

1. Chivers, C. J. The Gun. — Simon & Schuster, 2015.
2. Hogg, I., & Weeks, J. Modern Small Arms: Development and Modernization. — Military Press, 2020.
3. Баранов, А. С. Эволюция стрелкового оружия и современные технологии, — Москва: Воениздат, 2021.

ОӘЖ 796.011.3:316.7(574)

ЭТНОСПОРТ – ҰЛТ РУХАНИЯТЫ МЕН МӘДЕНИ МҰРАСЫНЫҢ АЙНАСЫ

Сарсенбек Н.Ш., Сырлыбек Н.М., Ишанова Н.Т.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается этносport как важный элемент сохранения национальной идентичности, духовных и культурных традиций казахского народа. Этноспорт представлен не только как форма физической активности, но и как средство воспитания морально-волевых качеств, патриотизма и национального самосознания. Автор анализирует исторические истоки и современные тенденции развития этноспорта, включая такие виды, как казахша күрес, кокпар, аударыспак, тоғызқумалак и другие. Особое внимание уделено роли этноспорта в формировании духовных ценностей, укреплении культурного единства и развитии международного имиджа Казахстана.

The article explores ethnosport as a vital component in preserving the national identity, spirituality, and cultural traditions of the Kazakh people. Ethnosport is presented not only as a form of physical activity but also as a means of fostering moral strength, patriotism, and national consciousness. The author analyzes the historical roots and modern development of ethnosport, focusing on traditional Kazakh games such as kazakh kuresi (wrestling), kokpar (horseback

competition), audaryspak, and togyzkumalak. Particular attention is given to the role of ethnosport in shaping spiritual values, strengthening cultural unity, and promoting Kazakhstan's image on the international stage.

Қазіргі жаһандану дәуірінде ұлттық мәдениет пен рухани құндылықтарды сақтау мәселесі әр халық үшін өзекті тақырыпқа айналды. Әсіресе, дәстүрлі мәдениет пен ұлттық болмысты сақтаудың тиімді тетіктерінің бірі ретінде этноспорт ерекше маңызға ие. Этноспорт – халықтың тұрмыс-тіршілігі, әдет-ғұрпы, дүниетанымы және тарихи дамуының көрінісі болып табылатын спорттық және ойындық мәдениеттің ерекше түрі.

Қазақ халқы үшін этноспорт — тек дене шынықтыру немесе жарыс түрі емес, ол–батырлық, ерлік, ұжымшылдық, ептілік сияқты рухани қасиеттерді қалыптастыратын, ұлт болмысын айқындайтын маңызды мәдени институт. Этноспорт арқылы ата-баба мұрасы мен ұлттық дәстүр сабақтастығы ұрпақтан ұрпаққа жалғасып келеді [1].

Бұл мақалада этноспорттың рухани және мәдени маңызы, оның қоғамдағы рөлі мен қазіргі даму бағыттары қарастырылады.

Этноспорт термині грек тіліндегі «*ethnos*» – халық, ұлт және ағылшын тіліндегі «*sport*» – ойын, жарыс деген сөздерден құралған. Яғни, этноспорт – белгілі бір ұлттың өмір салтынан туындаған, дәстүрге негізделген спорт түрлерінің жиынтығы. Ол ұлттың мәдениетінің ажырамас бөлігі ретінде ғасырлар бойы қалыптасып, халықтың рухани тәжірибесін сақтаушы құралға айналды.

Қазақ халқының этноспорттық мұрасы өте бай. Бұған қазақ күресі, көкпар, аударыспақ, жамбы ату, тоғызқұмалақ, қыз қуу, асық ату, теңге ілу, алтыбақан сияқты ұлттық ойындар жатады. Бұл спорт түрлері қазақ халқының тұрмысымен, көшпелі өмір салтымен, жауынгерлік дәстүрімен тығыз байланысты болған [2].

Этноспорттың басты ерекшелігі – оның тек физикалық дайындыққа емес, рухани-адамгершілік тәрбиеге де бағытталуында. Мысалы, қазақ күресі – қарсыласына құрмет көрсету, адалдық пен әділдік қағидаларына негізделсе, көкпар – топтық бірлік пен ұжымдық күштің көрінісі. Тоғызқұмалақ – зерделілік пен логикалық ойлауды дамытатын интеллектуалды этноспорт түрі.

Этноспорт – ұлттың мәдени коды мен рухани болмысын сақтаушы жүйе. Оның рухани маңызы – халықтың ерлік дәстүрін, батырлық мінезін, ұжымдық рухын насихаттауында. Қазақ халқының этноспорттық ойындары халық өмірінің барлық саласына әсер еткен: тұрмысқа, өнерге, тәрбиеге, салт-дәстүрге [3].

Мысалы, қазақ күресі – әділдік пен қайсарлықтың мектебі. Ол ер жігіттің физикалық қуатын ғана емес, рухани төзімділігін де сынайды. Көкпар ойынында ер-азаматтардың батылдығы, атқа міну өнері мен ұйымдасқан ұжымдық рухы көрініс табады. Ал жамбы ату, аударыспақ сияқты ойындар мергендік, ептілік пен шапшаңдықты талап етеді.

Этноспорт түрлері – ұлттың мәдени мұрасының материалдық емес қыры. Яғни, олар арқылы ұлттың тарихы, тұрмыс-тіршілігі мен дүниетанымы көрініс

табады. Этноспорттық шаралар халықтың рухын көтеріп, ұлттар арасындағы мәдени байланыстарды нығайтады [4].

Кесте-1. Қазақстандағы этноспорт түрлерінің таралуы және танымалдылығы.

№	Этноспорт түрі	Қатысушылар саны (мың адам)	Ұйымдастырушы ұйым	Халықаралық мойындалуы
1	Қазақ күресі	180	«Қазақ күресі» федерациясы	Әлем чемпионаты өткізіледі
2	Көкпар	95	Ұлттық спорт қауымдастығы	Халықаралық ойындар бар
3	Тоғызқұмалақ	75	Тоғызқұмалақ федерациясы	Дүниежүзілік олимпиадалар өтеді
4	Жамбы ату, аударыспақ	40	Этноспорт қауымдастығы	Азия елдері қатысады

(Дерек көзі: ҚР Мәдениет және спорт министрлігі, 2024 ж.)

Этноспорттық ойындар қазіргі таңда тек ауылдық жерлерде ғана емес, республикалық және халықаралық деңгейде де дамып келеді. Бұл – қазақ мәдениетінің әлемдік кеңістіктегі танымалдығын арттырып, рухани жаңғыру үдерісіне серпін беріп отырған маңызды фактор.

Бүгінгі таңда этноспорт Қазақстанның ұлттық идеологиясының маңызды құрамдас бөлігіне айналып отыр. Мемлекет тарапынан ұлттық спорт түрлерін қолдау мақсатында арнайы бағдарламалар қабылданып, федерациялар мен қауымдастықтар жұмыс істеуде.

Мысалы, жыл сайын ұйымдастырылатын «Ұлы дала ойындары», «Этноспорт фестивалі», «World Nomad Games» сияқты халықаралық жарыстар Қазақстанды этноспорттың орталығы ретінде танытуда. Бұл ойындарға әлемнің ондаған елінен спортшылар қатысып, қазақтың дәстүрлі ойындарын әлемдік деңгейде насихаттауға үлес қосуда.

Этноспорттың даму бағыттарының бірі – жастар тәрбиесі мен білім беру жүйесінде ұлттық ойындарды енгізу. Қазіргі кезде мектеп пен университеттерде дене шынықтыру сабақтарында ұлттық ойын элементтері жиі қолданылуда. Бұл жастардың патриоттық сезімін оятып, ұлттық сана-сезімін күшейтеді.

Сонымен қатар, этноспорт туризм мен мәдени дипломатия саласында да маңызды орынға ие. Туристік аймақтарда ұлттық спорттық көрсетілімдер ұйымдастыру – шетелдік қонақтардың қазақ мәдениетіне деген қызығушылығын арттырады. Мысалы, киіз үй, жылқы мәдениеті, көкпар мен қазақ күресі элементтері арқылы Қазақстанның бренді қалыптасып келеді [5].



Сурет -1. Қазақ күресі – ұлттық батырлықтың көрінісі



Сурет -2. Көкпар – ержүректік пен бірліктің символы

Этноспорттың тағы бір заманауи бағыты – цифрлық форматта танымал ету. Бүгінде этноспорт түрлері әлеуметтік желілерде, YouTube, TikTok сияқты платформаларда белсенді насихатталып, жас ұрпақ арасында жаңа қызығушылық тудырып отыр.

Этноспорт – ұлттың рухани болмысын айқындайтын, мәдени мұрасының жандануына жол ашатын ерекше құбылыс. Ол халықтың өткенін, дәстүрін, өмір салтын сақтап қана қоймай, қазіргі заман талабына бейімделе отырып, ұлт бірлігін нығайтады.

Этноспорттық ойындар арқылы жас ұрпақ ата-баба дәстүрін танып, ұлттық рух пен отансүйгіштік сезімге тәрбиеленеді. Бұл бағыттағы мемлекеттік

саясат пен қоғамдық қолдау этносportтың халықаралық деңгейде дамуына мүмкіндік береді.

Сондықтан этносportты сақтау, дамыту және насихаттау – ұлттың рухани қауіпсіздігі мен мәдени тәуелсіздігін қамтамасыз етудің негізгі тетіктерінің бірі.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. ҚР Мәдениет және спорт министрлігі. Ұлттық спортты дамыту бағдарламасы – 2024 ж.
2. Төлеуов Б. Қазақтың ұлттық ойындары және этносportтық мәдениет. – Алматы: Қазақ университеті, 2022.
3. Әбілдаев Н. Этноспорт – ұлт руханиятының көрінісі. – «Білім және ғылым» журналы, №4, 2023.
4. World Ethnosport Confederation. Annual Report 2024. – Ankara, 2024.
5. Әбдікәрімова С. Қазақтың дәстүрлі спорт түрлерінің тәрбиелік мәні. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы, 2021.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ БИОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

Сатым С.Ә., Бердиева Д.Ғ., Камулджанов С.О.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассмотрены основные биологические и психологические механизмы воздействия физического воспитания на организм человека. Показано, что физические упражнения способствуют развитию мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем. С психологической точки зрения физическая культура формирует волевые качества, эмоциональную устойчивость и мотивацию. Сделан вывод о необходимости комплексного подхода к развитию личности через физическое воспитание.

The article discusses the biological and psychological mechanisms of physical education's influence on the human body. Regular exercise improves muscular, cardiovascular, respiratory, and nervous systems. Psychologically, physical training strengthens willpower, motivation, and emotional stability. The study concludes that an integrated approach to physical and psychological development is essential for holistic human growth.

Қазіргі қоғамда салауатты өмір салтын қалыптастыру мен ұлт денсаулығын нығайтудың маңызды тетіктерінің бірі — дене тәрбиесі. Дене тәрбиесі адамның тек қимыл-қозғалыс белсенділігін арттырып қана қоймай, оның ағзалық (биологиялық) және рухани-психологиялық дамуына әсер етеді. Бұл үдерістің ғылыми негіздерін түсіну үшін биологиялық және психологиялық механизмдерді зерттеу аса маңызды. Себебі, дене жаттығулары тек бұлшық ет жүйесіне ғана емес, жүрек-қантамыр, тыныс алу, жүйке жүйелеріне, сондай-ақ адамның эмоционалды күйіне де әсер етеді.

Дене тәрбиесінің биологиялық негіздері. Дене тәрбиесінің биологиялық негіздері – бұл адам ағзасында жаттығу әсерінен туындайтын морфологиялық және функционалдық өзгерістер жиынтығы. Жүйелі түрде орындалатын дене жаттығулары келесі биологиялық жүйелердің дамуына ықпал етеді: Бұлшық ет және тірек-қимыл жүйесі. Жаттығулар бұлшық ет талшықтарының көлемін,

серпінділігін және жиырылу күшін арттырады. Сүйек тіндерінде минералды заттардың (кальций, фосфор) мөлшері көбейіп, олардың беріктігі артады. Бұлшық еттердің дамуы адамның жалпы жұмыс қабілетін жоғарылатады. Жүрек-қантамыр жүйесі Физикалық белсенділік жүрек бұлшық етін нығайтады, қан айналымын жақсартады, қан қысымын реттейді. Спортпен айналысатын адамдардың жүрегі оттегіні тиімді пайдаланып, қанды ағза бойына жылдам таратады. Нәтижесінде жүректің минуттық көлемі артып, демалыс кезіндегі пульс сирейді. Тыныс алу және жүйке жүйесі. Дене жаттығулары өкпенің тіршілік сыйымдылығын ұлғайтады, газ алмасу үдерісін жақсартады [1].

Сонымен қатар, орталық жүйке жүйесі қозғалыс дағдыларын қалыптастыруға және үйлесімділікті жетілдіруге қатысады. Ми қыртысындағы қозу мен тежелу процестері теңесіп, адамның реакция жылдамдығы артады.

Гормондық және иммундық жүйе. Жаттығулар эндокриндік бездердің қызметін белсендіреді: өсу, стресс пен қуат гормондарының бөлінуі күшейеді. Бұл метаболизмді тездетіп, иммунитетті нығайтады. Орташа қарқынмен орындалған дене жаттығулары вирустық ауруларға қарсы төзімділікті арттырады.

Дене тәрбиесінің психологиялық негіздері. Дене тәрбиесі адамның психикалық дамуы мен тұлғалық қасиеттерінің қалыптасуына тікелей әсер етеді. Жаттығулар мен спорттық ойындар адамның ерік-жігерін, мақсатқа жету қасиетін, эмоционалды тұрақтылығын дамытады.

Эмоционалды тұрақтылық пен мотивация. Жаттығу кезінде ағзада эндорфиндер мен серотониндердің бөлінуі артады, бұл жақсы көңіл күй мен мотивация тудырады. Физикалық белсенділік депрессияның, шаршаудың және стресс

Ерік пен мінез қасиеттерін қалыптастыру. Спорттағы табысқа жету жолында адам төзімділік, табандылық, тәртіп пен өзін-өзі бақылау қабілеттерін дамытады. Бұл қасиеттер өмірдің басқа салаларында да қолданылады.

Командалық ойындар ұжымшылдыққа, өзара түсіністікке, бір мақсатқа біріге әрекет етуге үйретеді. Бұл жеке тұлғаның әлеуметтік бейімделуіне және қоғамда тиімді қарым-қатынас орнатуына ықпал етеді. Интеллектуалдық қабілеттердің дамуы Қозғалыс белсенділігі ми қыртысының жұмысын жақсартады, зейінділік пен есте сақтауды арттырады. Физикалық белсенді адамдардың оқу мен еңбек өнімділігі жоғары болатыны дәлелденген [2].

Дене тәрбиесі мен психофизиологиялық үйлесім. Дене тәрбиесінің тиімділігі адамның психологиялық күйімен және физиологиялық жағдайымен тығыз байланысты. Жаттығу кезінде ми мен бұлшық ет арасындағы байланыс (нейромоторлық жүйе) күшейеді, қозғалыс дәлдігі мен үйлесімділігі артады. Психикалық дайындық – спортшының өзін-өзі реттеу қабілетін, мақсат қою және оған жету стратегиясын анықтайды.

Дене тәрбиесінің жас ерекшелігіне байланысты аспектілері. Балалар мен жасөспірімдер кезеңінде дене тәрбиесі өсу мен дамудың табиғи процесін реттейді. Бұл кезде жаттығулардың көлемі мен қарқыны жас ерекшелігіне сай таңдалуы қажет.

Ересек жаста физикалық белсенділік жүрек-тамыр ауруларының, семіздік пен остеохондроздың алдын алады. Қартайған шақта жаттығулар бұлшық еттердің атрофиясын баяулатып, буындардың қозғалғыштығын сақтайды. Дене тәрбиесінің биологиялық және психологиялық негіздері адамның жан-жақты дамуының басты факторы болып табылады. Физиологиялық тұрғыда ол ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін арттырып, денсаулықты нығайтса, психологиялық тұрғыда ерік-жігерді, өзін-өзі басқару мен позитивті ойлауды қалыптастырады. Осы екі бағыттың үйлесімді дамуы тұлғаның физикалық, рухани және әлеуметтік жетілуінің негізін қалайды [3].

Сондықтан да дене тәрбиесін жалпы білім беру жүйесінде және қоғамдық өмірде кеңінен қолдану – ұлт саулығы мен рухани дамуының басты кепілі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

- 1.Әбілдаев С. «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі». – Алматы: Рауан, 2021.
- 2.Жолдасова Г.Қ. «Спорт физиологиясы». – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.
- 3.Матвеев Л.П. «Теория и методика физического воспитания». – Москва: Академия, 2019.

ӨОЖ 37.037.1:355.23

ЖАСТАРДЫҢ ҰЛТТЫҚ ПАТРИОТТЫҚ САНА-СЕЗІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ ПӘНДЕРІНІҢ ӨЗАРА ЫҚПАЛЫ

Сейт Арсен Талғатұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье подробно исследуется роль предметов «Физическая культура» и «Начальная военная подготовка» в формировании национально-патриотического сознания молодежи. Автор обосновывает необходимость интеграции этих дисциплин и анализирует результаты педагогического эксперимента. Установлено, что уровень физической подготовки, дисциплинированности и патриотизма учащихся заметно повысился.

This article explores the role of “Physical Education” and “Initial Military Training” in shaping the national-patriotic consciousness of youth. The author analyzes the pedagogical and psychological foundations of integrating these disciplines and presents experimental results. The findings reveal that students’ physical endurance, discipline, and patriotic motivation significantly improved through combined educational practices.

Бүгінгі қоғам дамуының жаңа кезеңінде Қазақстан Республикасының білім беру жүйесі жастарды рухани, физикалық және патриоттық тұрғыдан жан-жақты дамытуға бағытталған. Ел Президенті Қасым-Жомарт Тоқаев «Жастар – елдің болашағы, ұлттың тірегі» деп атап өткендей, қазіргі білім беру мекемелерінің басты міндеті – жас ұрпақты елжандылыққа, жауапкершілікке және салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

Осы мақсатқа жетуде дене шынықтыру мен алғашқы әскери дайындық (АӘД) пәндері ерекше маңызға ие. Бұл екі пән – тек қана физикалық

қабілеттерді дамытатын немесе әскери ережелерді үйрететін құрал емес, сонымен қатар жастардың ұлттық рухын, отан сүйгіштік қасиетін және азаматтық борышын сезіну мәдениетін қалыптастыратын әлеуметтік-педагогикалық тетік болып табылады.

Соңғы жылдары мектеп оқушылары мен студенттердің физикалық белсенділігі төмендеп, денсаулық көрсеткіштері әлсірегені байқалады. Сонымен қатар, ақпараттық технологиялардың қарқынды дамуы жасөспірімдердің өмір салтына елеулі өзгеріс енгізіп, қозғалыс белсенділігін азайтты. Мұның салдары ретінде әскери қызметке, спорттық жарыстарға және жалпы ұлттық қауіпсіздікке қатысты дайындық деңгейі де төмендеуде [1].

Сол себепті дене шынықтыру мен алғашқы әскери дайындық пәндерін өзара байланыстырып оқыту қажеттілігі туындайды. Бұл бағыт оқушылардың физикалық, моральдық, рухани және азаматтық тұрғыдан үйлесімді дамуына мүмкіндік береді. Патриоттық сана мен физикалық дайындық – егемен елдің тірегі болып табылатын азаматтық жауапкершіліктің негізі.

Зерттеу мақсаты мен міндеттері: Жастардың ұлттық-патриоттық сана-сезімін арттыруда дене шынықтыру мен алғашқы әскери дайындық пәндерінің ықпалы мен өзара байланысын ғылыми тұрғыда негіздеу.

Міндеттері: Дене шынықтыру мен әскери дайындық пәндерінің тәрбиелік әлеуетін талдау. Жастардың патриоттық сана-сезіміне әсер ететін әлеуметтік-педагогикалық факторларды анықтау. Интеграциялық әдістер арқылы екі пәннің өзара байланысын нығайту жолдарын ұсыну. Тәжірибелік зерттеу нәтижелері негізінде тиімді үлгі ұсыну. Зерттеу нысаны: жалпы білім беретін мектептер мен колледждердегі дене шынықтыру және алғашқы әскери дайындық пәндерінің оқу процесі. Зерттеу пәні: осы пәндердің жастардың патриоттық тәрбиесіне және физикалық дамуына ықпалы [2].

Зерттеу әдістері: Теориялық талдау: педагогикалық, психологиялық және әскери әдістемелік әдебиеттерді салыстыру. Сауалнама және сұхбат: оқушылардың патриоттық сезімі мен физикалық белсенділігіне көзқарасын анықтау. Педагогикалық эксперимент: АӘД және дене шынықтыру сабақтарын интеграциялау арқылы алынған нәтижелерді салыстыру. Статистикалық талдау: тәжірибе нәтижелерін сандық өңдеу және пайыздық көрсеткіштер шығару.

1. Дене шынықтыру – тұлғаның рухани және физикалық үйлесімін қамтамасыз етуші фактор

Дене тәрбиесі тек қана бұлшық етті шынықтыру емес, ол адамның ерік-жігерін, мінезін, жауапкершілігін қалыптастырады. Спорттық жаттығулар адамның рухын шыңдап, табандылық пен еңбекқорлық қасиеттерін дамытады. Бұл қасиеттер әскери қызметтің де негізгі талаптарына сәйкес келеді.

2. Алғашқы әскери дайындық – азаматтық борыш пен ел қорғау рухының бастауы

АӘД пәні жастарды Қазақстан Республикасының Қарулы Күштерінің құрылымы, әскери жарғылар мен тәртіп, саптық және атыс дайындық негіздерімен таныстырады. Оқушыларда отансүйгіштік, тәртіптілік, ұжымшылдық және батылдық қасиеттері қалыптасады [3].

Дене шынықтыру сабақтарында әскери қолданбалы жаттығуларды (кросс, жүгіру, тосқауылдан өту, эстафеталық ойындар) енгізу арқылы әскери дайындықтың бастапқы элементтерін дамытуға болады.

3. Екі пәннің интеграциясының педагогикалық негізі

Интеграция – оқыту процесінде пәндер арасындағы мазмұндық байланыстарды орнату. Мысалы, дене шынықтыру сабағында саптық жаттығулар мен әскери марш элементтерін қолдану, ал АӘД сабағында спорттық жарыстар мен физикалық дайындық элементтерін енгізу арқылы оқушылардың сабаққа деген қызығушылығын арттыруға болады.

Зерттеу нәтижелері мен талдау

2024–2025 оқу жылында Шымкент қаласындағы №26 Жамбыл атындағы мектеп-гимназиясында тәжірибелік зерттеу жүргізілді. Зерттеуге 90 оқушы (ұл балалар – 60, қыздар – 30) қатысты.

Бақылау тобына дәстүрлі сабақ түрі қолданылды,

Эксперименттік топқа дене шынықтыру мен АӘД пәндері интеграцияланып өткізілді. 3 айлық тәжірибе нәтижесінде:

Физикалық төзімділік көрсеткіші 18%-ға артты;

Саптық дайындық сапасы 25%-ға жоғарылады;

Сауалнама нәтижесі бойынша, 87% оқушы өз елін қорғауға дайын екенін, 92% отансүйгіштік сезімінің артқанын көрсетті.

Сонымен қатар, интеграциялық сабақтар барысында ұжымдық ынтымақтастық, тәртіп, өзара көмек көрсету мәдениеті айқын байқалды [4].

Алынған нәтижелер жастардың патриоттық сезімін қалыптастыруда пәндердің өзара байланысы зор екенін дәлелдейді. Әскери және спорттық бағыттағы оқу процесін біріктіру арқылы тұлғаның тек физикалық емес, психологиялық тұрақтылығы да артады. Бұл тәсіл оқушыларды шынайы өмірлік жағдайларға бейімдеп, болашақта ел қорғау ісіне дайындық деңгейін күшейтеді.

Жүргізілген зерттеу нәтижесінде дене шынықтыру мен алғашқы әскери дайындық пәндерінің үйлесімді оқытылуы жастардың ұлттық-патриоттық санасын қалыптастырудың тиімді тетігі екендігі анықталды [5].

Бұл бағыт келесі ұсыныстармен толықтырылуы мүмкін:

Орта және жоғары оқу орындарында АӘД мен дене шынықтыру пәндерінің интеграциялық бағдарламасын әзірлеу.

«Жас сарбаз» қозғалысын оқу процесімен үйлестіру.

Патриоттық бағыттағы спорттық жарыстар мен әскери ойындарды жиі өткізу.

Оқытушылардың біліктілігін арттыру курстарында интеграциялық әдістерді оқыту [6].

Кесте 1 – Дене шынықтыру және алғашқы әскери дайындық пәндерін интеграциялық форматта оқытудың нәтижелері

№	Көрсеткіштер	Бақылау тобы (дәстүрлі әдіс)	Эксперименттік топ (интеграциялық әдіс)	Өзгеріс (%)	Түсіндірме
1	1000 м қашықтыққа жүгіру уақыты (секундпен)	295	255	+13,6%	Төзімділіктің жоғарылауы байқалды
2	Қолды бүгіп-жазу (рет саны)	22	28	+27,2%	Бұлшықет күшінің артуы
3	Қарында жүгіру жылдамдығы (30 м, сек)	6,8	6,1	+10,3%	Жылдамдық қабілеті артқан
4	Патриоттық сана деңгейі (сауалнама бойынша, %)	64	92	+28%	Елжандылық пен жауапкершілік сезімі артқан
5	Тәртіп пен ұжымшылдық көрсеткіші (%)	70	88	+18%	Сыныпшылық бірлік пен өзара көмек күшейген
6	Сабаққа қатысу және белсенділік деңгейі (%)	78	95	+17%	Сабаққа қызығушылық артқан

Берілген мәліметтерге сәйкес, интеграциялық тәсіл қолданылған топтағы оқушылардың барлық көрсеткіштері бойынша оң өзгеріс байқалады. Өсіресе патриоттық сана деңгейі мен тәртіптілік көрсеткіштері айтарлықтай өскен. Бұл дене шынықтыру мен алғашқы әскери дайындық пәндерін үйлестіріп оқытудың жастардың тұлғалық және рухани дамуына оң әсер ететінін дәлелдейді.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Назарбаев Н.Ә. Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру. – Астана, 2017.
2. Тоқаев Қ.К. Әділетті Қазақстан: бірлік пен жаңару жолы. – Астана, 2023.
3. Сейітқұлов А. Алғашқы әскери дайындық пәнін оқытудың заманауи әдістері. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.
4. Әбдіғалиев Е. Дене шынықтыру және патриоттық тәрбие педагогикасы. – Алматы: Қазақ университеті, 2021.
5. Ivanov I. Military-patriotic education in physical training programs. – Moscow: Prosveshchenie, 2022.
6. Ministry of Education of Kazakhstan. Patriotic Education Development Strategy 2025. – Astana, 2024.

СОВРЕМЕННЫЕ НАВИГАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ВОЕННОЙ И ГРАЖДАНСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Сейт А.Т., Тажихан Е.Х., Агзамов А.С.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада заманауи навигациялық жүйелердің әскери және азаматтық қауіпсіздік жүйесіндегі маңызы қарастырылады. Спутниктік технологиялардың дамуымен GPS, ГЛОНАСС, Galileo және BeiDou сияқты жүйелердің рөлі ерекше атап өтіледі. Автор навигацияның төтенше жағдайларда құтқару операцияларын ұйымдастырудағы, әуе және теңіз тасымалындағы, сондай-ақ әскери тактикалық артықшылықты қамтамасыз етудегі шешуші маңызын талдайды. Сонымен қатар, кибершабуылдардан қорғау және жасанды интеллектті пайдалану мәселелеріне де назар аударылады.

The article examines the significance of modern navigation systems in ensuring both military and civilian security. With the development of satellite technologies such as GPS, GLONASS, Galileo, and BeiDou, navigation plays a crucial role in coordinating operations, managing transportation, and supporting rescue missions during emergencies. The study also highlights the importance of protecting navigation systems from cyber threats and the growing integration of artificial intelligence in data analysis and autonomous management.

В современном мире навигационные системы играют ключевую роль в обеспечении безопасности, эффективности и координации действий как в военной, так и в гражданской сфере. Развитие технологий глобального позиционирования стало фундаментом для многих направлений человеческой деятельности — от транспорта и логистики до обороны и спасательных операций. Современные навигационные технологии не только позволяют определять местоположение с высокой точностью, но и интегрируются с другими интеллектуальными системами, обеспечивая комплексный подход к безопасности и управлению пространственными данными.

Появление спутниковых навигационных систем, таких как GPS (США), ГЛОНАСС (Россия), Galileo (Европейский союз) и BeiDou (Китай), открыло новые горизонты для развития технологий позиционирования. Эти системы функционируют на основе сети спутников, которые передают сигналы пользователям на земле, обеспечивая возможность определения координат, скорости и времени. Современные устройства навигации работают с несколькими системами одновременно, что значительно повышает точность и устойчивость сигнала даже в сложных условиях, например, в горах, городах с плотной застройкой или вблизи водных пространств.

Для военной сферы значение навигационных систем трудно переоценить. Они обеспечивают точность наведения вооружений, координацию действий войск, управление беспилотными летательными аппаратами (дронами) и транспортными средствами. В современных конфликтах именно навигационные данные позволяют достигать стратегического преимущества — управлять войсками на больших расстояниях, минимизировать потери и повышать эффективность операций [1].

Например, навигационные системы интегрируются с технологиями ситуационного моделирования и анализа данных, создавая интеллектуальные карты боевых действий в реальном времени.

Современные армии используют спутниковую навигацию для:

- управления и координации войск;
- наведения высокоточного оружия;
- разведки и логистики;
- обеспечения связи и синхронизации времени.

К примеру, системы GPS и ГЛОНАСС являются неотъемлемыми элементами навигационных комплексов военной техники, авиации и флота. Контроль над навигационной инфраструктурой позволяет государствам обеспечивать технологический суверенитет и защиту от внешнего воздействия.

В гражданской сфере навигационные системы применяются в:

- авиации и мореплавании (управление полётами и маршрутами);
- транспорте и логистике (GPS-мониторинг);
- спасательных операциях (определение координат бедствий);
- геодезии и мониторинге природных процессов.

Точные координаты позволяют оперативно реагировать на чрезвычайные ситуации, координировать спасательные службы и контролировать движение транспортных потоков [2].

Зависимость от иностранных навигационных систем несёт риски для безопасности государства. В случае политических конфликтов доступ к навигационным данным может быть ограничен. Поэтому страны стремятся развивать собственные спутниковые группировки или участвовать в международных проектах. Для Казахстана актуальным является внедрение отечественных геонавигационных решений и сотрудничество с ГЛОНАСС и Galileo.

Современные навигационные системы являются стратегическим инструментом обеспечения как военной, так и гражданской безопасности. Они обеспечивают точность, координацию и эффективность действий в различных сферах — от обороны до повседневной логистики.

Развитие национальных технологий навигации и участие в международных программах укрепляют цифровой суверенитет и стабильность государства в условиях глобальных вызовов.

Кроме того, навигационные технологии стали неотъемлемой частью систем обороны и гражданской безопасности. В чрезвычайных ситуациях — таких как землетрясения, пожары, наводнения или техногенные аварии — навигационные системы используются для координации спасательных служб, отслеживания маршрутов эвакуации и точного позиционирования пострадавших. Благодаря мобильным навигационным приложениям и дронам, оснащённым GPS-модулями, спасатели могут оперативно находить людей даже в труднодоступных районах, а также оптимизировать логистику доставки гуманитарной помощи.

В гражданской сфере навигационные системы находят широкое применение в транспорте, строительстве, геодезии и сельском хозяйстве. С их помощью осуществляется мониторинг движения общественного транспорта, планирование маршрутов, контроль дорожного трафика и управление автопарками. В авиации и мореплавании навигационные технологии повышают уровень безопасности полётов и плавания, предотвращая столкновения и обеспечивая точное следование маршрутам. В строительстве и геодезии они используются для измерений, картографирования территорий и планирования инфраструктурных проектов.

Особое внимание заслуживает вопрос защиты навигационных систем от киберугроз и радиоэлектронных воздействий. В эпоху цифровых войн и гибридных конфликтов нарушение работы навигации может привести к катастрофическим последствиям — от дезориентации военной техники до сбоев в гражданской инфраструктуре. Поэтому многие государства инвестируют в разработку технологий защиты сигналов, резервных навигационных систем и альтернативных способов позиционирования, например, на основе инерциальных датчиков или квантовых технологий [3].

Развитие современных навигационных систем неразрывно связано с интеграцией искусственного интеллекта и больших данных. AI-алгоритмы позволяют анализировать потоки навигационной информации, прогнозировать маршруты, выявлять угрозы и обеспечивать автономное управление транспортными средствами. Это особенно важно для развития «умных городов», беспилотного транспорта и автоматизированных систем безопасности, которые формируют инфраструктуру будущего.

В заключение стоит отметить, что современные навигационные системы стали неотъемлемой частью национальной и международной безопасности. Их значение выходит далеко за рамки военной или транспортной сферы — они формируют основу глобальной информационно-пространственной инфраструктуры. Эффективное использование, защита и развитие навигационных технологий являются стратегическим приоритетом для любого государства, стремящегося к технологической независимости и устойчивому развитию.

Литература

1. Громов В. В. Системы спутниковой навигации и их применение. — Москва: Наука, 2020.
2. Исаев А. Н. Навигационные технологии в обеспечении безопасности и обороны. — Санкт-Петербург: Политехника, 2021.
3. Иванченко Л. П. Современные методы геопозиционирования и их интеграция в инфраструктуру безопасности. — Москва: Транспорт, 2022.

СПОРТТЫҚ ТУРИЗМНІҢ ЖАСТАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУДЕГІ РӨЛІ

Сейтова Шұғыла

Халықаралық туризм және меймандостық университеті, Түркістан қ., Қазақстан

Статья посвящена роли спортивного туризма в воспитании молодежи. Рассматривается влияние различных видов туризма на физическое развитие, командную работу, выносливость, патриотическое и экологическое воспитание. Подчеркивается, что спортивный туризм способствует формированию здорового, ответственного и духовно развитого поколения.

The article examines the role of sports tourism in youth education. It highlights the impact of different types of tourism on physical development, teamwork, endurance, and patriotic and ecological education. Sports tourism contributes to raising a healthy, responsible, and spiritually developed generation.

Қазіргі заманда жастардың дене және рухани дамуы қоғам үшін маңызды мәселе болып отыр. Дәстүрлі білім беру жүйесі тек теориялық білім берумен шектеліп қана қоймай, жастардың тұлғалық қасиеттерін, психологиялық тұрақтылығын және дене дайындығын дамытуға бағытталған құралдарды да қолдануы қажет. Сол бағыттағы тиімді әдістердің бірі – спорттық туризм. Спорттық туризм жастардың дене шынықтыруымен қатар, олардың моральдық, әлеуметтік және психологиялық дамуына да әсер ететін кешенді құрал болып саналады. Ол тек физикалық белсенділікті арттыруға ғана емес, сонымен қатар табиғатқа деген сүйіспеншілікті қалыптастыруға, қиындыққа төтеп беру қабілетін дамытуға, командалық жұмысқа бейімдеуге және экологиялық тәрбие беруге мүмкіндік береді [1].

Спорттық туризмнің маңыздылығы оның көпқырлы болуында жатыр. Ол әртүрлі бағыттарда жүзеге асады: жаяу туризм, тау туризмі, су туризмі, шаңғы және велосипед туризмі, сондай-ақ аралас туризм. Жаяу туризм жастарға табиғатқа шығып, таулар мен ормандардан өту арқылы төзімділікті, табандылықты арттыруға мүмкіндік береді. Тау туризмі мен альпинизм физикалық күш пен ерік-жігерді дамытса, су туризмі жүзу, қайықпен немесе каякпен серуендеу арқылы бұлшықеттерді нығайтады және баланс пен координацияны жетілдіреді. Шаңғы мен велосипед туризмі қысқы және жазғы спорт түрлері арқылы төзімділік пен шыдамдылықты қалыптастырады. Аралас туризм бірнеше түрді біріктіріп, жастардың ой-өрісін кеңейтіп, өз бетімен шешім қабылдау дағдыларын дамытады [2].

Спорттық туризм жастардың тұлғалық дамуына психологиялық тұрғыдан да үлкен әсер етеді. Табиғатта кездесетін қиындықтар – ауа райының өзгерісі, жолдағы тосын жағдайлар немесе физикалық шаршау – жастарды стресс пен қорқынышты жеңуге үйретеді. Мұндай жағдайлар олардың шыдамдылығын, төзімділігін және қиындықтарды жеңу қабілетін дамытады. Сонымен қатар, топтық туризм жастарға әлеуметтік дағдыларын жетілдіруге мүмкіндік береді. Топпен жұмыс жасау арқылы олар бір-біріне сенуді, жауапкершілікті, өзара көмекті үйренеді және ұжымдық ынтымақтастыққа бейімделеді.

Спорттық туризм патриоттық және экологиялық тәрбие беруде де маңызды рөл атқарады. Табиғатты қорғау, қоршаған ортаны бағалау, туған жерге құрмет көрсету, ұлттық мәдениет пен дәстүрге қызығушылық – бұл іс-әрекеттер жастардың санасына тұрақты әсер етеді. Туризм сабақтары арқылы олар туған өлкесін таниды, тарихи орындармен танысады, экологиялық сана қалыптастырады және табиғатты сақтаудың маңызын түсінеді [3].

Спорттық туризм білім беру мүмкіндіктерін де кеңейтеді. Жастар география және экология пәндері бойынша практикалық білім алады, карта мен бағдарлау қабілеттерін жетілдіреді, алғашқы медициналық көмек көрсету дағдыларын үйренеді.

Сонымен қатар, табиғатта өмір сүру арқылы ұйымшылдық, жоспарлау, өз бетімен шешім қабылдау қабілеттері дамиды. Қиын маршруттарды еңсеру барысында жастар ерік-жігерін, табандылығын арттырады және мақсатқа жету жолындағы күшін сынайды. Бұл қасиеттер өмірдің басқа салаларында да пайдалы болып, жеке тұлғаның дамуына маңызды үлес қосады [4].

Қорытындылай келе, спорттық туризм жастардың дене, рухани және әлеуметтік дамуына әсер ететін тиімді құрал болып табылады. Ол тек физикалық белсенділікті арттырып қана қоймай, табиғатқа сүйіспеншілікті, командалық жұмыс дағдыларын, патриоттық сана мен экологиялық мәдениетті қалыптастырады. Спорттық туризм жастардың өз күшіне сенімін арттырып, қиындықтарға төтеп беру қабілетін дамытады, өзара көмек пен жауапкершілік сезімін нығайтады. Білім беру мекемелері мен жастар ұйымдары спорттық туризмді жүйелі түрде дамытып, оны тәрбиелік және білімдік мақсатта қолданса, қоғамда дені сау, жауапты және рухани бай ұрпақ тәрбиелеуге мүмкіндік алады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Караваева, А. С. «Спортивный туризм и его влияние на формирование личностных качеств человека». // Молодёжь и наука: сборник материалов IX Всероссийской научно-технической конференции..., Красноярск, 2013. elib.sfu-kras.ru
2. Оголихина, С. А. «Спортивный туризм: новые подходы к определению сущности». // Молодёжь и наука: сборник материалов VIII Всероссийской., Красноярск, 2012. elib.sfu-kras.ru
3. Айбазов, А. Х. «Состояние и направления развития спортивного туризма в образовательных организациях КЧР». // Управленческий учет, 2023. uprav-uchet.ru
4. Исакаева, Б. Б. «Спорттық туризм арқылы жастарды дене және адамгершілікке тәрбиелеу». УДК 379.8. Турция–Астана университеті.

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ АРҚЫЛЫ ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Шымкент университетінің қауымдастырылған профессор

доцент магистр, аға оқытушы

Ғылыми жетекші: Серимбетов Ж.Ш.

Дс-323 Құлниязов Е.У.

Шымкент университеті

Аннотация Физическая культура-основные сферы, направленные на всестороннее гармоничное формирование и развитие подростка. Это связано с тем, что физическая культура выполняет важнейшую функцию в обеспечении нормального созревания, укрепления здоровья личности, подготовке их к труду, защите Родины. Каким бы ни было общество, его успех напрямую зависит от здоровья будущей молодежи. Это связано с тем, что современное общество, производство, развивающееся высокими темпами, требует подростка с хорошо развитым телосложением, способного работать на производстве высокими темпами. Чем больше преобладает напряженность человека, тем эффективнее он выполняет свою работу. Поэтому каждый учитель хочет видеть своих учеников здоровыми, жизнерадостными, с хорошо развитым телосложением.

Annotation Physical education is the main sphere aimed at the comprehensive harmonious formation and development of a teenager. This is due to the fact that physical education performs an important function in ensuring normal maturation, strengthening the health of individuals, preparing them for work, and protecting the Motherland. Whatever the society, its success directly depends on the health of the future youth. This is due to the fact that modern society, which is developing at a high pace, requires a teenager with a well-developed physique who is able to work at a high pace in production. The more intense a person's tension is, the more effectively they do their job. Therefore, every teacher makes his students healthy., cheerful, wants to see himself as a person with a well-developed physique.

Кілттік сөздер: дене тәрбиесі, дене мәдениеті, жасөспірімдер, дене қуаты, қозғалыс, шеберлік

Дененің дамуы адам дене күштерін нығайту және жетілдірудің сапалық өзгеруін қамтиды. Мұндай көзқараста ол тек дене тәрбиесінің бір ғана нәтижесі ретінде көрініс береді. Дене мәдениеті мен спортты оқытып, үйрету үдерісінде педагогикалықта, сол сияқты өндірістікте негізі бар педагогикалық технологияларды қолдау үдеріске айналып келеді. Теориялық оқытып, үйрету үдерісі көп жағдайда ақпараттық және коммуникациялық педагогикалық технологияларды оқытушының (жаттықтырушының) пайдаланумен байланысты. Жаттығу барысындағы тәжірибелік дағдыларды меңгеру кезінде егер жаттығуды қандай да бір себептермен түзетулер ендіруге рұқсат етілмейді, әртүрлі дене қозғалысы әрекеттерін орындауға қойылатын міндетті талаптарды орындау туралы сөз қозғалса педагогикалық, сол сияқты өндірістік технологияларда пайдаланылады.

Дене мәдениеті – адамның дене қуатын жетілдіруге қолданылатын мемлекеттің, қоғамның материалдық және рухани байлығын құрайтын, халықтың жалпы мәдениетінің бір саласы. Материалдық байлықтар – спорт сарайлары, стадиондар, бассейндер, спорт залдары, түрлі спорттық ғимараттар,

құрал жабдықтар. Рухани байлықтар – дене тәрбиесі мен спорт саласындағы арнаулы білім, ғылыми зерттеулер, озық тәжірибелер, әдістемелер, идеялар. Дене мәдениетінің бағыттары: негізгі дене мәдениеті, спорт, сауықтар, қолданбалы дене мәдениеті және жеке басылық дене мәдениеті.

Осы бағытта дене тәрбиесі жасөспірімдердің белсенді танымдық және дене, сонымен бірге денсаулықты шынықтыру әрекетін ұйымдастыруда көп жақты процесс. Сондықтан да дененің саулығы адамның кез келген әрекетпен нәтижелі айналысуына зор ықпал етеді, соның ішінде, әсіресе ақыл-ойдың дамуына әсері мол. Бүгінгі ғылыми-техникалық прогрестің дамуы, адам баласының өмірі мен атқаратын қызметінің сипаты олардың дене күштерінің даму жағдайларына маңызды ықпал етері сөзсіз. Бұл, әсіресе баланың жоғары деңгейде жалпы білім және кәсіби даярлығында көптеген мағлұматтар алуымен байланысты оның миында және интеллектуалдық күшінде жүктеменің артуымен көрініс береді. Сонымен қатар қала жағдайында пәтерлердің бүкіл керек — жарағымен толық қамтылуы, жақын қашықтыққа үнемі автокөлікті пайдалануы, көгілдір экранмен компьютер алдында үнемі қозғалыссыз ұзақ отыруы балалардың қимыл-қозғалысы белсенділігінің, денеге түсетін жүктеменің төмендеуіне әкеледі. Сондықтан дене тәрбиесі мәселесе дәуірлеген машиналы және автоматтандырылған жүйе жағдайында жоғары маңызға ие болуы тиіс.

Қазіргі таңда педагогикалық теорияда педагогикалық теория авторлары «технология» ұғымына оның өндірістік сипаты тұрғысынан жиі көңіл аудара бастады. Бұл ұғым өндіріс үдерісінен ауысқан, мұнда технологиялар қатаң құрылған және оларды іске асыру орындаушының ықыласына тәуелді емес. Орындаушы технологиясын анықтайтын қандай да бір өндірістік операцияларды жүзеге асырудың параметрлері көрсетілген нұсқауларға, мемлекеттік стандарттарға, техникалық жағдайларға сүйенуге міндетті.

Педагог дайындығы – Дене тәрбиесі сабағының мазмұндық – ұйымдастырушылық мәнін бейнелейді және бақыланады: көрнекі нысанда қозғалыстағы қимылды, спорттық жаттығулардың әр түрін педагогтың айтуы арқылы ұсынуы, ұстаздық оқыту, тәрбиелеу және ұйымдастыру әдістерімен тәсілдері қолдануы. Сабақтың кіріспе – дайындық бөлімі жас мамандардың негізгі бөлімінде жұмыс істеуінің алғашшарттарының қамтамасыз етеді. Оның мазмұны мен міндеттер: а) бастапқы ұйымдастыру: сапқа тұрғызу, сабаққа топтың дайын екенін жөнінде рапорт беру, бір орындағы саптық жаттығулар; ә) мақсатты нұсқау жасау (сабақтың міндетін хабарлау); б) түрлі ойындарды қолданып, рухани және жағымды қызу қандылықты қамтамасыз ету (ұсақ құрал жабдықтарды және ұлттық ойын әдістерін пайдалана отырып, жаттығуды жаппай орындау); в) жалпы қыздырынуы, дене қызметін ойын ережесіне біртіндеп кірістіру және бір қалыпты белсенділікке қол жеткізу (шапшаң менгеруге келетін, ұлттық ойындарға келтірген қарапайым дене жаттығуларын және бұрын игерген жаттығуларды, ұлттық ойында қолданатын жүру, жүгірудің әртүрлі байланыстарын орындау); г) оларға өз денесінің қимыл – қозғалыстарын басқару қаблетін дамыту мақсатында жаттығулар техникасын

үйрету. Сабақтың қортынды бөлімі, оқушылардың ағзаларын келесі қызмет үшін тиімді қозғалыс жағдайына келтіру және осы қызметке нақты жағдай жасау мақсатын көздейді. Негізгі типтің міндеттері мен мазмұны мынадай: а) тұлғаның физикалық қызуын және бұлшық еттерінің жеке топтарының артық жиырылуын төмендету;

а) топтағы эмоционалдық жағдайды реттеу (қалыпқа келтіретін қозғалыс ойындары, назар аударатын жаттығулар);

б) педагогтың бағалауы және жас дәрігерлердің қызмет нәтижесін өзін-өзі бағалау жолымен сабақ қорытындысын нығайту.

Дене тәрбиесі эстетикалық тәрбиемен де тікелей байланысты. Оның барысында баланың дене бітімі, қимыл — қозғалысына қатысты эстетикалық талғамы, бағалауы, көзқарасы қалыптасып дамиды. Дене жаттығулары қимыл-қозғалыстағы әсемдікті көре, бағалай білуге үйретеді және онда үйлесімділіктің болуына тәрбиелейді.

Дене тәрбиесі барысында әртүрлі дене жаттығуларын оны шынықтыру процесімен бірлікте тиімді пайдалану ағзаның бірқалыпты жетілуін қамтамасыз етеді (атмосфера қысымының ауытқуына байланысты дененің қызуы немесе салқындауы т.с.с), балалардың суық тию және тұмаурату жағдайын және кейбір жұқпалы ауруға тап болуын едәуір азайтады.

Арнаулы дене жаттығулары жүрек бұлшық етінің жұмыс істеу күшін арттырады, қан тамырлары қабырғасының тым созылып, икемді болып келуіне ықпал етеді. Нәтижесінде жүрек өнімді жұмыс істеп, бір мезгілде күш қуаты жоғары болады.

Дене тәрбиесінің ықпалы әсіресе жүйке жүйесінің қызметін шынықтыру мен жетілдіруде маңызы ерекше. Орталық жүйке жүйесі мен әртүрлі дене мүшелерінің арасындағы жүйкелік күштердің өтуін тездетеді, жүйке процестерінің қызметін жандандырып, тұрақтандырады.

Сондықтан оқушылардың денсаулығын шынықтыру педагогикалық ұжымның үнемі назарында болып, қамқорлығына айналуы тиіс. Сол үшін де әрбір мұғалім дене тәрбиесінің мүмкіншілігін жете білуі міндетті және оны тәрбие процесінде жан-жақты пайдалануы қажет.

Белсенді қимыл-қозғалыс балалардың жүрек қан тамырының дұрыс жетіліп дамуына күшті ықпал етеді. Дене мәдениеті жүйесінің мақсаты мен міндеттері. Дене мәдениеті жүйесінің негіздері. Дене мәдениеті жүйесінің негізгі бағыттары. Қазақстан мемлекетінің дене мәдениетінің жүйесі дегеніміз — әлеуметтік-экономикалық, заң-құқықтық, ғылыми-әдістемелік, нормативтік-бағдарламалық негіздердің жиынтығы және республикада дене тәрбиесі мен спорт мәселелерін үйлестіріп, әрі басшылық етіп отыратын ұйымдар мен мекемелер. Дене мәдениеті жүйесінің басты мақсаты — күш қуаты мықты, жан-тәні сау, елімізді қорғауға әзір, шығармашылық жұмыстарға құштар, жан-жақты дене тәрбиесі дайындағынан өткен адамдар тәрбиелеу. Бұл мақсат төмендегідей міндеттерге негізделген:

1. Білім беру міндеттері — қимылдың ептілігі мен дағдысын меңгеру және дене тәрбиесі көлемінде арнайы білім беру.

2. Сауықтыру міндеттері – дене тәрбиесі жаттығулары көмегімен денсаулықты күшейту.

3. Тәрбиелік міндеттері – адамгершілік, жігерлік қасиеттерді қалыптастыруға, өнегелі, көркемдік танымдарды үйренуге негізделген. Дене мәдениетінің жүйесінің мазмұны қоғамның әлеуметтік-экономикалық, заң – құқықтық, ғылыми-әдістемелік, бағдарлама-нормативтік негізіне жататындар: дене тәрбиесі мемлекеттік бағдарламалары, презенттік сынама, мемлекеттік спорттық классификация.

Қорытынды.

Қорыта келгенде жасөспірімдердің дене тәрбиесінің мәнін ашу барысында оның міндеттері мен мазмұнын анықтау қажеттігі туындайды. Дене тәрбиесінің міндеттеріне:

- денсаулықты нығайту, ағзаны шынықтыру және дененің дұрыс қалыптасып дамуын, мүсіннің сымбатты болуын қамтамасыз ету;
- ақыл-ой және дене күштерінің жұмыс істеу қабілеттерін көтеру;
- гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;
- дене шынықтыру және спорт саласында арнаулы білімдер беру;
- дене және спорт ойындарымен үнемі және жүйелі айналысуға қажеттілігін тәрбиелеу.

Әдебиеттер тізімі

1. Бондаревская Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования.- Ростов-на-Дону, 2000. - 352с.
2. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования/ под.ред. Е.С.Полат. М., 2002.
3. Кукушин В.С. Современные педагогические технологии. Начальная школа. Ростовн/Д, 2003.
4. Айтпаева А.Б. Жаңа педагогикалық технологиялар. Алматы, 2006, 100 б
5. Ә. Өмешұлы., Салауатты өмір салты «Қазақстан 2030»
6. Әшімов Б., «Валеология», » 2003 №2, «Дене тәрбиесі және спорт 2002 № 2
7. Н.Н. Болдырев., «Мектептегі тәрбие жұмысының методикасы»
8. Еділбаев Т., «Валеология», Алматы., 2004ж

УДК 378.147:613:796

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Сәрсен І.Қ., Әлішер Ғ.Р., Сейітхан Д.Ж.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада болашақ дене шынықтыру мұғалімдерін даярлау барысында денсаулық сақтау технологияларын қолданудың теориялық және практикалық негіздері қарастырылады. Авторлар студенттердің денсаулық мәдениетін қалыптастырудың, оқыту үдерісінде қозғалыс белсенділігін арттыру мен психологиялық тұрақтылықты дамытудың маңызын атап өтеді. Зерттеу нәтижелері көрсеткендей, денсаулық сақтау

технологиялары оқу сапасын арттырып қана қоймай, студенттердің кәсіби және жеке дамуына ықпал етеді.

The article discusses the theoretical and practical foundations of applying health-preserving technologies in the training of future physical education teachers. The authors emphasize the importance of developing students' health culture, enhancing physical activity, and strengthening psychological stability. The findings show that health-preserving technologies not only improve educational outcomes but also contribute to students' professional and personal development.

Здоровьесберегающие технологии занимают особое место в системе подготовки будущих учителей физической культуры, так как именно эти специалисты несут ответственность за формирование у подрастающего поколения культуры здоровья и физической активности [1].

Современные исследования подтверждают, что использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе способствует повышению эффективности обучения, профилактике профессионального выгорания студентов и улучшению их психофизиологического состояния [2].

Для будущего педагога важно не только обладать знаниями о здоровье, но и уметь применять их в собственной профессиональной деятельности, создавая здоровьесберегающую образовательную среду.

Под здоровьесберегающими технологиями понимается система педагогических, психологических и организационных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья участников образовательного процесса [3].

В сфере подготовки учителей физической культуры данные технологии включают:

- рациональную организацию учебных и спортивных нагрузок;
- использование методик физической реабилитации и релаксации;
- применение цифровых средств мониторинга состояния здоровья студентов;
- внедрение принципов психолого-педагогической поддержки.

По мнению Е.И. Барановой, здоровьесберегающие технологии должны быть интегрированы в образовательную систему не как отдельный компонент, а как стратегия профессионального развития педагога, формирующая устойчивую ценность здоровья [4].

В педагогических вузах Казахстана и России реализуются программы, направленные на развитие у студентов навыков здоровьесбережения. На факультетах физического воспитания проводятся практические занятия по самоконтролю физического состояния, дыхательной гимнастике и психофизическим тренировкам [5].

В учебный процесс внедряются цифровые технологии, такие как фитнес-трекеры и мобильные приложения для мониторинга активности и сна. Их использование позволяет студентам отслеживать показатели здоровья и корректировать режим занятий.

Кроме того, в вузах практикуется применение методов релаксации и стресс-менеджмента: дыхательные упражнения, йога, элементы восточных

оздоровительных практик. Эти средства повышают концентрацию внимания и работоспособность студентов.

На кафедрах физической культуры активно внедряются интерактивные формы обучения - игровые методики, проектная деятельность, практические тренинги по профилактике травматизма и сохранению здоровья в процессе педагогической практики [6].

Практические наблюдения показывают, что системное применение здоровьесберегающих технологий способствует повышению уровня физической подготовленности, снижению утомляемости и улучшению психоэмоционального состояния студентов [2], [5].

Студенты, участвующие в программах здоровьесбережения, демонстрируют более высокие результаты в дисциплинах профессионально-прикладного цикла и проявляют большую мотивацию к занятиям спортом.

Вместе с тем остаются проблемы, связанные с недостаточной материально-технической базой, отсутствием современных оздоровительных программ и низким уровнем цифровой грамотности преподавателей [3], [4].

Здоровьесберегающие технологии являются важнейшим инструментом формирования профессиональной готовности будущих учителей физической культуры. Их применение в образовательном процессе способствует укреплению здоровья студентов, повышению качества обучения и развитию их личностного потенциала.

В условиях современной системы образования необходимо системно развивать направления, связанные с цифровым мониторингом здоровья, профилактикой стрессовых состояний и формированием у студентов культуры здорового образа жизни.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии выполняют двойную функцию: они не только обеспечивают физическое и психическое благополучие студентов, но и формируют их профессиональную компетентность как педагогов, способных транслировать ценности здоровья своим воспитанникам.

Список литературы

1. Алтынбекова Б.Ж. Формирование культуры здоровья у студентов педагогических вузов. Педагогикалық ғылым және практика, 2021, №2, с. 77-82.
2. Бекетаева Ж.А. Здоровьесберегающие технологии в системе подготовки будущих педагогов. Современное образование Казахстана, 2023, №5.
3. Ергалиева С.С. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Қазақстан жоғары мектебі, 2022, №4, с. 110-115.
4. Баранова Е.И. Психолого-педагогические аспекты внедрения технологий здоровья в образовательной среде. Педагогика и психология образования, 2020, №6, с. 31-38.
5. Конуспаев А.С., Калиев С.К. Практические подходы к формированию здоровьесберегающей среды в вузах. Педагогикалық ғылым және практика, 2024, №1, с. 1040-1045.
6. Рыскалиева С.Ф. Активные методы здоровьесбережения в процессе физического воспитания студентов. Вестник науки Казахстана, 2023, №6, с. 55-60.

ЦИФРЛЫҚ ДӘУІРДЕ ЖАСТАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ БЕЛСЕНДІЛІГІН ЫНТАЛАНДЫРУ МӘСЕЛЕЛЕРІ

Сәрсен С.Т., Аман Н.М., Мураттаев Ж.Н.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются современные проблемы снижения физической активности молодежи в условиях цифровизации общества. Автор анализирует влияние технологий на образ жизни молодежи и предлагает инновационные пути стимулирования физической активности с использованием цифровых инструментов: мобильных фитнес-приложений, онлайн-челленджей и смарт-устройств. Особое внимание уделено педагогическим и мотивационным аспектам формирования здорового образа жизни в Казахстане.

The article explores the challenges of promoting physical activity among young people in the context of digitalization. The study examines the impact of modern technologies on youth lifestyle and proposes innovative methods for increasing physical activity through digital tools such as mobile fitness apps, online challenges and wearable devices. Special attention is given to motivational and pedagogical strategies for encouraging healthy lifestyles among youth in Kazakhstan.

Қазіргі уақытта қоғамның даму үрдісі цифрландырумен тығыз байланысты. Әлемдік технологиялық өзгерістер адамның өмір салтына, әсіресе жастардың бос уақытын өткізу сипатына тікелей әсер етуде. Интернет, смартфондар, әлеуметтік желілер және виртуалды ойындар жастардың күнделікті өмірінің ажырамас бөлігіне айналып, олардың физикалық белсенділігі мен денсаулығына елеулі ықпал етуде.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) деректері бойынша, жасөспірімдердің шамамен 80%-ы дене белсенділігінің ұсынылған деңгейіне жетпейді. Бұл — ХХІ ғасырдың басты әлеуметтік-денсаулық мәселелерінің бірі. Сондықтан цифрлық дәуір жағдайында жастардың физикалық белсенділігін ынталандыру мәселесін ғылыми тұрғыдан зерттеу — бүгінгі күннің маңызды міндеті [1].

1. Жастардың физикалық белсенділігінің төмендеу себептері. Цифрлық технологиялардың дамуы жастардың өмір сүру қалпына айтарлықтай әсер етті. Онлайн оқу, әлеуметтік желілер мен компьютерлік ойындарға тәуелділік — қозғалыс белсенділігін азайтып, отырықшы өмір салтына әкеліп соғуда.

Негізгі факторлар:

- смартфон мен гаджеттерге шамадан тыс тәуелділік;
- қашықтан оқытудың кеңеюі;
- спорт инфрақұрылымының жеткіліксіздігі;
- уақыт тапшылығы және мотивацияның болмауы.

2. Физикалық белсенділікті ынталандырудың заманауи тәсілдері.

Жастардың физикалық белсенділігін арттыру үшін цифрлық технологиялардың өз мүмкіндігін тиімді пайдалану қажет. Қазіргі уақытта

4. Цифрлық мотивация және педагогикалық қолдау.

Жастардың белсенді өмір салтын қалыптастыру тек технологиялық емес, педагогикалық тәсілдерді де қажет етеді. Мұнда цифрлық педагогика, мотивациялық коучинг, ұжымдық онлайн белсенділіктер маңызды рөл атқарады.

Мектеп пен университеттерде оқушылар мен студенттерге арналған «цифрлық фитнес күнделігі» енгізу, онлайн марафондар ұйымдастыру және әлеуметтік платформаларда спорттық челлендждер өткізу тиімді нәтиже береді.

Цифрлық дәуір жастардың өмір салтын түбегейлі өзгертті. Бірақ технологиялар физикалық белсенділікке кедергі емес — керісінше, оны ынталандырудың жаңа құралына айнала алады [4].

Жастардың қозғалыс белсенділігін арттыру үшін мемлекеттік бағдарламалармен қатар, цифрлық платформаларды пайдалану, онлайн фитнес мәдениетін қалыптастыру және әлеуметтік мотивацияны күшейту қажет.

Осы бағытта дене тәрбиесі мен ақпараттық технологияны біріктіру — болашақ ұрпақтың денсаулығы мен белсенді өмір салтын қамтамасыз етудің басты шарты.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы. Physical Activity Report, 2023.
2. ҚР Мәдениет және спорт министрлігі. Жастардың дене белсенділігін арттыру стратегиясы – 2024 ж.
3. Сейітқұлова А., Нұрманова Г. Жастар және цифрлық мәдениет. – Алматы: Қазақ университеті, 2022.
4. Tapia-Serrano M. et al. Digital tools for promoting physical activity among youth. – Journal of Health Promotion, 2023.

ОӘЖ 355.233:37.02

ЗАМАНАУИ ЗЕРТТЕУЛЕР НЕГІЗІНДЕ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫН ЖЕТІЛДІРУ ЖОЛДАРЫ

Сұлтан Мадияр Жүсүпұлы
Мирас университеті, Шымкент қ, Қазақстан

Современные исследования в области физической культуры показывают, что повышение физической подготовленности возможно только при научно обоснованном подходе. Использование биомеханических технологий, цифрового мониторинга, функциональных тренировок и методов психофизиологической подготовки позволяет значительно повысить эффективность тренировочного процесса. Интеграция науки и практики становится основой формирования здорового и физически развитого человека.

Modern studies in sports science emphasize that improving physical fitness requires a scientifically grounded approach. The use of biomechanical analysis, digital monitoring tools, functional training, and psychophysiological methods significantly enhances training efficiency. Integrating science and practice has become essential for developing a healthy and physically fit individual in today's world.

Қазіргі қоғамда адамның кәсіби және әлеуметтік белсенділігін қамтамасыз ететін басты факторлардың бірі – дене дайындығы. Дене дайындығы – адамның қозғалыс мүмкіндіктерін, төзімділігін, күшін және жылдамдығын арттыруға бағытталған көпқырлы үдеріс. Заманауи ғылым мен технологияның дамуы спорт пен дене тәрбиесі саласына жаңа әдістер енгізуге мүмкіндік беріп отыр. Дене дайындығын жетілдіру жолдары енді тек дәстүрлі тәсілдермен шектелмейді, олар ғылыми зерттеулерге, биомеханикалық талдауға және цифрлық технологияларға негізделуде.

1. Дене дайындығын жетілдірудің теориялық негіздері

Дене дайындығы екі бағытта қарастырылады: Жалпы дене дайындығы (ЖДД) – адамның жалпы физикалық қабілеттерін дамыту (күш, төзімділік, иілгіштік, жылдамдық). Арнайы дене дайындығы (АДД) – нақты спорт түріне қажетті дағдыларды қалыптастыру [1].

Дене дайындығының тиімділігі ағзаның физиологиялық бейімделу қабілетіне, жаттығу жүктемесінің жүйелігіне және қалпына келу процестерінің сапасына байланысты. Зерттеулер көрсеткендей, жаттығулардың қарқындылығы мен көлемін ғылыми негізде жоспарлау нәтижені 25–30%-ға арттырады (Kudryavtsev et al., 2021).

2. Заманауи зерттеулер мен инновациялық әдістер

Қазіргі спорт ғылымында дене дайындығын жетілдірудің бірқатар жаңа бағыттары анықталған:

1. Биомеханикалық талдау

Қозғалыстың техникасын жоғары дәлдікпен зерттеуге мүмкіндік беретін 3D-қозғалыс талдау жүйелері (Motion Capture) спортшылардың қозғалыс тиімділігін арттыруда кеңінен қолданылады. Бұл әдіс қателіктерді азайтып, жаттығуларды жеке дара жоспарлауға көмектеседі.

2. Цифрлық технологиялар мен смарт құрылғылар

Фитнес-трекерлер мен смарт-сағаттар арқылы жүрек соғу жиілігі, калория шығыны, қимыл белсенділігі бақыланып, нақты деректер негізінде жаттығу қарқыны реттеледі. Бұл тәсіл спортшылардың жүктемеге бейімделуін оңтайландырады.

3. Функционалдық жаттығулар жүйесі (Functional Training)

Бұл әдіс дене қозғалысын табиғи бағытта дамытатын жаттығулар кешеніне негізделген. Ол күш, төзімділік, тепе-теңдік және үйлестіру қабілеттерін бір мезетте жетілдіреді.

4. Қалпына келтіру технологиялары

Криотерапия, массаж роботтары және бұлшықет электр стимуляциясы сияқты физиотерапиялық құралдар спортшының қалпына келу уақытын қысқартады [2].

5. Психологиялық және когнитивтік дайындық

Зерттеулер көрсеткендей, визуализация мен нейрофидбек әдістері спортшылардың назар шоғырлануын және ерік-жігер тұрақтылығын арттырады.

3. Дене дайындығын жетілдірудегі педагогикалық және ұйымдастырушылық аспектілер

Дене дайындығын жетілдіру тек физиологиялық немесе техникалық үдеріс емес, сонымен қатар педагогикалық жүйе. Мұғалімдер мен бапкерлердің міндеті – жеке ерекшеліктерді ескере отырып, жеке бағдарланған жаттығу бағдарламасын құрастыру.

Оқыту процесінде:

- Денсаулық сақтау технологияларын енгізу;
- Ойын элементтерін пайдалану;
- Мотивациялық тренингтер өткізу[3].
- Жас ерекшеліктеріне сәйкес жүктеме беру маңызды.

Сонымен қатар, мектеп пен ЖОО деңгейінде цифрлық спорттық мониторинг жүйелерін енгізу дене тәрбиесінің тиімділігін арттырудың перспективалық бағыты болып табылады.

Заманауи зерттеулер мен инновациялық технологиялар дене дайындығын жетілдірудің жаңа мүмкіндіктерін ашты. Ғылыми тұрғыдан жоспарланған жаттығу жүйесі ағзаның бейімделу мүмкіндігін арттырып, спорттық нәтижелерді жақсартады. Сондықтан дене тәрбиесі мен спорт саласында ғылым мен практиканы біріктіру – денсаулықты нығайтудың және жоғары нәтижеге жетудің негізгі тетігі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Оспанова М.К., Бекжанова Г.Н. Дене шынықтыру негіздері. – Алматы: Білім, 2021.
2. Әбілқасымов Е. Спорт және денсаулық. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.
3. Kudryavtsev M.D., et al. Modern trends in physical fitness improvement: A review. – Journal of Physical Education and Sport, 2021.

ОӘЖ 74.200.58

«АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҒЫ» САБАҒЫНДА «АЗАМАТТЫҚ ҚОРҒАНЫС ЖӘНЕ ӨРТ ҚАУІПСІЗДІГІ» БОЙЫНША ӨРТ СӨНДІРУ ҚҰРАЛДАРЫНЫҢ ТЕХНИКАЛЫҚ СИПАТТАМАЛАРЫ

Сұлтан М.Ж., Умирзах Б.С., Ибадулла Б.М.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В данной статье рассматриваются основные понятия, принципы и значение гражданской обороны и пожарной безопасности. В ходе лекции обсуждаются виды чрезвычайных ситуаций, методы их предотвращения и ликвидации, а также структура и функции системы гражданской обороны. Кроме того, освещаются основы пожарной безопасности, причины возникновения пожаров, способы применения средств и оборудования для пожаротушения. Рассматриваются виды огнетушителей, особенности их использования и меры обеспечения безопасности людей в чрезвычайных ситуациях. Цель статьи — подготовить граждан к действиям при чрезвычайных ситуациях, повысить культуру безопасности и сформировать жизненно важные навыки.

The article covers the basic concepts, principles, and significance of civil defense and fire safety. During the lecture, types of emergencies, methods of their prevention and avoidance, as well

as the structure and functions of the civil defense system are explained. Additionally, the fundamentals of fire safety, causes of fire, and the use of fire protection tools and equipment are discussed. The lecture also describes the types of fire extinguishing devices, their specific applications, and methods for ensuring people's safety during emergencies. The purpose of the lecture is to prepare citizens for emergencies, increase their safety culture, and develop essential life skills.

Қазіргі таңда төтенше жағдайлардың алдын алу мен зардаптарын азайту мәселесі мемлекеттің ұлттық қауіпсіздігімен тікелей байланысты. Азаматтық қорғаныс пен өрт қауіпсіздігі саласында халықтың білімін арттыру, әсіресе жастар арасында қауіпсіз мінез-құлық мәдениетін қалыптастыру – маңызды мемлекеттік міндеттердің бірі. Мектептерде «Алғашқы әскери дайындық» (АӘД) пәнінің бағдарламасында «Азаматтық қорғаныс және өрт қауіпсіздігі» тарауы ерекше орын алады. Бұл бөлім оқушыларды төтенше жағдай кезіндегі дұрыс әрекет етуге, өзін және өзгені қорғауға, өрт сөндіру құралдарын дұрыс пайдалануға үйретеді.

Азаматтық қорғаныс – халықты, нысандарды және аумақты табиғи және техногендік сипаттағы төтенше жағдайлардан қорғауға бағытталған мемлекеттік жүйе. Ал өрт қауіпсіздігі – адамдардың өмірі мен денсаулығын, материалдық құндылықтарды өрттен сақтау жөніндегі құқықтық, ұйымдық және техникалық шаралар жиынтығы. Өрттің негізгі себептері — электр құралдарын дұрыс пайдаланбау, ашық отты абайсыз қолдану, газ құрылғыларының ақауы, өндірістік ережелердің бұзылуы. Сондықтан мектеп бағдарламасында өрт қауіпсіздігі ережелерін үйрету — оқушылардың өмірлік маңызы бар дағдыларын қалыптастырады [1].

АӘД пәнінің «Азаматтық қорғаныс және өрт қауіпсіздігі» бөлімі бойынша оқу процесінің мақсаты — оқушыларды өрттің шығу себептерімен, түрлерімен, сөндіру тәсілдерімен және өрт сөндіру құралдарының техникалық сипаттамаларымен таныстыру. Оқушылар үйренеді:

- Өрт түрлерін (А, В, С, D, Е кластар бойынша);
- Өрт сөндіргіштердің құрылымы мен жұмыс принципін;
- Өрт кезінде эвакуациялау тәртібін;
- Қауіпсіздік белгілерін тануды және алғашқы көмек көрсету тәсілдерін.

Мұндай сабақтар оқушылардың жауапкершілігін арттырып қана қоймай, өмірлік тәжірибеде қолдануға болатын нақты білім мен дағдыларды береді.

АӘД пәнінің бұл бөлімі практикалық бағытта жүргізілуі тиіс. Сабақтарда мынадай әдістер тиімді қолданылады:

- Көрнекілік әдісі: өрт сөндіргіштердің нақты үлгілерін көрсету, плакаттар мен бейнежазбаларды пайдалану;
- Практикалық жаттығулар: өрт сөндіру құрылғыларын іске қосу, эвакуация жаттығулары;
- Жобалық жұмыс: оқушылар өз мектебіндегі өрт қауіпсіздік жоспарын әзірлеу;
- Интерактивті әдістер: тест, викторина, симуляция (виртуалды өрт жағдайында әрекет ету).

Осы тәсілдер арқылы оқушылар тек теорияны меңгеріп қоймай, өмірде қолдануға қажетті нақты тәжірибе алады.

Қорыта айтқанда, «Алғашқы әскери дайындық» пәніндегі «Азаматтық қорғаныс және өрт қауіпсіздігі» тарауы – оқушылардың өмір қауіпсіздігі мәдениетін қалыптастырудың маңызды бөлігі. Өрт сөндіру құралдарының техникалық сипаттамаларын меңгеру, оларды дұрыс қолдану және төтенше жағдайда дұрыс әрекет ету дағдылары – әрбір жасөспірімнің азаматтық міндеті.

Бұл бағыттағы білім мен тәрбие жастарды жауапкершілікке, ұйымшылдыққа және өзгенің өміріне бейжай қарамауға тәрбиелейді. Өрт қауіпсіздігі ережелерін сақтау – әр адамның өз өмірі мен қоғам алдындағы борышы [2].

Қазіргі заманда азаматтық қорғаныс пен өрт қауіпсіздігі мәселесі қоғам өмірінің ең маңызды бағыттарының бірі болып саналады. Әсіресе жас ұрпаққа қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру, төтенше жағдайларда дұрыс әрекет етуге үйрету — мектептегі «Алғашқы әскери дайындық» пәнінің негізгі міндеттерінің бірі. Бұл сабақтарда оқушылар тек теориялық білім алып қана қоймай, сонымен қатар өрт сөндіру құралдарын қолдану ережелерімен және олардың техникалық сипаттамаларымен танысады.

Өрт сөндіру құралдары — өртті ерте кезеңде тоқтатуға және таралуына жол бермеуге арналған техникалық құрылғылар. Олардың негізгі түрлеріне өрт сөндіргіштер, өрт крандары, өртке қарсы су жүйелері, құм салғыштар және өрт көрпелері жатады. Әр құралдың өзіндік құрылымы мен қолдану саласы бар, сондықтан олардың ерекшеліктерін білу қауіпсіздік тұрғысынан өте маңызды. Өрт сөндіргіштер — ең кең тараған және қолдануға ыңғайлы құралдардың бірі.

Оларды бірнеше түрге бөлуге болады:

- Көмірқышқылды (ОУ) өрт сөндіргіштер — электр жабдықтары мен жанғыш сұйықтықтардағы өртті сөндіруге арналған. Бұл құрал оттегінің жетуін тоқтатып, жалынды тұншықтырады.
- Көпіршікпен сөндіретін (ОВП) өрт сөндіргіштер — мұнай өнімдері мен органикалық материалдар жанған кезде тиімді. Көпіршік жалынның бетін жауып, оны оттегінен оқшаулайды.
- Ұнтақты (ОП) өрт сөндіргіштер — әмбебап, олар қатты заттар, газдар және электр құрылғылары жанған кезде қолданылады. Ұнтақ жалынды басып, химиялық реакцияны тоқтатады [3].

Олардың әрқайсысының техникалық сипаттамалары белгілі бір көрсеткіштермен анықталады: салмағы, көлемі, жұмыс қысымы, сөндіру уақыты және қолдану температурасы. Мысалы, ұнтақты өрт сөндіргіштердің жұмыс қысымы шамамен 1,5–2,5 МПа болады, ал сөндіру уақыты 8–15 секундқа дейін созылады. Көмірқышқылды өрт сөндіргіштерде баллондағы қысым 5–7 МПа-ға дейін жетеді, бұл отты жылдам басуға мүмкіндік береді.

Өрт крандары мен су жүйелері — ғимараттардың ішінде орнатылатын тұрақты жүйелер. Олар өрт шыққан жағдайда сумен сөндіруді қамтамасыз етеді. Бұл жүйелердің басты ерекшелігі — судың тұрақты қысымда болуы және кез келген уақытта іске қосылуға дайын тұруы [4].

Құм салғыштар мен өрт көрпелері — қарапайым, бірақ өте тиімді құралдар. Құм жанған сұйықтықты жабуға және оттегінің кіруін тоқтатуға мүмкіндік береді. Ал өрт көрпесі (мысалы, арнайы асбест немесе термостой материалдан жасалған мата) шағын ошақтарды сөндіру кезінде қолданылады.

«Алғашқы әскери дайындық» сабағында бұл құралдардың құрылысы, қолдану әдісі және қауіпсіздік ережелері тәжірибелік түрде үйретіледі. Оқушылар өрт шыққан кезде дұрыс әрекет ету, эвакуациялау жолдарын білу, өрт сөндіргішті қолдану реті мен сақтық шараларын меңгереді.

Сабақтың тәрбиелік маңызы да зор. Өрт қауіпсіздігі бойынша білім беру жас ұрпақтың жауапкершілігін арттырады, қоршаған орта мен өз өміріне деген ұқыпты қатынасты қалыптастырады. Сонымен қатар, азаматтық қорғаныс дағдыларын дамыту болашақта төтенше жағдайларда сабыр сақтап, өз бетінше шешім қабылдауға көмектеседі.

Қорытындылай келе, өрт сөндіру құралдарының техникалық сипаттамаларын меңгеру — тек теориялық міндет емес, өмірлік маңызы бар тәжірибелік дағды. «Алғашқы әскери дайындық» сабағында бұл тақырыптың оқытылуы жас ұрпақтың қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыруға және азаматтық жауапкершілігін арттыруға бағытталған маңызды қадам болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының «Азаматтық қорғау туралы заңы», 2014 ж.
2. ҚР Білім және ғылым министрлігі. «Алғашқы әскери дайындық» пәні бойынша оқу бағдарламасы. – Астана, 2022.
3. Өрт қауіпсіздігі ережелері (ҚР ТЖМ №123 бұйрығы). – Астана, 2020.
4. Сәтімбеков Ә. Азаматтық қорғаныс және алғашқы әскери дайындық негіздері. – Алматы: Білім, 2021.
5. Құдайбергенов Б. Өрт қауіпсіздігі және төтенше жағдайлар негіздері. – Шымкент: Мирас, 2022.
6. Назарбаев Н.Ә. Қазақстан – біздің ортақ үйіміз. – Астана, 2013.

УДК 372.016.796

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В МЕТОДИКЕ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Тастаева К. Ж., Халметов У. К., Валетдинов И. Д.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Мақалада жоғары оқу орнында дене шынықтыруды оқытудағы инновациялық тәсілдер қарастырылады. Цифрлық технологиялар мен дәстүрлі әдістерді біріктірудің тиімділігі талданады. Мұндай ықпалдасу студенттердің белсенділігін арттырып, оқу процесін жекедендіруге мүмкіндік береді.

The article examines innovative approaches to teaching physical education at universities. It analyzes the effectiveness of integrating digital technologies with traditional teaching methods. Such integration enhances student engagement and allows for a more personalized learning process.

Современная система высшего образования находится в условиях цифровой трансформации, что требует обновления методики преподавания всех дисциплин, включая физическую культуру. Традиционные формы и методы обучения, основанные преимущественно на очной практике и устных объяснениях, сегодня дополняются новыми цифровыми инструментами, способствующими активизации познавательной и двигательной активности студентов. Физическая культура в вузе выполняет не только образовательные, но и воспитательные функции: она направлена на формирование здорового образа жизни, развитие физических качеств, социализацию личности. Поэтому поиск инновационных подходов, сочетающих традиционные и цифровые средства обучения, является приоритетной задачей современной педагогики.

Инновации в методике преподавания физической культуры связаны с использованием информационно-коммуникационных технологий, интерактивных платформ, дистанционных курсов и систем мониторинга физической активности [1]. Современные подходы опираются на принципы индивидуализации обучения, визуализации учебного материала и вовлечённости студентов. Применение электронных образовательных ресурсов (видеоуроки, презентации, онлайн-курсы). Использование мобильных приложений для контроля физической активности (Google Fit, Strava, MyFitnessPal). Внедрение онлайн-тестирования для оценки теоретических знаний. Использование виртуальных тренажёров и систем дополненной реальности. Формирование цифрового портфолио студента, отражающего динамику физического развития. Одним из современных направлений инноваций в методике преподавания физической культуры является создание цифрового портфолио студента. Цифровое портфолио представляет собой электронную форму хранения и представления достижений обучающегося, включающую результаты тестирования, видеозаписи выполнения упражнений, показатели физической подготовленности, участие в соревнованиях и волонтерских проектах. Такой инструмент позволяет осуществлять индивидуальный мониторинг физического развития и учебных достижений. Повышает мотивацию студентов к систематическим занятиям физической культурой и развивает цифровые компетенции и навыки самооценки [2].

Имеет тенденцию облегчения взаимодействия между студентом, преподавателем. В настоящее время цифровое портфолио становится не только средством фиксации результатов, но и инструментом саморазвития и профессионального становления будущего специалиста в сфере физической культуры. Такие инструменты не заменяют традиционные методы, а дополняют их, делая процесс обучения более гибким и мотивирующим. Ключевые инновационные направления (Таблица 1).

Таблица 1. Ключевые инновационные направления

№	Ключевое инновационное направление	Содержание / характеристика	Ожидаемый эффект
1	Интеграция цифровых технологий	Использование онлайн-платформ, мобильных приложений, фитнес-трекеров, интерактивных тестов	Повышение интереса студентов, индивидуализация обучения
2	Применение смешанного обучения (blended learning)	Сочетание традиционных занятий и онлайн-модулей	Оптимизация учебного времени, развитие самостоятельности
3	Виртуальные тренажёры и симуляторы	Моделирование двигательных действий и спортивных ситуаций в виртуальной среде	Безопасное обучение, формирование правильной техники
4	Использование видеоанализа и цифровых дневников	Анализ техники упражнений с помощью видео, ведение электронных журналов успеваемости	Объективная оценка прогресса, визуализация результатов
5	Геймификация образовательного процесса	Введение игровых элементов (соревнования, баллы, рейтинги)	Мотивация студентов, развитие командного духа
6	Онлайн-оценивание и цифровое портфолио	Использование электронных систем контроля и отчетности	Упрощение контроля, повышение прозрачности обучения

Интеграция цифровых технологий позволяет расширить педагогический потенциал физической культуры. Во-первых, цифровые платформы создают возможность индивидуализации учебного процесса. Каждый студент может самостоятельно отслеживать уровень физической подготовленности, получать рекомендации и корректировать тренировочный план. Во-вторых, применение видеозаписи и фотоанализа способствует повышению качества техники выполнения упражнений [3].

Преподаватель и студент могут совместно анализировать ошибки и динамику прогресса. В-третьих, цифровые ресурсы обеспечивают обратную связь в реальном времени, что особенно важно при дистанционном обучении или самостоятельных занятиях. Практика показала, что использование цифровых инструментов повышает учебную мотивацию студентов, способствует осознанному отношению к занятиям и улучшает результаты физической подготовки.

Несмотря на широкое внедрение технологий, традиционные формы занятий остаются основой физического воспитания. Практические занятия, групповые упражнения, игровые методы и соревнования выполняют социально-психологическую функцию, способствуют развитию командного духа, волевых качеств и коммуникации. Традиционные методы обеспечивают: -непосредственное взаимодействие преподавателя и студента;

-формирование двигательного опыта;
 -воспитание морально-волевых качеств;
 -профилактику гиподинамии и развитие физического потенциала. Таким образом, интеграция, а не замещение традиционных методов цифровыми технологиями, является ключом к успешному обучению физической культуре в вузе. Эффективной является модель смешанного обучения, сочетающая очные занятия и цифровую поддержку. Примерная структура интеграции может включать теоретический материал в виде электронных лекций, тестов и мультимедийных пособий, практические занятия в спортивных залах, на стадионе, с последующим анализом результатов через цифровые приложения [4]. Самостоятельная работа необходима для выполнения домашних тренировок с фиксацией показателей в мобильных приложениях и отчётами в LMS-системе (Moodle, Google Classroom). Подобная модель способствует формированию у студентов устойчивых навыков самоконтроля, самоанализа и ответственности за собственное физическое развитие. Смешанное обучение представляет собой образовательную модель, в которой сочетаются традиционные очные формы занятий (лекции, практические тренировки, семинары) и дистанционные цифровые технологии (онлайн-курсы, видеоуроки, интерактивные тесты, мобильные приложения для самоконтроля). Такой подход объединяет преимущества личного взаимодействия преподавателя и студента с возможностями цифровой среды.

Структура модели смешанного обучения (Рисунок 1).

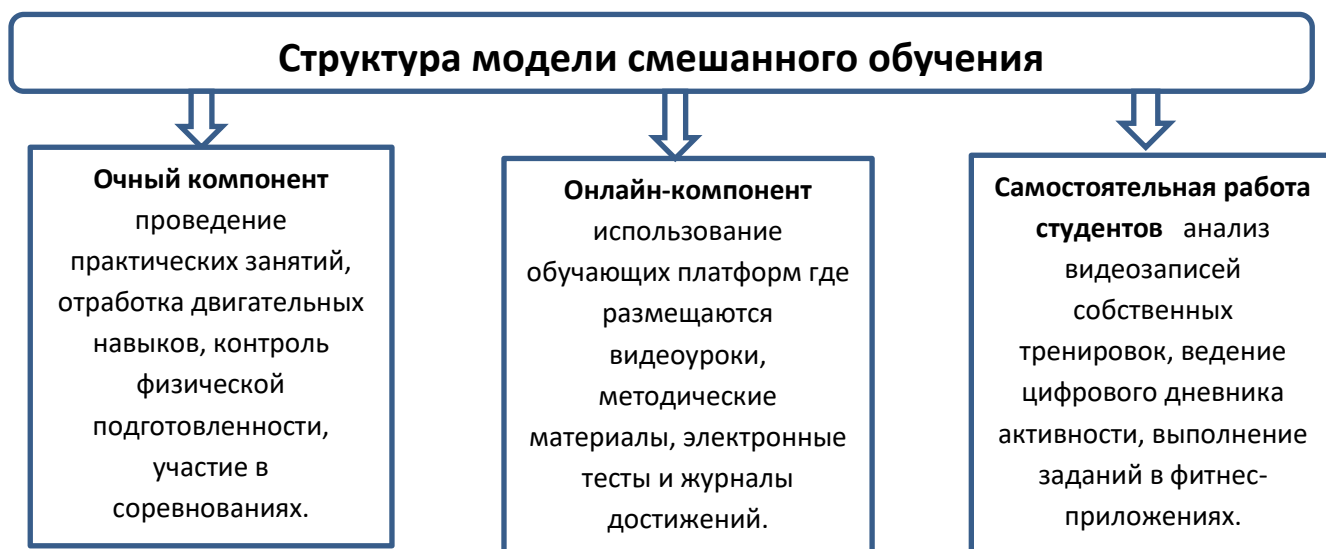


Рисунок 1. Модель смешанного обучения

Смешанное обучение в физическом воспитании обеспечивает гибкость образовательного процесса, способствует повышению качества подготовки студентов и формированию у них навыков самостоятельной организации физической активности. Такая модель отвечает современным требованиям цифровизации высшего образования и способствует повышению эффективности преподавания дисциплины «Физическая культура». Несмотря

на очевидные преимущества, цифровизация физического воспитания сталкивается с рядом трудностей:

- недостаточная техническая оснащённость спортивных залов и аудиторий;

- дефицит методических разработок, адаптированных к цифровой среде;

- необходимость повышения цифровой компетентности преподавателей;

- возможное снижение двигательной активности при чрезмерной виртуализации занятий.

Для успешной реализации инновационных подходов требуется системная работа вузов: модернизация материально-технической базы, подготовка педагогических кадров, разработка авторских цифровых курсов и создание единой образовательной платформы по физической культуре [5].

Интеграция цифровых технологий и традиционных средств обучения в методику преподавания физической культуры в вузе является перспективным направлением развития современной педагогики. Она обеспечивает повышение качества образовательного процесса, активизацию познавательной деятельности студентов, расширение возможностей индивидуализации обучения и формирования культуры здоровья.

Современный преподаватель физической культуры должен выступать не только как тренер, но и как цифровой наставник, использующий инновационные инструменты для достижения гармоничного развития личности студента.

Список использованной литературы

1.Абдуллаева, Н. М. Инновационные технологии в физическом воспитании студентов вузов. – Алматы: КазНПУ, 2021. – 145 с.

2.Крутицкая, Н. В. Цифровизация образовательного процесса в сфере физической культуры. // Современные проблемы науки и образования. – 2022. – № 3. – С. 58–63.

3.Сапарова, А. Т. Методика преподавания физической культуры с применением ИКТ. – Шымкент: Мирас, 2020. – 98 с.

4.Хусаинова, Л. Г. Инновационные подходы в обучении физической культуре студентов. – Казань: КФУ, 2019. – 120 с.

5.Киселёв, И. А., Громов, С. В. Смешанное обучение в физическом воспитании студентов. // Вестник спортивной науки. – 2023. – № 2. – С. 45–50.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ ҚОҒАМДАҒЫ РӨЛІ

Тулен Б.И., Юлчи Н.А., Исаков С.Э.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Дене тәрбиесі – қоғамның рухани және материалдық мәдениетінің маңызды бөлігі. Ол адамның денсаулығын нығайтып, еңбекке, өмірге және Отан қорғауға дайындайды. Дене тәрбиесі арқылы адамдар салауатты өмір салтын қалыптастырып, еңбек өнімділігін арттырады. Сонымен қатар, спорт адамдар арасында достықты, бірлікті және өзара сыйластықты дамытады. Қазіргі заманда дене тәрбиесі жастарды тәрбиелеудің, олардың

мінез-құлқын қалыптастырудың және қоғамның әлеуметтік-мәдени дамуын арттырудың тиімді құралы болып табылады.

Physical education is an essential part of a society's spiritual and material culture. It strengthens health, prepares individuals for work, life, and the defense of the homeland. Through physical education, people adopt a healthy lifestyle and increase their productivity. Moreover, sports promote friendship, unity, and mutual respect among people. In the modern world, physical education serves as an effective means of educating youth, shaping character, and enhancing the social and cultural development of society.

Қазіргі қоғамда дене тәрбиесі адам өмірінің ажырамас бөлігі болып отыр. Технологияның дамуы, отырықшы өмір салтының кең таралуы және экологиялық факторлардың әсері адамдардың денсаулығына кері ықпал етуде. Осындай жағдайда дене тәрбиесі тек спорттық дайындық немесе дене шынықтыру сабағы ғана емес, ол адамның өмір сүру мәдениетінің, денсаулық сақтау мен тұлғалық дамудың маңызды құрамдас бөлігі.

Дене тәрбиесінің басты мақсаты – адамның денсаулығын нығайту, қимыл-қозғалыс қабілеттерін дамыту, салауатты өмір салтына баулу және еңбекке, Отан қорғауға даярлау. Сонымен қатар, дене тәрбиесі тұлғаның әлеуметтік белсенділігін арттырып, қоғамның рухани және мәдени дамуына әсер етеді [1].

Дене тәрбиесінің әлеуметтік маңызы.

Дене тәрбиесі қоғамның барлық саласында ерекше әлеуметтік рөл атқарады. Ол адамның физикалық және рухани дамуының үйлесімділігін қамтамасыз етеді. Қазіргі қоғамда дене тәрбиесінің әлеуметтік маңызы бірнеше бағытта көрінеді:

Денсаулықты нығайту факторы:

1.1 Дене белсенділігі жүрек-қан тамыр, тыныс алу, тірек-қимыл жүйесін жетілдіреді. Бұл – аурудың алдын алудың ең тиімді жолы.

2. Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

3. Дене тәрбиесі адамның өмірлік дағдыларын, өзін-өзі бақылау, ерік-жігер, шыдамдылық, еңбекқорлық қасиеттерін дамытады.

1. Әлеуметтік интеграция мен ұжымдық рух қалыптастыру.

2. Спорттық ойындар мен жарыстар адамдарды біріктіріп, өзара түсіністік пен достықты нығайтады.

Жастардың тәрбиесінде патриоттық және азаматтық сана қалыптастыру.

Дене тәрбиесі арқылы жастар ерлікке, жауапкершілікке, ұжымшылдыққа тәрбиеленеді.

Мемлекеттің әлеуметтік саясатының құрамдас бөлігі. Халықтың денсаулығын жақсарту – ұлттық қауіпсіздік пен әлеуметтік тұрақтылықтың кепілі.

Дене тәрбиесінің жеке тұлға дамуындағы рөлі.

Дене тәрбиесі жеке тұлғаның жан-жақты дамуына ықпал етеді. Ол тек физикалық сапаларды емес, сонымен қатар моральдық және психологиялық қасиеттерді де қалыптастырады [2].

Физикалық даму: бұлшық еттің, сүйек пен буын жүйесінің, жүрек пен тыныс алу мүшелерінің дұрыс дамуына мүмкіндік береді.

Ақыл-ой және эмоционалды даму: жүйелі қозғалыс белсенділігі адамның көңіл-күйін көтеріп, зейін мен есте сақтауды жақсартады.

Ерік-жігер мен мінез тәрбиесі: спорттық жаттығулар қиындықты жеңуге, мақсатқа жетуге, өз-өзін бақылауға үйретеді.

Әлеуметтік мінез-құлық: топтық ойындар мен жарыстар арқылы адам ұжымдық қарым-қатынас мәдениетін меңгереді.

Осылайша, дене тәрбиесі тұлғаның физикалық, моральдық және интеллектуалдық сапаларының үйлесімді дамуын қамтамасыз етеді.

Дене тәрбиесінің білім беру жүйесіндегі орны

Білім беру жүйесінде дене тәрбиесі маңызды рөлге ие. Мектеп, колледж және жоғары оқу орындарында дене шынықтыру пәні – оқу процесінің міндетті бөлігі.

Бастауыш сыныптарда дене тәрбиесі оқушылардың қозғалыс дағдыларын қалыптастыруға, орта және жоғары сыныптарда денсаулықты нығайту мен спорттық қызығушылықты арттыруға бағытталады. Жоғары оқу орындарында бұл бағыт студенттердің кәсіби және өмірлік белсенділігін арттырудың құралына айналады [3].

Білім беру жүйесінде дене тәрбиесінің тиімділігі келесі педагогикалық шарттарға байланысты:

- сабақтардың жүйелілігі мен жоспарлылығы;
- оқушылардың жас және физиологиялық ерекшеліктерін ескеру;
- ойын, жарыс және шығармашылық әдістерді пайдалану;
- салауатты өмір салтын насихаттау;
- мұғалімнің кәсіби құзыреттілігі мен үлгісі.

Дене тәрбиесі сабақтарының нәтижесінде оқушыларда қозғалыс белсенділігі артып, олар спортты өмірлік қажеттілік ретінде қабылдай бастайды.

Қоғамдағы дене тәрбиесінің мәдени және экономикалық аспектілері.

Дене мәдениеті қоғам мәдениетінің ажырамас бөлігі болып табылады. Ол халықтың өмір сүру деңгейін, эстетикалық талғамын және өмір сапасын арттырады. Дене тәрбиесі арқылы ұлттың денсаулығы жақсарып, еңбек өнімділігі артады [4].

Сонымен қатар, спорт индустриясының дамуы ел экономикасына да оң әсер етеді. Спорттық инфрақұрылымның, фитнес орталықтарының, дене шынықтыру клубтарының көбеюі жаңа жұмыс орындарын ашып, қоғамның әлеуметтік-экономикалық дамуына серпін береді.

Мәдени тұрғыдан дене тәрбиесі ұлттық дәстүрлер мен ойындарды сақтап, ұрпақтар сабақтастығын нығайтады. Қазақ халқының ұлттық ойындары (қазақ күресі, көкпар, тоғызқұмалақ, т.б.) дене тәрбиесінің ұлттық негізі ретінде ерекше маңызға ие.

Дене тәрбиесі мен денсаулық саясатының өзара байланысы.

Мемлекеттік деңгейде дене тәрбиесі денсаулық сақтау саясатының негізгі бөлігі болып саналады. Қазақстан Республикасында «Дене шынықтыру және спорт туралы» заң қабылданып, әрбір азаматтың дене мәдениетімен айналысу құқығы бекітілген.

Дене тәрбиесі мен спорт арқылы халықтың өмір сүру ұзақтығы артып, созылмалы аурулардың алдын алу көрсеткіші жоғарылайды. Осы тұрғыда мемлекет, білім беру мекемелері мен қоғамдық ұйымдар бірлесе жұмыс істеуі қажет [5].

Қоғамда бұқаралық спортты дамыту – ұлттық денсаулық стратегиясының басты бағыты. Бұл бағытта мектептерде, жоғары оқу орындарында, жұмыс орындарында спорттық белсенділікті арттыру іс-шаралары тұрақты түрде ұйымдастырылуы тиіс.

Қорытындылай келе, дене тәрбиесінің қоғамдағы рөлі өте ауқымды және көпқырлы. Ол адамның денсаулығын сақтап қана қоймай, рухани байлығын арттырып, қоғамның әлеуметтік тұрақтылығын қамтамасыз етеді.

Дене тәрбиесі – салауатты өмір салтының негізі, жеке тұлғаның үйлесімді дамуының кепілі және мемлекеттің әлеуметтік-экономикалық өркендеуінің маңызды шарты.

Сондықтан әр азаматтың күнделікті өмірінде қозғалыс белсенділігі мен спортқа қызығушылық мәдениетін қалыптастыру – қоғам дамуының басты көрсеткіші болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қоянбаев Ж.Б., Қоянбаев Р.М. Педагогика. – Алматы: Рауан, 2010.
2. Әбиев Ж., Бабаев С. Дене тәрбиесі негіздері. – Алматы, 2016.
3. ҚР «Дене шынықтыру және спорт туралы» Заңы. – Астана, 2023.
4. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – М., 2002.
5. Назарбаев Н.Ә. Салауатты өмір салты – ұлт денсаулығының кепілі. – Алматы, 2011.

ОӘЖ 796.011.3

ҚАШЫҚТАН ОҚЫТУ ЖАҒДАЙЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНЫҢ ТИІМДІЛІГІН АРТТЫРУ ЖОЛДАРЫ

Тюребеков К.И., Иманбаев Б.К., Есенгелді Қ.Қ.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Данная статья посвящена актуальным подходам к повышению эффективности занятий физической культурой в условиях дистанционного обучения. Широкое распространение дистанционного формата образования, обусловленное пандемией и другими факторами, внесло существенные изменения в преподавание предмета физической культуры.

This article focuses on modern approaches to enhancing the effectiveness of physical education classes conducted remotely. The widespread adoption of distance learning, driven by the pandemic and other factors, has brought significant changes to the teaching of physical education.

XXI ғасыр білім беру саласына айтарлықтай трансформацияларды енгізді. Технологияның қарқынды дамуы, әлемдік пандемия сияқты күтпеген жағдайлар қашықтан оқыту форматының кеңінен таралуына себепкер болды. Бұл жаңа білім беру моделі дәстүрлі оқыту процесіне елеулі өзгерістер әкеліп, әсіресе, практикалық, дене белсенділігін талап ететін пәндерді оқытуда жаңа сынақтар мен мүмкіндіктер тудырды. Солардың ішіндегі ерекше орын алатыны – дене шынықтыру пәні. Студенттердің физикалық белсенділігін сақтап қалу, олардың денсаулығын нығайту, сабаққа деген қызығушылығын арттыру – бұл қашықтан оқыту жағдайындағы негізгі міндеттер болып табылады.

Дене шынықтыру сабақтарының тиімділігін арттыру – бұл тек студенттердің физикалық жаттығулармен шұғылдануы ғана емес, сонымен қатар олардың жалпы әл-ауқатын, психологиялық жағдайын жақсартуға және салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыруға бағытталған стратегиялық міндет [1].

Қашықтан оқыту жағдайында дене шынықтыру сабағының ерекшеліктері мен қиындықтары.

Қашықтан оқыту жағдайында дене шынықтыру сабақтарын өткізу дәстүрлі сабақтармен салыстырғанда өзіндік ерекшеліктер мен айтарлықтай қиындықтарға ие. Бұл қиындықтарды терең түсіну, оларға тиімді шешімдер табу арқылы ғана сабақтың сапасын арттыруға болады.

1. Практикалық жаттығуларды орындау мүмкіндігінің шектеулігі:

- Жұмыс кеңістігінің жетіспеушілігі: Студенттердің көпшілігі жатақханаларда немесе шағын пәтерлерде тұрады, бұл оларға кең ауқымды жаттығуларды орындауға мүмкіндік бермейді.

- Спорттық құрал-жабдықтардың жоқтығы: Штанга, гантель, арнайы жаттығу тренажерлері сияқты құралдардың болмауы кейбір жаттығуларды орындауды қиындатады.

- Жаттығу техникасын бақылау қиындығы: Оқытушының студенттердің жаттығуларды дұрыс, қауіпсіз және тиімді орындап жатқанын тікелей бақылау мүмкіндігі шектеулі. Бұл жарақат алу қаупін арттыруы мүмкін [2].

2. Мотивацияның төмендеуі:

- Жеке қарым-қатынастың болмауы: Оқытушы мен студент арасындағы, студенттердің бір-бірімен тікелей қарым-қатынасының жоқтығы, топтық жарыстар мен бірлескен жаттығулардан айырылу студенттердің сабаққа деген белсенділігі мен ынтасын азайтады.

- Виртуалды ортаның әсері: Компьютер экраны алдында ұзақ отырудың шаршатуы, виртуалды әлемге беріліп, физикалық белсенділіктен алшақтауы.

3. Техникалық және инфрақұрылымдық шектеулер:

- Интернет байланысының тұрақсыздығы: Видеоконференция кезіндегі үзілістер, сабақтан тыс қалу.

- Құрылғылардың жетіспеушілігі: Барлық студенттерде тиісті сападағы компьютердің, планшеттің немесе смартфонның болмауы.

- Цифрлық сауаттылықтың әртүрлі деңгейде болуы: Кейбір студенттердің қашықтан оқыту платформаларын, қосымшаларды тиімді қолдана алмауы.

4. Бағалау жүйесін қалыптастыру қиындығы:

- Объективтілік: Студенттердің жаттығуларды орындау сапасын, олардың күш-жігерін, техникасын объективті бағалаудағы қиындықтар.

- Адалдық: Студенттердің жаттығуларды өз бетінше, ешкімнің көмегінсіз орындағанын қадағалау.

5. Оқытушының рөлі мен жаңа педагогикалық құзыреттіліктерді талап етуі:

- Технологиялық құзыреттілік: Жаңа оқыту платформаларын, онлайн-құралдарды меңгеру.

- Дистанционды коммуникация: Студенттермен тиімді байланыс орнату, оларды мотивациялау, кері байланыс беру.

- Мазмұнды жаңарту: Дәстүрлі жаттығуларды қашықтан орындауға бейімдеу, жаңа форматтағы тапсырмалар мен жобалар ұсыну.

Тиімділікті арттыру жолдары

Осы қиындықтарды еңсеру және қашықтан оқыту жағдайында дене шынықтыру сабағының тиімділігін арттыру үшін кешенді және жаңашыл тәсілдерді қолдану қажет [3].

1. Инновациялық және интерактивті оқыту әдістерін қолдану:

- Жоғары сапалы мультимедиялық контент: Оқытушылар заманауи құралдарды пайдаланып, жаттығулардың дұрыс техникасын, олардың пайдасын түсіндіретін жоғары сапалы бейнематериалдар (видеоуроктар, онлайн-тренировкалар, демонстрациялар) дайындауы қажет. Бұл материалдар студенттерге өздерінің ыңғайлы уақытында жаттығуларды орындауға мүмкіндік береді.

- Виртуалды және толықтырылған шындық (VR/AR) технологиялары: VR-ойнатқыштар мен AR-қосымшаларды пайдалану арқылы студенттер жаттығуларды виртуалды ортада, қызықты әрі қауіпсіз түрде орындауға мүмкіндік алады. Бұл жаттығу процесін айтарлықтай қызықтырады.

- Интерактивті онлайн-платформалар: Zoom, Microsoft Teams, Google Meet сияқты платформалар арқылы тікелей онлайн-сабақтар өткізу, онда оқытушы студенттердің жаттығуларын нақты уақытта бақылай алады, түзетулер енгізеді және тікелей кері байланыс береді. Бұл қарым-қатынасты нығайтып, сабақтың тиімділігін арттырады.

- Электронды оқу ресурстары: Оқу бағдарламасы бойынша теориялық материалдарды, жаттығулар жинақтарын, студенттердің прогресін бақылауға арналған онлайн-тесттерді қамтитын электронды оқу жүйелерін пайдалану [4].

2. Студенттердің белсенділігі мен мотивациясын арттыру стратегиялары:

- Жекелендірілген жаттығу бағдарламалары: Әрбір студенттің денсаулық жағдайын, физикалық дайындық деңгейін, жаттығу жасауға мүмкіндік беретін жағдайын ескере отырып, жеке немесе шағын топтарға арналған жаттығу

бағдарламаларын әзірлеу. Бұл студенттердің жауапкершілігін арттырып, нәтижеге жетуге ынталандырады.

- Ойын элементтерін (геймификация) енгізу: Спорттық “челленджер” (мысалы, “10 000 қадам күніне”, “апталық спорттық марафон”), онлайн-конкурстар, ұпай жинау жүйелері, рейтингтер арқылы студенттерді белсенділікке тарту. Бұл жаттығу процесін қызықты әрі жарысқа айналдырады.

- Топтық жұмыс пен серіктестік: Студенттерді шағын онлайн-топтарға біріктіру, олардың бір-біріне қолдау көрсетуіне, бірлесіп жаттығулар жасауына, жетістіктерімен бөлісуіне жағдай жасау. Бұл әлеуметтік байланысты нығайтады.

- Марапаттау мен тану: Белсенді студенттерді, үздік нәтиже көрсеткендерді марапаттау, олардың жетістіктерін университеттің ресми ресурстарында жариялау. Бұл оң тәжірибені үлгі етуге ықпал етеді.

3. Технологиялық құралдар мен цифрлық шешімдерді тиімді қолдану:

- Фитнес-трекерлер мен смарт-сағаттар: Студенттерді өздерінің күнделікті физикалық белсенділік деңгейін (қадамдар, жүрек соғысы, жаттығу уақыты, калория шығыны) бақылауға және бұл деректерді оқытушымен бөлісуге ынталандыру. Бұл жеке прогресті бағалауға көмектеседі.

- Арнайы фитнес-қосымшалар: Жаңа жаттығулар, жаттығулар жинақтары, мотивациялық контент ұсынатын танымал мобильді қосымшаларды (Nike Training Club, Adidas Training, Peloton App және т.б.) оқыту процесіне интеграциялау.

- Онлайн-платформаларды толық пайдалану: Білім беру платформаларының (Moodle, Google Classroom) мүмкіндіктерін пайдаланып, тапсырмаларды жіберу, кері байланыс алу, материалдармен алмасу.

4. Бағалау жүйесін жаңарту және объективтілікті қамтамасыз ету:

- Видео жазбалар арқылы бағалау: Студенттердің жаттығуларды орындап, оны жазып жіберуі арқылы оқытушы жаттығулардың сапасын, техникасын, орындалу жиілігін бағалай алады.

- Практикалық тапсырмалар мен жобалар: Белгілі бір жаттығулар циклін орындау, жаттығу бағдарламасын әзірлеу, дене шынықтырудың белгілі бір аспектісі бойынша эссе немесе жоба қорғау.

- Қатысу белсенділігі мен дайындық деңгейі: Сабақтарға тұрақты қатысу, онлайн-тапсырмаларды уақытында орындау, теориялық материалдарды игеру де бағалаудың маңызды критерийлері болуы тиіс.

- Өзара бағалау (Peer Assessment): Студенттердің бір-бірінің жаттығуларын бағалауына мүмкіндік беру (арнайы критерийлер мен нұсқаулар берілген жағдайда) [5].

Қашықтан оқыту жағдайында дене шынықтыру сабағының тиімділігін арттыру – бұл ең алдымен оқытушының кәсіби шеберлігі мен жаңашылдығына, заманауи технологияларды меңгеруіне, студенттермен тиімді коммуникация орнату қабілетіне байланысты. Инновациялық оқыту әдістерін, интерактивті құралдарды, студенттерді белсенділікке ынталандырудың жаңа жолдарын

қолдану арқылы дене шынықтыру пәнінің қашықтан оқыту форматында да студенттердің денсаулығын нығайтуда, олардың физикалық белсенділігін арттыруда және салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыруда маңызды рөл атқаруын қамтамасыз етуге болады. Бұл бағыттағы үздіксіз зерттеулер мен практикалық жұмыстар, оқытушылардың біліктілігін арттыру және студенттердің белсенді қатысуын қамтамасыз ету – қашықтан оқытудағы дене шынықтыру сабақтарының табысты болуының негізгі кепілі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі. Қашықтан оқытудың әдістемелік нұсқаулығы. – Астана, 2022.
2. Базарбаева Л. Педагогикалық инновациялар және дене тәрбиесі. – Нұр-Сұлтан, 2020.
3. Tapia-Serrano M. et al. Digital Fitness in Distance Education. – Journal of Physical Education Research, 2023.
4. Дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі: оқу құралы. – Алматы: Қазақ университеті, 2021.
5. Құрманова Ә., Сейтжанова Н. Жоғары оқу орындарында қашықтан оқыту жүйесін жетілдірудің педагогикалық негіздері. – Білім беруді цифрландыру, 2023.

УДК 759.41

СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

Умаркулов Т.И., Удикбаев М.Т., Баратов Д.Б.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада төтенше жағдайлар кезінде қолданылатын заманауи жеке қорғаныс құралдарының маңыздылығы мен дамуы қарастырылады. Автор техногендік және табиғи сипаттағы апаттар кезінде адамның өмірі мен денсаулығын қорғау мәселелерін талдайды. Сонымен қатар, интеллектуалды жүйелер, наноматериалдар мен биосенсорлар негізіндегі жаңа буын қорғаныс технологияларының мүмкіндіктері сипатталады. Мақалада адамның мінез-құлқы мен психологиялық дайындық деңгейінің қорғаныс құралдарын тиімді пайдалану барысындағы рөліне ерекше назар аударылған.

The article examines the importance and development of modern personal protective equipment used in emergency situations. The author analyzes issues of human life and health protection during technological and natural disasters. The study describes the potential of next-generation protective technologies based on intelligent systems, nanomaterials, and biosensors. Special attention is given to the role of human behavior and psychological readiness in the effective use of protective equipment.

В современном мире количество чрезвычайных ситуаций — как природных, так и техногенных — неуклонно растёт. Урбанизация, развитие промышленности, транспортной инфраструктуры и энергетики создают новые риски, требующие постоянного внимания к вопросам безопасности. Человеческая жизнь и здоровье оказываются в центре потенциальной опасности при пожарах, утечках токсичных веществ, землетрясениях или военных

конфликтах. Именно поэтому особое значение приобретают современные средства индивидуальной защиты, которые позволяют минимизировать последствия воздействия вредных факторов и сохранить жизнь в условиях угрозы.

Исторически средства защиты создавались в ответ на конкретные опасности — от простых повязок и фильтров до сложных технических систем. Однако развитие технологий радикально изменило их функциональность. Сегодня индивидуальная защита включает не только традиционные противогазы и костюмы химической защиты, но и интеллектуальные, адаптивные устройства, способные реагировать на изменения внешней среды. Новейшие разработки основаны на интеграции инженерных, биомедицинских и информационных технологий, что позволяет обеспечить высокий уровень безопасности при минимальном дискомфорте для человека.

Одной из важнейших проблем остаётся многообразие угроз. В условиях химической аварии человек подвергается риску отравления токсичными веществами, в случае пожара — воздействию угарного газа и высокой температуры, при радиоактивных утечках — ионизирующему излучению. Универсальные средства защиты разрабатываются с учётом комплексного воздействия различных факторов. Современные материалы, такие как арамидные ткани, углеродные фильтры и наноструктурированные покрытия, обеспечивают не только герметичность, но и устойчивость к высокой температуре, радиации и агрессивным средам. Эти технологии позволяют создавать лёгкие и эргономичные костюмы, пригодные для длительного ношения и выполнения активных действий [1].

Особое внимание уделяется дыхательной защите. Современные фильтрующие противогазы и респираторы оснащаются интеллектуальными сенсорами, которые автоматически регулируют уровень фильтрации воздуха и предупреждают пользователя о превышении допустимых концентраций опасных веществ. В случае критических ситуаций активируются автономные системы подачи кислорода, что позволяет увеличить время пребывания человека в заражённой зоне. Аналогичные принципы реализуются в военных системах, где защита органов дыхания и зрения интегрирована в единую систему, включающую мониторинг состояния здоровья пользователя и внешней среды.

Современные средства индивидуальной защиты всё чаще включают элементы цифровизации. Например, умные костюмы, оснащённые биосенсорами, способны отслеживать температуру тела, пульс, уровень радиации или наличие токсичных паров в воздухе. Эти данные передаются в реальном времени на мобильные устройства или в центры управления спасательными операциями. Такая система повышает эффективность действий персонала при ликвидации чрезвычайных ситуаций, поскольку позволяет оперативно оценивать риски и предотвращать перегрузку или отравление. Интеграция технологий Интернета вещей (IoT) делает возможным создание

“умной” инфраструктуры безопасности, где каждый элемент — от шлема до перчатки — становится частью единой защитной системы [2].

Нельзя не отметить и социально-психологический аспект. Эффективность использования средств защиты зависит не только от их технических характеристик, но и от готовности людей применять их в стрессовых условиях. Поэтому важную роль играет обучение и регулярные тренировки населения и специалистов. Современные симуляционные технологии позволяют моделировать чрезвычайные ситуации в виртуальной реальности, что способствует формированию устойчивых навыков правильных действий и повышает уровень личной ответственности за безопасность. Такой подход способствует тому, что средства защиты перестают восприниматься как формальный атрибут, а становятся осознанной необходимостью и частью культуры безопасности.

На сегодняшний день наблюдается активное развитие инновационных направлений, связанных с применением наноматериалов, биополимеров и гибридных структур. Они позволяют создавать материалы, которые “умнеют” при изменении условий среды — уплотняются при нагревании, становятся водоотталкивающими или усиливают фильтрационные свойства при контакте с токсичными веществами. Эти разработки открывают перспективы для создания нового поколения средств индивидуальной защиты, способных адаптироваться к любым угрозам. Например, костюмы нового типа уже способны самостоятельно регулировать микроклимат внутри, предотвращая перегрев или переохлаждение человека в экстремальных условиях [3].

Важным направлением развития остаётся эргономика. Современные средства защиты должны не только выполнять свои функции, но и быть удобными в эксплуатации. Вес, подвижность, вентиляция и свобода движений становятся критически важными параметрами. Разработчики стремятся к тому, чтобы защитная экипировка обеспечивала максимальную эффективность при минимальной усталости. Поэтому активно используются технологии трёхмерного сканирования тела и компьютерного моделирования, позволяющие индивидуально подгонять форму защитных элементов под конкретного пользователя.

Современные чрезвычайные ситуации часто носят глобальный характер, и их последствия требуют комплексных решений. Использование инновационных средств индивидуальной защиты становится частью общей стратегии устойчивого развития общества, направленной на снижение уязвимости населения и защиту человеческого потенциала. От того, насколько быстро и эффективно развиваются эти технологии, зависит способность человечества справляться с новыми вызовами — будь то природные катастрофы, техногенные аварии или военные угрозы [4].

Таким образом, современный подход к средствам индивидуальной защиты основан на синтезе науки, технологий и человеческого опыта. От простых механических фильтров человечество пришло к интеллектуальным системам, способным не только защищать, но и предупреждать, анализировать

и адаптироваться. Это не просто инструменты безопасности — это отражение уровня цивилизации, её готовности защищать жизнь и здоровье человека в условиях постоянных перемен и неопределённости. Развитие таких средств становится неотъемлемой частью стратегии выживания и прогресса в XXI веке.

Список литературы

1. Гусев, В. П. Средства индивидуальной защиты: современное состояние и перспективы развития. — М.: Наука, 2021.
2. Сидоров, А. Н. Технологии безопасности и защита человека в чрезвычайных ситуациях. — СПб.: Питер, 2020.
3. Министерство по чрезвычайным ситуациям Республики Казахстан. Методические рекомендации по использованию средств индивидуальной защиты населения, Астана, 2023.
4. Ким, Е. А., Жумагулов, А. Т. Интеллектуальные системы защиты и мониторинга среды обитания человека. — Алматы: КазНТУ, 2022.

УДК 372.016.796

ИНКЛЮЗИВНЫЕ ПОДХОДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Чикотков К., В. Юнусалиев Б. А., Бекжанұлы Р.
Университет «Мирас», г.Шымкент, Казахстан

Бұл мақалада студенттер арасында инклюзивті физикалық тәрбие ұйымдастырудың теориялық және әдістемелік негіздері қарастырылды. Ерекше білім беру қажеттіліктері бар жастардың дене тәрбиесіне толық қатысуын қамтамасыз ететін педагогикалық, әлеуметтік және психологиялық қолдау тетіктері талданды. Зерттеу нәтижелері инклюзивті тәсілдер студенттердің дене дайындығын жақсартатынын, олардың мотивациясын, өзін-өзі бағалау деңгейін және әлеуметтік интеграциясын арттыруға мүмкіндік беретінін көрсетті.

The article examines the theoretical and methodological foundations of inclusive physical education for students. It highlights pedagogical, social, and psychological support mechanisms that ensure full participation of learners with special educational needs in physical activities. The findings demonstrate that inclusive approaches improve students' physical fitness while enhancing motivation, self-esteem, and social integration.

Современная система высшего образования ориентирована на создание равных условий для обучения всех студентов, включая обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В этой связи актуальной становится задача адаптации физического воспитания под индивидуальные особенности занимающихся, расширение их участия в двигательной деятельности и спортивных мероприятиях. Инклюзивный подход в физическом воспитании способствует укреплению здоровья, повышению самооценки, социальной адаптации и интеграции студентов с ОВЗ в коллектив. Инклюзия — это процесс обеспечения равного доступа к обучению, участию в социальной и культурной жизни независимо от состояния здоровья. В физическом воспитании данный принцип направлен на:

-адаптацию нагрузки с учётом нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха, интеллектуальных особенностей;

- создание благоприятной психологической атмосферы;
- поддержку и мотивацию к занятиям спортом;
- развитие возможностей для самореализации в двигательной деятельности.

Исследования показывают, что участие молодежи с особыми потребностями в физкультурно-спортивной деятельности снижает уровень тревожности, улучшает эмоциональную устойчивость, формирует позитивную самооценку и социальные навыки. Организация инклюзивных занятий в вузе предполагает адаптацию учебных программ — изменение содержания, способов выполнения упражнений, темпа работы [1]. Дифференциацию нагрузки — учет состояния здоровья, физической подготовленности, функциональных возможностей каждого студента.

Использование специальных средств — вспомогательного оборудования, адаптивного инвентаря. Психолого-педагогическое сопровождение формирования уверенности, поддерживающего взаимодействия в группе. Безопасность и медицинский контроль — обязательная периодическая диагностика здоровья. Большое значение имеет также инфраструктура: наличие пандусов, поручней, тактильных элементов, специально оборудованных спортивных залов.

Методические подходы к инклюзивному физическому воспитанию направлены на создание условий, при которых каждый студент, включая обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, может участвовать в двигательной деятельности на равных правах. Основной целью является адаптация образовательного процесса таким образом, чтобы физическая нагрузка соответствовала индивидуальным возможностям обучающихся, способствовала их физическому, психическому и социальному развитию. Ключевыми методическими принципами являются: Индивидуализация- подбор упражнений, нагрузок и темпа осуществляется с учётом медицинских показателей и физического состояния студента. Преподаватель должен использовать результаты диагностики и учитывать динамику адаптации. Используются упражнения, исключаящие риск травмирования, обеспечивается контроль самочувствия. Пространство организуется так, чтобы каждый участник чувствовал себя комфортно и мог выполнять задания. В рамках одной группы студентам предлагаются разные уровни сложности упражнения: базовый, модифицированный и продвинутый, что поддерживает мотивацию всех участников. Навыки формируются постепенно: от упрощённых вариантов движения к более сложным координационным действиям. Это особенно важно для студентов с нарушениями ОДА, зрения и психоневрологическими особенностями. Применение тактильных ориентиров, специализированного инвентаря (мячи различного веса, поручни, маты, маркировка маршрутов), визуальных сигналов и звуковых подсказок облегчает выполнение упражнений и повышает уверенность в движении. Включение в занятия игровых элементов способствует улучшению эмоционального состояния, снижению тревожности,

активному вовлечению всех студентов, включая тех, кто испытывает социальные трудности [2].

Тьюторское и волонтерское сопровождение представляет собой важный компонент организации инклюзивного физического воспитания студентов. Его основная цель — обеспечение индивидуальной поддержки обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, содействие их полноценному участию в занятиях и социальной интеграции в студенческую среду. Тьютор — это специалист, который помогает студентам с ОВЗ адаптироваться к образовательному процессу, контролирует выполнение рекомендаций врача и педагогов, содействует развитию самостоятельности в двигательной и социальной активности. Он выступает связующим звеном между студентом, преподавателем и другими участниками образовательного процесса. Волонтерское сопровождение включает помощь со стороны студентов-добровольцев, прошедших необходимый инструктаж и обладающих навыками поддержки людей с особыми образовательными потребностями. Волонтеры способствуют формированию дружелюбной атмосферы, помогают преодолевать барьеры общения и двигательного участия. Основные задачи тьютора и волонтеров:

- помощь в выполнении адаптированных упражнений, обеспечение безопасности при движении;
- сопровождение при передвижении по залу или спортивной площадке;
- предоставление эмоциональной и мотивационной поддержки;
- содействие формированию уверенности, самоуважения и социальных контактов;
- предотвращение ситуаций социальной изоляции или дискриминации в группе;
- участие в оценке эффективности занятий и мониторинге состояния студента.

Педагогический эффект сопровождения: повышение уровня включённости студентов с ОВЗ в физкультурно-спортивную деятельность, снижение тревожности и стрессовых реакций, повышение мотивации к занятиям физической культурой, развитие коммуникативных навыков и расширение социальных связей, улучшение физического и психоэмоционального состояния, формирование толерантности и эмпатии у всех участников образовательного процесса. Такое сопровождение создает условия для реализации принципов равноправного участия, способствует развитию инклюзивной культуры в образовательной организации и становится важным инструментом в профилактике социальной изоляции студентов с особыми потребностями. Важно формировать толерантность, взаимопомощь и уважение в коллективе. Преподаватель способствует развитию коммуникационных навыков, социального взаимодействия и уверенности в своих возможностях [3].

Инклюзивное физическое воспитание выполняет важные социально-педагогические функции формирование толерантности и принятия среди студентов, развитие навыков взаимодействия в смешанных группах,

предотвращение социальной изоляции обучающихся с ОВЗ, укрепление корпоративной культуры вуза, повышение уровня профессиональной готовности будущих специалистов. Студенты, активно включенные в спорт, демонстрируют более высокие показатели адаптации к учебной нагрузке и стрессоустойчивости.

Проблемы внедрения инклюзивных подходов. Несмотря на высокую актуальность, сохраняются сложности: недостаток квалифицированных кадров в адаптивной физической культуре, дефицит оборудования и доступной среды, ограниченный объем учебных часов на физвоспитание, низкий уровень мотивации у некоторых студентов с ОВЗ, слабая информационная поддержка инклюзивных программ [4].

Решение данных проблем требует системного взаимодействия всех структур вуза и государственных программ поддержки инклюзивного спорта. Для повышения качества инклюзивного физического воспитания необходимы расширение используемых адаптивных методов и технологий, участие студентов с ОВЗ в вузовских соревнованиях, проведение обучающих семинаров для преподавателей, создание реабилитационно-оздоровительных программ, активное волонтарское сопровождение. Внедрение инноваций в обучение физической культуре позволит повысить доступность спорта для всех категорий студентов. Одним из ключевых условий успешной инклюзивной практики является адаптация учебного процесса под возможности каждого обучающегося [5]. Для этого используются модифицированные упражнения, поэтапное обучение двигательным навыкам, поддерживающие технические средства (мячи разного веса, тактильные маркеры, поручни и др.). Преподаватель осуществляет постоянную оценку состояния участников, корректируя нагрузку и обеспечивая безопасную среду. Ниже представлена примерная таблица, отражающая направления адаптации физического воспитания для студентов с разными ограничениями здоровья (Таблица 1).

Таблица 1. Адаптация упражнений в инклюзивных группах

Категория студентов	Особенности участия	Рекомендуемые адаптации	Формы контроля
Нарушения опорно-двигательного аппарата	Ограничение амплитуды движений, нарушение равновесия	Использование подложек, снижение интенсивности, индивидуальный темп	Оценка устойчивости, координации, объема движений
Нарушения слуха	Сложность восприятия устных инструкций	Визуальные сигналы, карточки, показ упражнений преподавателем	Наблюдение точности выполнения
Нарушения зрения	Ограниченное пространственное восприятие	Контрастные маркеры, тактильные дорожки, голосовые подсказки	Контроль ориентации в пространстве

Хронические заболевания (сердечно-сосудистые, дыхательные и др.)	Быстрое утомление, ограничения интенсивности	Дозирование нагрузки, дыхательная гимнастика, больше времени на отдых	Мониторинг пульса, дыхания, самочувствия
Психоневрологические особенности	Трудности концентрации, эмоциональные реакции	Чёткая структура занятия, поощрение, игровые методы	Поведенческая оценка, поддержка интереса

Инклюзивное физическое воспитание — важный компонент системы высшего образования, способствующий укреплению здоровья, успешной социальной интеграции и личностному развитию студентов с ОВЗ. Создание благоприятных организационных, методических и социальных условий обеспечивает формирование равных возможностей участия в физкультурно-спортивной деятельности и повышает качество жизни молодёжи.

Список используемой литературы

1. Бальсевич В.К. Теория и организация адаптивной физической культуры. — М.: ФиС, 2021.
2. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: учебник. — М.: Академия, 2019.
3. Попова Н.В. Инклюзивное физическое воспитание в вузе. — Казань: КФУ, 2020.
4. Ярская-Смирнова Е.Р. Инклюзивное образование: социологический анализ. — М.: Логос, 2018.
5. Киселёва Т.Н. Методика физического воспитания студентов с ОВЗ. — СПб.: РГУФК, 2022.

ОЭЖ 355.23:37.091.3-055.2

ҚЫЗ БАЛАЛАРҒА АРНАЛҒАН АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Шагламова Р., Бурибаева А.
№15 Д.И.Менделеев атындағы мектеп-лицейі

В статье рассматриваются особенности организации занятий по начальному военному обучению (НВО) для девушек. Автор раскрывает педагогические, физиологические и психологические аспекты обучения, отмечает значение военно-патриотического воспитания в формировании личности. Подчеркивается необходимость учета индивидуальных особенностей девушек при проведении военных и спортивных занятий, а также акцентируется внимание на развитии ответственности, дисциплины и готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях.

The article discusses the peculiarities of conducting initial military training (IMT) lessons for girls. It focuses on pedagogical, physiological, and psychological aspects of teaching and emphasizes the importance of military-patriotic education in personality formation. The study highlights the need to consider individual characteristics of girls during training and physical activities, aiming to develop responsibility, discipline, and readiness for emergency situations.

Қазіргі таңда қоғамның әлеуметтік және әскери саласында әйелдердің рөлі артып келеді. Сол себепті қыз балаларды мектеп қабырғасынан бастап әскери-патриоттық рухта тәрбиелеу, ел қорғауға дайындау, төтенше жағдайларда дұрыс әрекет етуге үйрету — алғашқы әскери дайындық (ӘӘД) пәнінің маңызды бағыттарының бірі болып табылады. Қыз балаларға арналған алғашқы әскери дайындық сабақтарының өзіндік ерекшеліктері бар. Ол физиологиялық, психологиялық және әлеуметтік факторларға байланысты анықталады.

Қыз балалардың алғашқы әскери дайындыққа қатысуының маңызы

Қыз балаларды әскери білім элементтерімен таныстыру — олардың жауапкершілігін арттырып, отансүйгіштік сезімін қалыптастырады. ӘӘД сабақтарында қыздар тек әскери іс-қимылдардың негіздерін ғана емес, сонымен қатар медициналық көмек көрсету, азаматтық қорғаныс, тәртіп пен төзімділік сияқты өмірлік маңызды дағдыларды меңгереді [1].

Оқыту мен тәрбиелеудегі ерекшеліктер

Қыз балалардың психологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, мұғалім сабақ барысында эмоциялық жайлылық пен сенімділік атмосферасын қалыптастыруы қажет. ӘӘД пәнін оқытуда келесі педагогикалық әдістер тиімді:

- түсіндіру және көрсету әдісі — қорғаныс құралдарын қолдану, саптық қозғалыстарды орындау кезінде;

- ойын және тренинг элементтері — тактикалық жаттығулар, әскери-спорттық жарыстар;

- жобалық әдіс — әскери тақырыптағы көрмелер мен эссе жазу;

- ынтымақтастық педагогикасы — ұжымдық рух пен бірлікті қалыптастыруға бағытталған.

3. Дене дайындығы және физиологиялық ерекшеліктер

Қыз балалардың физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, дене шынықтыру элементтері жеңілдетілген түрде енгізіледі. Мысалы, жүктеме көлемі, саптық дайындықтағы қозғалыс уақыты, марштық жүру ұзақтығы олардың жас және жыныс ерекшеліктеріне сай болуы тиіс. Сонымен қатар, қыз балаларды дене икемділігі, жылдамдық, дәлдік, реакция сияқты сапаларды дамытуға бағытталған жаттығулармен қамту тиімді [2].

Әскери-қолданбалы және медициналық бағыттағы сабақтар

Қыз балаларға арналған әскери-қолданбалы сабақтарда бірінші кезекте медициналық көмек көрсету, жарақаттанғандарға алғашқы көмек, төтенше жағдай кезіндегі іс-қимылдар сияқты бөлімдерге басымдық беріледі. Бұл дағдылар олардың азаматтық жауапкершілігін арттырып, өмірде кездесетін күрделі жағдайларда дұрыс шешім қабылдауға үйретеді.

Тәрбиелік мәні

Алғашқы әскери дайындық сабақтары қыз балалардың тұлғалық дамуына, отансүйгіштік пен азаматтық борыш сезімін қалыптастыруға бағытталған. Мұндай сабақтарда Қазақстан Қарулы Күштерінің тарихы, ұлттық батыр

әйелдер туралы мәліметтер (Әлия Молдағұлова, Мәншүк Мәметова) оқушылардың рухани-адамгершілік қасиеттерін арттырады[3].

Қыз балаларға арналған алғашқы әскери дайындық сабақтары – олардың өмірге бейімділігін, жауапкершілігін және патриоттық сезімін арттырудың маңызды құралы.

Оқыту барысында мұғалім қыз балалардың жеке ерекшеліктерін ескеріп, білім берудің тәрбиелік және практикалық маңызын ұштастыра білуі тиіс. Осылайша, алғашқы әскери дайындық пәні қыз балаларды да ел қорғанысына дайын, жан-жақты тұлға ретінде қалыптастыруға мүмкіндік береді.

Қыз балаларды алғашқы әскери дайындыққа тартудың әлеуметтік маңызы

Қазіргі қоғамда әйелдердің ел қауіпсіздігін қамтамасыз етудегі үлесі артып келеді. Төтенше жағдайлар, бейбіт миссиялар, медициналық және гуманитарлық қызметтер саласында қыз балалардың әскери білімі мен дағдысы маңызды рөл атқарады.

Мектептегі алғашқы әскери дайындық сабақтары қыз балаларды:

- азаматтық жауапкершілікке,
- өзін-өзі қорғау мәдениетіне,
- қауіпсіздік мәдениетіне,
- көшбасшылық қасиеттерге тәрбиелейді.

Бұндай сабақтар тек әскери машық емес, өмірлік дағдыларды дамыту мектебі ретінде қарастырылуы керек.

Гендерлік тұрғыдан оқытудың ерекшелігі

Алғашқы әскери дайындық пәнінде гендерлік аспектіні ескеру маңызды.

Қыз балалардың психологиялық және физикалық ерекшеліктерін ескермей, жалпы ер балаларға арналған бірдей әдіс қолдану нәтиже бермейді.

Психологиялық тұрғыдан қыз балалар:

- эмоционалды қабылдауы жоғары,
- ұжымдық қарым-қатынасқа бейім,
- тапсырманы орындауда дәлдік пен ұқыптылыққа мән береді.

Сондықтан мұғалім:

Қорқынышты, шабуыл элементтері бар тапсырмаларды жұмсартылған формада беруі,

- Көрнекілік пен рөлдік ойындарды көбірек пайдалану,
- Өзара қолдау және сенім атмосферасын қалыптастыруы қажет.

Сабақ құрылымындағы бейімделген бағыттар

Қыз балаларға арналған алғашқы әскери дайындық сабағы 4 негізгі бағыт бойынша бейімделіп ұйымдастырылуы мүмкін:

Ұлттық құндылықтармен ұштастыру

Қыз балаларды әскери-патриоттық бағытта тәрбиелеуде ұлттық кейіпкерлердің рөлі ерекше [4].

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы. – Астана, 2023.
2. «Алғашқы әскери және технологиялық дайындық» пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы. – Астана: Оқу әдістемелік орталығы, 2022.

3. Бектұрғанов С.Ә. Әскери-патриоттық тәрбие негіздері. – Алматы: Қазақ университеті, 2021.
4. Әлімжанов Қ.Т. Жалпы әскери дайындық және қауіпсіздік негіздері. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020.

ОӘЖ 759.41

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ҮЙЛЕСІМДІЛІГІН ДАМУЫДАҒЫ ОЙЫН ӘДІСТЕРІ

Шұбай М.Е., Абдисаттар Р.И., Лесбеков А.О.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается роль игровых методов в развитии двигательной координации у младших школьников. Описываются особенности возрастной психофизиологии детей, принципы подбора и проведения подвижных игр на уроках физической культуры. Подчеркивается, что игровые методы способствуют развитию ловкости, быстроты, ориентировки в пространстве и согласованности движений. Приводятся примеры эффективных игр и методические рекомендации для учителей начальных классов. Делается вывод о необходимости систематического использования игровых технологий как средства формирования гармоничного физического и личностного развития учащихся.

The article discusses the role of game methods in developing motor coordination among primary school students. It highlights age-specific psychophysiological features of children, principles of selecting and conducting active games in physical education lessons. Game-based approaches enhance agility, speed, spatial orientation, and movement coordination. Practical examples and methodological recommendations for primary school teachers are provided. The study concludes that systematic use of play technologies fosters balanced physical and personal development of children.

Бастауыш мектеп – баланың тұлғалық және дене дамуының ең маңызды кезеңі. Осы уақытта қимыл-қозғалыс мәдениетінің негізі қалыптасады, дене сапаларының дамуы басталады және қозғалыс дағдылары тұрақтанады. Қазіргі білім беру жүйесінде дене тәрбиесі тек физикалық дайындықты арттыру құралы ғана емес, сонымен қатар баланың зейінін, ерік-жігерін, әлеуметтік белсенділігін және эмоциялық тұрақтылығын дамыту тетігі болып саналады. Ойын – бастауыш сынып оқушыларының ең сүйікті және табиғи іс-әрекет түрі. Сондықтан да дене шынықтыру сабақтарында ойын әдістерін пайдалану олардың қозғалыс үйлесімділігін тиімді дамытуға мүмкіндік береді. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігі (координация) – бұлшық еттердің, жүйке жүйесінің және сезім мүшелерінің үйлесімді әрекет ету қабілеті. Бұл қасиет адамның қозғалысты дәл және тиімді орындауына мүмкіндік береді.

Бастауыш сынып жасындағы балаларда (7–10 жас) жүйке жүйесінің икемділігі жоғары, жаңа қозғалыстарды тез қабылдау қабілеті дамыған. Сондықтан дәл осы кезеңде үйлесімділікті дамытуға бағытталған жаттығулардың рөлі ерекше.

Қозғалыс үйлесімділігі келесі компоненттерден тұрады:

- кеңістікте бағдарлану қабілеті;
- уақыт пен жылдамдықты сезіну;
- қимыл дәлдігі;
- теңдік сақтау;
- қимылдарды үйлестіру мен реттеу.

Бұл қабілеттер тек спортта ғана емес, күнделікті өмірде де маңызды. Үйлесімді қозғалыстар баланың сенімділігін арттырып, өз денесін бақылауға үйретеді [1].

Ойын әдісі – бұл дене тәрбиесінде оқушылардың белсенділігін арттырып, оқу процесін қызықты әрі табиғи етуге бағытталған педагогикалық тәсіл. Психологтар (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев) ойынның тұлғалық дамудағы маңызын ерекше атап өткен. Ойын барысында бала өз тәжірибесін кеңейтеді, эмоциялық қанағат алады және қимыл дағдыларын еркін меңгереді. Ойын әдістерінің ерекшеліктері:

- **мотивацияның жоғары болуы** – бала өз еркімен, қызығушылықпен қатысады;
- **шығармашылық әрекет** – әр ойын элементінде бала ойлап табу, бейімделу қабілеттерін дамытады;
- **ұжымдық қарым-қатынас** – ойын барысында өзара көмек, серіктестік және жауапкершілік қалыптасады;
- **эмоциялық серпін** – ойын баланың көңіл-күйін көтеріп, белсенділікті арттырады.

Ойын әдісі арқылы мұғалім балалардың табиғи қажеттілігін қанағаттандырып, дене дамуы мен тәрбиесін бірлікте жүзеге асыра алады. Қозғалмалы ойындар – бастауыш сынып оқушыларының ең тиімді қимыл әрекет формасы. Олар қозғалыс үйлесімділігін жан-жақты дамытады. Мысалы:

- **«Кім жылдам?»** – жүгіру бағытын тез өзгертуге үйретеді;
- **«Түстерге қарай жүгір!»** – зейінді және бағдарлануды дамытады;
- **«Жалмауыздан қаш!»** – реакция жылдамдығын арттырады;
- **«Қарлығаш пен мысық»** – тепе-теңдік пен дәлдікті қалыптастырады.

Мұндай ойындарда оқушылардың жүйке-бұлшықет үйлесімділігі белсенді дамиды. Эстафеталар қозғалыс дағдыларын бекітіп, топтық ынтымақтастықты қалыптастырады. Мысалы:

- **«Допты жеткіз!»** – қол мен көз координациясын дамытады;
- **«Кедергілер арқылы өт!»** – кеңістікте бағдарлануды жақсартады;
- **«Секіргіштер жарысы»** – қимылдың ырғақтылығын және тепе-теңдігін нығайтады.

Эстафеталық ойындарда балалар жарыс рухын сезінеді, бірақ жеңу емес, дұрыс орындау мен топтық өзара көмек маңызды екенін түсінеді. Бұл ойындарда балалар белгілі бір кейіпке енеді, мысалы:

- **«Жануарлар әлемі»** (жолбарыс секілді секіру, қоян секілді секіру);
- **«Кеме капитандары»** (қозғалыс бағытын өзгерту, теңіз дауылынан қашу);

- «Кедергілер елі» (әртүрлі тосқауылдардан өту).

Мұндай ойындар тек қимыл үйлесімділігін емес, қиял мен ойлауды, эмоциялық өрісті де дамытады. Дене шынықтыру сабағының әр кезеңінде ойын әдісін қолдануға болады [1].

Кесте 1. Дене шынықтыру сабағының әр кезеңінде ойын әдісі.

№	Сабақ кезеңі	Мақсаты	Мысал ойындар
1.	Дайындық бөлімі	Ағзаны жылыту, назарды аудару	«Жел соғады», «Кім зейінді?»
2.	Негізгі бөлім	Қимыл үйлесімділігін дамыту	«Кедергілер арқылы өт», «Эстафета»
3.	Қорытынды бөлім	Жаттығудан кейінгі тыныштану	«Мүсіндер», «Жел мен ағаш»

Ойындарды сабақтың мазмұнына сай таңдаған дұрыс. Әр ойын оқушылардың жас ерекшелігіне және физикалық дайындығына сәйкес болуы тиіс. Бастауыш сынып оқушыларының психологиялық ерекшелігі – қозғалысқа табиғи ұмтылыс. Сондықтан ойындар олардың танымдық және эмоциялық дамуына сәйкес ұйымдастырылуы керек. Мұғалім келесі қағидаларды сақтауы тиіс:

- ойын ережесі қарапайым және түсінікті болуы;
- барлығы қатысатын тең жағдай жасалуы;
- ойын барысында қауіпсіздік пен тәртіп сақталуы;
- әр оқушының жетістігі бағалануы.

Мұғалімнің рөлі – бақылаушы емес, бағыттаушы және қолдаушы болу.

Ойын әдісін жүйелі қолдану келесі нәтижелерге әкеледі:

1. Қозғалыс дәлдігі мен ырғақтылығы артады.
2. Кеңістікте бағдарлану және реакция жылдамдығы жақсарады.
3. Тепе-теңдік және дене бақылауы күшейеді.
4. Зейін, есте сақтау, ерік-жігер дамиды.
5. Қарым-қатынас және ұжымдық сезім артады.

Ғылыми зерттеулер (Смирнов, 2021; Қасымов, 2023) ойын әдістерін қолданған сыныптарда қозғалыс үйлесімділігінің көрсеткіштері 30–40%-ға жоғары болғанын дәлелдейді [3].

Мұғалімдерге әдістемелік ұсыныстар:

1. Ойындарды мақсатқа сай жоспарлау. Әр сабақтың мақсатына сәйкес нақты қозғалыс сапасын дамытуға бағыттау.
2. Ойын күрделілігін кезеңмен арттыру. Алдымен қарапайым, кейін күрделі ережелер енгізу.
3. Құрал-жабдықтарды тиімді пайдалану. Доп, шеңбер, конус, арқан, белгі жалаушаларын қолдану.
4. Балалардың шығармашылығын ынталандыру. Кейде өздері ойын ойлап табуға мүмкіндік беру.
5. Қауіпсіздік техникасын сақтау. Әр ойын алдында нұсқаулық беру және бақылау жүргізу.

6. Рефлексия ұйымдастыру. Сабақ соңында оқушылардың әсерін, эмоциясын талқылау.

Қазіргі уақытта дене тәрбиесінде интерактивті және цифрлық технологиялармен үйлестірілген ойын әдістері қолданыла бастады. Мысалы:

- қозғалыс белсенділігін бақылайтын смарт-білезіктер;
- интерактивті фитнес-қолданбалар (Just Dance, MoveFun т.б.);
- виртуалды ойын алаңдары, онда оқушылар қозғалыс арқылы тапсырмаларды орындайды [4].

Бұл тәсілдер балалардың қызығушылығын арттырып, дене шынықтыру сабақтарын заманауи және тартымды етеді. Ойын әдістері – бастауыш сынып оқушыларының қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытудың ең тиімді педагогикалық құралдарының бірі. Олар баланың денесін шынықтырып қана қоймай, танымдық және әлеуметтік қабілеттерін де дамытады. Ойын барысында бала еркін әрекет етеді, өз денесін сезінуді, қозғалыстарды үйлестіруді, серіктестерімен бірлесе жұмыс істеуді үйренеді. Сондықтан дене шынықтыру мұғалімдері әр сабағына ойын элементтерін енгізіп, балалардың жас ерекшелігіне сай қимыл белсенділігін жүйелі түрде дамытуы қажет. Бұл баланың болашақ денсаулығы мен өмірлік белсенділігінің кепілі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбілдаев Н. «Бастауыш сыныптағы дене тәрбиесі», Алматы, 2021.
2. Қасымов А. «Қозғалыс үйлесімділігін дамыту әдістемесі», Шымкент, 2023.
3. Д.Б. Эльконин. Психология игры. Москва, 2005.
4. Смирнов С. Игровые технологии в физическом воспитании детей младшего школьного возраста, Москва, 2021.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ ТӘРБИЕ МІНДЕТТЕРІН ЖҮЗЕГЕ АСЫРУ

Шынтуреев Н.А., Пернетаев Д.М., Абдулла Н. А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада дене тәрбиесінің тәрбие жүйесіндегі маңызы мен оның негізгі міндеттерін жүзеге асыру жолдары қарастырылған. Дене тәрбиесі адамның денсаулығын нығайтуға, қимыл-қозғалыс қабілеттерін жетілдіруге, сонымен қатар моральдық, ерік-жігерлік және эстетикалық қасиеттерін қалыптастыруға бағытталған. Мақалада дене тәрбиесі арқылы адамгершілік, еңбек, ерік-жігер және салауатты өмір салтына тәрбиелеу мәселелері талданады.

This article examines the significance of physical education in the educational system and the main ways of implementing its educational objectives. Physical education aims to improve health, develop motor skills, and foster moral, volitional, and aesthetic qualities. The article analyzes how physical education contributes to moral, labor, willpower, and healthy lifestyle upbringing.

Қазіргі заманда жастардың жан-жақты дамыған, салауатты өмір салтын ұстанатын тұлға болып қалыптасуы қоғамның басты мақсаттарының бірі болып отыр. Осы мақсатқа жетудің негізгі құралдарының бірі – дене тәрбиесі. Дене тәрбиесі тек қана адамның дене бітімін жетілдіріп, күш-қуатын арттырумен шектелмейді; ол сонымен қатар тұлғаның моральдық, ерік-жігерлік, эстетикалық және еңбекке бейімділік қасиеттерін қалыптастыруға ықпал етеді. Сондықтан дене тәрбиесін жалпы білім беру жүйесінің маңызды бөлігі ретінде қарастыру қажет.

Дене тәрбиесінің мазмұны мен міндеттері оқушылар мен жастардың жас ерекшелігіне, дене дайындығына және әлеуметтік жағдайларына байланысты жүзеге асырылады. Тәрбие процесінде дене тәрбиесі арқылы адамгершілік қасиеттерді, ұжымдық қарым-қатынасты, жауапкершілікті және мақсатқа ұмтылушылықты қалыптастыруға ерекше көңіл бөлінеді [1].

Осы мақалада дене тәрбиесінің тәрбие жүйесіндегі орны мен оның негізгі міндеттерін жүзеге асыру жолдары қарастырылады.

1. Дене тәрбиесінің мәні мен мақсаттары. Дене тәрбиесі – бұл адамның денсаулығын нығайтуға, қозғалыс қабілеттерін дамытуға, еңбек және қорғаныс қабілетін арттыруға бағытталған педагогикалық процесс. Ол тұлғаның физикалық дамуын ғана емес, сонымен бірге оның рухани және әлеуметтік қалыптасуын қамтамасыз етеді.

Дене тәрбиесінің негізгі мақсаты – тұлғаның жан-жақты дамуына ықпал ету. Бұл мақсат бірнеше өзара байланысты бағыттар арқылы жүзеге асады [2].

1.1. Денсаулықты нығайту – организмнің жұмыс қабілетін арттыру, дұрыс тыныс алу мен қан айналым жүйесін жетілдіру.

1.2. Қозғалыс дағдыларын қалыптастыру – жүгіру, секіру, лақтыру, жүзу, шаңғы тебу сияқты негізгі қимыл түрлерін меңгеру.

1.3. Моральдық және ерік-жігер қасиеттерін тәрбиелеу – табандылық, батылдық, өзін-өзі жеңе білу, тәртіптілік сияқты қасиеттерді дамыту.

1.4. Эстетикалық және мәдени тәрбие – әсем қимыл мен үйлесімді дене сымбатын қалыптастыру арқылы сұлулыққа баулу.

1.5. Салауатты өмір салтын насихаттау – дұрыс тамақтану, жеке гигиенаны сақтау, зиянды әдеттерден аулақ болу дағдыларын орнықтыру.

1.6. Дене тәрбиесіндегі тәрбие міндеттері.

Дене тәрбиесі арқылы тәрбие беру міндеттері бірнеше бағыт бойынша жүзеге асырылады. Олардың ішінде ең маңыздылары төмендегідей:

2. Адамгершілік тәрбие міндеттері. Дене тәрбиесі барысында оқушылар ұжымдық іс-әрекетке қатыса отырып, бір-біріне көмек көрсетуге, достыққа, әділдікке, жауапкершілікке үйренеді. Командалық ойындар мен жарыстар барысында олар өзара сыйластық пен ынтымақтастықты меңгереді.

Мысалы, футбол немесе волейбол ойынында топ мүшелері бір-біріне сеніп, ортақ нәтижеге жету үшін күш біріктіреді. Мұндай жағдайлар тұлғаның адамгершілік сапаларын тәрбиелеуде үлкен рөл атқарады.

2.1. Еңбек және ерік-жігер тәрбиесі.

Дене тәрбиесінің негізгі ерекшелігі – ол ерік-жігерді дамытудың тиімді құралы болып табылады. Жаттығуларды орындау кезінде адам өзін-өзі жеңуге, қиындықтарды еңсеруге, табандылық танытуға үйренеді.

Мысалы, жүгіру немесе шаңғы спортымен айналысқанда адам физикалық қажуды сезінеді, бірақ мақсатқа жету үшін өз еркін басқара білуі керек. Бұл қасиет кейін өмірде де табысқа жетудің негізі болады.

2.2. Эстетикалық және мәдени тәрбие міндеттері.

Спорттық қозғалыстардың үйлесімділігі, дененің сымбаттылығы, салауатты өмір салтына ұмтылу – барлығы эстетикалық талғамды қалыптастырады. Гимнастика, би, жүзу сияқты спорт түрлері адамды әсемдік пен сұлулықты сезінуге баулиды.

2.3. Денсаулық және салауатты өмір салты тәрбиесі.

Дене тәрбиесі денсаулықты сақтау мәдениетін қалыптастырудың негізгі құралы болып саналады. Жүйелі түрде спортпен шұғылдану, дұрыс тамақтану, гигиеналық талаптарды сақтау – болашақта дені сау ұрпақтың қалыптасуына ықпал етеді [3].

Бұл бағытта мектеп пен отбасы арасындағы ынтымақтастық ерекше маңызды. Мұғалім оқушыларды спорттық іс-шараларға тартса, ата-аналар күнделікті өмірде белсенді өмір салтын қолдауы тиіс.

3. Дене тәрбиесінің ұйымдастыру формалары. Дене тәрбиесін тиімді жүзеге асыру үшін оның түрлі ұйымдастыру формалары қолданылады. Оларға төмендегілер жатады:

3.1. Сабақ түріндегі жаттығулар – мектеп пен жоғары оқу орындарында жүргізілетін міндетті дене шынықтыру сабақтары.

3.2. Сабақтан тыс спорттық іс-шаралар – жарыстар, спартакиадалар, спорттық ойындар.

3.3. Таңертеңгілік гимнастика және серуен – күнделікті дене белсенділігін арттырудың қарапайым әрі пайдалы түрі.

3.4. Жеке және үй жағдайындағы жаттығулар – адамның өз бетімен жаттығу жасау мәдениетін қалыптастырады.

Әрбір формада тәрбие міндеттері мақсатты түрде енгізілуі қажет. Мысалы, жарыс кезінде оқушыларды жеңісті бағалай білумен қатар, жеңілгенді сабырмен қабылдауға, әділдікке, қарсыласына құрметпен қарауға үйрету керек.

4. Мұғалім мен жаттықтырушының рөлі. Дене тәрбиесінің тиімділігі көп жағдайда мұғалім мен жаттықтырушының кәсіби шеберлігіне байланысты. Олар тек қана қимыл-қозғалысты үйретуші емес, сонымен қатар тәрбиеші рөлін де атқарады.

Мұғалім оқушылардың жеке ерекшеліктерін ескеріп, әрқайсысына жеке көзқарас таныта білуі қажет. Сонымен қатар, сабақта рухани құндылықтарды насихаттау, спорттық этиканы сақтау, оқушылардың бойында өзін-өзі тәрбиелеу дағдыларын қалыптастыру маңызды.

Жаттықтырушының негізгі міндеті – тек нәтижеге жету емес, сонымен бірге спортшының тұлғалық дамуын қамтамасыз ету. Тәртіп, әділдік, өз

еңбегіне құрметпен қарау сияқты қасиеттер спортшының адамгершілік бейнесін қалыптастырады.

5. Дене тәрбиесін жүзеге асырудағы заманауи бағыттар. Бүгінгі таңда дене тәрбиесі саласында инновациялық технологиялар мен жаңа әдістемелер кеңінен қолданылады. Солардың ішінде:

-Цифрлық технологиялар – қимыл-қозғалысты талдау, жүрек соғу жиілігін өлшеу, жаттығу нәтижесін бақылауға арналған мобильді қосымшалар.

Дене тәрбиесін инклюзивті бағытта дамыту – мүмкіндігі шектеулі балалардың да спорттық іс-шараларға қатысуын қамтамасыз ету.

Фитнес және wellness бағдарламалары – әр жастағы адамдар үшін қолайлы, денсаулықты нығайтатын жаттығулар кешені [4].

Ұлттық спорт түрлерін дамыту – қазақтың көкпар, тоғызқұмалақ, асық ату, аударыспақ сияқты дәстүрлі ойындарын оқу-тәрбие жүйесіне енгізу.

Бұл бағыттар ұлттық мәдени құндылықтар мен заманауи дене тәрбиесінің тиімді әдістерін үйлестіруге мүмкіндік береді.

Дене тәрбиесі – жеке тұлғаның үйлесімді дамуының негізгі құрамдас бөлігі. Ол адамның физикалық мүмкіндігін арттырып қана қоймай, рухани және адамгершілік қасиеттерін де қалыптастырады.

Тәрбие процесінде дене тәрбиесінің міндеттерін жүзеге асыру – қоғамның салауатты, белсенді және жауапкершілігі жоғары азаматтарын тәрбиелеудің басты жолы. Осы мақсатта мектептер мен жоғары оқу орындарында дене тәрбиесінің мазмұны үнемі жаңартылып, заманауи әдістермен толықтырылуы тиіс.

Дене тәрбиесі арқылы тәрбиелеу – бұл тек спорттық жетістікке жету емес, ең алдымен өмірге деген сүйіспеншілік пен белсенді көзқарас қалыптастыру. Сондықтан да дене тәрбиесін әрбір адамның өмір салтының ажырамас бөлігі ету – бүгінгі қоғамның стратегиялық міндеті болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Әбдікерімов, Е. «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі». – Алматы: Рауан, 2022.
2. Бегалиев, Қ. «Салауатты өмір салты негіздері». – Нұр-Сұлтан, 2021.
3. Қазақстан Республикасының «Дене шынықтыру және спорт туралы» заңы. – Астана, 2020.
4. UNESCO. Physical Education and Sport for Development. – Paris, 2019.

ОӘЖ 759.41

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫ ҚҰРЫЛЫМЫНДАҒЫ ЖАТТЫҒУ АЛДЫНДАҒЫ ЖӘНЕ КЕЙІНГІ КЕЗЕҢДЕРДІҢ МАҢЫЗЫ

Эргешбаев Д.А., Саипназаров Х.Ш., Шамильев О.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Бұл мақалада дене шынықтыру сабағының құрылымындағы дайындық (жылыту) және қалпына келу (суыту) кезеңдерінің рөлі мен маңызы қарастырылады. Автор бұл

кезеңдердің оқушылардың физиологиялық, психологиялық және функционалдық жағдайына әсерін талдайды. Зерттеу барысында жаттығу алдындағы кезеңнің ағзаны физикалық жүктемеге бейімдеудегі және жаттығудан кейінгі кезеңнің бұлшықет пен жүйке жүйесінің қалпына келуіндегі маңыздылығы дәлелденеді. Сондай-ақ, дене шынықтыру сабақтарының тиімділігін арттыру үшін заманауи әдістер мен педагогикалық тәсілдер ұсынылады.

This article examines the role and importance of the warm-up (pre-exercise) and cool-down (post-exercise) phases within the structure of a physical education class. The author analyzes their impact on students' physiological, psychological, and functional states. The study highlights the significance of the warm-up phase in preparing the body for physical load and the cool-down phase in restoring muscle and nervous system functions after exercise. Modern pedagogical and methodological approaches for improving the efficiency of physical education lessons are also discussed.

Қазіргі қоғамда адамның физикалық белсенділігі мен денсаулығы өмір сапасының маңызды көрсеткіші болып табылады. Дене шынықтыру сабақтары осы тұрғыдан алғанда тұлғаның үйлесімді дамуына, жұмыс қабілетінің артуына және өмірлік белсенділіктің қалыптасуына үлкен әсер етеді. Алайда, сабақтың тиімділігі тек негізгі жүктемеге ғана емес, оның құрылымдық кезеңдеріне де байланысты. Көп жағдайда жаттығу алдындағы және кейінгі кезеңдер екінші дәрежелі деп қарастырылатыны байқалады. Бірақ ғылыми зерттеулер мен тәжірибе бұл көзқарастың қате екенін дәлелдейді. Дәл осы екі кезең – ағзаның қауіпсіз және тиімді жұмыс істеуінің басты кепілі. Автор ретінде менің пікірімше, дене шынықтыру сабағын ұйымдастыруда дайындық пен қалпына келу кезеңдері негізгі бөлімнен кем түспейтін маңызға ие. Олар тек жарақаттан сақтап қана қоймай, сонымен қатар ағзаның бейімделу қабілетін арттырады және дене мәдениетін қалыптастыруда тәрбиелік рөл атқарады. Дене шынықтыру сабағының құрылымы және оның логикасы. Дене шынықтыру сабағы — педагогикалық тұрғыдан құрылымдалған, нақты мақсатқа бағытталған үдеріс. Әдетте сабақ үш негізгі кезеңнен тұрады:

1. Дайындық (жылыту) бөлімі.
2. Негізгі бөлім.
3. Қалпына келу (суыту) бөлімі.

Бұл құрылым кездейсоқ емес: әр кезең алдыңғысының жалғасы және келесісіне дайындық қызметін атқарады. Егер дайындық кезеңі ағзаны жаттығуға бейімдесе, қалпына келу кезеңі сол жүктемеден кейін ағзаны қалыпты жағдайға қайтарады. Яғни, бұл екі кезең бір-бірімен тығыз байланысты және сабақтың жалпы нәтижелілігі осы үйлесімділіктің сақталуына тәуелді [1].

Дайындық кезеңінің маңызы мен міндеттері. Дайындық кезеңінің негізгі мақсаты–ағзаны алдағы физикалық жүктемеге жүйелі түрде бейімдеу. Бұлшықеттердің, жүрек-қантамыр және тыныс алу жүйелерінің жұмысын белсендіру арқылы ағза «жұмыс режиміне» көшеді. Физиологиялық маңызы:

- Бұлшықет температурасы 1–2°C жоғарылайды, бұл серпінділікті арттырып, жарақат алу қаупін азайтады.

- Жүрек соғу жиілігі мен тыныс алу қарқыны біртіндеп артып, қан айналым жақсарады.
- Буын сұйықтығы белсендіріліп, қозғалыс амплитудасы кеңейеді.
- Нерв жүйесі бұлшықеттермен үйлесімді жұмыс істеуге дайындалады.

Психологиялық маңызы: жылыту жаттығулары оқушылардың назарын шоғырландырып, сабаққа мотивацияны арттырады. Қозғалыс ырғақтарының үйлесімі мен музыкалық сүйемелдеу (әсіресе бастауыш және орта буында) эмоциялық фонды көтеріп, сабақтың белсенді басталуына ықпал етеді.

Жаттығу алдындағы кезеңнің тиімділігі оның құрылымына және мазмұнына байланысты. Жалпы түрде жылыту үш бөлікке бөлінеді:

1. Жалпы дайындық бөлімі – баяу жүгіру, секіру, буындарды айналдыру, сермеу сияқты жаттығулар.
2. Арнайы дайындық бөлімі – негізгі сабақтағы спорт түріне немесе жаттығуға бағытталған элементтер (мысалы, футбол сабағында — доппен жұмыс, гимнастикада — тепе-теңдік жаттығулары).
3. Психологиялық дайындық – жаттығуға зейін қою, тыныс алу жаттығулары, командалық рух қалыптастыру.

Мұғалім үшін маңыздысы — осы кезеңнің ұзақтығы мен қарқынын оқушылардың жас ерекшелігіне және дене дайындығына сай реттеу. Орта есеппен жылыту 8–15 минутты қамтуы тиіс. Жылыту бөлімінен кейін ағза максималды жұмысқа дайын күйге келеді. Егер дайындық жеткіліксіз болса, негізгі жаттығу кезеңінде ағза күйзеліс жағдайына түседі: бұл жүрек-қан айналымының бұзылуына, бұлшықет тартылуына, тіпті жарақаттарға әкелуі мүмкін [2].

Осы тұрғыдан алғанда, дайындық бөлімі — бұл негізгі жүктемеге көпір іспетті. Ол сабақтың қарқынын біртіндеп арттыруға, тыныс пен қозғалысты үйлестіруге мүмкіндік береді. Жетекші педагогтар атап өткендей, тиімді жылыту сабақты өнімді және қауіпсіз етеді. Сабақтың соңғы бөлігі — суыту кезеңі, яғни ағзаны қалыпты тыныш күйге қайта оралу процесі. Бұл кезең кейде елеусіз қалдырылса да, оның маңызы өте зор. Жаттығудан кейін ағзада жүрек соғысы, қан қысымы, тыныс алу жиілігі жоғары деңгейде болады. Егер жаттығу бірден тоқтатылса, бұл қанның бұлшықеттен ми мен жүрекке қайта оралуына кедергі келтіріп, әлсіздік немесе бас айналу сезімін тудырады.

Қалпына келтіру кезеңінің міндеттері:

- Жүрек-қантамыр және тыныс алу жүйелерінің қызметін қалыпқа келтіру;
- Бұлшықет кернеуін азайту және сүт қышқылының жиналуын тежеп, ауырсынудың алдын алу;
- Оқушылардың психологиялық релаксациясын қамтамасыз ету;
- Сабақтың қорытындысын шығарып, өз-өзін бақылау дағдысын қалыптастыру.

Қалпына келтіру бөлімі әдетте 5–10 минутқа созылады және келесі элементтерден тұрады:

- баяу жүру немесе жеңіл жүгіру;
- тыныс алу және созылу жаттығулары;

- йога немесе статикалық қалыптар элементтері;
- қысқаша медитация, тыныш әуенмен аяқтау.

Бұл жаттығулар жүрек соғысын біртіндеп баяулатып, бұлшықетке оттегінің жеткізілуін қалпына келтіреді. Менің көзқарасым бойынша, суыту кезеңін тек физиологиялық емес, тәрбиелік құрал ретінде де қарастыру қажет. Себебі ол оқушыға өз денесін тыңдау, өз күйін бағалау және өз мүмкіндігін түсіну мәдениетін қалыптастырады [3].

Дене шынықтыру сабағының құрылымын жобалау кезінде мұғалім тек жаттығулардың жиынтығын ғана емес, олардың педагогикалық логикасын ескеруі тиіс. Жылыту мен суыту – бұл тек физиологиялық дайындық емес, сабақтың эмоционалды және тәрбиелік құрылымының маңызды компоненттері. Педагогикалық тұрғыдан, бұл кезеңдер оқушылардың:

- сабаққа қызығушылығын оятуға,
- ұжымдық өзара әрекеттестікті дамытуға,
- өзіндік тәртіп пен жауапкершілікті қалыптастыруға ықпал етеді.

Қазіргі әдістемеде VR-технологиялар, фитнес-трекерлер және цифрлық платформалар сияқты заманауи құралдарды пайдалану да кең таралып келеді. Олар дене көрсеткіштерін нақты бақылап, дайындық және қалпына келу кезеңдерін жеке бейімдеуге мүмкіндік береді. Жарақаттың басым бөлігі дәл осы жеткіліксіз дайындық немесе дұрыс аяқталмаған сабақтарда орын алады. Мысалы, суық бұлшықет кенеттен жүктеме алса, талшықтарда микроүзілістер пайда болуы мүмкін. Ал қалпына келусіз аяқталған сабақ бұлшықет ауруына, шаршауға және созылмалы шаршау синдромына әкеледі. Сондықтан мұғалімнің басты міндеті – әр сабақта жылыту мен суытуды міндетті құрамдас бөлік ретінде енгізу [4].

Жаттығу алдындағы және кейінгі кезеңдер – дене шынықтыру сабағының тиімділігін, қауіпсіздігін және тәрбиелік мәнін қамтамасыз ететін ажырамас элементтер. Дайындық кезеңі ағзаны физикалық белсенділікке дайындап, жарақаттан сақтаса, қалпына келу кезеңі ағзаны тұрақтандырып, денсаулықты нығайтады. Осы екі кезеңнің дұрыс ұйымдастырылуы оқушылардың дене дайындығын арттырып қана қоймай, салауатты өмір салтының мәдениетін қалыптастыруға да ықпал етеді. Меніңше, бұл бөлімдерге жеткілікті назар аудару – болашақтың дені сау, белсенді ұрпағын тәрбиелеудің басты алғышарты.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Әбілқасымов Т. Дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Рауан, 2021.
2. Дүйсенбекова Ж. Мектептегі дене шынықтыру сабақтарының тиімді құрылымы. – Нұр-Сұлтан, 2020.
3. Bompa, T., & Buzzichelli, C. Periodization Training for Sports. – Human Kinetics, 2019.
4. Бекенова С. Оқушылардың физиологиялық бейімделуі мен қозғалыс белсенділігі. – Шымкент, 2023.

ПСИХОЛОГИЯ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Юлдашбеков Ж.Э., Ташканбаев Х.М., Асанов О.Ш.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада адамның экстремалды жағдайлардағы мінез-құлқының психологиялық ерекшеліктері қарастырылады. Автор стресс, қорқыныш, үрей және күйзеліс жағдайларында психикалық процестердің өзгеруін, сондай-ақ ерік-жігер мен өзін-өзі бақылау қабілетінің маңыздылығын талдайды. Экстремалды жағдайларда тиімді әрекет етудің психологиялық дайындыққа, тәжірибеге және тұлғаның жеке қасиеттеріне тәуелділігі көрсетіледі.

The article explores the psychological aspects of human behavior in extreme situations. The author analyzes the changes in mental processes under stress, fear, and anxiety, emphasizing the importance of willpower and self-control. It highlights how psychological preparedness, experience, and personal qualities influence effective decision-making and survival in critical conditions.

Современная жизнь человека сопровождается множеством факторов риска, которые могут привести к возникновению экстремальных ситуаций. Это могут быть стихийные бедствия, техногенные аварии, вооружённые конфликты, террористические акты или внезапные угрозы личной безопасности. В подобных условиях поведение человека определяется не только его физическими возможностями, но и состоянием психики. Понимание психологических закономерностей поведения в экстремальных обстоятельствах имеет особое значение для специалистов различных сфер — военных, спасателей, медиков, педагогов и психологов.

Экстремальная ситуация характеризуется высокой степенью неопределённости, угрозой жизни, дефицитом времени и ресурсов. В этих условиях психика человека испытывает колоссальную нагрузку. Первой реакцией организма на опасность является стресс, который мобилизует внутренние резервы. На физиологическом уровне активизируются симпатическая и надпочечниковая системы, повышается частота сердечных сокращений, увеличивается приток крови к мышцам. Эта фаза — естественная защитная реакция, направленная на подготовку к действию: борьбе или бегству. Однако длительное пребывание в состоянии сильного стресса может привести к истощению нервной системы и утрате способности к рациональному поведению.

Одним из ключевых психологических факторов в экстремальной ситуации является страх. Он выполняет двойственную функцию: с одной стороны, побуждает человека к осторожности и самосохранению, с другой — может парализовать волю и привести к панике. Исследования показывают, что степень страха зависит от личностных особенностей, предыдущего опыта и уровня подготовки. Люди, обладающие устойчивыми навыками самоконтроля, способны воспринимать опасность более рационально и сохранять способность к адекватным решениям [1].

Поэтому формирование психологической устойчивости является важным элементом профессиональной и жизненной подготовки человека. Поведение человека в экстремальной ситуации определяется не только эмоциями, но и когнитивными процессами — восприятием, вниманием, мышлением. В условиях дефицита времени и повышенного эмоционального напряжения восприятие часто искажается: человек может переоценивать или, наоборот, недооценивать угрозу. Сужается поле внимания, и действия становятся автоматизированными. Именно поэтому большое значение имеет предварительное обучение и тренировки, позволяющие отработать алгоритмы поведения до уровня рефлекса. Чем выше степень подготовки, тем меньше вероятность паники и ошибок.

Особую роль играет волевая сфера личности. Воля позволяет преодолеть страх, усталость, боль и сохранять способность к действию в критических условиях. Люди с высоким уровнем самодисциплины и внутренней мотивации, как правило, проявляют большую устойчивость к стрессу и способны принимать решения, несмотря на опасность. В экстремальных профессиях, таких как военная служба, спасательные операции, пожаротушение, именно воля и сила характера становятся определяющими факторами выживания и эффективности.

Нельзя недооценивать и значение межличностных отношений в экстремальной среде. В условиях общей опасности особую роль играет коллективное взаимодействие. Поддержка со стороны группы снижает уровень тревоги и способствует сохранению психологического равновесия. Человек чувствует ответственность не только за себя, но и за других, что помогает преодолеть панику. С другой стороны, дезорганизация или конфликт в группе могут усугубить стрессовую ситуацию и привести к ошибочным действиям. Поэтому важно формировать сплочённость и доверие в коллективе, особенно среди специалистов, работающих в опасных условиях.

Психологическая подготовка к экстремальным ситуациям включает в себя развитие эмоциональной устойчивости, стрессоустойчивости и способности к быстрой адаптации. Одним из эффективных методов является моделирование критических ситуаций — тренировки, симуляции, психологические игры. Такие практики позволяют человеку познакомиться с собственными реакциями на стресс и выработать стратегии поведения. Важно, чтобы обучение проводилось системно и охватывало не только теоретические знания, но и практические навыки саморегуляции, дыхательных упражнений, концентрации внимания [2].

Отдельного внимания заслуживает постэкстремальный период. После пережитой угрозы многие люди испытывают психологические последствия — тревогу, бессонницу, депрессию или посттравматическое стрессовое расстройство. В этот период необходима психологическая поддержка и восстановление внутреннего баланса. Работа специалистов направлена на снижение уровня эмоционального напряжения, переосмысление пережитого опыта и возвращение человека к нормальной социальной активности.

Психологическая реабилитация является неотъемлемой частью системы защиты населения при чрезвычайных ситуациях.

Экстремальные условия — это ситуации, в которых человек сталкивается с угрозой для жизни, здоровья или привычного образа существования. Это могут быть стихийные бедствия, техногенные катастрофы, военные действия, несчастные случаи, пожары, аварии, а также тяжелые психологические потрясения. В такие моменты поведение человека определяется не только здравым смыслом, но и внутренними психическими механизмами, направленными на выживание и защиту.

Основная особенность поведения в экстремальной ситуации заключается в резком изменении психического состояния. Обычные формы реакции, свойственные человеку в спокойной обстановке, могут исчезнуть. Вместо привычной логики часто проявляется инстинктивное поведение — «борьба или бегство». Одни люди действуют решительно, принимают быстрые решения и помогают другим, тогда как другие могут растеряться, впасть в ступор или поддаться панике.

В первые секунды после опасного события у человека происходит сильная эмоциональная реакция — страх, шок, тревога, иногда агрессия. Это естественная реакция организма на угрозу. Однако важно, насколько быстро человек сможет взять себя под контроль. Психологическая устойчивость в этот момент играет решающую роль. Люди с высоким уровнем саморегуляции, внутренней дисциплиной и жизненным опытом способны быстрее мобилизоваться и действовать рационально.

Одним из главных факторов является самообладание. Умение сохранять спокойствие и контролировать свои эмоции позволяет человеку правильно оценить обстановку, выбрать верное направление действий и оказать помощь другим. Паника же, напротив, разрушает коллективные усилия и часто приводит к дополнительным жертвам. Поэтому в группах, попавших в экстремальные условия, большое значение имеет лидер — человек, который способен организовать, поддержать моральный дух и направить остальных [3].

Психологи выделяют несколько стадий поведения человека в экстремальной ситуации. Первая — стадия растерянности, когда мозг пытается осознать, что произошло. В этот момент часто наблюдается ступор, человек не может принять решение. Вторая стадия — мобилизация, когда включаются инстинкты самосохранения и человек начинает активно действовать. Третья стадия — адаптация, когда после преодоления первой угрозы психика начинает восстанавливаться и искать новые способы поведения в изменившихся условиях.

Важно понимать, что экстремальные ситуации влияют не только на поведение, но и на психическое состояние человека после происшествия. Многие испытывают посттравматический стресс, страх повторения, бессонницу, чувство вины или беспомощности. Поэтому психологическая помощь после катастроф и несчастных случаев так же важна, как и физическая.

Работа с психологом помогает человеку осознать свои эмоции, снять внутреннее напряжение и вернуться к нормальной жизни.

Существует также понятие психологической готовности к экстремальным ситуациям. Она формируется заранее — через обучение, тренировки и развитие стрессоустойчивости. Например, спасатели, военные, медики и пожарные проходят специальную подготовку, где учатся действовать в условиях риска и сохранять самообладание. Но и обычным людям полезно знать основные принципы поведения в опасных ситуациях: сохранять спокойствие, думать логически, помогать другим и не поддаваться панике [4].

Отдельное место занимает влияние коллектива. В группе люди чувствуют себя увереннее, особенно если есть чёткое руководство. Взаимопомощь и поддержка снижают уровень стресса и страха. Напротив, если в коллективе царит паника или разобщённость, шансы на успешное преодоление трудностей уменьшаются.

Итак, психология поведения человека в экстремальных условиях основывается на сочетании врождённых инстинктов и приобретённого опыта. От того, насколько человек умеет управлять своими эмоциями, быстро принимать решения и действовать согласованно с другими, зависит его жизнь и жизнь окружающих. Формирование психологической устойчивости, обучение элементам саморегуляции и развитие навыков взаимопомощи — важные условия подготовки современного человека к любым непредсказуемым ситуациям.

Таким образом, психология поведения человека в экстремальных условиях представляет собой сложный и многогранный процесс, включающий физиологические, эмоциональные и когнитивные компоненты. Успешное преодоление критических ситуаций зависит от уровня психологической подготовки, индивидуальных качеств личности и способности к саморегуляции. Современные исследования подтверждают, что развитие эмоционального интеллекта, стрессоустойчивости и навыков командного взаимодействия существенно повышает шансы человека на выживание и сохранение психического здоровья в экстремальных условиях. Формирование культуры психологической готовности — важная задача современного общества, направленная на обеспечение безопасности и устойчивого развития человека в мире, полном непредсказуемых вызовов.

Список литературы

1. Абдрахманов, К. Т. Психология экстремальных ситуаций. — Алматы: Қазақ университеті, 2022.
2. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Смысл, 2020.
3. Юнг, К. Г. Психологические типы. — М.: Академический проект, 2019.
4. Сапарбаев, Н. Психологическая устойчивость и саморегуляция личности в экстремальных условиях. — Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2023.

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ АРҚЫЛЫ СТРЕСС ПЕН ЭМОЦИОНАЛДЫҚ ШАРШАУДЫ АЗАЙТУ ЖОЛДАРЫ

Юлчи Нұрсұлтан Анаркүлұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Аннотация. В данной статье подробно рассматривается влияние физического воспитания на психоэмоциональное состояние человека. В настоящее время ускорение ритма жизни в обществе, усиление социального и информационного давления усиливают стресс и эмоциональную усталость. Цель исследования-определить эффективность физических упражнений в снижении стресса и эмоциональной усталости. В статье рассматриваются механизмы психофизиологического воздействия физической активности, эффективные формы упражнений и пути внедрения физического воспитания в повседневную жизнь и учебно-воспитательный процесс.

Annotation. This article examines in detail the influence of physical education on the psycho-emotional state of a person. Currently, the acceleration of the rhythm of life in society, the increase in social and Information pressure are increasing stress and emotional fatigue. The purpose of the study is to determine the effectiveness of physical education exercises in reducing stress and emotional fatigue. The article discusses the mechanisms of psychophysiological influence of physical activity, effective types of exercise and ways to introduce physical education into everyday life and the educational process.

Қазіргі заманда адамның өмір сүру қарқыны, ақпараттық ағынның көптігі мен әлеуметтік қысым факторлары адамның психикалық және физикалық денсаулығына үлкен әсер етеді. Стресс пен эмоционалдық шаршау – осы заманның өзекті мәселесіне айналған құбылыстардың бірі. Әсіресе жастар мен студенттер арасында эмоционалдық күйзеліс, мазасыздық пен уайым жиі кездеседі. Бұл жағдайлар адамның жалпы өмір сапасын төмендетіп қана қоймай, оқу жетістігіне, жұмыс өнімділігіне және қарым-қатынасына кері әсерін тигізеді.

Дене тәрбиесі осы тұрғыда маңызды рөл атқарады. Ол тек физикалық даму құралы емес, сонымен қатар психологиялық тепе-тендікті сақтаудың, стрессті төмендетудің табиғи және тиімді тәсілі болып табылады. Көптеген зерттеулер көрсеткендей, жүйелі түрде дене белсенділігімен айналысу адамның көңіл-күйін жақсартады, өзін-өзі бағалауын арттырады және эмоционалдық тұрақтылығын күшейтеді [1].

Стресс – ағзаның сыртқы немесе ішкі әсерлерге физиологиялық және психологиялық жауап реакциясы. Қысқа мерзімді стресс (эустресс) ағзаны белсенділікке итермелеп, қорғаныш механизмдерін іске қосады. Алайда ұзаққа созылған стресс (дистресс) денсаулыққа зиян келтіріп, жүйке жүйесінің қажуына, иммунитеттің төмендеуіне және созылмалы шаршауға әкеледі.

Эмоционалдық шаршау – бұл ұзақ мерзімді стресс пен психологиялық қысым нәтижесінде пайда болатын күй. Ол мынадай белгілермен сипатталады:

көңіл күйдің тұрақсыздығы, тітіркенгіштік, физикалық әлсіздік, ұйқының бұзылуы, жұмысқа қабілеттіліктің төмендеуі [2].

Физиологиялық тұрғыдан стресс кезінде ағзада адреналин мен кортизол гормондары бөлінеді. Бұл гормондар қысқа мерзімде сергектік тудырғанымен, ұзақ мерзімді әсерінде олар жүйке жүйесін әлсіретіп, ағзада шаршау мен мазасыздық сезімін туғызады.

Дәл осы кезеңде физикалық белсенділік организмдегі стресс гормондарын ыдыратып, эндорфин мен серотонин сияқты «қуаныш гормондарының» бөлінуін күшейтеді. Бұл – дене тәрбиесінің психикалық саулыққа тигізетін тікелей әсері.

Ғылыми деректерге сәйкес, аптасына 3–4 рет 30–40 минуттық аэробтық жүктемелер стресс деңгейін 25–40%-ға дейін төмендетеді. Бұл нәтижелер физикалық белсенділіктің үш негізгі әсерімен түсіндіріледі:

1. **Физиологиялық әсер:** қан айналымы мен тыныс алу жүйесі жақсарады, ағзадағы артық кортизол ыдырайды.

2. **Психологиялық әсер:** жаттығу кезінде эндорфин бөлініп, жағымды көңіл-күй пайда болады.

3. **Әлеуметтік әсер:** топтық спорт ойындары (волейбол, футбол, фитнес) әлеуметтік байланыстарды нығайтып, өзара қолдау сезімін тудырады.

Кесте 1 – Физикалық белсенділіктің стресс көрсеткіштеріне әсері

Көрсеткіш	Белсенді өмір салты бар адамдар	Белсенділігі төмен адамдар
Кортизол деңгейі	Төмен	Жоғары
Ұйқы сапасы	Тұрақты	Бұзылған
Эмоционалдық тұрақтылық	Жоғары	Тұрақсыз
Өнімділік деңгейі	Артқан	Төмен

Кестеден көріп отырғанымыздай, белсенді өмір салтын ұстанатын адамдардың эмоционалдық және физиологиялық жағдайы әлдеқайда тұрақты болады [3].

Дене тәрбиесі кешеніне стресс пен эмоционалдық шаршауды азайтуға бағытталған арнайы жаттығулар кіреді. Ең тиімді түрлері:

• *Йога және пилатес.* Бұл жаттығулар тыныс алу мен бұлшық еттерді босаңсыту арқылы эмоционалдық тепе-теңдік орнатады.

• *Аэробтық жаттығулар (жүгіру, жүзу, велосипед тебу).* Энергия алмасуды арттырып, мидың оттегімен қамтамасыз етілуін жақсартады.

• *Тыныс алу гимнастикасы.* Мысалы, “4-7-8” әдісі (4 секунд дем алу, 7 секунд ұстап тұру, 8 секунд дем шығару) стресс кезінде жүрек соғысын тұрақтандырады.

• Командалық ойындар. Әлеуметтік қарым-қатынас пен командалық рух эмоционалдық сергектікке ықпал етеді.



Сурет – 1. Физикалық белсенділік

Дене тәрбиесі тек спортшылар үшін емес, барлық жастағы адамдар үшін пайдалы. Әсіресе білім беру ұйымдарында және еңбек ұжымдарында оның маңызы зор [4].

Оқу орындарында:

• Студенттерге арналған «сергіту сәттері» мен тыныс алу жаттығулары күнделікті сабақ арасындағы үзілістерде өткізіледі.

• Қашықтан оқыту жағдайында да онлайн-фитнес бағдарламалары немесе шағын жаттығулар психологиялық күйзелісті азайтады.

Жұмыс ұжымдарында:

• Кеңсе қызметкерлері үшін “фитнес-пауза” жүйесі енгізілген. 5–10 минуттық белсенді үзілістер еңбек өнімділігін 15–20%-ға дейін арттыратыны дәлелденген.

• Ұжымдық спорттық шаралар (мини-футбол, йога сабақтары, жүгіру марафондары) қызметкерлердің психологиялық климатын жақсартады.

Бұл тәжірибелер дене тәрбиесінің стресс деңгейін төмендетіп, позитивті эмоционалдық орта қалыптастырудағы маңызын көрсетеді.

Дене тәрбиесі – адамның рухани және физикалық саулығын нығайтудың әмбебап құралы. Ол тек бұлшық етті дамытып қана қоймай, адамның эмоциялық тұрақтылығын сақтауға көмектеседі. Жүйелі түрде дене белсенділігімен айналысқан адам стресс пен эмоционалдық шаршауға төзімді болады, өмірге деген құлшынысы артады және өзін сенімді сезінеді [5].

Сондықтан қоғамда, білім беру мекемелерінде және жұмыс ұжымдарында дене тәрбиесі мен қозғалыс белсенділігін арттыруға бағытталған бағдарламаларды жүйелі түрде енгізу қажет. Бұл тек физикалық денсаулықты ғана емес, халықтың психологиялық саулығын да нығайтады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Саттарова Г.Қ. Дене тәрбиесі және салауатты өмір салтының негіздері. – Алматы: Қазақ университеті, 2020.
2. Селиванов В.А. Физическая культура и стрессоустойчивость человека. – Москва: Академия, 2019.
3. World Health Organization (WHO). Physical activity and mental health: Evidence and recommendations. – Geneva, 2021.
4. Назарбаев Н.Ә. Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру. – Астана, 2017.
5. Кенжебаева Л.М. Жасөспірімдердің эмоционалдық тұрақтылығын дамытуда дене тәрбиесінің рөлі. – Түркістан, 2023.

УДК 372.016.796

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ СКАЛИОЗЕ

Юнусова С.Г., Емельяненко Д.Д.
КГУ ОСШ №12 им.М.Горького, г.Шымкент, Казахстан

Мақалада омыртқа қисаюы (сколиоз) кезінде қолданылатын физикалық реабилитацияның қазіргі заманғы әдістері қарастырылады. Сколиоздың пайда болу себептері, түрлері мен клиникалық ерекшеліктері сипатталған.

The article examines modern methods of physical rehabilitation in the treatment of scoliosis. It describes the main causes, types, and clinical features of spinal curvature.

Сколиоз является одним из наиболее распространённых нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков. По данным Всемирной организации здравоохранения, около 10–15% населения имеет различные формы искривления позвоночника. Деформации позвоночного столба приводят не только к косметическим дефектам, но и к функциональным нарушениям дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной систем. Физическая реабилитация при сколиозе направлена на устранение или уменьшение деформаций позвоночника, восстановление мышечного баланса и улучшение общего состояния организма. Основное место в системе реабилитации занимает лечебная физическая культура (ЛФК), основанная на принципах дозированной нагрузки и индивидуального подхода [1,352].

Сколиоз — это трёхплоскостная деформация позвоночника, характеризующаяся боковым искривлением и ротацией позвонков вокруг продольной оси. В зависимости от происхождения различают: идиопатический сколиоз (неясного происхождения, около 80% случаев), врожденный сколиоз, связанный с аномалиями развития позвонков, нейромышечный сколиоз, вызванный заболеваниями нервной системы, дегенеративный сколиоз, развивающийся у взрослых вследствие остеохондроза и снижения тонуса

мышц. Основными факторами риска являются неправильная осанка, малоподвижный образ жизни, неравномерная нагрузка на позвоночник, асимметричное положение тела при сидении и ношении тяжестей (Рисунок 1).



Рисунок 1. Виды сколиоза

Цель физической реабилитации при сколиозе — восстановление правильной формы позвоночного столба и нормализация его функций.

Задачи:

- коррекция деформаций позвоночника и туловища;
- укрепление мышечного корсета спины, брюшного пресса и нижних конечностей;
- формирование правильной осанки и двигательных стереотипов;
- улучшение функции дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- повышение общей физической работоспособности.

Рассмотрим средства и методы физической реабилитации при сколиозе.

ЛФК является ведущим методом в коррекции сколиотических деформаций. Комплексы упражнений подбираются строго индивидуально с учётом степени и локализации искривления. Основные группы упражнений: Корректирующие — направлены на выравнивание позвоночника и симметризацию мышечного тонуса. Дыхательные — способствуют увеличению объёма лёгких и улучшению вентиляции. Общеукрепляющие — укрепляют мышцы спины, живота и конечностей. Расслабляющие — снижают гипертонус спастических мышц. ЛФК (лечебная физическая культура) является ведущим и наиболее эффективным методом в коррекции сколиотических деформаций позвоночника. Она направлена не только на устранение искривления, но и на укрепление мышечного корсета, развитие правильной осанки и формирование устойчивых двигательных стереотипов[2,296].

Систематическое применение ЛФК способствует нормализации тонуса паравертебральных мышц, восстановлению симметрии туловища, улучшению подвижности позвоночника и кровообращения в поражённых сегментах. В отличие от пассивных методов лечения, лечебная гимнастика активно вовлекает самого пациента в процесс коррекции, формируя у него осознанное отношение к собственному телу и навыки самоконтроля за осанкой. Особое значение имеет индивидуальный подбор упражнений, учитывающий степень

сколиоза, возраст, уровень физической подготовки и сопутствующие нарушения. В программу ЛФК включаются симметричные и асимметричные упражнения, дыхательная гимнастика, упражнения на растяжку и укрепление глубоких мышц спины и брюшного пресса. Регулярное выполнение комплекса под контролем специалиста способствует замедлению прогрессирования деформации, улучшению функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также повышению общего уровня физической работоспособности пациента.

Массаж при сколиозе направлен на нормализацию мышечного тонуса, улучшение кровообращения и лимфооттока. Он проводится дифференцированно: на вогнутой стороне — расслабляюще, на выпуклой — тонизирующе. Мануальная терапия используется для устранения функциональных блоков позвоночника и улучшения подвижности суставов.

Для ускорения восстановления применяются: электростимуляция ослабленных мышц, магнитотерапия, ультразвук, электрофорез с кальцием и фосфором. Физиопроцедуры повышают эффективность ЛФК, ускоряют регенерацию тканей и снижают болевой синдром[3,214].

Плавание — одно из лучших средств коррекции сколиоза. Вода снижает нагрузку на позвоночник и способствует равномерной работе мышц. Особенно эффективны стили брасс и кроль на спине, так как они формируют симметричные движения. Этапы физической реабилитации: Подготовительный этап — адаптация организма к физической нагрузке, обучение дыхательным упражнениям. Основной этап — активная коррекция осанки, укрепление мышечного корсета, освоение комплекса специальных упражнений. Заключительный этап — закрепление результатов, формирование устойчивых двигательных навыков и профилактика рецидивов. На всех этапах важно соблюдать принцип индивидуализации, контролировать правильность выполнения упражнений и избегать чрезмерных нагрузок. Оценка эффективности реабилитации проводится с помощью: визуального осмотра и измерения угла искривления по методу Кобба, тестирования силы и выносливости мышц спины, анализа осанки с использованием фотофиксации, анкетирования по субъективному самочувствию пациента. Эффективность программ ЛФК проявляется в уменьшении угла искривления, улучшении осанки, повышении тонуса мышц и общей физической активности.

Профилактические мероприятия включают: формирование правильной осанки с детства, использование эргономичной мебели, регулярные физические упражнения, контроль массы тела, чередование работы и отдыха при сидячем образе жизни. Особую роль играет физическое воспитание в школе, где необходимо обучать детей элементарным правилам сохранения осанки и двигательной активности.

Физическая реабилитация при сколиозе представляет собой комплексный процесс, направленный на восстановление функций опорно-двигательного аппарата, коррекцию осанки и профилактику прогрессирования деформации позвоночного столба. Ведущее место в системе реабилитации занимает

лечебная физическая культура (ЛФК), основанная на научно обоснованных принципах индивидуализации, систематичности и постепенного повышения нагрузок[4,49].

Проведённый анализ показал, что применение ЛФК способствует нормализации мышечного тонуса, укреплению глубоких стабилизаторов позвоночника, улучшению подвижности суставов и функционального состояния дыхательной системы. Особое внимание уделяется развитию мышечного корсета, формированию правильных двигательных навыков и закреплению привычки поддерживать физиологически правильное положение тела. Результаты многочисленных исследований подтверждают, что систематические занятия лечебной гимнастикой в сочетании с массажем, физиотерапевтическими процедурами и корректирующими положениями способствуют не только стабилизации состояния, но и частичной компенсации структурных изменений позвоночника. Таким образом, физическая реабилитация является не просто вспомогательным, а основным лечебно-профилактическим инструментом при сколиотической болезни. Особое значение имеет ранняя диагностика и своевременное начало реабилитационных мероприятий. Комплекс упражнений должен подбираться строго индивидуально, с учётом возраста, степени деформации и функциональных возможностей организма пациента. Только при тесном взаимодействии врача, инструктора ЛФК и самого пациента возможно достижение устойчивых положительных результатов[5,288].

В современных условиях всё большее значение приобретают инновационные подходы к реабилитации, включающие использование тренажёров, методики биологической обратной связи, водную гимнастику и пилатес. Эти направления способствуют повышению мотивации к занятиям и улучшению качества жизни пациентов. В целом можно сделать вывод, что физическая реабилитация при сколиозе является важнейшей составляющей комплексного лечения, направленного на восстановление здоровья, профилактику инвалидизации и социальную адаптацию пациентов. Эффективность реабилитации напрямую зависит от системности, профессиональной организации и активного участия самого пациента в процессе восстановления.

Список использованной литературы

1. Виленский, М. Я. Лечебная физическая культура. — М.: Академия, 2018. — 352
2. Киселёва, И. А. Методика физической реабилитации при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. — СПб.: Питер, 2020. — 296 с.
3. Попов, С. Н., и др. ЛФК и массаж при нарушениях осанки и сколиозе. — М.: Спорт, 2019. — 214 с.
4. Шахова, Е. В. Современные подходы к коррекции сколиотической деформации позвоночника средствами физической культуры // Вестник спортивной науки. — 2021. — №4. — С. 45–49.
5. Капилевич, Л. В., и др. Физиологические основы лечебной физической культуры. — Новосибирск: НГПУ, 2017. — 288 с.

УДК 7.017.4

**РОЛЬ ЦВЕТА И КОМПОЗИЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ВОСПРИЯТИЯ ДИЗАЙНА**

Абдикадиров Э.А., Писарина В.В., Аблай С.Б.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада түстің және композицияның дизайндағы эмоционалды қабылдауға әсері қарастырылады. Түстердің психологиялық мәні, олардың адамның көңіл-күйі мен қабылдауына ықпалы талданады. Сонымен қатар, композициялық шешімдердің визуалды тепе-теңдік пен гармонияны қалыптастырудағы рөлі сипатталады. Автор заманауи дизайнда түстік үйлесім мен композицияның эстетикалық және семантикалық маңызын атап өтеді, сондай-ақ олардың көрерменнің эмоциялық реакциясына әсер ету механизмдерін түсіндіреді.

The article examines the influence of color and composition on the emotional perception of design. The psychological meaning of colors and their impact on human mood and perception are analyzed. The role of compositional decisions in creating visual balance and harmony is described. The author emphasizes the aesthetic and semantic importance of color harmony and composition in modern design and explains their mechanisms of influencing the viewer's emotional response.

Цвет и композиция — это фундаментальные элементы дизайна, определяющие его выразительность, настроение и эмоциональное воздействие. Каждый дизайнер, независимо от направления деятельности, сталкивается с задачей создания гармоничного визуального образа, который вызывает определённые эмоции и формирует отношение зрителя к объекту.

Цвет воздействует на восприятие человека на подсознательном уровне, а композиция задаёт структуру, ритм и визуальное равновесие. Их синтез образует эмоциональную атмосферу, благодаря которой дизайн становится не только функциональным, но и эстетически значимым.

Цвет играет особую роль в формировании эмоционального отклика. С древности он использовался как средство символического выражения, обозначая чувства, состояния и социальные смыслы.

Психологи и дизайнеры выделяют определённые эмоциональные ассоциации цветов:

- Красный — энергия, сила, страсть, тревога.
- Жёлтый — радость, тепло, активность.
- Синий — спокойствие, доверие, стабильность.
- Зелёный — гармония, природа, баланс.
- Чёрный — элегантность, глубина, строгость.
- Белый — чистота, простота, открытость.

Эти ассоциации зависят от культурного контекста: например, в западной культуре белый символизирует чистоту, а в восточных традициях — траур.

Поэтому дизайнеру важно учитывать национальные и психологические особенности целевой аудитории.

Цвет способен не только формировать эмоциональное состояние, но и направлять внимание зрителя, создавать акценты и иерархию визуальных элементов.

Композиция определяет расположение элементов в дизайне, обеспечивая восприятие целостности и порядка. Грамотно выстроенная композиция направляет взгляд зрителя, создаёт ритм и баланс, делает изображение логичным и эстетичным.

Основные принципы композиции включают:

- Целостность — объединение всех элементов в единую визуальную систему.
- Контраст — противопоставление форм, цветов и масштабов для усиления выразительности.
- Равновесие — распределение визуального «веса» элементов по поверхности.
- Ритм — повторение форм и цветов, создающее движение и динамику.
- Пропорция — соразмерность элементов, создающая гармонию.

Композиция и цвет работают в единстве: структура определяет восприятие формы, а цвет добавляет эмоциональное измерение. Их взаимодействие создаёт визуальный язык, который «говорит» с человеком на интуитивном уровне [1].

Эмоции, возникающие при восприятии дизайна, формируются не только рационально, но и через ассоциации, память, личный опыт. Цвет и композиция становятся медиаторами между дизайнером и зрителем, превращая визуальные элементы в эмоциональные образы.

Например, теплые тона и симметричная композиция вызывают ощущение уюта и стабильности, тогда как холодные оттенки и динамичные диагональные линии создают напряжение и динамику.

В брендинге эти принципы активно используются для формирования определённого настроения: спокойные цвета и мягкие формы ассоциируются с надёжностью, а контрастные — с энергией и инновациями. Таким образом, дизайн можно рассматривать как язык эмоций, где цвет и композиция — его грамматика и синтаксис.

С развитием цифровых технологий изменились подходы к визуальной организации пространства. В веб-дизайне, интерфейсах и мультимедиа композиция и цвет приобрели новую функциональность — они не только эстетичны, но и интерактивны.

Современные дизайнеры используют теорию цвета для повышения удобства интерфейсов: правильный контраст улучшает читаемость, а сбалансированная цветовая палитра снижает визуальную усталость. Композиция, основанная на принципах сетки и визуальной иерархии, помогает пользователю интуитивно взаимодействовать с цифровыми объектами.

Эмоциональное воздействие дизайна усиливается за счёт анимации, света и цветовых переходов, создающих глубину и атмосферу взаимодействия.

Каждая эпоха формировала собственную эстетику цвета и композиции. В эпоху Ренессанса — это гармония и пропорции, в модернизме — функционализм и рациональность, в постмодернизме — игра символов и ирония [2].

Сегодня визуальная культура объединяет традиции и инновации: дизайнеры обращаются к этническим мотивам, экспериментируют с цветовыми кодами, создают эмоциональные и культурно насыщенные композиции. Цвет и композиция становятся средствами межкультурного диалога, выражающими не только визуальную, но и ценностную позицию автора. Цвет и композиция — это язык визуального мышления, определяющий эмоциональное воздействие дизайна на человека. Их гармоничное сочетание формирует настроение, поддерживает идею и усиливает смысловое содержание визуального образа.

Понимание психологических, культурных и эстетических особенностей цвета и композиции позволяет дизайнеру создавать не просто красивые, но и эмоционально насыщенные решения, способные воздействовать на чувства, сознание и поведение аудитории.

Современный дизайн, интегрирующий цвет и композицию, становится пространством взаимодействия эмоций, технологий и культуры, в котором визуальная гармония служит ключом к эффективной коммуникации.

Цвет и композиция играют одну из самых важных ролей в дизайне, так как именно они определяют, какие эмоции и впечатления вызывает тот или иной объект у человека. Любое изображение, интерьер, афиша или логотип сначала воспринимаются глазами, и только потом человек начинает осмысливать содержание. Поэтому правильный выбор цвета и построение композиции напрямую влияют на эмоциональное восприятие и настроение [3].

Цвет — это первое, на что обращает внимание человек. Он способен вызывать определённые чувства, ассоциации и даже физические реакции. Тёплые оттенки — красный, оранжевый, жёлтый — активизируют, создают ощущение энергии и тепла. Они подходят для динамичных и ярких пространств. Холодные цвета — синий, голубой, зелёный — наоборот, успокаивают, создают чувство уюта и гармонии. Белый цвет символизирует чистоту и простор, чёрный — строгость и силу, а серый помогает уравновесить композицию.

Каждый цвет может по-разному восприниматься в зависимости от его сочетания с другими. Гармоничные цветовые комбинации делают дизайн приятным и сбалансированным, а контрастные — более выразительным и запоминающимся. Например, сочетание синего и оранжевого создаёт эффект свежести и динамики, а пастельные тона помогают создать мягкую и спокойную атмосферу.

В интерьере цвет помогает формировать настроение помещения. Светлые тона визуально расширяют пространство, делают его лёгким и воздушным, а тёмные — наоборот, создают ощущение уюта и глубины. В жилых интерьерах

часто используются естественные оттенки — бежевый, песочный, оливковый, так как они положительно влияют на эмоциональное состояние человека.

Композиция в дизайне не менее важна, чем цвет. Она определяет, как элементы расположены на плоскости или в пространстве, где находится центр внимания и как взгляд человека движется по объекту. Грамотно выстроенная композиция помогает подчеркнуть главную идею, создать гармонию и визуальный баланс. Если в работе нарушены пропорции или элементы расположены хаотично, зритель ощущает беспорядок и напряжение.

Существует несколько принципов композиции, которые помогают сделать дизайн выразительным: равновесие, ритм, контраст, симметрия и динамика. Например, симметричная композиция создаёт чувство покоя и стабильности, а асимметричная — живость и движение. Контраст делает изображение более эмоциональным, а ритм помогает глазу плавно воспринимать информацию.

Цвет и композиция тесно связаны между собой. Даже при одинаковых формах изменение цветовой гаммы способно полностью изменить настроение произведения.

Например, яркие контрастные цвета могут сделать дизайн энергичным и активным, а мягкие пастельные — спокойным и романтичным.

В современном дизайне большое внимание уделяется именно эмоциональному воздействию. Сегодня важно не только создать красивый визуальный образ, но и вызвать у человека определённое чувство — радость, уверенность, спокойствие или вдохновение. Поэтому дизайнер должен понимать психологию цвета и уметь строить композицию так, чтобы она вызывала нужную реакцию.

В цифровом и интерьерном дизайне всё чаще применяются исследования восприятия цвета. Например, для сайтов или приложений подбирают оттенки, которые повышают концентрацию или создают ощущение доверия. В общественных интерьерах используют цвета, способствующие активности, а в спальнях — успокаивающие и мягкие. Таким образом, цвет становится инструментом управления эмоциями и поведением человека.

Итак, цвет и композиция — это язык, с помощью которого дизайн «разговаривает» с человеком. От того, как они использованы, зависит, какие эмоции вызовет объект и как долго он останется в памяти. Умение сочетать цвета и выстраивать композицию — это основа успешного и выразительного дизайна, который способен не просто украсить пространство, но и передать настроение, атмосферу и смысл.

Список литературы

1. Иттен Й. Искусство цвета. — Москва: Издательство Д. Аронов, 2020.
2. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2019.
3. Кандинский В. О духовном в искусстве. — Санкт-Петербург: Азбука, 2021.

ЭМОЦИОНАЛДЫ ДИЗАЙН: ПАЙДАЛАНУШЫНЫҢ СЕЗІМІНЕ ӘСЕР ЕТУДІҢ КӨРКЕМ ҚҰРАЛДАРЫ

Абдуманнабова А.Р.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается феномен эмоционального дизайна как средства воздействия на чувства и восприятие пользователя. Автор анализирует художественные инструменты, формирующие эмоциональный отклик — цвет, форма, фактура, свет, звук и композиция. Отмечается, что эмоциональный дизайн формирует не только визуальный, но и сенсорный, тактильный и психологический опыт взаимодействия между человеком и объектом. Особое внимание уделено культурному контексту и роли инновационных технологий в создании эмоционально насыщенной среды.

The article explores the phenomenon of emotional design as a means of influencing users' feelings and perception. The author examines artistic tools that create emotional impact — color, form, texture, light, sound, and composition. Emotional design is viewed as a synthesis of visual, sensory, and psychological experiences, establishing a deeper connection between humans and objects. The study also highlights the importance of cultural context and innovative technologies in creating emotionally rich and meaningful design solutions.

Қазіргі заманда дизайн тек утилитарлық мақсаттағы шешім ғана емес, адамның сезіміне, ойына және қабылдау жүйесіне әсер ететін қуатты коммуникациялық құрал ретінде қарастырылады. Технологиялық дамудың қарқыны мен ақпарат ағынының шексіздігі жағдайында пайдаланушының назарын ұстап тұру, эмоциясын ояту және сенімін қалыптастыру дизайнер үшін басты міндеттердің бірі болып отыр. Осындай жағдайда эмоционалды дизайн ұғымы ерекше өзектілікке ие болуда. Эмоционалды дизайн – бұл адамның сезімдік тәжірибесіне әсер ететін, эмоциялық реакция туғызатын және пайдаланушы мен өнім арасындағы рухани байланысты нығайтатын шығармашылық тәсіл.

Эмоционалды дизайнның негізгі мақсаты – адам мен өнім арасындағы өзара әрекетті эстетикалық және психологиялық деңгейде тереңдету. Бұл бағыт Дональд Норманның «Emotional Design» атты еңбегінде кеңінен зерттелген, онда ол үш деңгейлі жүйені ұсынады: висцералды (сезімдік), мінездік (қолданушылық) және рефлексиялық (танымдық) деңгейлер. Висцералды деңгей заттың алғашқы әсері мен визуалды бейнесіне қатысты болса, мінездік деңгей оның қолдануға ыңғайлылығына және практикалық тиімділігіне байланысты; ал рефлексиялық деңгей өнімнің мәні мен символдық маңызын қабылдауға негізделеді. Осы үш қабаттың үйлесуі пайдаланушыда терең эмоционалдық байланыс қалыптастырады [1].

Эмоционалды дизайн эстетика мен психологияның түйісінде орналасқан. Ол түстердің, формалардың, материалдардың және жарықтың үйлесімділігі арқылы эмоциялық әсер туғызуға бағытталған. Түс – сезімге тікелей әсер ететін ең қуатты құралдардың бірі. Мысалы, жылы түстер энергия мен белсенділікті тудырса, суық түстер тыныштық пен тепе-теңдік сезімін қалыптастырады. Ал

формалар мен құрылымдар адамның санасында белгілі бір ассоциациялар тудырады: жұмыр пішіндер қауіпсіздік пен жылы сезіммен байланыстырылса, өткір бұрыштар керісінше, қатандық пен белсенділік сезімін береді. Материал мен фактура да эмоциялық қабылдауда маңызды рөл атқарады — ағаштың табиғи жылулығы мен металдың салқындығы әртүрлі психологиялық әсер тудырады.

Пайдаланушы тәжірибесін қалыптастыруда визуалды эстетикамен қатар, тактильдік және акустикалық сезімдер де ерекше орын алады. Мысалы, өнімнің беткі құрылымының жұмсақтығы немесе қаттылығы пайдаланушының қолмен сезінуі арқылы эмоционалдық жауап тудырады. Ал дыбыстық әсерлер, мысалы, гаджеттердегі батырмалардың нәзік шертпесі немесе көліктегі есіктің жабылу дыбысы, сенімділік пен сапа әсерін береді. Бұл факторлар жиынтығы пайдаланушы мен өнім арасындағы сенсорлық қарым-қатынасты күшейтеді және сенім мен қанағат сезімін арттырады [2].

Эмоционалды дизайн тек жеке өнімдерде ғана емес, кеңістіктік шешімдер мен интерфейстерде де кеңінен қолданылады. Қалалық ортада немесе интерьер дизайнында түстердің, жарықтың және материалдардың үйлесімі адамның көңіл күйіне тікелей әсер етеді. Жарықтандырудың жұмсақтығы, табиғи материалдардың пайдаланылуы, формалардың симметриялығы немесе асимметриялығы — барлығы да кеңістікті эмоциялық тұрғыдан байытады. Цифрлық интерфейстерде де осы қағида сақталады: түстердің контрасты, пиктограммалардың формасы, анимацияның динамикасы пайдаланушының жүйке жүйесіне әсер етіп, белгілі бір эмоциялық реакция тудырады.

Қазіргі қоғамда эмоционалды дизайнның әлеуметтік және мәдени маңызы да арта түсті. Пайдаланушылар енді тек функционалдық өнімді емес, сонымен бірге эмоционалды тәжірибе сыйлайтын өнімді қалайды. Сондықтан заманауи брендтер өз өнімдерінің визуалды бейнесін, орамасын және қолдану тәжірибесін тұтас бір эмоционалдық сценарий ретінде құрады. Мысалы, Apple, Dyson немесе Tesla сияқты компаниялар өнім дизайнында сезім мен интеллекттің синтезін қолдана отырып, пайдаланушыда таңдану, қуаныш, шабыт сияқты эмоцияларды қалыптастырады. Бұл эмоционалдық байланыс брендтің танымалдылығын арттырып, пайдаланушылардың адалдығын күшейтеді.

Эмоционалды дизайнның тағы бір маңызды аспектісі — оның мәдени сәйкестікпен байланысы. Әр халықтың эстетикалық талғамы мен эмоциялық қабылдау ерекшелігі әртүрлі болғандықтан, дизайнер мәдени контекстті терең түсінуі қажет. Қазақ халқының дәстүрлі мәдениетінде табиғилық, тепе-теңдік және үйлесімділік ұғымдары эстетикалық категория ретінде жоғары бағаланады. Осы құндылықтарды заманауи дизайнда пайдалану ұлттық болмысты сақтауға және пайдаланушылармен рухани байланыс орнатуға мүмкіндік береді. Этноэлементтерді қазіргі материалдар мен технологиялар арқылы қайта бейнелеу эмоционалды дизайнның мәдени деңгейін арттырады [3].

Эмоционалды дизайнның тиімділігі пайдаланушының психологиялық процестерімен тікелей байланысты. Адам эмоция арқылы шешім қабылдайды, сондықтан дизайн тек рационалдық емес, эмоциялық қабылдауға да әсер етуі керек. Бұл жерде нейродизайн мен когнитивті психология ұғымдары маңызды рөл атқарады. Мысалы, визуалды элементтердің қайталануы сенімділік сезімін, ал күтпеген түстік немесе формалық шешім қызығушылық пен таңданысты тудырады. Дизайнер осы тетіктерді қолдана отырып, пайдаланушының көңіл күйін басқара алады.

Эмоционалды дизайнның дамуында цифрлық технологиялардың ықпалы да зор. Виртуалды және кеңейтілген шындық (VR/AR), жасанды интеллект, интерактивті жүйелер пайдаланушының сезіміне әсер етудің жаңа жолдарын ұсынады. Эмоциялық интеллектке негізделген интерфейстер пайдаланушының реакциясын талдап, дизайнды сол сәтте бейімдей алады. Мысалы, смарт-құрылғылар пайдаланушының көңіл күйін анықтап, жарықтың түсін немесе музыканың ырғағын өзгерту арқылы эмоционалдық жайлылық жасайды. Бұл – дизайнның функционалды ғана емес, сезімдік деңгейге де жауап бере бастағанының айқын дәлелі [4].

Қорытындылай келе, эмоционалды дизайн – бұл эстетика, психология және технологияның біртұтас синтезі. Ол адамның сезімін, ойлау жүйесін және мәдени жадын қозғау арқылы терең әсер қалдырады. Пайдаланушы үшін дизайн тек зат емес, ол өмірлік тәжірибе, жеке эмоция мен рухани байланыс көзіне айналады. Эмоционалды дизайнның күші – адамның жүрегіне әсер етуінде, ал осындай әсерлі өнім ғана шынайы сәтті дизайн болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Папанек, В. (2019). Дизайн для реального мира: Экология и социальные изменения. – Москва: АСТ.
2. Норман, Д. (2015). Психология взаимодействия человека и технологии. – Москва: Альпина Паблишер.
3. Амангелді, С. (2021). Дизайн психологиясы және эмоциялық қабылдау мәдениеті. – Алматы: Қазақ университеті баспасы.
4. Мырзахметова, А. (2022). Қазіргі дизайндағы эмоциялық әсер және мәдени код. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы.

ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ ПРАВИЛЬНОГО ВЫБИР ПРОФЕССИИ

Авазбаев Атажан Исмаилович
П.ф.н., и/о профессор, ТДПУ им Низами

В статье изложены некоторые идеи относительно проблем и путей их решения для эффективной организации работы по правильной ориентации на выбор профессии и профориентации учащихся.

Ключевые слова: Структура профессиональной подготовки, междунациональная образовательная программа, институциональная целостность, кадры среднего звена, уровни образования, цифровой контент, социально-психолого-педагогическая основа, индивидуальный профессиональный план, психолого-педагогическая грамотность.

The article presents some ideas regarding the problems and ways to solve them for the effective organization of work on the correct orientation towards choosing a profession and career guidance for students.

Keywords: Structure of professional training, international educational program, institutional integrity, midlevel personnel, education levels, digital content, sociopsychological and physiological basis, individual professional plan, psycho-logical and pedagogical literacy.

В рамках стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы выбор своеобразного пути экономического и социального развития в последующие годы поставил актуальной задачей пересмотр и организацию структуры и содержания подготовки кадров, в том числе направление молодежи на профессию, подготовку ее в соответствии с требованиями развития общества. Правительством республики проводится ряд мероприятий по обеспечению их исполнения [1].

В целях совершенствования профессионального образования, обеспечения модернизации и обновления содержания образовательного процесса реализуются комплексные меры по укреплению его правовой базы, овладению профессией молодежью. Сегодня в нашей республике особое внимание уделяется вопросам повышения качества образования на основе современных требований, в том числе обновления правового и учебно-методического обеспечения профориентации учащихся на основе международных требований, ориентации молодежи на выбор профессии, совершенствования системы

16 октября 2024 года был принят Указ Президента Республики Узбекистан № ПФ-158 “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки квалифицированных кадров в профессиональном образовании и внедрению международных образовательных программ.” Согласно ему:

В целях обеспечения институциональной целостности и повышения эффективности системы управления в сфере профессионального образования, внедрения международных образовательных программ и реформирования системы подготовки конкурентоспособных кадров среднего звена в соответствии с требованиями внутреннего и внешнего рынков труда:

Основными направлениями совершенствования системы профессионального образования являются оптимизация типов организаций профессионального образования и внедрение единой системы многопрофильных учебных заведений, осуществляющих подготовку кадров по всем уровням профессионального образования:

- обеспечение академической самостоятельности организаций профессионального образования и расширение их возможностей по подготовке кадров, соответствующих требованиям отраслей экономики [2];

- внедрение в учебный процесс организаций профессионального образования международных образовательных программ, обеспечение признания в зарубежных государствах документов об образовании, выдаваемых по итогам обучения;

- обеспечение организаций профессионального образования необходимой учебной литературой, методическими пособиями и цифровым контентом, оснащение их лабораторий и мастерских самым современным оборудованием;

- коренное обновление системы оценки навыков и компетенций выпускников организаций профессионального образования, создание благоприятных условий для активного участия в этом процессе представителей работодателей.

Подготовка квалифицированных кадров в профессиональном образовании связана, прежде всего, с поиском молодежью правильной профессии и ее устойчивым освоением. Работа, проводимая с учащимися по их профессиональной ориентации, создает возможности для подготовки зрелых специалистов в будущем. Вопрос "Кем мне стать?" является одной из главных проблем для каждого ученика. От решения этой проблемы зависит вся дальнейшая жизнь человека. Правильный выбор профессии способствует достижению наивысших показателей в трудовой и общественной деятельности, а удовлетворенность процессом труда и его результатами позволяет наиболее полно проявлять творчество, поддерживать хорошее эмоциональное настроение и более полно реализовывать все жизненные планы как отдельного человека, так и всего общества. Правильный выбор профессии - важный шаг в жизни человека, и успех молодого поколения на протяжении всей его жизни во многом зависит от того, насколько правильно выбрана профессия. Когда профессия выбрана правильно, они становятся своими [3].

Однако существует ряд проблем с правильной ориентацией молодежи на выбор профессии и реализацию профессиональных навыков:

I. Недостаточный уровень работы, проводимой с учащимися по профориентации молодежи и овладению ими профессией.

II. Не на должном уровне проводится работа с родителями учащихся по профессиональной ориентации молодежи и овладению ими профессией.

III. Не на должном уровне деятельность образовательных учреждений, учащихся и их родителей в сотрудничестве с областными и районными отделениями "Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся." В первом и втором направлениях также в основном наблюдаются следующие проблемы:

1. Недостаточное понимание роли и значения правильного выбора профессии [4].

2. Недостаточное знание социально-психологических основ профессиональной ориентации.

3. Недостаточное знание требований, предъявляемых профессией к человеку, и не учитывание их при выборе профессии.

4. Большинство родителей и учащихся не имеют информации о личном профессиональном плане и у них его нет вообще.

5. Недостаточное знание ошибок и трудностей в выборе профессии и не учитывание их при выборе профессии.

6. В работе с родителями существуют следующие основные проблемы:

- недостаточный уровень психолого-педагогической грамотности родителей по профориентации:

- недостаточный уровень знаний родителей по профессиональной грамотности (предоставление информации о профессиях);

- проведение индивидуальных консультаций с родителями по профориентации учащихся (детей);

- отсутствие у родителей соответствующих заключений и необходимых рекомендаций по диагностическому обследованию учащихся, их психологической подготовке к обучению и адаптации в школе;

- ненадлежащее проведение индивидуальных консультаций с родителями на мероприятиях по профориентации:

- недостаточное знакомство родителей с педагогическими, методическими, правовыми и другими факторами при выборе профессии и т.д.

В третьем направлении выделяются следующие проблемы:

- Недостаточная информация большинства учащихся и их родителей об областных и районных отделениях “Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”;

- Незнание большинством учащихся и их родителей целей и задач “Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся,” его областных и районных отделений;

- Не налажена совместная работа некоторых образовательных учреждений, учащихся и их родителей с “Республиканским центром профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”, их областными и районными отделениями;

- Сотрудничество некоторых образовательных учреждений с “Республиканским центром профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”, их областными и районными отделениями осуществляется формально и другие.

Мы изучили и проанализировали работы специалистов, проводивших исследования в этой области, попытались найти решения этих проблем на основе наблюдений и жизненного опыта и пришли к следующим решениям и выводам [5].

При работе с учащимися и их родителями по профессиональной ориентации и овладению профессией молодежью:

1. Помочь учащимся и их родителям полностью осознать роль и значение правильного выбора профессии.

2. Социальная профессиональная ориентация

3. Необходимо углубить знания учащихся и их родителей в этой области, чтобы они полностью знали все требования профессии к человеку и необходимость учитывать их при выборе профессии.

4. Необходимо сформировать у родителей и учащихся информацию, знания и навыки о личном профессиональном плане и необходимости наличия у них этого плана.

5. Необходимо сформировать у родителей и учащихся знания, умения и навыки о том, какие ошибки и трудности могут возникнуть при выборе профессии, и учитывать их при выборе профессии.

6. Для устранения основных проблем в работе с родителями:

- повышение психолого-педагогической грамотности родителей по вопросам профориентации учащихся;
- активное привлечение родителей к организации и проведению мероприятий (бесед, экскурсий, диспутов и др.) по профессиональной грамотности учащихся (предоставление информации о профессиях);
- проведение индивидуальных консультаций с родителями по профориентации учащихся (детей);
- диагностическое обследование учащихся, доведение до родителей соответствующих заключений и предоставление необходимых рекомендаций по их психологической готовности к обучению и адаптации в школе;
- активное привлечение родителей к мероприятиям по выбору профессии в школе (встречи с передовиками производства предприятия, молодыми, передовыми специалистами, окончившими школу, организация бесед, экскурсий и т.д.) и др.

Для доведения до требуемого уровня деятельности образовательных учреждений, учащихся и их родителей во взаимодействии с областными и районными отделениями “Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”:

- Всем учащимся и их родителям открыт Республиканский центр профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся
- Полностью разъяснить всем учащимся и их родителям цели и задачи “Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”, его областных и районных отделений;
- налаживание тесного сотрудничества всех образовательных учреждений, учащихся и их родителей с “Республиканским центром профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”, его областными и районными отделениями;
- Повышение содержания, качества и эффективности совместной работы всех образовательных учреждений с “Республиканским центром профориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся”, их областными и районными отделениями и др.

Список использованной литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 28 января 2022 года No УП-60 “О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы.”
2. Указ Президента Республики Узбекистан от 16 октября 2024 года No УП-158 “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки квалифицированных кадров в профессиональном образовании и внедрению международных образовательных программ”.
3. Авазбаев.А.И. и др. “Профессиональная ориентация”. Учебное пособие. Ташкент: ТГПУ, 2021. 221 с.

4. Авазбаев.А.И. Подготовка высококвалифицированных, конкуренто-способных кадров среднего звена, отвечающих требованиям времени. Белорусско-узбекский Научно-методический журнал, No 1, 2025, страницы 5-8.

5. Авазбаев А.И. и др. Направление учащихся на выбор профессии на основе взаимной интеграции предмета “Технология” с общеобразовательными предметами. Научно-практическая конференция на тему “Проблемы, решения, методы преподавания современной физики и астрономии” (2025 г.)

ОӘЖ 74.200.58

ҚАЛАЛЫҚ ОРТАНЫ ЖОБАЛАУДАҒЫ ВИЗУАЛДЫ КОММУНИКАЦИЯНЫҢ РӨЛІ

Анварбекова Ж.Ш.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье исследуется роль визуальной коммуникации в проектировании городской среды как ключевого элемента современного урбанистического дизайна. Автор рассматривает визуальную коммуникацию не только как средство передачи информации, но и как систему формирования эстетического и культурного облика города

The article explores the role of visual communication in urban design as a key element of contemporary urbanism. The author views visual communication not only as a means of information transmission but also as a system for shaping the city's aesthetic and cultural identity.

Қазіргі заманда қалалық орта тек адамдардың тұрмыс-тіршілігі өтетін физикалық кеңістік қана емес, сонымен қатар әлеуметтік, мәдени және ақпараттық жүйелердің өзара тоғысқан күрделі құрылымы болып табылады. Осындай көпқырлы кеңістікті жобалау барысында визуалды коммуникация маңызды рөл атқарады. Визуалды коммуникация – ақпаратты көру арқылы қабылдауға негізделген жүйе, оның көмегімен адам қоршаған ортада бағдарланады, ақпарат алады, кеңістікті сезінеді және әлеуметтік қатынастарға қатысады. Қалалық кеңістіктегі визуалды коммуникация элементтері адамның мінез-құлқына, эмоционалдық жай-күйіне және эстетикалық талғамына әсер етеді, сондықтан ол қазіргі урбанистикалық дизайнның негізгі бағыттарының бірі ретінде қарастырылады.

Қалалық ортадағы визуалды коммуникация жүйесі — бұл сәулет, графикалық дизайн, жарық, түс, пішін, шрифт, белгі және ақпараттық құрылымдардың тұтас үйлесімі. Мұндай жүйе адамдардың қала кеңістігін тиімді әрі қауіпсіз пайдалануына мүмкіндік береді. Мысалы, бағыттау белгілері, қоғамдық көлік карталары, ақпараттық тақталар, жарнамалық және әлеуметтік плакаттар — барлығы визуалды коммуникация құралдарына жатады. Олар тек ақпарат беріп қана қоймай, қаланың эстетикалық келбетін де қалыптастырады.

Қалалық визуалды коммуникацияның басты мақсаты — ақпараттың түсінікті, қолжетімді және үйлесімді берілуін қамтамасыз ету. Бұл тұрғыда дизайнердің рөлі ерекше. Визуалды коммуникацияның сапасы қала тұрғындарының күнделікті өміріне, қауіпсіздігіне және эмоционалдық

жайлылығына тікелей әсер етеді. Мысалы, анық әрі бірізді навигациялық белгілер адамға кеңістікте еркін бағыт табуға көмектеседі, ал хаостық немесе шамадан тыс визуалды жүктеме керісінше, шаршау мен когнитивтік стресс тудырады. Осы себепті қалалық ортадағы визуалды дизайн адамның психофизиологиялық қабылдау ерекшеліктерін ескеріп жасалуы тиіс [1].

Қалалық кеңістіктегі визуалды коммуникация тек функционалды міндетті ғана атқарып қоймайды, сонымен қатар мәдени және символикалық мағынаға да ие. Әрбір қала өзінің бірегей визуалды бейнесін қалыптастырады. Бұл бейне қала тұрғындарының мәдени кодына, тарихи мұрасына, табиғи ландшафтына және әлеуметтік құрылымына негізделеді. Мысалы, Алматы қаласындағы таулы пейзаж және ұлттық ою-өрнек мотивтері заманауи сәулет элементтерінде және графикалық айдентикада көрініс табады. Мұндай тәсіл қаланың мәдени бірегейлігін сақтауға және туристік тартымдылығын арттыруға мүмкіндік береді.

Визуалды коммуникацияның элементтері — шрифт, түс, пішін және композиция — қала кеңістігін танымал және эстетикалық жағынан тартымды ету құралы болып табылады. Мысалы, қоғамдық кеңістіктердегі шрифттік шешімдер мен түстік палитра тек ақпарат беріп қана қоймай, қала бренді мен айдентикасын қалыптастырады. Бұл үрдіс қаланы тұтас коммуникациялық жүйе ретінде қарастыруға мүмкіндік береді. Қалалық ортадағы визуалды ақпарат жүйесі адамның сезім мүшелеріне әсер ету арқылы оны кеңістікпен эмоционалды байланысқа енгізеді.

Қалалық дизайндағы визуалды коммуникацияның тағы бір маңызды аспектісі — инклюзивтілік. Барлық тұрғындарға, соның ішінде мүмкіндігі шектеулі адамдарға қолайлы орта жасау қазіргі урбанистикадағы басты принциптердің бірі. Визуалды коммуникация жүйесі барлық адамдарға түсінікті және қолжетімді болуы тиіс. Мысалы, белгілер мен пиктограммалардың қарапайым әрі әмбебап болуы, шрифттердің оқуға ыңғайлылығы, жарық пен контрасттың жеткілікті деңгейі инклюзивті дизайнның басты талаптары болып табылады [2].

Сонымен қатар, заманауи қалалық коммуникация цифрлық технологиялармен тығыз байланысты. Ақпараттық тақталар мен белгілердің орнына интерактивті дисплейлер, сандық экрандар, QR-кодтар және мобильді қосымшалар қолданылуда. Цифрлық визуалды коммуникация қала кеңістігін интеллектуалды жүйеге айналдырады. Бұл технологиялар азаматтардың ақпарат алу мүмкіндігін кеңейтеді, көлік қозғалысын, ауа сапасын немесе қоғамдық іс-шараларды бақылауға мүмкіндік береді. Мұндай шешімдер «ақылды қала» (Smart City) концепциясының ажырамас бөлігі болып табылады.

Қалалық визуалды коммуникацияның тиімділігі эстетикалық үйлесім мен әлеуметтік маңыздың теңгерімінде жатыр. Дизайнерлер ақпаратты визуалды түрде жеткізудің эмоционалды және мәдени аспектілерін ескеруге тиіс. Мысалы, экологиялық хабарламалар табиғат бейнелері мен жасыл түстер арқылы берілуі мүмкін, ал тарихи маңызы бар аудандарда дәстүрлі графикалық шешімдер мен көне стиль элементтерін қолдану қала келбетін мәдени тұрғыдан

байытады. Осылайша, визуалды коммуникация тек ақпарат тасымалдаушы емес, сонымен қатар мәдени диалог құралына айналады.

Қала кеңістігіндегі визуалды коммуникацияның табысты жүзеге асуы жүйелі жобалауға байланысты. Бұл процесте урбанистер, дизайнерлер, сәулетшілер, әлеуметтанушылар мен психологтар бірлесе жұмыс істеуі қажет. Себебі визуалды ақпарат тек көрініс емес, ол әлеуметтік тәжірибе мен кеңістіктік мінез-құлыққа тікелей әсер етеді. Түс, жарық және пішіннің үйлесімі адамның эмоциясын, көңіл күйін, тіпті шешім қабылдау жылдамдығын да өзгертеді. Сондықтан визуалды коммуникация жобасы ғылыми негізделген психологиялық және эргономикалық зерттеулерге сүйенуі тиіс.

Қазақстандық қалаларда визуалды коммуникация жүйесін жетілдіру мәселесі ерекше өзекті. Соңғы жылдары Астана, Алматы, Шымкент қалаларында қоғамдық көлік навигациясы, бағыттау белгілері мен қалалық брендинг жүйелері айтарлықтай дамыды. Алайда бірізділік пен ұлттық ерекшелікті сақтау тұрғысынан әлі де шешімін күтетін мәселелер бар. Қалалық визуалды коммуникацияда ұлттық мәдени кодтың элементтерін пайдалану қалаға бірегейлік береді және тұрғындарда эмоционалды байланыс сезімін қалыптастырады [3].

Қалалық ортаны жобалаудағы визуалды коммуникация – бұл тек ақпарат жеткізу тәсілі емес, адам мен кеңістіктің арасындағы мәдени, психологиялық және эстетикалық байланыс. Ол адамның қаладағы тәжірибесін қалыптастырып, оны әлеуметтік және мәдени тұрғыдан белсенді етеді. Заманауи дизайнердің міндеті – визуалды коммуникация арқылы қалалық ортаны адамға ыңғайлы, түсінікті әрі рухани жағынан тартымды ету.

Қорыта айтқанда, визуалды коммуникация қалалық ортаның сапасын анықтайтын маңызды факторлардың бірі. Ол адамдардың кеңістікті қабылдауына, ақпаратпен өзара әрекеттесуіне және қалалық мәдениеттің дамуына тікелей ықпал етеді. Эстетика мен функционалдың үйлесіміне негізделген визуалды коммуникация жүйесі қаланы тек физикалық құрылым емес, тірі мәдени организмге айналдырады. Заманауи қаланы жобалау процесінде визуалды коммуникация тек көмекші элемент емес, қалалық өмірдің мәдени кодын анықтайтын басты құралға айналып отыр.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Амангелді, С. (2021). Қалалық кеңістіктегі дизайн және коммуникация: заманауи үрдістер. – Алматы: Қазақ университеті баспасы.
2. Мырзахметова, А. (2022). Қоғамдық кеңістіктегі визуалды мәдениет және урбанистикалық дизайнның өзара байланысы. – Нұр-Сұлтан: Л.Н. Гумилев атындағы ЕҰУ баспасы.
3. Төлегенова, Ж. (2020). Дизайн-проектте визуалды коммуникация құралдары және олардың қабылдану ерекшеліктері. – Алматы: Тұран баспасы.
4. Хамитова, Г. (2021). Қалалық визуалды кеңістіктің эстетикасы және адам психологиясы. – Қарағанды: Болашақ университеті баспасы.
5. Рогожина, Е. (2018). Визуальные коммуникации в городской среде: дизайн, реклама, культура. – Москва: Издательство АСТ.

КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУ ПРОЦЕСІНДЕ РЕФЛЕКСИЯ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ БАҒАЛАУ ДАҒДЫЛАРЫН ДАМУ

Аунис А.Ғ., Тәліпбай М.М.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются особенности формирования рефлексии и навыков самооценки в процессе художественного образования. Автор подчеркивает, что рефлексия и самооценка являются неотъемлемыми элементами развития творческой личности, способствуют осознанию собственного опыта, анализу результатов деятельности и формированию эстетического мировоззрения учащихся. Показано, что использование проектных, цифровых и портфолио-технологий усиливает рефлексивные процессы и повышает качество художественного образования.

The article explores the development of reflection and self-assessment skills in the process of art education. It emphasizes that reflection and self-evaluation are essential components in shaping a creative personality, enabling learners to analyze their artistic experience, assess personal achievements, and build an aesthetic worldview. The study highlights the role of project-based learning, digital tools, and portfolio methods in enhancing reflective thinking and improving the quality of art education.

Қазіргі заманда көркемдік білім беру жүйесі тұлғаның шығармашылық әлеуетін ашуға, сыни және эстетикалық ойлауын дамытуға бағытталған көпқырлы педагогикалық кеңістік ретінде қарастырылады. Бұл жүйеде оқушылардың тек көркемдік қабілеттерін ғана емес, олардың өз оқу әрекетіне, жеке нәтижесіне және шығармашылық процеске деген қатынасын түсіну қабілетін қалыптастыру маңызды. Мұндай ішкі саналы үдеріс – рефлексия деп аталады. Ал рефлексиямен тығыз байланысты өзін-өзі бағалау дағдылары оқушылардың жеке жетістіктерін шынайы саралап, әрі қарай даму жолдарын анықтауға мүмкіндік береді. Осы екі психологиялық-педагогикалық ұғым көркемдік білім берудің сапасын арттыруда және жеке тұлғаны қалыптастыруда басты рөл атқарады.

Көркемдік білімнің табиғаты ерекше, себебі ол тек ақпарат берумен шектелмейді, ол — шығармашылық тәжірибені, эмоциялық қабылдауды және эстетикалық сезімді дамыту кеңістігі. Мұнда рефлексия адамның ішкі әлемін, эмоциясын, танымдық әрекетін және өзіндік тәжірибесін тануға мүмкіндік береді. Мысалы, сурет салу немесе композиция жасау процесінде оқушы өз сезімдерін, қабылдауын және шешімдерін талдай отырып, өзіндік көркем ойлау жүйесін қалыптастырады. Бұл оның тек техникалық шеберлігін ғана емес, рухани-эстетикалық дамуын да қамтамасыз етеді [1].

Рефлексияның педагогикалық мәні – оқушылардың өз әрекетін түсіне білуі, өз ісіне жауапкершілікпен қарауы және өз жетістігін бағалай алуы. Мұғалімнің міндеті оқушыны сыртқы бақылаудан ішкі өзіндік талдауға бағыттау. Көркемдік білім беру процесінде бұл рефлексия көркемдік талдау, пікір алмасу, өзіндік бағалау парақтары, шығармашылық күнделік жүргізу, көрме талдауы сияқты әдістер арқылы жүзеге асады. Мысалы, сурет сабағынан

кейін оқушылар өз жұмыстары мен сыныптастарының жұмыстарын талдап, композиция, түс шешімі, бейнелеу тәсілі тұрғысынан пікір білдіре алады. Бұл процесс эстетикалық ойлауды, сыни пайымдауды және өз еңбегіне сын көзбен қарауды дамытады [2].

Өзін-өзі бағалау дағдысы рефлексияның табиғи жалғасы ретінде көркемдік білім беруде ерекше мәнге ие. Өзін-өзі бағалау оқушының өз жетістігін объективті көруіне, күшті және әлсіз жақтарын анықтауына, әрі қарай даму стратегиясын құруына ықпал етеді. Бұл процесс мұғалім тарапынан қалыптастырушы бағалау әдістерімен, қолдау мен ынталандыру тәсілдерімен ұштасқанда тиімді нәтиже береді. Өзін-өзі бағалау дағдысы дамыған оқушы өз әрекетінің маңызын түсінеді, өз жұмысына сеніммен қарайды, сәтсіздікті талдау арқылы жаңа тәжірибе жинақтайды.

Көркемдік білім беру саласында рефлексия мен өзін-өзі бағалауды дамыту үшін оқытушының кәсіби мәдениеті мен психологиялық-педагогикалық дайындығы шешуші рөл атқарады. Мұғалім оқу процесінде оқушыларға еркін пікір білдіруге, өз ойын дәлелдеуге және эстетикалық талғамын көрсетуге мүмкіндік беруі тиіс. Мұндай ашық шығармашылық ортада оқушы өз сезімін, көзқарасын және ойлау ерекшелігін еркін білдіреді, ал бұл рефлексияның табиғи дамуына жол ашады [3].

Қазіргі уақытта цифрлық технологиялардың дамуы көркемдік білім беру процесіне жаңа мүмкіндіктер енгізіп отыр. Сандық платформалар мен онлайн портфолиоар арқылы оқушылар өз жұмыстарын жинақтап, уақыт өте келе өз дамуын бақылай алады. Бұл цифрлық рефлексия формасы болып табылады. Оқушылар өз жетістіктерін динамикалық тұрғыда көріп, шығармашылық эволюциясын түсінеді. Сонымен қатар, цифрлық ортада өзін-өзі бағалау peer-review (тең бағалау) әдісі арқылы жүзеге аса алады, мұнда оқушылар бір-бірінің жұмысын талдап, өзара сындарлы пікір алмасады. Бұл әдіс заманауи оқытудағы интерактивті және ынтымақтастық мәдениетті дамытады.

Эстетикалық білім берудің мақсаты тек сурет салуды үйрету емес, сонымен қатар оқушының әлемге деген сезімтал, жауапкершілікті және рефлексиялық қатынасын қалыптастыру. Мұндай білім беруде оқушының ішкі рефлексиясы — оның шығармашылық тұлға ретінде дамуының көрсеткіші. Мысалы, өнер сабағында берілген тапсырманы орындау кезінде оқушының өз сезімін бейнелеу тәсілі, таңдаған түстері мен формалары оның ішкі дүниесінің көрінісі болып табылады. Сабақ соңында ол өз жұмысына қайта оралып, оның эстетикалық және мазмұндық шешімдерін талдай отырып, өз дамуын саналы түсінеді [4].

Педагогикалық тәжірибеде рефлексияны қалыптастырудың тиімді тәсілдерінің бірі — портфолио әдісі. Бұл әдіс оқушының шығармашылық жолын жүйелі түрде бақылауға және оның жеке даму траекториясын айқындауға мүмкіндік береді. Портфолио арқылы оқушы өз еңбектерін жинақтап, салыстырмалы талдау жүргізеді, жетістіктерін анықтайды, бұл оның өзін-өзі бағалау дағдысын дамытады.

Рефлексия мен өзін-өзі бағалау дағдылары тұлғаның өмір бойы білім алу қабілетінің маңызды құрамдас бөлігі болып табылады. Көркемдік білім беру осы қабілетті ерте жастан қалыптастырып, тұлғаның шығармашылық, эмоционалдық және сыни ойлауын дамытуға жағдай жасайды. Бұл бағыттағы сабақтар оқушыларды тек өнер саласына ғана емес, кез келген өмірлік жағдайларда өзіндік шешім қабылдауға, өз сезімін тануға және өзін-өзі жетілдіруге баулиды [5].

Қорыта келгенде, көркемдік білім беру процесінде рефлексия мен өзін-өзі бағалау дағдыларын дамыту — оқушы тұлғасының рухани және шығармашылық әлеуетін ашудың басты шарты. Бұл дағдыларды қалыптастыру нәтижесінде оқушылар өз әрекетіне саналы қарайтын, өзін және өз ортасын түсінуге ұмтылатын, жауапты және эстетикалық мәдениеті жоғары тұлға ретінде қалыптасады. Заманауи білім беруде мұндай қасиеттердің дамуы — ұлттық мәдениеттің, көркемдік ойлаудың және шығармашылық тұлғаның жаңаша өркендеуінің кепілі.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Амангелді, С. (2020). Көркемдік білім берудегі тұлғалық даму және шығармашылық рефлексия. – Алматы: Қазақ университеті баспасы.
2. Мырзахметова, А. (2021). Өзін-өзі бағалау мәдениеті және шығармашылық тұлға қалыптастыру жолдары. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы.
3. Төлегенова, Ж. (2022). Көркемдік білім беру процесіндегі рефлексиялық әдістер. – Алматы: Тұран баспасы.
4. Сейдахметова, Д. (2021). Оқушылардың өзіндік талдау және бағалау қабілеттерін дамытудағы педагогикалық тәсілдер. – Қарағанды: Болашақ университеті баспасы.
5. Назарова, Р. (2022). Көркемдік білім беруде заманауи технологиялар және тұлғаның рефлексиялық дамуы. – Қызылорда: ҚМУ баспасы.

УДК: 75.041(575.1):911.52

ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ОСВОЕНИЕ СЕЛЬСКОГО ПЕЙЗАЖА В ИСКУССТВЕ УЗБЕКИСТАНА

Ашурова С.А.

Студентка 3 курса направления «Изобразительное искусство и инженерная графика»,
Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами

Бұл мақалада өнерде ауылдық пейзаждардың бейнеленуі, табиғат пен адам арасындағы үйлесім, сондай-ақ ауыл өмірінің эстетикалық мәні қарастырылады. Өзбек суретшілерінің шығармашылығы талданады, олар ауыл тұрмысының сұлулығы мен қарапайымдылығын түстер, композиция және эмоционалды өрнек арқылы жеткізеді.

This article analyzes the depiction of rural landscapes in art, focusing on the harmony between nature and human life. It discusses how the beauty and simplicity of village life are reflected in the works of artists and explores the role of color, composition, and emotional expression. Special attention is given to the works of Uzbek painters who portray the unique charm of the countryside.

Сельский пейзаж ценится как близкий сердцу источник тепла и умиротворения. Каждая деревня привлекает человека своей природной красотой, разнообразными полями, горами и садами. Сельская жизнь — это наибольшая естественная гармония между человеком и природой. По этой причине сельский пейзаж постоянно становится темой в литературе, музыке и изобразительном искусстве. Для художника сельский пейзаж — это не просто изображение природы, а философия жизни. Через него художник выражает труд человека, непрерывность жизни и чувство красоты.

В творчестве узбекских художников эта тема занимает значительное место. Особенно в годы независимости через сельские пейзажи отражаются национальные ценности, народный дух и красота природы в новом художественном прочтении. Например, такие художники, как Рахим Ахмедов, Рахмон Умаров, Акмал Нур, Баходир Джалолов, Муроджон Мирзаахмедов, Саид Ахмад Рахмонов, Ахмад Донеш, Чингиз Ахмаров, Зулфикор Мусоков, в своих работах отображают деревенскую жизнь яркими красками, просторными пространственными композициями и искренним настроением. В их произведениях деревня предстает как место труда, любви, природной гармонии и человечности.

Тема сельского пейзажа не ограничивается только изображением природы. Она выражает также духовное состояние человека, любовь к родине и преданность своим корням. Например, работы Баходира Джалолова «Женщина в поле» и Рахима Ахмедова «Утреннее дыхание пустыни» показывают не только пейзаж, но и философию жизни, целостность человека и природы.

Каждый художник изображает деревню через свое мировоззрение. Кто-то передает чистоту утреннего света, кто-то спокойствие вечера, а кто-то трудовые процессы. Всё это служит отражением образа жизни и культуры нашего народа через искусство.

В живописи жанр пейзажа имеет свои эстетические закономерности. Художники уделяют большое внимание цветовой гармонии, свету и тени при создании сельских пейзажей. Каждая деталь деревни — поле, канал, дерево, пастух, гора — выступает художественным образом. Поэтому сельский пейзаж считается одним из самых глубоких и жизненных жанров изобразительного искусства.

Кроме того, сельский пейзаж служит источником вдохновения для молодых художников. Они в своих работах совмещают традиционный дух с современными техниками, привнося новый художественный взгляд на деревенскую жизнь. Например, среди молодых авторов наблюдается тенденция изображать сельские пейзажи в цифровом искусстве (digital art), что свидетельствует о развитии национального пейзажного жанра в ногу с временем.

Духовное значение сельского пейзажа также очень велико. Он успокаивает человека, пробуждает чувства умиротворения и гармонии. Этот образ природы возвращает человека к его корням и теплым воспоминаниям

детства. Поэтому сельский пейзаж остается источником духовной пищи не только в искусстве, но и в жизни.

Сегодня на различных художественных выставках Узбекистана сельские пейзажи регулярно демонстрируются, что отражает безграничное уважение народа к природной красоте, трудолюбию и матери-природе.

Через произведения, посвященные сельскому пейзажу, мы глубоко ощущаем наши национальные ценности, культуру и дух народа. Эта тема никогда не потеряет актуальности в искусстве, поскольку она воспекает человечность, любовь и истинную красоту жизни.

Использованная литература

1. Qodirov O'. Qishloq hayoti va tasviriy san'atda manzara janri. – Toshkent: San'at, 2017.
2. Husanov B. Tabiat va inson uyg'unligi. – Toshkent: O'zbekiston, 2020.
3. Ahmedov R. Ranglar jozibasi. – Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot, 2015.

ОӘЖ 74.200.58

КИІМ ДИЗАЙНЫНДА ИННОВАЦИЯЛЫҚ МАТЕРИАЛДАР МЕН ТЕХНОЛОГИЯЛАР

Басанова Ю.К.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

Современная индустрия моды претерпевает значительные изменения под влиянием научно-технического прогресса и глобальных экологических вызовов. В статье рассматриваются инновационные материалы и технологии, используемые в дизайне одежды, их влияние на функциональность, эстетику и устойчивое развитие. Особое внимание уделяется биотехнологическим тканям, «умным» текстильным волокнам, 3D-печати, а также цифровому проектированию и экодизайну.

The modern fashion industry is undergoing significant transformations influenced by scientific and technological progress as well as global environmental challenges. This article explores innovative materials and technologies used in clothing design, their impact on functionality, aesthetics, and sustainable development. Special attention is given to biotechnological fabrics, smart textiles, 3D printing, digital design, and eco-design approaches

XXI ғасырда сән индустриясы мен киім дизайны бұрын-соңды болмаған өзгерістер кезеңіне аяқ басты. Ғылым мен технологияның жедел дамуы дизайнерлерге жаңа идеяларды жүзеге асыруға, ал тұтынушыларға сапалы, ыңғайлы және экологиялық қауіпсіз киім киюге мүмкіндік берді. Инновациялық материалдар мен технологиялар бүгінгі таңда киім дизайнының басты бағыттарының бірі болып саналады, себебі олар дәстүрлі тәсілдерді қайта қарап, сән индустриясының тұрақты дамуына жол ашады.

Инновациялық материалдар – бұл жаңа қасиеттерге ие, ғылыми зерттеулер мен тәжірибелердің нәтижесінде пайда болған маталар мен талшықтар. Олар тек эстетикалық тұрғыдан ғана емес, функционалдық жағынан да ерекше. Мысалы, «ақылды маталар» (smart textiles) температураны реттеу, ылғалды сіңіру, тіпті биометриялық деректерді тіркеу сияқты

функцияларды орындай алады. Мұндай материалдар спорттық киім, медициналық форма және әскери жабдықтар өндірісінде кеңінен қолданылады.

Қазіргі таңда ерекше назарда тұрған бағыттардың бірі — экологиялық таза немесе биобайланысты материалдар. Әлемдік брендтер дәстүрлі синтетикалық маталарды алмастыратын табиғи немесе қайта өңделетін материалдарды қолдануға көшіп жатыр. Мысалы, балдырлардан, апельсин қабығынан немесе ананас жапырақтарынан алынған талшықтар киім өндірісінде кеңінен пайдаланыла бастады. Бұл тәсіл экологиялық ізді азайтып, табиғатты қорғауға үлес қосады.

3D-баспа (3D printing) технологиясы да қазіргі киім дизайнында төңкеріс жасады. Ол дизайнерлерге күрделі құрылымды киім үлгілерін дәл және материал үнемді түрде жасауға мүмкіндік береді. 3D-баспа арқылы жасалған киімдер тек эстетикалық ерекшелігімен ғана емес, сонымен қатар индивидуалды өлшем мен пішінге сай келуімен де құнды. Бұл технология сән индустриясын жаппай өндіруден даралық пен функционалдылыққа бағыттайды [1].

Сондай-ақ цифрлық жобалау мен виртуалды модельдеу де қазіргі киім дизайнында маңызды орын алады. Арнайы компьютерлік бағдарламалар арқылы дизайнерлер киім пішінін, түстер үйлесімін және матаның мінез-құлқын экранда дәл бейнелей алады. Бұл тәсіл уақыт пен қаржыны үнемдей отырып, прототип жасау кезеңін айтарлықтай қысқартады. Виртуалды подиумдар мен цифрлық коллекциялар сән индустриясын жаңа деңгейге көтерді.

Технологиялық инновациялардың бірі — нанотехнология. Нанобөлшектер арқылы маталарға су өткізбейтін, бактерияға қарсы немесе өздігінен тазаланатын қасиеттер беріледі. Мысалы, нанокүміс қосылған талшықтар киімге иіс сіңірмеу және микробтарға қарсы әсер ету қабілетін береді. Мұндай материалдар денсаулық сақтау саласында және күнделікті тұрмыстық киім өндірісінде сұранысқа ие [2].

Биотехнологиялық инновациялар да ерекше рөл атқарады. Зерттеушілер микробиологиялық жолмен өсірілетін маталарды, мысалы, микробиологиялық тері немесе саңырауқұлақ мицелийінен жасалған экоматаларды әзірлеуде. Бұл бағыт болашақта мал шаруашылығына тәуелділікті азайтып, сән индустриясының экологиялық тұрақтылығын арттырады.

Эстетикалық тұрғыдан алғанда, инновациялық материалдар дизайнерлерге бұрын мүмкін болмаған көркем шешімдерді жүзеге асыруға жол ашады. Мысалы, жарық өткізетін немесе түсін өзгерте алатын маталар киімге ерекше динамика береді. Бұл киімді тек функционалды бұйым емес, интерактивті өнер нысаны ретінде қарастыруға мүмкіндік береді [3].

Сонымен қатар, киім дизайнында экологиялық және әлеуметтік жауапкершілік қағидаларының рөлі күшейіп келеді. Инновациялық технологияларды қолдану арқылы дизайнерлер тек жаңа өнім ғана емес, мәдени және этикалық құндылықтарды насихаттайтын концепциялар жасайды.

Тұрақты даму ұстанымдарына сүйенген киім дизайны болашақ ұрпақ үшін экологиялық және рухани тепе-теңдікті сақтауға бағытталған.

Қорыта келгенде, киім дизайнындағы инновациялық материалдар мен технологиялар — бұл сән индустриясының болашағын айқындайтын негізгі факторлар. Олар дәстүрлі түсініктерді кеңейтіп, киімге функционалдық, эстетикалық және экологиялық маңыз береді. Инновация — бұл жай ғана техникалық жаңалық емес, ол дизайнның мәнін жаңа деңгейге көтеретін мәдени және философиялық қозғалыс.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Кәрімова А. «Инновациялық материалдар және олардың сән индустриясындағы рөлі». Қазақ өнер университетінің хабаршысы, №3, 2021.
2. Төлеуова Г. «Киім дизайнында экологиялық бағыттардың дамуы». Дизайн және технология журналы, №2, 2022.
3. Есқалиева Л. «Цифрлық жобалау және киім өндірісіндегі жаңа тәсілдер». Қазақ ұлттық өнер академиясының еңбектері, 2023.

УДК: 502/504:37.017:372.8

ФОРМИРОВАНИЕ У УЧАЩИХСЯ НАВЫКОВ СОХРАНЕНИЯ ПРИРОДЫ ЧЕРЕЗ ПРОИЗВЕДЕНИЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Бахромова Д.А.

Студентка направления «Изобразительное искусство и инженерная графика», группа 23/1

Бұл мақалада оқушылардың экологиялық санасын бейнелеу өнері арқылы дамыту әдістері талданады

This article analyzes methods of developing students' ecological awareness through visual art.

В наше время экологические проблемы проявляются как одни из самых актуальных вопросов, стоящих перед человечеством. Глобальное потепление, загрязнение атмосферы, нехватка воды, загрязнение почвы пестицидами, сокращение лесов, увеличение количества отходов и многие другие экологические угрозы оказывают серьезное влияние не только на природу, но и на здоровье человека и образ жизни. Усыхание Аральского моря, дефицит воды в бассейнах Амударьи и Сырдарьи, эрозия почв — всё это вновь подтверждает, что формирование осознанного отношения к окружающей среде является одной из важнейших педагогических задач сегодняшнего дня.

Процесс формирования экологического сознания необходимо начинать с раннего возраста. В этом отношении возможности изобразительного искусства чрезвычайно широки. Через произведения искусства учащиеся глубже понимают красоту природы, чувствуют её гармонию, разнообразие и жизненность. Особенность искусства состоит в том, что оно воздействует на сознание учащегося не напрямую, а опосредованно — через чувства, воображение и духовное восприятие. Поэтому изобразительное искусство

считается одним из самых эффективных средств экологического воспитания. Одной из его главных воспитательных задач является пробуждение у учащихся любви, ответственности и заботы о природе.

Изобразительное искусство выполняет эстетическую, образовательную, воспитательную и критическую функции в процессе формирования экологического сознания. В процессе изображения природных пейзажей учащиеся наблюдают тонкие особенности природы, изучают её цвета, формы, игру света и тени. Этот процесс формирует эстетическое отношение к природе, помогает ребёнку не только «видеть» её, но и «чувствовать». Через художественные образы учащиеся глубже осознают важность сохранения природы.

Уроки изобразительного искусства в начальных классах создают очень благоприятные условия для повышения эффективности экологического воспитания. На уроках необходимо широко использовать рисунки на тему охраны природы, экологические плакаты, коллажи, посвященные защите окружающей среды, а также анализ художественных произведений известных художников, связанных с экологической тематикой. Через произведения изобразительного искусства учащиеся начинают понимать ценность природы, её тонкую гармонию и влияние человеческой деятельности на окружающую среду.

Демонстрация произведений художников экологической направленности усиливает воспитательный эффект. В истории узбекской живописи много художников, правдиво изображавших красоту природы. В частности, творчество народного художника Узбекистана и Каракалпакстана Урол Тансыкбаева имеет большое значение для экологического воспитания. В его работах «Родная земля», «Горная дорога», «Весна», «Осеннее утро» природа изображена яркими красками и искренними образами. Хотя в произведениях Тансыкбаева открыто не поднимаются экологические проблемы, красота природы, изображенная им, побуждает зрителя ценить её и относиться внимательно к каждому её элементу. Через знакомство с его творчеством учащиеся глубже ощущают эстетическое очарование природы.

В современном искусстве экологическое направление становится всё более активным. Среди зарубежных художников Эндрю Голдсуорси, Вик Муниз, Агнес Денес известны как ведущие представители экологического искусства. Эндрю Голдсуорси создает временные произведения искусства из природных материалов — листьев, камней, льда, веток. В его работах отражаются мимолетность природы и уважительное отношение человека к ней. Вик Муниз создает произведения из отходов, переработанных материалов и старых предметов, рассматривая экологические проблемы с художественной точки зрения. Агнес Денес поднимает в своих экологических инсталляциях темы рационального использования земельных ресурсов, восстановления природы и экологической устойчивости. Знакомство учащихся с такими произведениями формирует осознанный и ответственный подход к экологическим вопросам.

Для усиления экологического воспитания на уроках изобразительного искусства можно использовать различные интерактивные методы. Например, проведение пленэров на природе помогает учащимся непосредственно почувствовать природу, наблюдать за ней и осознавать происходящие изменения. Создание художественных работ из отходов, подготовка экологических плакатов, разработка мини-проектов на тему «Сохраним природу!» укрепляют понимание экологической культуры. Использование мультимедийных технологий — видеороликов на экологические темы, анимаций об экосистемах — повышает интерес учащихся.

Процесс экологического воспитания требует сотрудничества не только школы, но и семьи, махалли и общества. Ученик должен бережно относиться к природе не только на уроках, но и в повседневной жизни. Создание в семье экологически ответственной среды, обучение сортировке отходов, экономии воды и энергии является продолжением школьного воспитания.

Эффективность экологического воспитания через произведения искусства проявляется в его эмоциональной силе. Рисуя, ученик через цвета и формы ощущает тонкие стороны природы. Изобразительное искусство помогает воспринимать экологические проблемы не как сухую информацию, а как образ жизни и духовную потребность. Этот процесс создает прочную основу для устойчивого формирования экологического сознания.

Подводя итог, можно сказать, что изобразительное искусство является одним из наиболее действенных средств формирования у школьников навыков сохранения природы. Воспитательные, эстетические и образовательные возможности искусства способствуют развитию экологического сознания. Ощущая красоту природы, учащиеся стремятся по возможности её сохранять и глубже осознают сущность экологических проблем. В условиях современных экологических кризисов, побуждающих человечество пересмотреть отношения с природой, экологическое воспитание через искусство играет важную роль в формировании будущего поколения как сознательных, ответственных и любящих природу личностей.

Использованная литература

1. Yo'ldoshev J., Xoliyorov A. *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat*. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
2. Hasanov S. *Tasviriy san'at o'qitish metodikasi*. – Toshkent: Fan, 2019.
3. Baxronov Q. *Estetik tarbiya asoslari*. – Samarqand: Zarafshon, 2021.
4. UNESCO. *Education for Sustainable Development*. Paris, 2020.
5. Muniz V. *Waste Land: Art and Sustainability*. London: Tate Publishing, 2017.
6. Goldsworthy A. *Time*. New York: Abrams, 2000.
7. Denes A. *Ecological Art Practices*. New York, 2015.

БОЛАШАҚ МҰҒАЛІМДЕРДІҢ ЭСТЕТИКАЛЫҚ МӘДЕНИЕТІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДИЗАЙННЫҢ РӨЛІ

Бекмырза Б.Т., Мейрам Д.Б., Дадаржанова Д.Ш.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье раскрывается роль дизайна в формировании эстетической культуры будущих педагогов. Рассматриваются философские, культурологические и педагогические аспекты эстетического воспитания личности, а также значение художественно-дизайнерской деятельности как инструмента развития креативности, визуального мышления и профессиональной идентичности учителя. Автор анализирует взаимосвязь между эстетическим восприятием, образовательной средой и культурными ценностями, подчеркивая, что дизайн является не только сферой творчества, но и важным фактором формирования духовного и эстетического опыта педагога нового поколения.

The article reveals the role of design in shaping the aesthetic culture of future teachers. It explores the philosophical, cultural, and pedagogical aspects of aesthetic education, emphasizing the importance of artistic and design activities as tools for developing creativity, visual thinking, and professional identity. The author analyzes the interrelation between aesthetic perception, the educational environment, and cultural values, highlighting design as not merely a creative field but also a vital factor in forming the spiritual and aesthetic experience of next-generation educators.

Қазіргі қоғамда білім беру жүйесі тек ақпарат берумен шектелмей, жеке тұлғаның шығармашылық және мәдени әлеуетін қалыптастыруды басты мақсат ретінде қарастырады. Осы тұрғыдан алғанда, болашақ мұғалімдердің эстетикалық мәдениетін дамыту — олардың кәсіби, рухани және тұлғалық дамуының маңызды бөлігі. Эстетикалық мәдениет — адамның қоршаған ортаны сұлулық заңдылықтары арқылы қабылдау қабілетін, өнер мен өмірдегі үйлесімділікті түсінуін, өз іс-әрекетінде әсемдікті жүзеге асыруға ұмтылысын сипаттайтын күрделі ұғым. Бұл сапа педагогикалық қызметте ерекше мәнге ие, себебі мұғалім тек білім беруші ғана емес, мәдени құндылықтарды тасымалдаушы және оқушылардың рухани дамуын бағыттаушы тұлға болып табылады.

Дизайн осы мәдениет қалыптасуының ең тиімді құралдарының бірі ретінде қарастырылуда. Дизайн — бұл шығармашылық пен рационалдың, эстетика мен функционалдың тоғысуы. Ол тек материалдық әлемді түрлендірумен ғана емес, адамның ойлау жүйесін, дүниетанымын және эстетикалық сезімін дамытуға ықпал етеді. Сондықтан педагогикалық даярлық үдерісінде дизайнның рөлі тек техникалық немесе көркемдік тұрғыда емес, дүниетанымдық және тұлғалық деңгейде де маңызды болып саналады [1].

Болашақ мұғалімдердің эстетикалық мәдениетін қалыптастыруда дизайнның қолданылуы олардың көркемдік талғамын жетілдіріп, сұлулықты тану мен бағалауға үйретеді. Дизайн арқылы студенттер бейнелеу өнерінің заңдылықтарын, пропорция, ырғақ, тепе-теңдік, түс пен пішін үйлесімін меңгереді. Мұндай дайындық олардың педагогикалық шығармашылығын арттырып, эстетикалық тұрғыдан бай тұлға қалыптастыруға негіз болады.

Дизайн тек көркем пән ретінде ғана емес, мәдени коммуникацияның тілі ретінде де маңызды. Ол болашақ педагогты заманауи визуалды мәдениетпен байланыстырады, қазіргі қоғамның эстетикалық нормалары мен құндылықтарын ұғынуға мүмкіндік береді. Дизайндың басты ерекшелігі – оның өмірмен, технологиямен және қоғаммен тығыз байланысында. Бұл ерекшелік педагогикалық үдерістің заманауи талаптарына толық сәйкес келеді.

Эстетикалық мәдениеттің негізі – эстетикалық қабылдау мен сезім. Дизайн осы сезімдерді дамытудың тәжірибелік алаңы болып табылады. Студент белгілі бір нысанның немесе кеңістіктің визуалды бейнесін жобалау барысында композицияның заңдылықтарын, түстік шешімдерді, пропорциялық қатынастарды түсіне бастайды. Бұл процесте ол сұлулықты тек сыртқы белгілер арқылы емес, мәндік мазмұн арқылы да қабылдайды. Осылайша, дизайн адамның эстетикалық пайымдауын тереңдетеді, ал мұғалім үшін бұл оқушыларға сұлулықтың мәнін жеткізудің ең тиімді жолы болып саналады [2].

Болашақ мұғалімдердің эстетикалық мәдениетін дамытуда дизайнның интегративтік табиғаты ерекше орын алады. Ол бейнелеу өнері, архитектура, сән, технология және психология сияқты түрлі салаларды біріктіреді. Осындай көпқырлылық студенттің дүниетанымын кеңейтіп, әлемге тұтастай эстетикалық көзқарас қалыптастырады. Мұндай көзқарас педагогтың оқу-тәрбие процесінде шығармашылық тәсілді қолдануына мүмкіндік береді.

Дизайндың педагогикалық мәні тек эстетикалық тәрбиемен шектелмейді. Ол оқу материалының құрылымын эстетикалық ұйымдастыру, оқыту ортасын әсем әрі қолайлы ету, визуалды ақпаратты тиімді пайдалану сияқты практикалық дағдыларды да қамтиды. Мұғалім дизайндық ойлауды меңгеру арқылы оқу процесін көрнекі, тартымды және эмоционалды әсерлі ете алады. Мысалы, сабақ құрылымында визуалды материалды қолдану, түстердің психологиялық әсерін ескеру немесе сынып ішін эстетикалық безендіру оқушылардың эмоционалды қабылдауына тікелей ықпал етеді.

Эстетикалық мәдениеттің дамуы тек көркемдік дағдыларды қалыптастырумен ғана емес, рухани және этикалық құндылықтарды түсінумен де байланысты. Дизайн осы тұрғыдан тұлғаның ішкі мәдениетіне әсер етеді. Ол адамды үйлесімділікке, тәртіпке, жауапкершілікке және қоршаған ортаны құрметтеуге баулиды. Болашақ мұғалім осындай қасиеттерді бойына сіңіре отырып, эстетикалық тұрғыдан жетілген жеке тұлғаға айналады және өз кезегінде оқушылардың эстетикалық мәдениетін қалыптастыруға үлгі болады [3].

Қазіргі заманғы педагогикалық білім беру жүйесінде дизайн технологияларын қолдану болашақ мұғалімдердің кәсіби құзыреттілігін арттыруға бағытталған. Цифрлық дизайн, компьютерлік графика, веб-дизайн сияқты бағыттар студенттерді жаңа визуалды мәдениетпен таныстырады және оларды қазіргі қоғам талаптарына сай етіп дайындайды. Бұл үрдіс эстетикалық мәдениетті заманауи мазмұнда дамытудың маңызды қадамы болып саналады.

Эстетикалық мәдениет пен дизайн арасындағы байланыс адамның әлемге көзқарасын қалыптастырады. Дизайн арқылы адам тек әсемдікке ұмтылып қана

қоймай, сол сұлулықты өмірге енгізуді үйренеді. Мұғалім үшін бұл – оқушылардың эстетикалық санасын тәрбиелеудің басты шарты. Оқушылар мұғалімнің бойынан сұлулыққа деген сүйіспеншілікті, өнер мен өмірдің біртұтастығын көреді. Сондықтан педагогтың эстетикалық мәдениеті кәсіби шеберліктің негізгі көрсеткіші [4].

Эстетикалық мәдениетке тәрбиелеудің тиімді тәсілдерінің бірі – жобалық және көркемдік іс-әрекет. Болашақ мұғалім дизайндық жобалар арқылы шығармашылық ойлауын дамытады, эстетикалық шешімдер қабылдауға машықтанады, өз еңбегінің нәтижесін бағалауға үйренеді. Осындай практикалық тәжірибе эстетикалық талғамды қалыптастырып қана қоймай, оны кәсіби дағдыға айналдырады.

Дизайн болашақ педагогтың тұлғалық мәдениетінің айнасы ретінде оның кәсіби жауапкершілігі мен рухани әлемін қалыптастырады. Әсемдікке ұмтылу, гармония мен тепе-теңдікті сезіну, шығармашылық ізденіске бейім болу – мұғалімнің кәсіби этикасының ажырамас бөлігі [5]. Сондықтан эстетикалық мәдениеті жоғары мұғалім – бұл өз кәсібін өнермен үйлестіре алатын, сұлулық пен білімді біріктіре білетін тұлға.

Қорытындылай келе, дизайн болашақ мұғалімдердің эстетикалық мәдениетін қалыптастырудың қуатты тетігі болып табылады. Ол эстетикалық сезімдерді оятады, көркемдік талғамды жетілдіреді, рухани дүниені байытады және кәсіби шығармашылық әлеуетті арттырады. Дизайн арқылы қалыптасқан эстетикалық мәдениет – бұл тек сыртқы сұлулыққа ұмтылыс емес, ол тұлғаның ішкі үйлесімі мен өмірге деген мәдени көзқарасының көрінісі.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Әбдіғабарова, Қ. (2022). Дизайн және эстетикалық мәдениет: теория мен тәжірибе. Алматы: Қазақ университеті баспасы.
2. Бекенова, Р. (2021). Эстетикалық тәрбиенің педагогикалық негіздері. Нұр-Сұлтан: Фолиант.
3. Хакимова, Л. (2020). Эстетика и педагогика дизайна в современном образовании. Санкт-Петербург: СПбГУПТД.
4. Қалиева, А. (2023). Болашақ педагогтардың креативті әлеуетін дамытуда дизайндық ойлаудың рөлі. Педагогика және психология журналы, №2, 54–61.
5. Айдарбекова, Ж. (2020). Көркемдік мәдениет пен педагогикалық дизайнның өзара байланысы.

ОӘЖ 74.200.58

ДИЗАЙНДАҒЫ ЭСТЕТИКА МЕН ФУНКЦИОНАЛДЫҚТЫҢ ӨЗАРА БАЙЛАНЫСЫ

Бугибаева Ж.Ғ.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается взаимосвязь эстетики и функциональности в современном дизайне. Автор подчеркивает, что гармоничное сочетание формы и содержания является основой качественного проектирования, где эстетические решения обеспечивают эмоциональное восприятие, а функциональность определяет удобство и практическую ценность объекта. Особое внимание уделено роли культурного контекста,

эргономики и инновационных технологий, которые позволяют объединить красоту и пользу в едином дизайнерском решении.

The article explores the interrelation between aesthetics and functionality in modern design. The author emphasizes that the harmonious balance of form and purpose defines high-quality design, where aesthetic choices create emotional impact, and functionality ensures usability and efficiency. The study highlights the importance of cultural context, ergonomics, and innovative technologies that enable the integration of beauty and practicality within a unified design concept.

Қазіргі заманда дизайн адамның күнделікті өмірінің ажырамас бөлігіне айналды. Дизайн тек көркем бейнелеу немесе сән элементі ғана емес, ол – қоғамның мәдени деңгейін, технологиялық дамуын және өмір сүру философиясын бейнелейтін көпқырлы құбылыс. Дизайндың негізгі мақсаты – адамның қажеттіліктерін қанағаттандыру, тұрмыстық ортаны қолайлы әрі тартымды ету. Осы тұрғыдан қарағанда, эстетика мен функционалдың өзара байланысы – дизайндың өзегін құрайтын ең маңызды категориялардың бірі. Эстетика сұлулық пен эмоциялық әсерге бағытталса, функционалдық – заттың, кеңістіктің немесе объектінің қызметтік, практикалық тиімділігін сипаттайды. Осы екі ұғымның бірлігі мен тепе-теңдігі нағыз сапалы дизайнды айқындайды.

Эстетика мен функционалдық арасындағы тепе-теңдік ежелден бері өнер мен сәулет саласында ерекше назарда болған. Мысалы, көне дәуірдегі грек сәулетінде пішін мен пропорция үйлесімі арқылы сұлулық пен тұрақтылықтың идеалы қалыптасты. XX ғасырда бұл идеяны “формасы функцияға бағынады” деген принциппен модернизм дәуірі қайта жандандырды. Луис Салливан мен Вальтер Гропиус секілді сәулетшілер мен дизайнерлер форма мен мазмұндың біртұтастығын насихаттап, эстетикалық бейненің негізін функционалдықта көрді. Бұл ұстаным кейіннен Баухаус мектебінің философиясында өз жалғасын тауып, заманауи дизайндың теориялық және практикалық базасын қалады [1].

Дизайнда функционалдық – адамның физиологиялық және психологиялық қажеттіліктеріне жауап беретін маңызды өлшем. Заттың қолдануға ыңғайлылығы, эргономикалық сәйкестігі, қауіпсіздігі мен қолжетімділігі – бәрі функционалдың құрамдас бөліктері. Мысалы, тұрмыстық жиһаз немесе тұрмыстық техника адам денесінің пропорцияларына сай жасалмаса, ол өзінің қызметін толық орындай алмайды, ал бұл өз кезегінде пайдаланушының жайлылығына және эмоционалдық қабылдауына әсер етеді. Сол себепті функционалдық дизайн адамның өмір сапасын арттырумен тікелей байланысты.

Сонымен қатар, эстетикалық аспект дизайн объектісінің қабылдануын айқындайды. Эстетика тек әдемілікке ұмтылу емес, ол адамның түйсіну, қабылдау, эмоция және мәдени контекст арқылы қоршаған ортамен қарым-қатынас орнату тәсілі. Түстердің үйлесімі, пішіннің пропорциясы, жарық пен көлеңке ойыны, материалдың сапасы және құрылымдық айқындық – бұлардың барлығы эстетикалық қабылдаудың құрамдас элементтері болып табылады. Эстетикалық шешім объектінің визуалды тілін қалыптастырып қана қоймай, оның идеясын, мәнін және рухын жеткізеді [2].

Дизайнер үшін басты міндет – эстетикалық әсер мен функционалдық тиімділікті үйлестіру. Бұл процесс әрқашан күрделі және шығармашылық ізденісті талап етеді, себебі кейде сұлулық пен қолайлылық бір-біріне қарама-қайшы келуі мүмкін. Дегенмен, заманауи технологиялар мен инновациялық материалдардың дамуы бұл тепе-теңдікті сақтауға мүмкіндік береді. Мысалы, экологиялық таза материалдар мен цифрлық өндіріс әдістері (3D-баспа, параметрлік модельдеу және т.б.) функционалдықты арттыра отырып, эстетикалық сапаны жоғарылатады. Дизайнер осы мүмкіндіктерді тиімді пайдалану арқылы жаңа форма, жаңа мағына және жаңа эмоциялық әсер тудырады.

Эстетика мен функционалдықтың өзара байланысы сонымен қатар әлеуметтік және мәдени контексте қарастырылады. Әр қоғам өз уақытының құндылықтарына сәйкес сұлулық пен пайдалық ұғымдарын анықтайды. Мысалы, минимализм стиліндегі дизайн қазіргі урбанизация дәуірінде қарапайымдық, тазалық және кеңістік еркіндігі идеясымен үндеседі. Ал этнодизайн бағытында эстетика ұлттық мәдени код пен дәстүрлі ою-өрнек арқылы көрініс табады, ал функционалдық заманауи өмір салтына бейімделеді. Осылайша, дизайн тек утилитарлық қызмет атқарып қоймай, мәдени ақпарат тасымалдаушысына айналады [3].

Психологиялық тұрғыдан алғанда, эстетикалық қабылдау адамның эмоциялық жағдайына тікелей әсер етеді. Ғылыми зерттеулерге сәйкес, эстетикалық тартымды кеңістік пен заттар адамның көңіл күйін көтеріп, жұмыс қабілетін арттырады. Бұл тұрғыда функционалдық пен эстетика арасындағы байланыс тек көзге көрінетін қасиеттермен шектелмейді, ол адамның ішкі әлеміне әсер ететін күрделі психоэмоциялық процесс. Мысалы, кеңістіктегі жарықтандыру, түс гаммасы немесе текстураның сипаты адамда тыныштық, қуаныш немесе шабыт тудыруы мүмкін.

Заманауи дизайн философиясында “эмоциялық дизайн” түсінігі ерекше мәнге ие. Дональд Норманның еңбектерінде бұл ұғым заттың функционалды ғана емес, эмоционалды әсері арқылы да бағаланатынын көрсетеді. Эстетика – осы эмоционалдық байланыс орнатудың басты тетігі. Яғни, егер зат тек пайдалы болса, ол ұзақ өмір сүре алмайды; ал егер ол эстетикалық әрі мәнді болса, ол адам өмірінің мәдени кеңістігіне айналады. Бұл тұрғыда эстетика мен функция өзара толықтырып, адамның рухани және материалдық қажеттіліктерін қатар қанағаттандырады.

Қорытындылай келе, дизайндағы эстетика мен функционалдықтың үйлесімі – адам мен кеңістік арасындағы үйлесімді қатынастың негізі. Эстетика сезім мен мәдениетті бейнелесе, функционалдық – адамның өмір сүру тәжірибесін жеңілдетеді және жетілдіреді. Екеуінің өзара әрекеттесуі – заманауи дизайнның мәнін айқындайтын басты қағида. Осы үйлесімнің арқасында дизайн адамзаттың мәдени дамуындағы ең маңызды коммуникациялық және рухани құбылыс ретінде өз орнын тапты. Нағыз дизайн – бұл сұлулық пен пайдалылықтың біртұтастығы, ал осы бірлікті таба алған дизайнер ғана өз дәуірінің рухын бейнелей алады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1.Гропиус, В. (2020). Баухаус және заманауи дизайн философиясы. – Алматы: ҚазБСҚА баспасы.
- 2.Амангелді, С. (2021). Эстетика және дизайн мәдениеті. – Алматы: Қазақ университеті баспасы.
- 3.Лебедева, Е. (2018). Функциональность и форма в современном дизайне. – Москва: Академический проект.

УДК: 37.013.42

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Бухарбаев М.Ю.

Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами
Направление «Изобразительное искусство и инженерная графика»

Болашақ бейнелеу өнері мұғалімдерінің кәсіби даярлығы оқу үдерісінде жүзеге асырылады, оның негізін психологиялық-педагогикалық және көркем-шығармашылық дайындық құрайды. Нәтижесінде болашақ бейнелеу өнері мұғалімінің кәсіби құзыреттілігі қалыптасады. Ол көркем-педагогикалық бағыттылықты, көркем және педагогикалық құзыреттерді, сондай-ақ оқушылардың көркем және шығармашылық іс-әрекетін басқаруға қажетті кәсіби маңызды қасиеттерді қамтиды. Бұл студенттің тұлғалық дамуына ықпал етеді.

The professional training of future visual arts teachers is carried out within the educational process, which is based on psychological-pedagogical and artistic-creative preparation. As a result, the professional competence of the future visual arts teacher is formed. It includes artistic-pedagogical orientation, artistic and pedagogical competencies, and professionally significant qualities required to guide students' artistic and creative activities. This contributes to the development of the student's personality.

Формирование профессиональной компетентности будущего учителя изобразительного искусства — это сложный педагогический процесс, направленный на организацию и управление художественно-творческим развитием школьников, основанный на интеграции психологико-педагогических знаний с художественно-творческой деятельностью. Профессиональная компетентность такого специалиста включает совокупность общепрофессиональных качеств, которые проявляются в личности учителя-художника и позволяют решать различные задачи в области искусства и педагогики. В профессиональной деятельности он опирается не только на теоретические знания, но и на жизненный опыт, систему ценностей, творческий подход и профессионально значимые навыки.

В процессе специального обучения педагогическая подготовка будущих учителей обогащается устойчивыми профессиональными взглядами, любовью к детям, интересом к педагогической профессии и высокой потребностью к самосовершенствованию. Формирование профессионально-педагогической направленности в личности учителя изобразительного искусства

осуществляется через органичную связь учебного процесса, теоретических знаний и практико-творческой деятельности. Поэтому данная направленность имеет два аспекта: с одной стороны, она отражает систему потребностей и мотивации личности учителя, с другой — выступает в качестве совокупности функциональных механизмов, обеспечивающих ориентированность учебного процесса на ученика [1].

Подготовка специалиста в системе высшего художественно-педагогического образования является многогранным процессом и требует учета ряда дидактических принципов. Во-первых, процесс подготовки учителя изобразительного искусства должен быть тщательно спланирован, научно обоснован и соответствовать требованиям школьного образования; это предполагает наличие четкой методики, достоверной научной информации и опыта, проверенного в художественной практике. Во-вторых, будущий педагог, обучаясь по направлению «Изобразительное искусство и инженерная графика», должен глубоко овладеть педагогическим и художественным мастерством, а также уметь вести самостоятельную творческую деятельность в области декоративного и изобразительного искусства. В-третьих, в ходе профессиональной подготовки важно развивать способность будущего учителя творчески работать с учениками, формировать навыки эффективной организации учебных и внеурочных занятий [2].

Хотя профессионально значимые качества формируются по-разному в каждой профессии, их основная совокупность у будущего учителя изобразительного искусства складывается в процессе целенаправленной педагогической деятельности [3]. Центральной частью подготовки в данном направлении является художественно-творческое мастерство, которое развивает необходимые профессиональные компетенции в области изобразительного искусства. Художественно-творческое мастерство — это знание языка искусства в совершенстве, свободное владение техническими средствами, умение ясно и художественно выражать творческие идеи. Знание различных техник и их особенностей предоставляет будущему учителю широкие возможности для реализации своих творческих замыслов. Такое мастерство также необходимо в педагогической деятельности, так как оно играет важную роль в управлении художественным творчеством учеников и качественной организации их художественной деятельности [4].

Профессиональная подготовка в области художественного образования тесно связана с практико-творческой деятельностью, формируемой в процессе освоения дисциплин, таких как черчение, рисунок, композиция. Одной из основных задач развития профессионального мастерства будущих учителей является активизация их художественной деятельности. В педагогической литературе выделяются три уровня учебной деятельности: репродуктивный, интерпретационный и творческий.

Эти уровни характеризуют самостоятельность студента, его стремление, волевые качества и формирование разносторонних когнитивных интересов. Усиление мотивационного фактора стимулирует студента к активному участию

в художественном процессе. Развитие художественных навыков учащихся и стимулирование творческого процесса способствует повышению общей активности учебной деятельности.

Использованные литературы

- 1.Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст] /Л.С. Выготский // - М.: Педагогика, 2007. - 197 с.
- 2.Зеер, Э. Ф. Психология профессионального образования [Текст]: учебник для студ. вузов / Э. Ф. Зеер. - М.: Академия, 2009. -384 с.
- 3.Ильенков, Э. В. Философия и культура [Текст] / Э. В. Ильенков. - М.: Политиздат, 1991. – 326 с.
- 4.К.п.н ,Малинская Л.Л.,Башкирский государственный университет им. М.Акмуллы, Россия Формирование профессиональной компетентности художника - педагога.

УДК 371.3:372.881.111

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИИ СОВМЕСТНОГО ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ЧЕРЧЕНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ

Гуломова Нозима Хотамовна PhD, доцент кафедры “Изобразительного искусства и инженерной графики”, Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами, Узбекистан

В данной статье освещены такие актуальные проблемы, как применение современных педагогических технологий в преподавании черчения. В статье даны рекомендации по рисованию чертежей и их чтению различными способами, а также дидактическому подходу к ним, проверке знаний и навыков учащихся в черчении, использованию современных педагогических технологий обучения с целью повышения их активности в процессе урока.

Ushbu maqolada chizmachilik fanini o'qitishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash kabi dolzarb muammolar yoritilgan. Maqolada chizmalarni chizish va ularni turli usullar bilan o'qish hamda ularga didaktik yondashish, o'quvchilarning chizmachilikdan olayotgan bilim, ko'nikmalarini tekshirish, dars jarayonida ularning faolligini oshirish maqsadida o'qitishning zamonaviy pedagogik texnologiyalaridan foydalanish metodlari bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Given scholastic allowance is intended. Recommendations are given In allowance on plotting and reading the drawings, checking the knowledges pupil on drawing, on increasing of the activities in process of the lesson. The Lit methods of the use pedagogical technology are also given recommendations on preparation different didactic material.

Ключевые слова: инновация, технология, черчение, конструкция, внедрение, преемственность, технология обучения в сотрудничестве, графическая, грамотность

Калит сўзлар: инновация, технология, чизмачилик, конструкция, татбиқ этиши, узлуксизлик, самарадорлик, ҳамкорликда ўқитиш технологияси, график саводхонлик.

Key words: innovation, technology, drawing, space, design, introduction, receivership, learning technologies in collaboration, graphic literacy.

Роль инновационных технологий в обучении молодежи современным знаниям и развитии практических навыков на уроках черчения в общеобразовательных средних учебных заведениях неопределима.

У учащихся-подростков в "переходном периоде" начинается свойство мечтательности. Он стремится понять причины различных явлений вокруг него. Они строят различные планы для удовлетворения своих внутренних потребностей и не осознают своих психических состояний. Если он расстроен, он пытается винить в этом окружающую среду. При этом можно достичь желаемых результатов, применяя различные инновационные дидактические методы, соответствующие психическим изменениям учащихся [1].

Перед учителем стоят три важных вопроса: 1.Зачем учить. 2.Как обучать.

Вышеупомянутые задачи требуют от преподавателя использования различных инновационных методов обучения черчению и поиска методов обучения. Рассмотрим организацию технологии совместного обучения на уроках черчения. Идея совместного обучения в дидактике первоначально начала широко тестироваться в образовательных учреждениях таких стран, как Великобритания, Канада, Австралия, Нидерланды, Федеративная Республика Германия, Япония, Соединенные Штаты Америки, Израиль. Эта технология совместного обучения начала развиваться в разных странах в разные годы. Например, в США она была впервые внедрена профессором Калифорнийского университета Дж. Арнсоном. Разработано профессорами Университета Миннесоты Р.Джонсоном, Д.Джонсоном и профессором Университета Дж.Хопкинса Х.Славином и профессором Тель-Авивского университета в Израиле Ш.Шероном. Совместное обучение, разработанное и внедренное в практику американскими учеными, в основном ориентировано на формирование у учащихся знаний, умений и навыков, зафиксированных в ГОС (Государственный образовательный стандарт) и учебных программах. Обучение в сотрудничестве, рекомендованное израильскими и европейскими учеными, предполагает переработку учебного материала учащимися, развитие проектной деятельности, проведение учебных дискуссий и дебатов. Эти идеи дополняют, дидактически обогащают и обуславливают друг друга. Зубчатые передачи используются для передачи вращательного движения от одного вала к другому, для преобразования вращательного движения в поступательное и для изменения частоты вращения валов [2]. Детальными зубчатых передач являются различные зубчатые колеса, рейки и червяки. Термин зубчатое колесо относится к общим деталям передачи. Зубчатое колесо, передающее движение на зубчатую пару, называется ведущим, а колесо, приводимое в движение от зубчатой пары, называется ведомым, а колесо с меньшим числом зубьев называется шестерней. Пример 1. Дан условный чертеж шестерни (рис. 1, а). В нем элементы обозначены цифрами. Рабочий чертеж шестерни (рис 1, б) показан в цифрах, остальные элементы также показаны в цифрах. Названия элементов, обозначенных цифрами, написаны буквами ниже. Провести дидактическое упражнение с названием элемента, соответствующим номеру, например, 5Т.

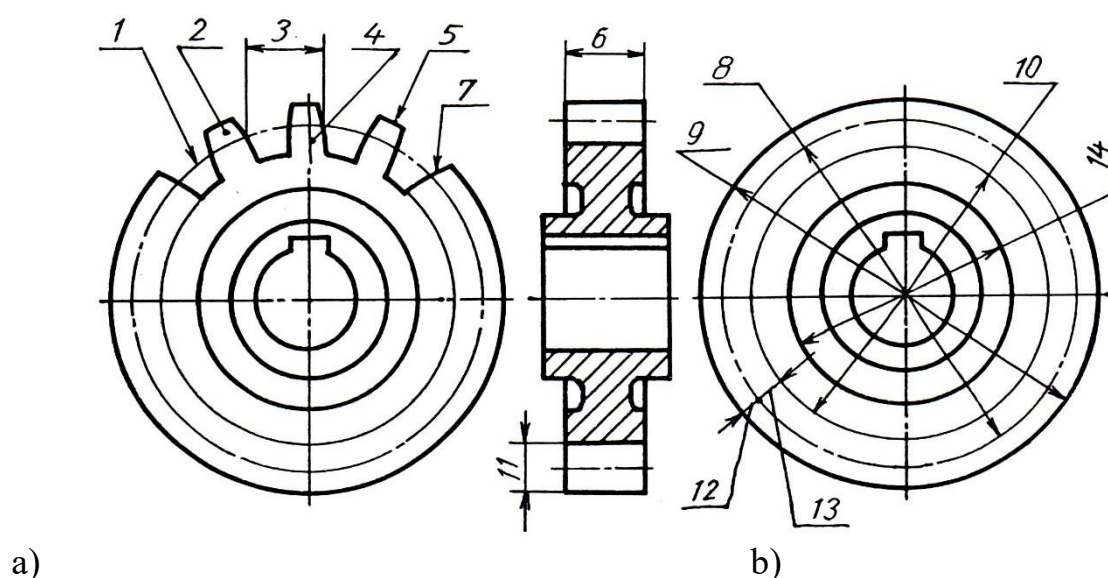


Рисунок 1. Рабочий чертеж шестерни

Условие упражнения. Обеспечение точного считывания путем сравнения элементов зубчатого колеса.

Цель. Внедрение и совершенствование у учащихся таких компетенций, как роль зубчатых колес в технике, их изображение, их взаимодействие в парах, функции элементов. Оборудование. Чертежи-плакаты с оригиналами или наглядными изображениями зубчатых колес различных видов. Плакат с названиями каждого элемента. А - головка зуба, В - ножка зуба, С - зуб, D - шаг, Е - паз, F - зубы- J - начальная или делительная окружность, I - окружность поверхности облегчающей выемки, К - внешняя окружность, L - окружность дна зуба, М - общая высота зуба, N - высота головки зуба, Р - длина дна зуба, Q - ширина зубьев колеса. Подробности: Учитель вешает на доску чертеж-плакат и таблицу. В соответствии с инструкцией по технологии совместного обучения учащиеся делятся на несколько небольших групп, и каждой группе преподаватель дает указание написать соответствующие буквы с их названиями на цифрах на чертеже шестерни. Ответы каждой группы сравниваются между собой и подводятся итоги. Здесь определяется, какая группа достигла наивысшего результата, и эта группа поощряется [3,4].

Примечание. Во время упражнения учащимся задаются эвристические вопросы, такие как мозговой штурм, подчеркивается важность обращения внимания на оригиналы зубчатых колес, побуждает учащихся к бдительности и побуждает к выполнению упражнения с глубоким размышлением. Пример 2. Данный рабочий чертеж зубчатого колеса (рис. 2). Прочитать его полностью согласно требованиям стандарта и провести дидактическое упражнение по определению размеров зубов (окружностей вершин, пазов). Условие упражнения. Рабочий чертеж зубчатого колеса должен быть полностью прочитан согласно требованиям стандарта.

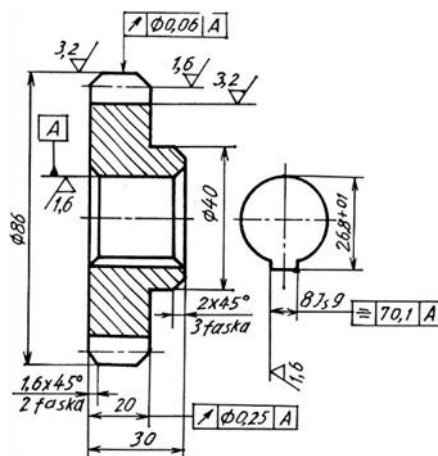


Рисунок 2. Рабочий чертеж зубчатого колеса

Цель. Совершенствование компетентности, полученной учащимися о зубчатых колесных зацеплениях. Оборудование. Оригиналы различных шестерен. Чертеж-плакат зубчатого колеса в размерах, доступных всем учащимся. Описание упражнения. Учитель вешает плакат-чертеж на доску и, взяв в руки одно из зубчатых колес - шестерню, сравнивает это цилиндрическое зубчатое колесо с его рабочим чертежом, чтобы прочесть чертеж в соответствии с требованиями стандарта, используя знаки на чертеже и другие, например, знаки шероховатости, знаки, указывающие на припуск.

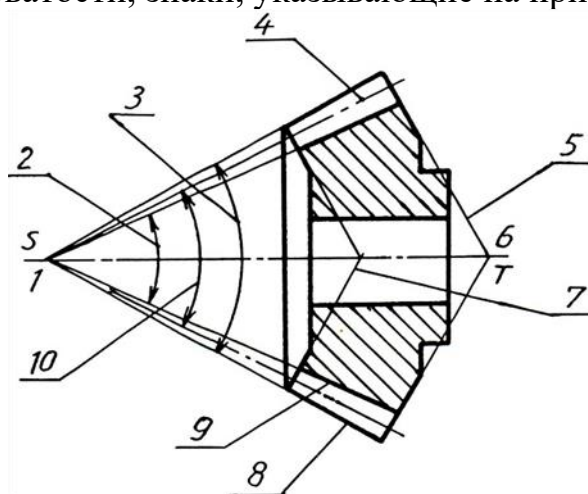
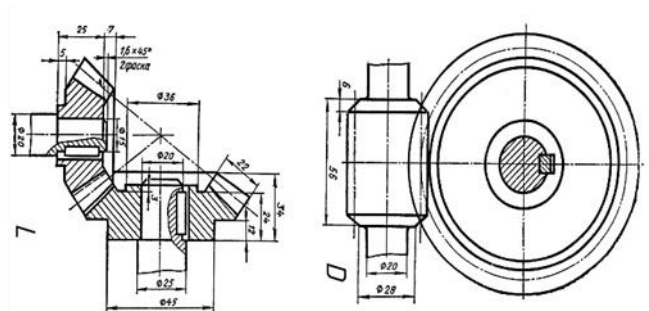


Рисунок 3. Рабочий чертеж зубчатого конического колеса

Для этого создаются небольшие группы для выполнения условий педагогической технологии совместного обучения, и каждая из этих групп самостоятельно читает схему. По истечении отведенного времени выполненные работы собираются для обсуждения. После обсуждения работы каждой группы в сотрудничестве с небольшими группами учащихся будет выявлена и поощрена лучшая группа. Пример 3. На плакате рис 3 показан рабочий чертеж зубчатого конического колеса [5].



На линиях, проведенных из его элементов, они обозначены такими буквами, как 1, 2, 3. Найти среди букв, соответствующих цифрам. Рекомендуется проводить это упражнение так же, как и предыдущие. Ниже приведены названия элементов конических зубчатых колес: А - угол делительного конуса, Б- делительный конус, В - внешний дополнительный конус, Г - конус днища зубьев, Д – внутренний дополнительный конус, Е - конус пазов, Ж - конус вершин, И - угол конуса вершин, К - вершина делительного конуса, Л - вершина внешнего дополнительного конуса. Учитель может продолжить эти вопросы, исходя из своего опыта [6].

Список использованных литературы

1. Azizxodjaeva N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat.– T.: Cho'lon, 2005.
2. N.X.Gulomova, D.A.Yuldasheva Chizmachilik (umumiy o'rta ta'lim maktablari uchun metodik qo'llanma) –T.: “Zuxra baraka biznes” 2017.
3. Gulomova, N. (2021). Use of interactive methods for students in teaching drawing lessons (on the example of views). *Academicia: an international multidisciplinary research journal*, 11(1), 1637-1642.
4. Saydaliyev, S., & Gulomova, N. (2019). Development of Spatial Thinking of Students Based on the Traditions of Eastern Architecture. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 14(2), 210-214.
5. Xotamovna, G. N. (2023). Development of professional qualities of future drawing teachers in teaching engineering graphics. *Open Access Repository*, 9(5), 31-34.
6. Gulomova, N. X., & Norboyeva, M. A. (2023, December). Chizmachilik Va Kompyuter Grafikasini Integratsiyalash Vositasida Talabalarning Kreativ Qobiliyatini Rivojlantirish. In *E Conference Zone* (pp. 1-6).
7. Gulomova, N., & Norboyeva, M. (2023, December). Chizmachilik darslarida interfaol usullar qo'llash orqali talabalarning qobiliyatlarini rivojlantirish. In *international scientific and practical conference on the topic: "Priority areas for ensuring the continuity of fine art education: problems and solutions"* (Vol. 1, No. 01).
8. Xotamovna, G. N., & Xotamovna, N.M. (2024). Grafik dasturlar asosida talabalarning kreativ fikrlash qobiliyatini rivojlantirish. *Conferencea*, 7-11.

ОӘЖ 74.200.58

ОҚУШЫЛАРДЫҢ КРЕАТИВТІ ҚАБІЛЕТТЕРІН ДАМУДА ЖОБАЛЫҚ ІС- ӘРЕКЕТТІҢ МАҢЫЗЫ

Дадабаев А.О., Төрехан Д. А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается значение проектной деятельности в развитии креативных способностей учащихся. Автор раскрывает педагогические и психологические основы формирования творческого мышления, исследует роль проектных технологий в системе современного образования. Особое внимание уделяется процессу интеграции проектной деятельности с предметами художественно-эстетического цикла, что способствует формированию самостоятельности, критического мышления и инновационного подхода у школьников.

The article examines the importance of project-based activities in developing students' creative abilities. The author explores the pedagogical and psychological foundations of creative thinking and analyzes the role of project technologies in modern education. Special attention is given to integrating project activities with art and design subjects, fostering students' independence, critical thinking, and innovative mindset.

Қазіргі заманда білім беру жүйесінің басты мақсаты – тек білім мен дағдыны меңгерту емес, сонымен қатар тұлғаның шығармашылық әлеуетін ашу, өз бетінше ойлау қабілетін дамыту және өмірлік жағдайларда алған білімін қолдануға үйрету. Осы тұрғыдан алғанда, жобалық іс-әрекет (проектілік жұмыс) оқушылардың креативті қабілеттерін дамытудың тиімді педагогикалық құралы ретінде ерекше маңызға ие.

Жобалық іс-әрекет – оқушылардың белсенді танымдық және практикалық қызметін қамтитын оқыту формасы, оның барысында олар өз бетінше зерттеу жүргізіп, нақты нәтижеге бағытталған шығармашылық өнім жасайды. Мұндай тәсіл оқушыны дайын ақпаратты қабылдаушыдан гөрі, оны іздеуші, талдаушы және өндіруші тұлғаға айналдырады.

Креативті қабілеттер – адамның жаңа идеяларды тудырып, ерекше шешімдер қабылдауына мүмкіндік беретін интеллектуалдық және тұлғалық сапалар жүйесі. Креативтілік тек өнер немесе дизайн салаларында ғана емес, барлық оқу бағыттарында маңызды, себебі ол оқушының ойлау икемділігін, қиялын, дербестігін және проблеманы шешу дағдысын дамытады [1].

Жобалық іс-әрекеттің креативтілікті дамытудағы рөлі, ең алдымен, оның оқушының белсенді шығармашылық субъект ретіндегі позициясын қалыптастыруында жатыр. Жобалық жұмыс барысында оқушы өз идеясын іздеп табады, оны жүзеге асыру жолдарын анықтайды, қажетті ресурстарды жоспарлайды және нәтижесін қорғайды. Бұл процестің әрбір кезеңі шығармашылық ойлауды, рефлексияны және өзін-өзі бағалауды талап етеді.

Мысалы, көркем еңбек немесе графикалық дизайн сабақтарында оқушылар экологиялық постер, интерьер жобасы немесе ұлттық киім үлгісін жасау жобасымен айналыса алады. Мұндай жұмыс барысында олар тек бейнелеу техникасын меңгеріп қана қоймай, сонымен қатар композицияны ойластыру, түстердің үйлесімін табу, мақсатты аудиторияны ескеру сияқты күрделі шығармашылық міндеттерді орындайды [2].

Жобалық әдістің артықшылығы оның интегративті сипаты. Ол пәнаралық байланысты қамтамасыз етіп, оқушыны өнер, технология, жаратылыстану және гуманитарлық білімдердің тоғысында жұмыс істеуге үйретеді. Мысалы, дизайн жобасын жасау кезінде эстетикалық талғаммен қатар, экологиялық ойлау, техникалық сауаттылық және әлеуметтік жауапкершілік дамиды. Бұл ХХІ ғасырдың құзыретті тұлғасына тән сапалар.

Психологиялық тұрғыдан жобалық іс-әрекет оқушының өзін-өзі танытуына, эмоционалды тұрақтылығына және дербестігіне оң әсер етеді. Жоба барысында ол өз күшіне сеніп, жаңалық ашудың қуанышын сезінеді, бұл ішкі мотивацияны арттырады. Осындай мотивациясы жоғары тұлғалар білімді механикалық түрде емес, шығармашылық жолмен меңгереді [3].

Креативтілікті дамыту процесінде мұғалімнің рөлі ерекше. Ол оқушының шығармашылық ізденісіне бағыт беруші, кеңесші және серіктес рөлін атқарады. Дәстүрлі оқытудағыдай дайын білімді жеткізуші емес, керісінше оқушының өз тәжірибесі арқылы білімді ашуына мүмкіндік беретін тұлға. Мұндай өзара әрекет педагогикалық ынтымақтастық принциптеріне негізделеді.

Жобалық іс-әрекеттің нәтижесі тек материалдық өніммен шектелмейді. Негізгі нәтиже – оқушының шығармашылық ойлауының қалыптасуы және өзін-өзі дамытуға бағытталған тұлғалық позициясының нығаюы. Әрбір жоба оқушының интеллектуалдық, эстетикалық және әлеуметтік тәжірибесін байытады.

Цифрлық дәуірде жобалық іс-әрекеттің мүмкіндіктері одан әрі кеңейді. Қазіргі оқушылар компьютерлік бағдарламаларды, графикалық редакторларды, 3D модельдеуді және онлайн-жобалау платформаларын белсенді пайдалана алады. Мұндай технологиялар шығармашылық идеяларды визуалды және интерактивті түрде жүзеге асыруға мүмкіндік береді. Сонымен қатар, интернет кеңістігі жобаларды халықаралық деңгейде ұсынуға және тәжірибе алмасуға жағдай жасайды [4].

Жобалық іс-әрекет білім беру мазмұнын жаңғыртудың маңызды бөлігіне айналып отыр. Ол оқытудың тұлғалық, әрекеттік және құндылықтық қырларын біріктіреді. Осындай интеграция нәтижесінде оқушылардың өмірлік құзыреттілігі мен шығармашылық ойлауы қатар дамиды.

Қорытындылай келе, жобалық іс-әрекет – оқушылардың креативті қабілеттерін дамытудың қуатты тетігі. Ол тек оқу нәтижесіне ғана емес, тұлғаның жан-жақты дамуына, өмірге бейімделуіне және қоғамдағы белсенді азаматтық ұстанымын қалыптастыруға ықпал етеді. Заманауи мектеп үшін жобалық оқыту – білім беруді шығармашылық мазмұнмен толықтыратын инновациялық әдіс болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Әбдіғаппарова, Г. А. Жобалық іс-әрекет арқылы оқушылардың шығармашылық қабілеттерін дамыту. – Алматы: Қазақ университеті, 2020.
2. Жұмабекова, А. С. Білім берудегі инновациялық технологиялар және креативтілік. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы, 2021.
3. Полат, Е. С. Новая педагогическая технология: проектное обучение. – Москва: Академия, 2019.
4. Сейітова, А. Н. Қазіргі мектептегі оқушылардың шығармашылық ойлауын дамыту жолдары. – Шымкент: ОҚМПУ, 2022.

СЫЗУ ЖӘНЕ ПЛАСТИКАЛЫҚ АНАТОМИЯНЫ БІРТҮТАС ИНТЕГРАЦИЯСЫ

Әбдірасилов Сунатулла Файзуллаевич,

Низами атындағы Өзбекстан ұлттық педагогикалық университетінің бейнелеу өнері және инженерлік графика кафедрасының профессоры, п.ғ.к.;

Сидикова Мохира Салохидин қызы,

Өзбекстан-Финляндия педагогикалық институтының бейнелеу өнері және инженерлік графика кафедрасының оқытушысы

Интеграция-средство теоретического синтеза достижения нового познавательного результата, имеющего эстетическое значение, проявляющееся в познавательной ценности и преимуществе всех интегрированных компонентов. Была рассмотрена проблема экономии времени за счет интеграции рисования и пластической анатомии в единый интегрированный процесс обучения.

Integration is a means of theoretical synthesis to achieve a new cognitive result with aesthetic significance, which is reflected in the cognitive value and superiority of all combined components. The issue of saving time was addressed by combining drawing and plastic anatomy into a single integrated learning process.

Біздің зерттеулерімізде «интеграция» термині басым мағынаға ие. Бұрынғы уақытта көптеген құбылыстардың, ағымдардың, процестердің өзара бағдарлануының, қолдауының, байланысы мен үйлесімінің нақты қажеттілігі «өзара тәуелділік», «өзара әрекеттесу» терминдерінде көрініс тапты. Философиялық сөздікте интеграция «бұрын бір-бірінен ажыраған бөліктер мен элементтерді бір бүтінге біріктірумен байланысты даму процесінің бір аспектісі» деп түсіндіріледі. Интеграциялық процестер бұрын ұйымдастырылған жүйелердің ішінде де болуы мүмкін - бұл жағдайда олар оның тұтастығы мен ұйымдық деңгейінің жоғарылауына әкеледі және ... бұрын байланыспаған элементтерден жаңа жүйенің пайда болуына әкеледі [1, 122].

Біздің ойымызша, қарындашпен сурет салу және пластикалық анатомия пәндері бойынша ғылыми білімнің синтезі байқалса, оқу үрдісіне, сонымен қатар өздік жұмысына қарындашпен сурет салу мен пластикалық анатомияны табысты енгізуге болады.

«Интеграция – эстетикалық мәні барлық интеграцияланған компоненттердің танымдық құндылығынан асып түсетін жаңа танымдық нәтижеге жету үшін теориялық синтез құралы.

Ол тек компоненттер арасындағы өзара әрекеттесу түрінде болатын процестерді білдіреді [2].

Бұл интеграция, егер ол жүйенің біріктірілген құрамдас бөліктерінің белгілі бір еркіндікте өмір сүруіне мүмкіндік беретін нақты белгілерді синтездеу және сақтаудың табиғи процесіне негізделсе мүмкін болады. Оқу-педагогикалық қызмет саласындағы соңғы жетістіктерді пайдалануды қамтамасыз ету, сонымен қатар сызу және пластикалық анатомия интеграциясын сәтті жүзеге асырудың әдістемелік тәсілін әзірлеу. Бұл жүйе құраушы факторды, оның негізінде жүйелік-логикалық модель құрылатын өзекті таңдауды талап етеді. Орталық өзек жүйе құраушы фактор ретінде жүйенің құрамдас бөліктерін біртұтасқа біріктіріп, оларды таңдалған мақсатқа бағыттауы, белсенділікті ынталандыруы, бейнелеу өнерінің бір түрі ретінде сызудың ерекше белгілерінде көрсетілген құрамдас бөліктердің салыстырмалы еркіндік дәрежесін сақтау және қамтамасыз ету, жаңа жүйенің өзін-өзі басқаруын, оның өзін-өзі дамыту мүмкіндіктерін қамтамасыз етуі керек.

Оқу материалының мазмұны оқу мазмұнының модульдік және блок-модульдік формасына сәйкес тақырыптық және интегративті формаларда құрылымдалған болуы мүмкін.

Модуль- бұл пәнаралық оқу материалының ұйымдастыру-әдістемелік құрылымдық бірлігі болып табылатын қарындашпен сурет салу және пластикалық анатомия тақырыптарының жинағы.

Блок – модуль құрылымдық бірлігі. Біздің жағдайда сызу және пластикалық анатомия біртұтас интеграцияланған оқу процесі ретінде жұмыс істейді. Сурет салу тең дәрежеде әрекет етеді, ал пластикалық анатомия практикалық ғылымдарға қызмет ететін көмекші негіз ретінде қызмет етеді. Пәнаралық байланыстар интеграциялық механизмдер ретінде қарастырылады.

В.С. Кукушина, пәнаралық интеграция пәнаралық интеграциямен тығыз байланысып, біртұтас ғылыми саланы құра алады [3].

Осыған байланысты Н.Н. Ростовцев: «Үш өлшемді форманың сипаттамаларын дұрыс және сенімді жеткізу үшін және конструктивті-кеңістіктік талдау өнерін меңгеру үшін пластикалық анатомияны жетік білу қажет» деп атап көрсетеді [4.146].

Оқу материалының мазмұнын интеграциялаудың нақты әдістерін көрсететін арнайы жоспарларды, тапсырмаларды және жаттығулар кешенін әзірлеу қажет. Мұндай жоспарларды дайындау өз кезегінде сызу мен пластикалық анатомияны кешенді оқытудың мақсаты мен міндеттерін нақты анықтауды талап етеді. Мақсатты нақты анықтау білім беру нәтижесін болжауға мүмкіндік береді. Сызу және пластикалық анатомияны біртұтас интеграцияланған оқу процесіне біріктіре отырып, уақытты үнемдеумен, осы пәндердің байланыс коэффициентін жоғарылатумен және тапсырмалардың қайталануын жоюмен қатар, біз пәннің ерекшелігі мен ерекшелігі тұрғысынан оқу мақсаттарының мәнін түсінуді қалыптастырудан тұратын жеке бағытталған мақсаттарға қол жеткізуге тырысамыз. Сызу мен пластикалық анатомияны интеграциялауды енгізе отырып, біз алдымызға академиялық мектеп бірлігінің озық дәстүрлерін жалғастыру, сызу мен пластикалық анатомияны оқыту әдістемесін жетілдіру, оқушылардың бейіндік дайындығын жетілдіру міндетін қойдық.

Мақсаттар мен міндеттерді қою сызу, мүсін және пластикалық анатомияны біріктірудің маңызды шарты болып табылады. Сызу және пластикалық анатомияда білімдерін қолдануды көздейтін мұндай тапсырмаларды орындау міндетті түрде қиындық элементін қамтиды және студенттердің ізденіс әрекеттерін талап етеді. Студенттердің сабақтас пәндермен байланысына негізделген өздік жұмысы тиынақты жүйелі білім қалыптастыруға, салыстыру, талдау, жалпылау дағдылары мен дағдыларын меңгеруге қызмет етеді.

Қарындашпен сурет салу мен пластикалық анатомияның білім беру мазмұнына пәнаралық байланыс негізінде оқу-дидактикалық құралдарды жасау да табысты интеграцияның таптырмас педагогикалық шарты болып табылады.

Интеграция аясындағы әрбір сабақты әдістемелік өңдеу – табысты интеграцияның негізгі аспектісі.

Кіріктірілген мазмұн мен оқыту әдістерінің байланысы сызу және пластикалық анатомия бойынша білім мен білік дағдыларын сабақта және жаңа білімді меңгеру барысында өзіндік жұмыста қолдану арқылы оқушылардың танымдық белсенділігін арттырады.

Оқытудағы кешенді тәсілдің нәтижесінде сызу және пластикалық анатомиядан алған білімдері жүйелік қасиеттерге ие болуы керек. Интеграция жалпы дағдыларды игеруге көмектеседі, бұл ғылыми және көркемдік қызметке шығармашылық көзқарастың негізі болып табылатын идеялар мен әдістерді бір саладан екіншісіне синтездеуде, тасымалдауда білімді жан-жақты қолдануға

әкеледі. Мұның бәрі оқу қызметін оңтайландыруға және белсендіруге көмектеседі.

Әдістемелік техниканы әзірлеу екі блокқа бөлінеді: 1-блок. (дайындық) жансыз табиғатты (натюрморт) бейнелеу; 2-блок. Адам бейнесі (портрет, суретті композиция).

Бұл кезеңде натюрмортты мысал ретінде пайдалана отырып, қарындашпен сурет салудың негіздерін меңгеруге, сондай-ақ осы дайындық кезеңінің оқу-тәрбие процесіндегі және болашақ бейнелеу өнері мұғалімінің болашақ кәсіби іс-әрекетіндегі маңыздылығын анықтауға бағытталған бірқатар тапсырмалар қамтылды.

Суретші-педагогты дайындаудың бастапқы кезеңінде, оқыту барысында пішінді, пропорцияларды, құрылысты, енді, көлемді аналитикалық зерттеуді оқып, суреттеуді үйренуге болады. Алғашқы тапсырмалардың бір бөлігі қарындашпен сурет сабағында оқу үрдісіндегі натюрмортқа арналған.

Кадрларды даярлау сапасын арттыру бойынша зерттеулер бұрын белгіленген критерийлер бойынша жүргізіледі (1-кесте).

1-кесте. Қарындашпен сурет салуға кәсіби дайындықтың негізін құрайтын элементтер

Суреттегі натюрморт
Бейнеленген заттардың пішініне тән белгілерді жеткізу құралдарын пайдалану қатынасы
Пішін мен ені өлшемін түрлендіру құралдарын пайдалану
Сызық, Конструкция, Жарық-көлеңке, Сызықтық перспектива.

1. Бейнеленген заттардың пішініне тән белгілерді білдіру.

Тапсырмалар қарапайым нысандағы объектілерді сипаттаудан бастап күрделілігі біртіндеп арта түсуге дейін дәстүрлі және ұтымды құрылымдалған. Тапсырмалар бейнеленетін объектілер формасының күрделілігін біртіндеп арттыруға негізделген.

Композицияға натюрморттың қосылуы табиғи пішіндердің қатаң геометриялық көлемдерімен қатар субъектілерге жаттығулардың алғашқы кезеңдерінде қатаң геометриялық туралау мен табиғи пішіндердің артикуляциясының тегістігі арасындағы тепе-теңдікті табуға мүмкіндік берді.

2. Бейнеленетін заттардың көлемін, пішінін, енін білдіру.

Бейнеленген объектілердің құрылымдық құрылымын зерттеуге ерекше көңіл бөлінеді. Объектінің құрылысы оның функционалдық мәнін ашады, ол бейнеленген заттардың сыртқы көлемдік пішінін қалыптастыруға негізделген.

Қарындашпен сурет салу тапсырмаларын құрастыру қарапайымнан гөрі күрделірек объектілерді бейнелеу принципіне негізделген және адам денесі сияқты функционалдық маңыздылығына қарай бірте-бірте күрделі құрылғыны бейнелеуге дайындалады.

Блок 2. Адам бейнесі (портрет, суретті композиция)

Бұл блок пластикалық анатомияны жан-жақты зерттеуге және адамды бейнелеудегі суреттің ерекшеліктерін зерттеуге негізделген әдістемелік

әдістерді жасауға бағытталған және екі шартты бөліктен тұрды: 1. Бас және портреттік сурет; 2. Адам мүсінінің бейнесі (бейнелі композиция).

Екінші курста студенттер сурет салуда адам басының ерекшеліктерін зерттейді, ал үшінші курста олар адам фигурасына көшеді, осылайша сурет салу мен пластикалық анатомия арасындағы интегралды байланысқа тән потенциалды барынша арттырады.

Пластикалық анатомияны оқытудағы негізгі міндет анатомиялық құрылыс пен конструктивті ойлауды дамыту болып табылады, содан кейін ол оқу суретін аяқтау тәжірибесіне ауыстырылады. Білім берудегі мұндай көзқарас бейнелеу объектілерін терең аналитикалық зерттеуді және олардың пішінін қалыптастыруды қамтамасыз етеді.

Қарындашпен сурет салуда портрет жанры бірдей кең таралған. Портрет бейнелеу өнерінің әрбір түрінен оның ішкі жан дүниесін, мінезінің болмысын, өмірге көзқарасын ерекше етіп ашатын, терең ойластырылған психологиялық талдау негізінде бейнеленген тұлғаның бет-әлпетін көрсетеді. Мұны студенттерге үйрету өте қиын.

Сондықтан ең алдымен адамның басын суреттеуге үйрету міндеті қойылды.

Бұған дейін пластикалық анатомия зерттелді: бас сүйек пен арқаны салуға арналған әртүрлі тапсырмалар. Қарындашпен салу сабағында берілген тапсырмалар да бейнелеу өнерінің сәйкес түрлеріне сәйкес портреттің өзіндік ерекшеліктерін зерттеуге бағытталды.

Адамдардың суретін салуға байланысты тапсырмалар ең қиын. Тапсырмаларды сәтті және сауатты орындау үшін алдымен адамның басы мен бетін бейнелеуге әкелетін тапсырмалар мен жаттығулар тізбегін орындайды.

Адамның басы мен фигурасын зерттеу үшін бірнеше негізгі қадамдар әзірленді.

Бірінші кезеңде қарындашпен сурет сабағында пәндерді сызбадан жұмыс істеуге үйретеді.

Сурет салудың бастапқы кезеңіндегі эскиз суретшінің көзінің қаншалықты дамығанын көрсетеді, ол адамның фигурасы мен басын, бұрылыстары мен қозғалысын, фигураның бөліктерінің тән пропорционалды байланыстарын, маңдай, иек, мұрын және бастың басқа да бет бөліктерінің контурын мұқият зерттеудің мысалы болып табылады.

Адам басын және оның пішінін зерттеудің екінші кезеңі пластикалық анатомияны зерттеу болып табылады.

Қайта өрлеу дәуірінің өнер теоретигі Леон Баттиста Альберти былай деп жазды: «Әр позада адам өз денесін басын, дененің ең ауыр бөлігін тіреу үшін қалай көрсететінін және бір аяққа қалай сүйенетінін, оны әрқашан бағананың негізі сияқты басының үстіне созып қоятынына назар аударыңыз»[5.10].

Сонымен бірге адамды бейнелегенде адам денесінің құрылысын жан-жақты білу қажет. Бұл жерде пластикалық анатомияны білу өте маңызды. Суреттегі фигураның қозғалысын бейнелеу кезінде оны қандай бұлшықеттер

жасайтынын, бұл қимылдың артында қандай бұлшықеттер белсендірілгенін білу керек.

Пластикалық анатомияны оқымай-ақ, сурет салу сабақтарының, әсіресе адамдарды бейнелеуге байланысты сабақтардың пайдасы шамалы. Анатомияны білу суретшінің бақылау қабілетін және өзі зерттеп отырған модельдің жеке ерекшеліктерін қабылдау қабілетін арттырады.

Бақылау – шебер суреткерге тән қасиеттердің бірі екені белгілі. Чарльз Дарвин былай деп жазды: «...ұлы суретшілер мен мүсіншілер тамаша бақылаушылар» [6].

Анатомия бізге адам пішінінің жалпы заңдылықтарын үйретеді, ал тірі модельді орындауда қолданылатын заңдар бейнеленген табиғаттың жеке ерекшеліктеріне сәйкес өзгертілуі керек. Пластикалық анатомия - қарындашпен сурет салуды меңгеру үдерісіндегі маңызды бөлімдердің бірі.

Сызу және пластикалық анатомияны кіріктірудің әдістемелік тәсілдерін әзірлеу алдын ала белгіленген критерийлер бойынша бақыланатын оқыту сапасын арттыру жолдарын іздеуге бағытталған (2-кесте).

2-кесте. Қарындашпен сурет салуға кәсіби дайындықтың негізін құрайтын элементтер

Адамның қарындашпен салған суреті	Сурет арқылы пластикалық анатомия
Бейнеленген заттардың пішініне тән белгілерді жеткізу құралдарын пайдалану.	
қатынасы	қатынасы
Пішін мен ені өлшемін түрлендіру құралдарын пайдалану	
сызық, құрылыс, пластикалық анатомия, сызықтық перспектива, жарық-көлеңке, көлем,	сызық, құрылыс, пластикалық анатомия, сызықтық перспектива, жарық-көлеңке, көлем,
Белгілі бір өрнек құралдарын қолдану	
сәулет, салмақ, силуэт, лаконизм, монументалдылық, текстура, түс,	сәулет, салмақ, силуэт, лаконизм, монументалдылық, текстура, түс,

Адамның басы мен фигурасы күрделі заттар, ал бейнеленгенде олар қарапайым геометриялық денелердің артикуляциясы ретінде қарастырылады. Адамның басы мен фигурасын талдаудың бұл әдісі жаңалық емес, ол Дюрер мен Сапожниковтан бастау алып, күрделі бейнелерді салуда кеңінен тараған. Бұл эксперименталды зерттеу де осы әдіске үлкен көңіл бөлді.

Олай болса, болашақ бейнелеу өнері мұғалімін тек сауатты образ жасауды ғана емес, бейнелеу өнерінің бір түрі ретінде қарындашпен сурет салуға тән көркем образ жасауды үйрету біз үшін маңызды.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Ж.Хасанбоев, Х.Туракулов, М.Хайдаров, О.Хасанбоева. Педагогика фанидан изоҳли луғат. Т., «Fan va texnologiya», 2008, 480 бет.- 122 бет.
2. Волович Л.А., Мухаметзянова Г.В., Тихонова Л.П. Интеграция гуманитарной и профессиональной подготовки в средней профессиональной школе: теоретико-методические подходы. - Казань, 1997. – 104 с.

3. Педагогические технологии: учеб. пособие для студ. пед. спец. / М.В. Буланова-Топоркова и др.; под общ. ред. В.С. Кукушина. – Ростов н/Д: Издат. центр «Март», 2002. – 320 с.
4. Волков, Н. Н. Мысли об искусстве. – Москва : Академия пед.наук РСФСР, 1973. – 508 с. 146-бет.
5. Воронова О.П. Искусство скульптуры /– М.: Знание, 1981, с. 10.
6. Дарвин Ч. Выражение эмоций у человека и животных. – М., 1973. Т.5, с.700.
7. Абдирасилов Сунатулла Файзуллаевич (2016). Художественные традиции как основа профессионального мастерства. Наука и образование сегодня, (2 (3)), 63-69.
8. Абдирасилов, С.Ф. (2016). МЕТОДИЧЕСКОЕ И ТВОРЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ШКОЛЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБУЧЕНИИ. Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии, (4-1), 125-133.

УДК 7.016.1/69.04

ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ДИЗАЙНЕ: УСТОЙЧИВЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ТЕХНОЛОГИИ

Әйтен М.А., Маманазаров Н.Б., Тұяқ М.Е.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада экологиялық дизайнның заманауи бағыттары мен тұрақты материалдар мен технологияларды қолданудың маңызы қарастырылады. Зерттеу жұмысы қоршаған ортаға зиян келтірмейтін шешімдерді әзірлеу және экологиялық сананы арттыруға бағытталған тәсілдерді сипаттайды. Автор жасыл технологиялардың, қайта өңделетін ресурстардың және энергия тиімділігінің дизайн саласында қолданылуын талдайды. Сонымен қатар экологиялық жауапкершіліктің қоғамдағы мәдени және экономикалық рөлі де ашылады.

The article explores the modern directions of ecological design and the importance of using sustainable materials and technologies. The study focuses on approaches aimed at developing environmentally friendly solutions and raising ecological awareness. The author analyzes the application of green technologies, recyclable resources, and energy-efficient methods in design. The cultural and economic roles of environmental responsibility in contemporary society are also discussed.

В XXI веке проблема экологии стала одной из ключевых для всех отраслей человеческой деятельности, включая дизайн. Современный дизайн уже невозможно рассматривать только как процесс создания эстетически привлекательных объектов — он всё чаще становится инструментом осознанного отношения к окружающей среде.

Экологический дизайн (или *sustainable design*) основан на принципах сохранения природных ресурсов, минимизации отходов и уменьшения негативного воздействия на экосистему. Дизайнер, выбирая материалы и технологии, должен учитывать не только визуальную и функциональную составляющую, но и экологические последствия своих решений.

Идея экологического подхода в дизайне начала активно развиваться во второй половине XX века, когда человечество осознало угрозу загрязнения окружающей среды и истощения природных ресурсов.

В 1970–1980-е годы возникло понятие *green design* — «зелёного дизайна», направленного на создание продукции, не наносящей вреда природе.

Одним из первых теоретиков устойчивого дизайна стал Виктор Папанек, автор книги *Design for the Real World* (1971), где он утверждал, что каждый дизайнер несёт социальную и экологическую ответственность за свой продукт. Его идеи заложили основу современного понимания экологически ориентированного проектирования [1].

Экологический подход строится на комплексной системе принципов, обеспечивающих устойчивость и осознанное потребление.

Ключевые принципы включают:

- Устойчивость (sustainability): использование ресурсов, которые можно возобновить без вреда для экосистемы.
- Минимизация отходов: сокращение количества мусора и загрязнений на всех этапах жизненного цикла продукта.
- Ресайклинг и апсайклинг: повторное использование и творческая переработка старых материалов.
- Энергоэффективность: применение технологий, снижающих потребление электроэнергии и тепла.
- Долговечность: создание прочных, качественных и ремонтпригодных изделий.
- Локальность: предпочтение местных материалов и производителей для снижения углеродного следа.

Эти принципы превращают дизайн в инструмент устойчивого развития, способный гармонизировать отношения между человеком и природой.

Материалы играют ключевую роль в формировании экологичного дизайна. Современные технологии позволяют создавать новые типы сырья, которые сочетают прочность, долговечность и экологическую безопасность.

Наиболее распространённые устойчивые материалы:

- Бамбук — быстро возобновляемый ресурс, используемый в мебели и отделке.
- Переработанное дерево и пластик — снижают количество отходов.
- Органический хлопок, лен, джут — применяются в текстильном и интерьерном дизайне.
- Биоразлагаемые композиты — заменяют традиционные полимеры.
- Переработанное стекло и металл — сохраняют энергию и ресурсы при производстве [2].

Эти материалы не только экологичны, но и эстетически привлекательны, что позволяет создавать гармоничные и современные дизайнерские решения.

Технологический прогресс способствует развитию устойчивых подходов. Современные цифровые и производственные инновации делают возможным точное планирование, оптимизацию ресурсов и минимизацию отходов.

Основные направления:

- 3D-печать с биоразлагаемыми материалами — позволяет создавать изделия без излишков.

- Энергосберегающие технологии — использование светодиодов, солнечных панелей, систем «умного дома».
- Модульное проектирование — возможность замены или повторного использования деталей.
- Экологическое моделирование (eco-simulation) — прогнозирование влияния дизайна на окружающую среду.
- AI-дизайн — искусственный интеллект помогает выбирать оптимальные материалы и формы с минимальным воздействием на природу.

Таким образом, технологии становятся не врагом экологии, а её союзником, помогая создавать более чистое и ответственное производство.

Экологический дизайн влияет не только на промышленность, но и на общественное сознание. Он способствует формированию новой культуры потребления, где важны качество, долговечность и этичность [3].

Современные бренды внедряют принципы экологической прозрачности: используют переработанные упаковки, внедряют программы утилизации и компенсируют углеродный след. Для дизайнеров это открывает новые горизонты — создание не просто красивых, а социально ответственных проектов. Устойчивый дизайн становится частью глобальной культурной миссии — сохранить планету, не жертвуя эстетикой и комфортом.

Экологический подход в дизайне — это не временная мода, а стратегическая необходимость XXI века. Использование устойчивых материалов и технологий позволяет объединить эстетику, функциональность и заботу о природе в единую философию проектирования.

Современный дизайнер — это не только творец, но и экологический исследователь, способный мыслить системно и ответственно. Будущее дизайна — за синтезом инноваций и экологической осознанности, где красота служит не потреблению, а гармонии с окружающим миром.

Современный мир всё больше задумывается о сохранении окружающей среды и рациональном использовании природных ресурсов. В этой связи дизайн как область, напрямую связанная с созданием предметов и пространств, играет особую роль. Сегодня экологический подход становится не просто модной тенденцией, а необходимостью. Он направлен на то, чтобы сделать жизнь человека комфортной, не разрушая при этом природу и не нанося вред планете.

Экодизайн основывается на идее устойчивого развития, то есть создания таких продуктов, которые служат долго, потребляют минимум энергии и не загрязняют окружающую среду. Главная цель — достичь гармонии между человеком, технологией и природой. Дизайнер, работающий в этом направлении, думает не только о красоте и функциональности, но и о том, из чего сделан предмет, как он используется и что будет с ним после окончания срока службы.

Одним из ключевых элементов экологического дизайна являются устойчивые материалы. Всё чаще применяются натуральные, переработанные или легко возобновляемые ресурсы: бамбук, пробка, лен, переработанное

дерево, стекло и металл. Они не только безопасны для здоровья, но и создают ощущение тепла и естественности в интерьере. Например, бамбук растёт очень быстро и считается одним из самых экологичных материалов в мире, а мебель из переработанного пластика позволяет сократить количество отходов.

Кроме материалов, важную роль играет энергосбережение. В современном дизайне активно используются технологии, позволяющие снизить расход энергии и воды: светодиодное освещение, системы автоматического регулирования температуры, солнечные панели и датчики движения. Эти решения делают пространство не только удобным, но и экономичным.

Технологии переработки также становятся частью дизайна. Многие производители создают предметы мебели или декора из переработанных отходов — бумаги, текстиля или пластика. Например, дизайнерские лампы из переработанного картона или ковры из пластиковых бутылок выглядят стильно и современно, при этом несут важную экологическую миссию.

Современные тенденции показывают, что экодизайн становится всё более человечным. Это не просто отказ от химических материалов, а осознанное стремление к гармонии и простоте. В интерьере это выражается в мягких природных тонах, большом количестве света, использовании растений и естественной вентиляции. Пространство становится живым, «дышащим» и благоприятным для здоровья человека.

Большое внимание уделяется жизненному циклу продукта — от производства до утилизации. Дизайнеры стараются продумывать, чтобы вещи можно было разобрать, переработать или использовать повторно. Такой подход помогает уменьшить количество отходов и сделать производство более рациональным.

Интересной тенденцией последних лет является развитие концепции «умных» и «зелёных» домов. В таких пространствах объединяются технологии автоматизации, энергоэффективности и экологичности. Например, умные системы управления освещением и отоплением позволяют экономить ресурсы, а использование натуральных материалов делает жильё безопасным и комфортным.

Экологический подход в дизайне — это не просто направление, а образ мышления. Он учит видеть красоту в естественном и ценить простые вещи. Сегодня дизайнеры по всему миру осознают, что их решения влияют на будущее планеты, поэтому всё больше проектов создаётся с заботой о природе.

Таким образом, устойчивые материалы и экологичные технологии становятся основой современного дизайна. Они помогают не только создавать красивые и удобные вещи, но и делать жизнь людей более осознанной и ответственной. Экодизайн — это шаг к будущему, где красота и забота о природе идут рука об руку.

Список литературы

1. Papanek, V. Design for the Real World: Human Ecology and Social Change. — Thames & Hudson, 2021.
2. Арнхейм, Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2019.

3. Кучеренко, Н. Экодизайн и устойчивое проектирование. — Санкт-Петербург: Питер, 2022.

ОӘЖ 74.200.58

КӨРКЕМДІК ЖОБАЛАУ ПӘНІНДЕ ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ДИЗАЙН ИДЕЯЛАРЫН ҚОЛДАНУ

Жамал А.Б., Акимова Ж.Б., Абдіжүсіп А.Д.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается значение внедрения идей экологического и социального дизайна в процесс преподавания художественного проектирования. Автор подчеркивает, что современный дизайн выходит за рамки эстетики и становится инструментом устойчивого развития и социальной ответственности. Раскрываются возможности применения принципов экологического мышления, переработки материалов и инклюзивного проектирования в образовательной практике. Делается вывод, что интеграция этих направлений способствует формированию у студентов экологической культуры, гражданской позиции и эстетического мировоззрения.

The article explores the significance of integrating ecological and social design concepts into the teaching of artistic project disciplines. It emphasizes that modern design transcends aesthetics, becoming a means of sustainable development and social responsibility. The paper analyzes the pedagogical potential of applying ecological thinking, recycling practices, and inclusive design in the educational process. The author concludes that this integration fosters students' ecological awareness, civic responsibility, and aesthetic worldview.

Қазіргі заманғы қоғамда дизайн тек эстетикалық категория ретінде емес, сонымен бірге әлеуметтік және экологиялық жауапкершілік құралы ретінде де қарастырылады. Көркемдік жобалау пәні болашақ дизайнерлер мен педагогтардың шығармашылық қабілетін дамытуда, олардың дүниетанымын қалыптастыруда, қоршаған ортаға және қоғамға деген жауапкершілігін арттыруда маңызды рөл атқарады. Осы тұрғыдан алғанда, экологиялық және әлеуметтік дизайн идеяларын көркемдік жобалау пәнінің мазмұнына енгізу білім беру процесін жаңаша ұйымдастырудың және қазіргі заман талабына бейімдеудің маңызды қадамы болып табылады.

Экологиялық дизайнның мәні — табиғи ресурстарды тиімді пайдалану, қалдықсыз өндіріс пен қайта өңдеуді қамтамасыз ету, экологиялық қауіпсіз орта қалыптастыру. Бұл ұғым XX ғасырдың екінші жартысында белсенді түрде дамып, қазіргі таңда дизайнның басты бағыттарының біріне айналды. Әлеуметтік дизайн болса, қоғам мүшелерінің өмір сүру сапасын жақсартуға, инклюзивті орта құруға, әлеуметтік әділдік пен қолжетімділікті қамтамасыз етуге бағытталған. Осы екі бағыттың интеграциясы көркемдік жобалау пәнін оқытуда студенттердің шығармашылық ойлауын, жауапкершілігін және адам мен табиғат арасындағы үйлесімділікті түсінуін дамытады [1].

Бүгінгі таңда дизайн саласында экологиялық және әлеуметтік мәселелер бір-бірімен тығыз байланысты. Мысалы, экологиялық дизайн тек энергияны үнемдеу немесе экологиялық таза материалдарды пайдалану ғана емес,

сонымен қатар адам өмірінің сапасын арттыру, қоғамның мәдени және әлеуметтік дамуына ықпал ету міндетін де атқарады. Сол сияқты әлеуметтік дизайн да қоршаған ортаны сақтау, табиғи ресурстарды тиімді пайдалану идеяларын қамтиды. Сондықтан бұл екі бағытты көркемдік жобалау пәнінде бірге қарастыру студенттердің кешенді көзқарасын қалыптастыруға мүмкіндік береді.

Көркемдік жобалау пәні — дизайн-білімнің негізгі өзегі. Ол студенттерге тек көркемдік тәсілдерді меңгертіп қана қоймай, жобалық ойлау мәдениетін дамытады. Жобалау барысында студенттер нақты әлеуметтік немесе экологиялық проблеманы шешу мақсатында өз идеяларын ұсынады, зерттеу, талдау және бейнелеу құралдарын қолдана отырып, шығармашылық шешім табуға үйренеді. Бұл үдеріс олардың кәсіби және адамгершілік қасиеттерін, сондай-ақ ұжымдық жұмыс дағдыларын қалыптастырады [2].

Экологиялық дизайн идеяларын оқытуда студенттерге табиғи материалдарды қайта өңдеу, қалдықсыз технологияларды пайдалану, экологиялық таза өнімдер жасау жолдарын көрсету маңызды. Мысалы, интерьер немесе киім дизайнында табиғи талшықтардан жасалған материалдар қолдану, жарық пен энергия үнемдеу технологияларын енгізу, биофильді дизайн принциптерін пайдалану студенттерге экологиялық мәдениеттің мәнін түсінуге көмектеседі. Сонымен қатар, бұл бағыт эстетика мен этиканың, сұлулық пен жауапкершіліктің өзара байланысын ашып көрсетеді.

Әлеуметтік дизайн идеяларын көркемдік жобалау пәніне енгізу — қоғамдағы өзекті мәселелерге назар аударудың тиімді тәсілі. Мұндай жобаларда студенттер мүгедектігі бар адамдарға арналған қолжетімді ортаны жобалау, қоғамдық кеңістіктерді қайта ұйымдастыру, балалар мен қарттар үшін жайлы аймақтар жасау, инклюзивті дизайн шешімдерін ұсыну сияқты тапсырмалар орындай алады. Бұл олардың азаматтық позициясын, эмпатиясын және әлеуметтік жауапкершілігін арттырады [3].

Көркемдік жобалау процесінде экологиялық және әлеуметтік дизайн идеяларын біріктіру студенттердің шығармашылық ойлауын кеңейтеді. Мысалы, студенттер экологиялық материалдарды пайдалана отырып, әлеуметтік мақсатқа бағытталған жобаны жүзеге асыра алады — бұл дизайнның әлеуметтік-экологиялық мәнін күшейтеді. Мұндай тәсіл шығармашылық ойлаудың интердисциплинарлық сипатын арттырады және дизайнды тек форма жасау емес, қоғаммен диалог құру құралы ретінде қарастыруға мүмкіндік береді.

Қазіргі білім беру кеңістігінде жобалық оқыту әдісі — ең тиімді педагогикалық технологиялардың бірі. Көркемдік жобалау пәнінде жобалық әдісті қолдану студенттердің белсенділігін арттырады, оларды дербес зерттеу мен тәжірибе жасауға итермелейді. Бұл әдіс арқылы студент өз идеяларын нақты өнімге айналдырады, оның әлеуметтік және экологиялық маңыздылығын бағамдайды. Сонымен қатар, жобалық іс-әрекет барысында цифрлық технологияларды, 3D модельдеу мен визуализацияны қолдану оқу процесін заманауиландырады [4].

Экологиялық дизайн идеяларын оқытуда студенттерге табиғат пен адам арасындағы өзара байланысты философиялық деңгейде түсіндіру маңызды. Табиғатты тек ресурс ретінде емес, тірі жүйе ретінде қарастыру, экологиялық сана мен мәдениетті тәрбиелеу – көркемдік жобалау пәнінің басты міндеттерінің бірі. Мұндай дүниетаным болашақ дизайнердің кәсіби этикасын айқындайды.

Әлеуметтік дизайнның басты мақсаты — қоғамдағы адамдардың өмірін жеңілдету, олардың эмоционалды және физикалық жайлылығын қамтамасыз ету. Бұл бағытта студенттер дизайнның адамға әсер ету психологиясын, коммуникациялық процестер мен мәдени контекстіні түсінуге үйренеді. Осы арқылы олар эстетикалық шешімдерді қоғамның нақты қажеттіліктерімен үйлестіруді меңгереді.

Көркемдік жобалау пәні тек кәсіби дағдыларды емес, тұлғалық құндылықтарды да қалыптастырады. Экологиялық және әлеуметтік бағыттағы жобалар студенттерге өз еңбегінің қоғам мен табиғатқа әсерін сезінуге мүмкіндік береді. Бұл олардың кәсіби рефлексиясын тереңдетіп, дизайнды адам мен табиғат арасындағы байланыс тілі ретінде қабылдауға үйретеді [5].

Қорыта айтқанда, көркемдік жобалау пәнінде экологиялық және әлеуметтік дизайн идеяларын қолдану — заманауи білім берудің маңызды бағыты. Бұл тәсіл студенттердің эстетикалық мәдениетін арттырып қана қоймай, олардың әлеуметтік жауапкершілігін, экологиялық ойлауын және азаматтық белсенділігін дамытады. Осындай интегративті көзқарас арқылы болашақ дизайнерлер мен педагогтар қоғамның тұрақты дамуына өз үлесін қосатын, мәдениетті және жауапты тұлға ретінде қалыптасады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Амангелді, С. (2021). Дизайн және қоғам: экологиялық көзқарас. – Алматы: Қазақ университеті баспасы.
2. Платонова, Н. (2020). Социальный дизайн как инструмент общественных преобразований. – Москва: Академия медиа.
3. Мырзахметова, А. (2022). Экологиялық мәдениет және дизайн-білімнің интеграциясы. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы.
4. Тілеуберген, М. (2021). Жобалық іс-әрекет педагогикасы және экологиялық көзқарас. – Шымкент: ОҚУ баспасы.
5. Назарова, Р. (2022). Экологиялық дизайн және әлеуметтік жауапкершілік. – Қызылорда: ҚМУ баспасы.

УДК 7.016.1. 004.8

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ДИЗАЙНЕ ИНТЕРЬЕРА

Жиенбаева М.Н., Абдуллаева Ә.Қ.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада интерьер дизайны саласында жасанды интеллектіні (ЖИ) қолданудың қазіргі мүмкіндіктері мен артықшылықтары қарастырылады. ЖИ технологиялары

дизайнерлердің шығармашылық процесін оңтайландырып, жобалау, визуализация және клиентпен өзара әрекеттесу сапасын арттырады. Сонымен қатар, мақалада жасанды интеллект негізінде жұмыс істейтін бағдарламалық құралдар мен олардың дизайн саласындағы инновациялық рөлі сипатталады. ЖИ көмегімен интерьер шешімдерін дараландыру, кеңістікті тиімді жоспарлау және жаңа эстетикалық тәсілдерді дамыту мүмкіндігі талданады.

The article explores the current possibilities and advantages of using artificial intelligence (AI) in the field of interior design. AI technologies optimize the creative process of designers, improving project development, visualization, and interaction with clients. The paper also describes AI-based software tools and their innovative role in the design industry. The potential of AI for personalized interior solutions, efficient space planning, and the development of new aesthetic approaches is analyzed.

Современный дизайн интерьера переживает этап стремительной цифровой трансформации. Искусственный интеллект (ИИ) становится одним из наиболее значимых инструментов, меняющих подход к проектированию и восприятию пространства. Если раньше дизайнеры опирались исключительно на собственный опыт и интуицию, то сегодня интеллектуальные системы способны анализировать данные, прогнозировать предпочтения пользователей и предлагать креативные решения, основанные на алгоритмах машинного обучения.

ИИ не заменяет человека, но усиливает его творческие возможности, превращаясь в интеллектуального помощника, ускоряющего процесс проектирования и визуализации интерьера.

Искусственный интеллект играет ключевую роль в автоматизации и оптимизации дизайнерского процесса. Он способен:

- анализировать предпочтения клиентов по изображениям и стилям;
- подбирать цветовые палитры и композиционные решения;
- генерировать 3D-модели и визуализации с высокой степенью реализма;
- адаптировать дизайн под конкретные параметры помещения (площадь, освещённость, назначение).

Использование ИИ значительно сокращает время работы над проектом и повышает точность визуальных решений, сохраняя при этом индивидуальный стиль дизайнера [1].

На сегодняшний день существует множество инструментов, использующих алгоритмы искусственного интеллекта:

- Midjourney, DALL·E, Adobe Firefly — системы генерации визуальных концепций, которые помогают создавать креативные идеи и композиции на раннем этапе проектирования.
- Planner 5D, Interior AI, RoomGPT — приложения, позволяющие автоматически подбирать мебель, цветовые решения и планировку пространства.
- Reimagine Home AI, Morpholio Board, Homestyler AI — платформы для интеллектуальной визуализации и редизайна интерьеров на основе анализа изображений.

Эти инструменты делают процесс проектирования более интерактивным, точным и персонализированным, позволяя дизайнеру сосредоточиться на концептуальной и художественной части работы.

Одним из наиболее значимых преимуществ искусственного интеллекта является возможность персонализации. Системы машинного обучения анализируют данные о поведении пользователей — их вкусы, предпочтения, стиль жизни — и на основе этого создают индивидуальные интерьерные решения.

Например, ИИ может предложить оптимальное размещение мебели с учётом привычек жильцов, осветительных условий и акустических характеристик помещения. Это позволяет добиться максимального комфорта и функциональности при сохранении эстетического единства [2].

Одним из наиболее заметных направлений применения ИИ является генеративная визуализация. Современные программы позволяют создавать фотореалистичные изображения интерьеров за считанные минуты. ИИ способен автоматически подстраивать освещение, материалы и текстуры, имитируя реальные условия. Благодаря этому дизайнеры могут быстрее презентовать идеи клиентам и оперативно вносить корректировки. Также активно развивается направление VR (виртуальной реальности) и AR (дополненной реальности), где ИИ помогает адаптировать модели под индивидуальные параметры пользователя, создавая эффект полного погружения в будущий интерьер.

Несмотря на многочисленные преимущества, использование искусственного интеллекта вызывает вопросы об авторстве, этике и роли человека в творческом процессе. ИИ способен генерировать образы, стили и композиции, но не обладает эстетическим вкусом и эмоциональным восприятием, присущим дизайнеру-человеку. Поэтому важно рассматривать искусственный интеллект не как замену, а как инструмент, дополняющий человеческий интеллект и расширяющий границы творчества. Эффективное взаимодействие дизайнера и технологий формирует новую философию проектирования — синтез художественного мышления и цифровых алгоритмов [3].

Современные технологии всё сильнее влияют на профессию дизайнера интерьеров. Если раньше проектирование основывалось только на опыте, воображении и ручной работе специалиста, то сегодня важную роль играет искусственный интеллект. Он помогает создавать более точные, продуманные и индивидуальные проекты, экономит время и даёт новые возможности для творчества.

Искусственный интеллект (ИИ) — это система, которая способна анализировать данные, делать выводы и предлагать решения почти так же, как человек. В дизайне интерьера он применяется на разных этапах: от планировки помещений до подбора цветов, мебели и освещения. Благодаря этому процесс проектирования становится проще, быстрее и точнее.

Одно из главных преимуществ использования ИИ — возможность быстро создавать 3D-визуализации и варианты оформления. Если раньше дизайнеру нужно было вручную выстраивать каждую деталь, то теперь программы с элементами искусственного интеллекта могут сгенерировать десятки возможных интерьеров за считанные минуты. Например, пользователь указывает размеры комнаты, стиль и цветовую гамму, а система предлагает готовые решения, которые можно изменить по желанию.

Кроме того, ИИ помогает в подборе мебели и материалов. Современные приложения могут анализировать каталог товаров и предлагать предметы, идеально подходящие по стилю и цвету. Некоторые платформы даже способны распознавать фотографии интерьеров и создавать подобные варианты, сохраняя общий дизайн. Это особенно полезно для заказчиков, которые хотят увидеть, как будет выглядеть их жильё ещё до начала ремонта.

Большое значение искусственный интеллект имеет и в вопросах освещения. Он может рассчитывать, как дневной свет распределяется по помещению, где лучше разместить лампы и какие осветительные приборы использовать. Таким образом, дизайнер получает возможность создавать не просто красивый, но и комфортный для жизни интерьер.

Современные технологии помогают также сделать дома «умными». Системы умного управления, которые работают на базе ИИ, позволяют контролировать температуру, освещение, музыку и даже запахи в помещении. Всё это создаёт атмосферу уюта и удобства, а также делает интерьер максимально адаптированным под привычки и потребности человека.

Однако вместе с преимуществами существуют и определённые проблемы. Во-первых, не все дизайнеры готовы использовать новые технологии, так как для этого нужно постоянно обучаться и осваивать сложные программы. Во-вторых, чрезмерное использование ИИ может привести к потере индивидуальности, ведь машина часто предлагает типовые решения. Поэтому важно, чтобы искусственный интеллект оставался помощником, а не заменой человеческому творчеству.

Несмотря на это, роль искусственного интеллекта в дизайне интерьера будет только расти. Он помогает не только экономить время, но и расширяет возможности специалистов. Благодаря ИИ можно создавать проекты, которые идеально соответствуют запросам клиента и учитывают мельчайшие детали.

Таким образом, искусственный интеллект стал важной частью современного дизайна интерьера. Он объединяет технологии и искусство, помогает находить новые формы выражения и делает процесс проектирования более доступным и удобным. Но в основе любого красивого и уютного пространства всё равно остаётся человек, его вкус, чувства и вдохновение. Поэтому будущее дизайна — это сотрудничество человека и искусственного интеллекта, где технологии усиливают креативность, а не заменяют её.

Искусственный интеллект открывает новые горизонты для развития дизайна интерьера, объединяя технологические возможности и творческий потенциал человека. Он способствует оптимизации рабочих процессов,

ускоряет визуализацию, повышает точность и адаптивность проектов. В то же время важнейшим остаётся сохранение авторского подхода и художественного взгляда, который придаёт дизайну уникальность.

В будущем интеграция ИИ и дизайнерского мышления позволит создавать не только функциональные, но и эмоционально насыщенные пространства, отражающие индивидуальность человека и дух времени.

Список литературы

1. Глазычев В. Л. Дизайн как он есть. — Москва: Архитектура-С, 2019.
2. Lupton E., Phillips J. Graphic Design: The New Basics. — Princeton Architectural Press, 2020.
3. Ханова Е. Инновационные технологии в дизайне интерьера. — Санкт-Петербург: Питер, 2023.

УДК:372.8:7

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ STEAM-ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА: МЕТОДИКА

Yigitaliyeva Husnida Muhammadali qizi

Студентка Национального Педагогического Университета имени Низами, Узбекистан

Бұл мақалада заманауи білім беру жүйесінде көркем өнерді оқытуда STEAM (ғылым, технология, инженерия, өнер, математика) технологияларын қолданудың теориялық негіздері, әдістемелік тәсілдері және практикалық қолданылуы жан-жақты қарастырылады. Зерттеуде STEAM тәсілін көркем өнер сабақтарында пайдалану арқылы пәнаралық интеграцияны, шығармашылық ойлауды, мәселелерді шешу дағдыларын, эстетикалық қабылдауды және практикалық дағдыларды дамыту мүмкіндіктері ғылыми тұрғыдан талданады. Мақалада заманауи цифрлық құралдарды, жобалық оқытуды, интерактивті әдістерді және инновациялық педагогикалық технологияларды қолдана отырып, көркем өнер сабақтарын ұйымдастырудың тиімді әдістері ұсынылады. Зерттеу нәтижелері STEAM тәсілін көркем өнерде қолданудың білім сапасын арттыруда, оқушылардың шығармашылық әлеуетін дамытуда және олардың болашақ мамандықтарға дайындығын қамтамасыз етуде зор маңызға ие екенін көрсетеді.

This article comprehensively examines the theoretical foundations, methodological approaches and practical applications of using STEAM (Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics) technologies in teaching visual arts in the modern education system. The study scientifically analyzes the opportunities for developing interdisciplinary integration, creative thinking, problem-solving skills, aesthetic perception and practical skills through the application of the STEAM approach in visual arts classes. The paper proposes effective methods for organizing visual arts lessons using modern digital tools, project-based learning, interactive methods and innovative pedagogical technologies. The research results demonstrate the significant importance of applying the STEAM approach in visual arts for improving the quality of education, developing students' creative potential and preparing them for future professions.

В условиях современного глобализационного процесса системы образования внедряют новые педагогические подходы и инновационные технологии. Образование STEAM (Наука, Технология, Инженерия, Искусство, Математика) представляет собой интегративную образовательную модель,

объединяющую не только науки и технологии, но и искусство с инженерией, играющую важную роль в формировании компетенций XXI века.

Изобразительное искусство традиционно рассматривалось как средство развития эстетических и творческих способностей человека. Однако в современном мире область искусства претерпела значительное влияние цифровой трансформации. STEAM-подход выводит изобразительное искусство за традиционные рамки, создавая новые возможности путем интеграции с наукой, технологией и инженерией. С его помощью учащиеся изучают не только рисование и различение цветов, но и учатся научно обосновывать свои творческие идеи, реализовывать их с помощью технологических средств и применять инженерные принципы [1-3].

Цель данной статьи — изучение теоретических основ, методологических подходов и практического применения STEAM-технологий на уроках изобразительного искусства, а также оценка их влияния на качество образования.

В настоящее время исследования в области STEAM-образования широко проводятся во многих странах. Международные исследования показывают, что STEAM-подход:

- Повышает понимание учащимися взаимосвязи между наукой, технологией, инженерией, искусством и математикой (Yakman, 2008);
- Развивает навыки критического мышления и решения проблем (Beers, 2011);
- Стимулирует креативность и инновационные подходы (Land, 2013).

В системе образования Узбекистана STEAM-подход относительно нов, однако в последние годы предпринимаются значительные усилия для его внедрения. В нашей стране с реализацией стратегии "Цифровой Узбекистан-2030" и принятием нового закона об образовании растет интерес к внедрению STEAM-технологий.

Методологической основой исследования являются системный подход, сравнительный анализ, наблюдение и педагогический эксперимент. В ходе исследования использовались следующие методы:

- Теоретический анализ — изучение литературы по STEAM-образованию;
- Педагогическое наблюдение — оценка эффективности STEAM-технологий на уроках изобразительного искусства;
- Анкетирование — изучение отношения учителей и учащихся к STEAM-подходу;
- Статистический анализ — обработка полученных результатов.

Значение steam-подхода на уроках изобразительного искусства STEAM-подход обеспечивает следующие преимущества:

1. Междисциплинарная интеграция на уроках изобразительного искусства:

- Изучение физических и математических основ цветов и форм;
- Понимание геометрических принципов перспективы и композиции;

- Изучение психологии цвета и его влияния на восприятие человека.

2. Освоение цифровых технологий, использование современных цифровых инструментов:

- Графические планшеты и программы для рисования (Photoshop, Illustrator);
- Программы 3D-моделирования (Blender, Tinkercad, SketchUp);
- Технологии виртуальной и дополненной реальности.

Актуальные проблемы при внедрении STEAM-подхода в уроки изобразительного искусства существуют следующие проблемы:

- Недостаточное оснащение школ современными цифровыми технологиями;
- Высокая стоимость специализированного программного обеспечения и оборудования;
- Недостаточное оснащение лабораторий и мастерских.

Решения и методические рекомендации для преодоления вышеуказанных проблем предлагаются следующие меры:

1. Совершенствование подготовки кадров.
 - Курсы повышения квалификации учителей по STEAM;
 - Мастер-классы и семинары;
 - Изучение и адаптация международного опыта.
2. Укрепление материально-технической базы.
 - Использование цифровых платформ и онлайн-ресурсов (Canva, SketchUp, ArtStation);
 - Оснащение школ современными технологиями;
 - Внедрение виртуальных лабораторий и симуляционных программ.
3. Совершенствование учебно-методического обеспечения.
 - Проектное обучение (project-based learning) для вовлечения учащихся в реальные проекты;
 - Усиление междисциплинарных связей — применение математических и геометрических закономерностей в изобразительных композициях;
 - Разработка новых учебных программ и пособий в рамках STEAM.
4. Улучшение организационных условий.
 - Введение гибкого расписания уроков;
 - Проведение междисциплинарных проектов и совместных занятий;
 - Разработка четких критериев оценивания.

Инновационные методы на уроках изобразительного искусства рекомендуется применять:

1. Перевернутый класс (Flipped Classroom)
 - Ученики изучают новый материал дома через видеоуроки;
 - Время урока посвящается практическим заданиям и проектам;
 - Учитель может реализовать индивидуальный подход [4-7].
2. Дизайн-мышление (Design Thinking)
 - Направлено на решение проблем через творческий процесс;

- Включает этапы эмпатии, определения, генерации идей, прототипирования и тестирования;

- Ориентировано на решение реальных жизненных задач.

Практические примеры.

1. Проект «Физика цвета»

- Предметы: Физика + Изобразительное искусство

- Тема: Физика света и цвета

- Технологии: спектрометр, цифровой микроскоп

- Практика: изучение спектра цветов и его применение в художественных работах

2. Проект «Геометрическая абстракция»

- Предметы: Математика + Изобразительное искусство

- Тема: Геометрические формы и их художественное выражение

- Технологии: программы 3D-моделирования

- Практика: создание абстрактных композиций на основе геометрических форм

3. Проект «Эко-дизайн»

- Предметы: Экология + Инженерия + Изобразительное искусство

- Тема: Устойчивые материалы и экологически чистый дизайн

- Технологии: 3D-принтер, переработанные материалы

- Практика: создание экологически чистых художественных объектов

4. Проект «Цифровой портрет»

- Предметы: Информатика + Изобразительное искусство

- Тема: Создание портрета с помощью цифровых технологий

- Технологии: графический планшет, Photoshop, Illustrator

- Практика: создание цифровых портретов

Результаты и обсуждение основных результатов исследования:

1. Улучшение академических достижений учащихся:

- Углубление междисциплинарных знаний;

- Значительное повышение практических навыков;

- Развитие способности проводить научно-исследовательскую работу.

2. Развитие творческих и когнитивных способностей:

- Рост креативности и инновационного мышления;

- Развитие навыков решения проблем;

- Совершенствование критического мышления и аналитических навыков.

Исследование показало, что применение STEAM-подхода на уроках изобразительного искусства значительно повышает не только знания и навыки по искусству, но и общую академическую подготовку учащихся [8,9].

Использование STEAM-технологий на уроках изобразительного искусства — это не только современный метод преподавания искусства, но и эффективный способ обучения учащихся комплексному мышлению, инновационным подходам и творческому решению проблем. Этот подход обеспечивает:

- Более увлекательный и результативный образовательный процесс;
- Освоение учащимися как традиционных художественных навыков, так и современных технологических компетенций;
- Развитие понимания междисциплинарных связей и способности их практического применения;
- Развитие креативного потенциала и инновационного мышления;
- Приобретение профессиональных навыков и компетенций, востребованных в будущем.

Внедрение STEAM-подхода в систему образования Узбекистана способствует подготовке нового поколения творцов, инноваторов и специалистов. Постоянное обновление и научные исследования в этой области играют важную роль в приведении системы образования Узбекистана к мировым стандартам.

Использованная литература

1. Yakman, P. (2008). STEAM Education: An Overview of Creating a Model of Integrative Education.
 2. Beers, S. (2011). 21st Century Skills: Preparing Students for THEIR Future.
 3. Land, M. H. (2013). Full STEAM Ahead: The Benefits of Integrating the Arts into STEM.
 4. Qosinov T. Tasviriy san'at asoslari. - Toshkent: "Fan va texnologiya", 2019.
 5. Makhkamova S. B. STEAM in Art Education: Methods and Perspectives. - European Journal of Arts, 2023, №4, 45-49.
 6. Karimov N., Mirzaev T. Pedagogik innovatsiyalar va zamonaviy ta'lim. - Toshkent: "O'qituvchi", 2021.
 7. Nuriddinov M. Raqamli san'at va texnologiyalar. - Toshkent: "Fan", 2023.
 8. Worldly Journals, Art and Technology in Education, Vol. 7, Issue 2, 2023.
 9. Abdurahmonov Q. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar. - Toshkent: "O'zbekiston", 2022.
- UNESCO (2022). Transforming Education through STEAM: Global Perspectives and Local Practices.

УДК: 004:744:378.147:37.018.43

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД В ОБУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНАМ «ИНЖЕНЕРНАЯ И КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАФИКА»

Игиталиева Х.М.

Студентка Национального педагогического университета Узбекистана им. Низами

This article analyzes the significance of innovative pedagogical approaches in teaching engineering and computer graphics, focusing on current problems and future prospects. It discusses the development of students' technical thinking, creativity, and visual design skills through the integration of digital technologies into the learning process. The paper also explores the effectiveness of using digital platforms, 3D modeling, and interactive software to improve teaching outcomes. The study scientifically substantiates the necessity of applying innovative approaches in engineering graphics education.

Бўл мақалада инженерлік және компьютерлік графика пәндерін оқытуда инновациялық педагогикалық тәсілдердің маңызы талданады, қазіргі мәселелер мен

болашаққа арналған перспективаларға ерекше көңіл бөлінеді. Мақалада студенттердің техникалық ойлау қабілеті, шығармашылық қабілеті және визуалды жобалау дағдыларын дамыту мәселесі цифрлық технологияларды оқу процесіне интеграциялау арқылы қарастырылады. Сондай-ақ, оқыту нәтижелерін жақсарту үшін цифрлық платформаларды, 3D-модельдеуді және интерактивті бағдарламалық қамтамасыз етуді қолданудың тиімділігі зерттелген. Зерттеу инженерлік графика пәнін оқытуда инновациялық тәсілдерді қолданудың қажеттілігін ғылыми тұрғыдан негіздейді.

Современной системе образования процесс обучения инженерной и компьютерной графике тесно связан с применением инновационных технологий. Инженерная графика — это ключевая дисциплина, формирующая техническое мышление, пространственное воображение и навыки визуального выражения, эффективное обучение которой требует современных подходов.

Актуальность инновационного подхода. Сегодня 3D-моделирование, цифровое проектирование, компьютерная анимация и технологии виртуальной реальности широко применяются в промышленности, архитектуре и образовании. Поэтому обучение работе в AutoCAD, SolidWorks, Blender, SketchUp не только развивает практические навыки, но и способствует развитию креативности студентов [1-3].

Актуальные проблемы. Вместе с тем в этой области существуют некоторые проблемы:

1. Устаревание учебных программ;
2. Недостаточная оснащённость лабораторий и технической базы;
3. Низкая квалификация преподавателей по работе с современными программами;
4. Недостаточное применение интерактивных методов в образовательном процессе.

Решения и перспективы. Для преодоления указанных проблем перспективными считаются следующие направления:

- Цифровизация учебного процесса и внедрение облачных технологий;
- Расширение возможностей дистанционного обучения через виртуальные лаборатории и симуляционные программы;
- Регулярные курсы повышения квалификации для преподавателей;
- Усиление междисциплинарной интеграции, например, сочетание информатики и дизайна с инженерной графикой.

Инновационные методы. Среди интерактивных методов эффективны подходы «перевернутый класс» (flipped classroom), «обучение на основе проектов» (project-based learning), «кейсовое обучение» (case study). Студенты, работая над реальными проектами, развивают не только графические навыки, но и инженерное мышление.

Преподавание инженерной и компьютерной графики на основе инновационного подхода — неотъемлемая часть современного образования. Использование передовых технологий, повышение квалификации преподавателей и обновление учебных программ существенно повышают

качество обучения, творческий потенциал студентов и их профессиональные компетенции.

Инновационные подходы в обучении инженерной и компьютерной графике — это образовательная стратегия, направляющая студентов на творческое мышление, самостоятельное принятие решений и решение современных проблем. Эти дисциплины по своей сути объединяют техническое мышление, пространственное восприятие, аналитическое мышление и эстетический вкус. Поэтому при их преподавании традиционные методы оказываются недостаточно эффективными; современным требованием является широкое применение цифровых технологий, интерактивных методов и визуальных симуляций [4].

Инновационный подход требует от преподавателя новых педагогических компетенций. Например, с помощью методов «перевернутый класс», «обучение на основе проектов», «геймификация», «design thinking» студенты превращаются из пассивных слушателей в активных творцов. Они создают реальные проекты, разрабатывают 3D-модели и визуально выражают свои идеи. Такой подход формирует у обучающихся не только предметные знания, но и навыки командной работы, анализа и решения проблем.

В условиях современной цифровой трансформации значение инженерной графики возрастает. Ведущие университеты мира внедряют в образовательный процесс технологии AR (дополненная реальность), VR (виртуальная реальность) и AI (искусственный интеллект). Система образования Узбекистана также достигает значительных успехов в этом направлении, однако для достижения более эффективных результатов необходимо укрепление технической базы, переподготовка преподавателей и адаптация международного опыта к национальной системе [5].

Кроме того, учебная среда, созданная с помощью инновационных методов, повышает мотивацию студентов, стимулирует их к самостоятельным исследованиям и усиливает междисциплинарную интеграцию. Это, в свою очередь, позволяет готовить специалистов технического и творческого профиля, соответствующих требованиям времени.

В заключение, преподавание инженерной и компьютерной графики на основе инновационного подхода является актуальной потребностью, повышает качество образования, профессиональные компетенции и формирует культуру цифрового мышления. Непрерывные обновления и научные исследования в этой области играют важную роль в приближении системы образования Узбекистана к мировым стандартам.

Использованная литература

1. Qosimov T. Muhandislik grafikasi asoslari. — Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2018.
2. Makhkamova S. B. Innovative approaches in teaching computer graphics. — European Journal of Arts, 2024, №1, 63–66.
3. Karimov N., Mirzaev T. Pedagogik innovatsiyalar nazariyasi. — Toshkent: “O‘qituvchi”, 2020.
4. Nuriddinov M. Raqamli ta’lim va texnologiyalar. — Toshkent: “Fan”, 2022.

ОӘЖ 74.200.58

ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ДИЗАЙН: ТҰРАҚТЫ ДАМУ ПРИНЦИПТЕРІН ЖОБАЛАУДА ҚОЛДАНУ

Иманқожа З.С.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается понятие экологического дизайна как ключевого направления устойчивого развития. Анализируются основные принципы экологического проектирования, включающие рациональное использование природных ресурсов, энергоэффективность, переработку отходов и биоориентированные технологии.

Summary: This article explores the concept of ecological design as a fundamental component of sustainable development. It analyzes the main principles of eco-design, including the rational use of natural resources, energy efficiency, waste recycling, and bio-oriented technologies. The integration of sustainability principles into modern design is shown to foster an environmentally responsible culture, where design becomes a tool not only of aesthetic expression but also of ethical transformation.

Қазіргі кезеңде әлемдік қоғамдастық алдында тұрған ең өзекті мәселелердің бірі—экологиялық дағдарыстың тереңдеуі және табиғи ресурстардың сарқылуы. Осындай жағдайда тұрақты даму идеясы адамзат өркениетінің жаңа бағыты ретінде танылып отыр. Бұл бағыттың басты қағидаты – табиғи орта мен адамның өзара үйлесімді қарым-қатынасын қамтамасыз ету. Осы идеяны іс жүзінде жүзеге асырудың маңызды тетіктерінің бірі – экологиялық дизайн. Экологиялық дизайн – бұл табиғатқа зиян келтірмейтін, ресурстарды үнемдейтін, қайта өңдеуді және экологиялық тепе-теңдікті сақтауды көздейтін жобалау бағыты. Ол тек сәулет пен өнеркәсіп саласында ғана емес, заманауи қоғамның барлық саласында қолданыс табуда.

Экологиялық дизайн ұғымы ХХ ғасырдың екінші жартысында пайда болды, алайда оның философиялық бастаулары адамзат мәдениетінің ежелгі дәуірлерінен бастау алады. Дәстүрлі қоғамдарда табиғатпен үйлесім, қоршаған ортаға құрмет пен жауапкершілік мәдениеті терең қалыптасқан болатын. Қазақ халқының дәстүрлі өмір салтында да табиғи ортаға бейімделу, экологиялық тепе-теңдікті сақтау принциптері айқын байқалады. Киіз үйдің құрылымы, тұрмыстық бұйымдардың экологиялық материалдардан жасалуы, сәндік-қолданбалы өнердегі табиғи бояуларды пайдалану – бұлардың барлығы қазіргі экологиялық дизайнның негізгі қағидаттарымен үйлеседі.

ХХІ ғасырда экологиялық дизайн тұрақты дамудың негізгі құралдарының бірі ретінде қарастырылады. Тұрақты даму концепциясы тек экономикалық және әлеуметтік аспектілерді ғана емес, экологиялық тепе-теңдікті де басты назарға алады. Осы тұрғыдан алғанда, жобалау ісінде табиғи ресурстарды ұтымды пайдалану, қалдықтарды азайту, қайта өңдеу және энергия тиімділігін арттыру сияқты принциптер ерекше мәнге ие. Бұл қағидаттар дизайнердің

кәсіби жауапкершілігі мен шығармашылық миссиясының жаңа өлшемін айқындайды [1].

Экологиялық дизайнның басты мақсаты – адамның өмір сүру ортасын экологиялық, эстетикалық және функционалдық тұрғыдан үйлестіру. Мұнда дизайн тек сыртқы көрініске немесе пішінге ғана емес, өнімнің немесе кеңістіктің бүкіл өмірлік цикліне назар аударады. Мысалы, интерьер дизайнның табиғи материалдарды пайдалану, энергия үнемдейтін жарықтандыру жүйелерін қолдану, ауа сапасын жақсартатын өсімдіктерді енгізу сияқты тәсілдер кең тараған. Өнеркәсіптік дизайнда бұл принциптер экологиялық таза өндіріс, қайта өңделетін материалдар және минималды қалдық технологияларын енгізу арқылы жүзеге асады.

Қазіргі экологиялық дизайнның дамуына цифрлық технологиялар да үлкен ықпал етуде. 3D модельдеу, виртуалды прототиптеу, жасанды интеллект негізіндегі экологиялық есептеулер жобалау үдерісін оңтайландырып, экологиялық тиімді шешімдерді таңдауға мүмкіндік береді. Цифрлық модельдер материалдардың экологиялық ізі мен көміртек шығарындыларын алдын ала есептеп, дизайнерге ең экологиялық таза нұсқаны таңдауға жағдай жасайды. Осылайша, инновациялық технологиялар мен экологиялық ойлаудың бірігуі дизайн саласының жаңа парадигмасын қалыптастырады [2].

Экологиялық дизайнның тағы бір маңызды аспектісі – мәдени және әлеуметтік жауапкершілік. Қоршаған ортаны сақтау тек техникалық міндет емес, сонымен қатар этикалық және мәдени құндылық. Дизайнердің шығармашылық шешімдері қоғамның экологиялық мәдениетін қалыптастыруға тікелей әсер етеді. Мысалы, экологиялық тұрғыдан таза өнімдерді визуалды тұрғыдан тартымды ету арқылы дизайнер тұтынушылардың экологиялық санасын оята алады. Бұл бағытта жасалған әрбір жоба экологиялық ағарту құралына айналады.

Қазақстан жағдайында экологиялық дизайн ерекше өзектілікке ие. Себебі елдің табиғи байлығы мол болғанымен, климаттық және экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы айтарлықтай байқалады. Осы тұрғыда жасыл архитектура, экологиялық урбанизм және ұлттық дәстүрге негізделген табиғи үйлесім қағидаттарын дамыту маңызды. Қазіргі қазақстандық дизайнерлер ұлттық мәдени код пен экологиялық принциптерді біріктіріп, табиғатпен үндес заманауи эстетиканы қалыптастыруда. Мысалы, табиғи тастар мен ағаш материалдарын пайдалану, энергия тиімді қасбеттер жасау, күн және жел энергиясын пайдалану сияқты шешімдер экологиялық дизайнның нақты көріністері болып табылады.

Экологиялық дизайн тек физикалық кеңістікпен шектелмейді. Ол адамның ойлау жүйесіне, өмір салтына және әлеуметтік қарым-қатынасына әсер етеді. Дизайн арқылы экологиялық мәдениет қалыптасады, тұтыну әдеттері өзгереді, табиғатқа ұқыптылық пен жауапкершілік сезімі артады. Сондықтан экологиялық дизайн – бұл тек кәсіби бағыт емес, адамның табиғатпен үйлесімді өмір сүру философиясы.

Экологиялық дизайн қағидаттарын білім беру саласына енгізу де аса маңызды. Дизайн мамандарын даярлау кезінде тұрақты даму идеялары мен экологиялық ойлау мәдениетін қалыптастыру – заманауи жоғары білімнің міндеті. Студенттер материал таңдаудан бастап, жобаның өмірлік циклі мен экологиялық әсерін бағалауға дейінгі кезеңдерде экологиялық жауапкершілікті түсінуге тиіс. Бұл бағыттағы білім мен тәжірибе жас мамандардың кәсіби этикасының негізіне айналады [3].

Тұрақты даму контексінде экологиялық дизайн эстетикасы да ерекше сипатқа ие. Экоэстетика ұғымы табиғи сұлулық пен функционалдық тиімділіктің үйлесімін білдіреді. Мұнда табиғат формалары мен түстері шабыт көзі ретінде пайдаланылады. Қарапайым пішіндер, табиғи текстуралар, бейтарап түстер және минимализм – экологиялық дизайн эстетикасының басты белгілері. Мұндай тәсіл адам психикасына жағымды әсер етіп, кеңістікте тыныштық пен үйлесім атмосферасын қалыптастырады.

Экологиялық дизайнның болашағы – инновациялар мен мәдени құндылықтардың синтезінде. Болашақта жасанды интеллект, биоимитациялық технологиялар, қайта өңделетін биоматериалдар мен энергия тиімді жүйелер экологиялық дизайнның жаңа бағытын айқындайды. Бұл үрдіс адам мен табиғат арасындағы байланыс философиясын жаңа деңгейге көтереді. Дизайнер енді тек форманы жасаушы емес, сонымен бірге табиғаттың қорғаушысы және экологиялық мәдениеттің насихатшысы.

Қорыта келгенде, экологиялық дизайн – бұл тұрақты даму идеясының көркемдік және практикалық жүзеге асуы. Ол табиғатқа зиян келтірмей, адамның өмір сапасын жақсартуға бағытталған жаңа мәдени парадигманы білдіреді. Экологиялық дизайн арқылы қоғамда жаңа экологиялық сана қалыптасып, адамзат өркениеті табиғатпен үйлесімді дамудың жаңа кезеңіне өтеді. Қазақстандағы экологиялық дизайнның дамуы ұлттық мәдениет пен табиғи мұраны сақтай отырып, болашақ ұрпақ үшін экологиялық тұрақты орта қалыптастыруға ықпал етеді. Бұл бағыт ХХІ ғасырдың басты құндылықтарының бірі – жауапты және саналы дизайнның символына айналуға.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Назарбаев Н. Қазақстанның жасыл экономикаға көшу тұжырымдамасы. – Астана, 2013.
2. Сариева Г. Экологиялық дизайн негіздері. – Алматы, 2021.
3. Қазақстан Республикасының Экология министрлігі. Тұрақты даму стратегиясы. – 2022.

ИНТЕГРАЦИЯ МЕТАКОГНИТИВНЫХ И ТВОРЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ТЕХНИЧЕСКОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНСТРУИРОВАНИЯ

Кадыров Д.
Преподаватель

Национального Педагогического Университета Узбекистана имени Низами

Осы мақалада техникалық модельдеу және жобалау саласындағы компетенцияларды дамыту барысында технологиялық білім беру бағыты бойынша бакалаврларды даярлау процесінде метакогнитивтік және шығармашылық ойлауға негізделген білім беру араласымдарының тиімділігі талданады. Болашақ технология мұғалімдерінің кәсіби дағдыларын жобалық-қызметтік оқыту, рефлексия және когнитивтік дербестікті дамыту арқылы қалыптастыруға арналған әдістемелік тәсілдер қарастырылады.

This article analyzes the effectiveness of educational interventions based on metacognitive and inventive thinking in the process of preparing bachelor students in technology education, focusing on the development of competencies in technical modeling and construction. The study discusses methodological approaches to enhancing future technology teachers' professional skills through project-based learning, reflection, and the development of cognitive independence.

В последние годы в Республике Узбекистан последовательно проводятся реформы по модернизации системы образования, внедрению инновационных педагогических подходов и широкому применению цифровых технологий. В частности, согласно постановлению Законодательной палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан № 516-IV от 28 октября 2020 года «О концепции развития науки, образования и цифровой экономики», в преподавании технологических дисциплин акцент делается на развитие цифрового мышления и практических навыков. Указом Президента Республики Узбекистан от 5 ноября 2022 года «О утверждении национальной программы развития народного образования на 2022–2026 годы» № PF-134 подчеркивается необходимость формирования у учащихся компетенций решения проблем, логического, творческого и технологического мышления, развития проектной и практической деятельности, а также метакогнитивного обучения. Эти реформы направлены на приближение системы образования Узбекистана к международным стандартам и развитие у студентов навыков самостоятельного обучения, критического мышления и инновационного принятия решений.

В этом процессе дисциплина технологического образования занимает ключевое место. Она знакомит учащихся с производственными процессами, техническими системами, культурой производства и инженерным мышлением. В современных условиях организация технологического образования через интегративную модель, основанную на метакогнитивном и творческом мышлении, является актуальным научно-практическим направлением.

Вопрос развития компетенций в технологическом образовании признан актуальной научной проблемой как на международном уровне, так и в системе образования Узбекистана. Ученые Узбекистана Н. Муслимов [1], О. Толипов

[2], Ш. Сафаров [3], О. Койсинов [4], Х. Кадыров [5], М. Кадыров [6], Ш. Муслимов [7], Н. Утаева [8] уделяли внимание вопросам формирования практической деятельности, проблемного мышления, технического мышления и творческих компетенций в технологическом образовании.

В российской системе образования вопросы развития технологического мышления исследованы А. В. Хуторским, который обосновал «компетентностный подход» как модель образования, направленную на личностное освоение [9]; Н. Э. Эргановой, которая отметила, что конструкторская деятельность в технологическом обучении является важным условием когнитивного и метакогнитивного развития учащегося [10]; В. С. Ледневым, который трактует содержание технологического образования как «предметную форму человеческой деятельности», связывая её с практическим мышлением. Кроме того, в работах С. П. Ивановой и М. А. Краснощёкова техническое моделирование рассматривается как эффективное средство развития креативной рефлексии преподавателей. По их мнению, через технологические задания ученик должен быть вовлечён не столько в «создание готового продукта», сколько в процесс «создания и анализа идеи».

Учёные Европы (Флавелл, Деннисон, Доган, Задок, Мейер) рассматривают метакогнитивную деятельность как основной когнитивный механизм обучения дизайну и технологиям. В исследовании Языджи Догана показано, что метакогнитивные интервенции в обучении архитектуре и дизайну значительно повышают креативную мотивацию, навыки самооценки и рефлексии учащихся [11]. Барак Задок предлагает строить технологическое обучение на основе подхода «problem-based design», подчёркивая развитие технического мышления через проблемный анализ практических задач [12]. Мейер демонстрирует, что применение метакогнитивных стратегий в цифровом моделировании и инженерном дизайне усиливает рефлексивное обучение студентов [13].

Анализ показывает, что метакогнитивные подходы в процессе технического моделирования учат учащихся анализировать собственное мышление, принимать стратегические решения и критически оценивать свою деятельность. Это укрепляет предложенный нами принцип «изучение технологии через мышление». Кроме того, занятия, основанные на изобретательском мышлении, стимулируют учащихся к созданию новшеств, риску и поиску нестандартных решений. Следовательно, интеграция метакогнитивных и изобретательских подходов в технологическом образовании обеспечивает эффективные результаты.

Метакогнитивные интервенции и программы изобретательского мышления имеют важное значение для развития у студентов технологического образования:

- технического мышления,
- компетенций в области дизайна и моделирования,
- творческих и рефлексивных навыков.

Эти подходы демонстрируют необходимость внедрения в систему подготовки преподавателей технологического образования модели рефлексивного обучения, основанной на практической деятельности.

Использованная литература

1. Muslimov N.A. Bo'lajak kasb ta'limi o'qituvchilarini kasbiy shakllantirish / Monog. – T.: Fan, 2004. – 126 b.
2. Tolipov O'.Q. Oliy pedagogik ta'lim tizimida umummehnat va kasbiy ko'nikma va malakalarni rivojlantirishning pedagogik texnologiyalari: Dis. ...ped.fan.dokt. – T.: 2004. – 314 b.
3. Sharipov Sh.S. O'quvchilar kasbiy ijodkorligi uzviyligini ta'minlashning nazariyasi va amaliyoti: Ped. fan. dok. diss.. – T.: 2012. – 264.
4. Qo'sinov O.A. Kompetentli yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-pedagogik ijodkorligini rivojlantirish texnologiyasi. Ped. fan. dok. diss. – T., 2019. – 218 b.
5. Кадыров Х.Ш. Формирование профессиональной компетенции будущих педагогов основе применения информационных и педагогических технологий. Молодой ученый. 2012. № 1 (36). стр.: 102-106.
6. Qodirov M.M. Bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarining kasbiy sifatlarini shakllantirish // p.f.f.d.(PhD) diss.avtoreferati. –T.: 2020. 54 b.
7. Muslimov Sh.N. Integratsiyaviy yondashuv asosida bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarining kasbiy-grafik kompetentligini rivojlantirish. Ped. fan. dok. diss. – T., 2024.
8. Utayeva N.N. Bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarining kreativligini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish. P.f.f.d. (PhD). Diss., Toshkent – 2025.
9. Хуторской А. В. Компетентност в образовании: Контекст и моделирование. Москва: Народное образование 2017.
10. Эрганова Н. Э. Методика развития конструктивного мышления в курсах технологии. Москва 2016.
11. Yazici, G., & Dogan, F. Reflection on designing: Metacognitive interventions to enhance metacognitive awareness, motivation, and performance in design learning. International Journal of Technology and Design Education. 2025.
12. Barak, M., & Zadok, Y. Teaching problem-solving strategies in technology education. Research in Science & Technological Education, 25(3), 179–193 2007.
13. Meijer, P. Metacognitive strategies in design-based education. European Journal of Education Studies. 2021.

УДК 7.017.4

ЭВОЛЮЦИЯ ВИЗУАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО ДИЗАЙНА

Лим А.В., Умарова Д.Т., Ерубеева А.Ж.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада визуалды мәдениеттің тарихи дамуы мен оның заманауи дизайнмен өзара байланысы талданады. Визуалды мәдениет қоғамның эстетикалық құндылықтарын, коммуникация тәсілдерін және технологиялық жетістіктерін бейнелейді. Зерттеу барысында ежелгі өркениеттерден бастап цифрлық дәуірге дейінгі визуалды өрнектердің эволюциясы қарастырылып, заманауи дизайнда олардың рөлі мен ықпалы анықталады. Автор заманауи дизайнердің кәсіби қызметінде визуалды сауаттылық пен мәдени контексті түсінудің маңыздылығын атап өтеді.

The article analyzes the historical development of visual culture and its interrelation with contemporary design. Visual culture reflects the aesthetic values, communication methods, and technological achievements of society. The study traces the evolution of visual expression from ancient civilizations to the digital era, revealing its role and influence in modern design. The author emphasizes the importance of visual literacy and cultural context understanding in the professional activity of contemporary designers.

Визуальная культура — это система образов, символов и эстетических форм, через которые общество выражает своё мировоззрение, ценности и уровень развития. На протяжении истории человечества визуальные средства коммуникации играли важную роль в формировании восприятия мира — от наскальных рисунков и фресок до современных цифровых интерфейсов и графического дизайна.

Современный дизайн, являясь частью визуальной культуры, не только наследует традиции прошлого, но и активно формирует новые культурные коды. Поэтому изучение эволюции визуальной культуры позволяет глубже понять природу дизайнерской деятельности и её значение в социокультурном пространстве.

Возникновение визуальной культуры связано с первыми художественными изображениями, созданными человеком. Уже в древности изображения служили не только декоративной функции, но и выполняли роль передачи информации, верований и коллективной памяти.

В античности визуальная культура развивалась в направлении гармонии, пропорции и красоты — принципов, которые легли в основу классического искусства и архитектуры. Средневековье внесло в визуальную систему духовное измерение, где символы и иконы стали выражением религиозных идей.

Эпоха Возрождения стала поворотным моментом, когда внимание к перспективе, реализму и индивидуальности человека привело к формированию нового эстетического мышления. С этого момента визуальная культура стала не просто отражением реальности, а способом её творческого осмысления [1].

XIX век ознаменовался промышленной революцией, что привело к массовому производству предметов и изменению визуальной среды. Появился промышленный дизайн, объединивший эстетику и функциональность. В XX веке развитие рекламы, кино, фотографии и типографики стало фундаментом новой визуальной парадигмы. Баухаус, конструктивизм, модернизм и поп-арт определили визуальный язык дизайна, где форма стала не только эстетическим, но и коммуникативным инструментом.

Дизайн начал выполнять социальную функцию — формировать визуальную идентичность, транслировать ценности и объединять общество через образы.

XXI век характеризуется тотальной цифровизацией и визуальной экспансией. Интернет, социальные сети и мобильные технологии сделали визуальную информацию основным способом коммуникации. Современные пользователи ежедневно взаимодействуют с бесчисленным количеством

изображений, и дизайн стал главным медиатором между человеком и информационной средой.

Графический, веб- и UX/UI-дизайн формируют визуальные интерфейсы, через которые происходит общение человека с цифровым пространством. Иллюстрации, анимации и 3D-визуализация стали неотъемлемой частью визуальной культуры, отражая динамику и многослойность современной жизни [2].

Современный дизайнер должен учитывать принципы восприятия визуального контента, культурные различия и особенности цифровых платформ. Таким образом, визуальная культура становится не только эстетическим, но и когнитивным инструментом.

Современная визуальная культура стремится к балансу между простотой формы и глубиной содержания. Минимализм, нейтральная палитра, модульность и интуитивность — ключевые принципы визуального языка XXI века. Однако за кажущейся простотой стоит сложная система смыслов, культурных ассоциаций и контекстов [3].

Дизайнер сегодня выступает не только как художник, но и как исследователь, способный интерпретировать визуальные символы и превращать их в понятные аудитории образы. Символизм в дизайне приобретает глобальный характер: визуальные решения должны быть универсально понятными и при этом сохранять культурную идентичность.

Современный дизайнер работает в условиях визуального перенасыщения и высокой скорости информационного потока. Умение выделять главное, создавать визуальные образы, которые воздействуют на сознание и эмоции человека, становится ключевой компетенцией.

Понимание эволюции визуальной культуры позволяет дизайнеру осознанно использовать исторические формы, стили и принципы, адаптируя их под современные реалии. Это способствует созданию проектов, которые не просто решают функциональные задачи, но и формируют культурную ценность.

Эволюция визуальной культуры — это не просто смена художественных стилей, а процесс постоянного диалога между обществом, технологией и эстетикой. Современный дизайн является неотъемлемой частью этого диалога, объединяя искусство, науку и коммуникацию.

Понимание исторических корней и культурного контекста визуальной культуры позволяет дизайнерам создавать осмысленные, выразительные и гармоничные проекты, способные отражать дух времени и формировать новые культурные смыслы.

Визуальная культура занимает особое место в жизни человека. Через изображения, цвета, формы и символы мы воспринимаем окружающий мир и выражаем свои идеи. Эволюция визуальной культуры тесно связана с развитием дизайна, ведь именно дизайн стал главным способом визуального общения в современном обществе.

С древних времён человек стремился передать свои мысли с помощью изображений. Первобытные рисунки на скалах можно считать первыми формами визуального языка. Позже, с развитием письменности, архитектуры и декоративного искусства, визуальная культура стала частью повседневной жизни. Каждая эпоха имела свой стиль — античность, Средневековье, Возрождение, барокко — все они по-своему отражали мировоззрение и эстетические представления людей.

С развитием технологий в XIX–XX веках визуальная культура изменилась особенно сильно. Изобретение фотографии, печати, кино и телевидения дало людям новые способы выражения. Появление рекламы и массовой культуры сделало изображение главным инструментом воздействия на человека. В это время сформировался графический дизайн, который объединил искусство и коммуникацию.

Во второй половине XX века визуальная культура стала глобальной. Благодаря развитию интернета, телевидения и массовых медиа изображения начали распространяться мгновенно. Люди стали получать информацию прежде всего через зрительный канал. Это изменило и саму роль дизайна. Если раньше дизайн служил в основном для украшения и упрощения быта, то теперь он стал языком общения, способом передачи идей, эмоций и смыслов. Современный дизайн невозможно представить без цифровых технологий. Компьютерная графика, анимация, 3D-моделирование и виртуальная реальность открыли огромные возможности для визуального творчества. Сегодня дизайнеры создают не только предметы, но и целые визуальные миры, сайты, интерфейсы, виртуальные пространства и бренды. Визуальная культура стала динамичной, интерактивной и многослойной.

Особое значение в современном дизайне имеет визуальная идентичность. Каждая компания, организация или даже личность старается создать свой узнаваемый образ — логотип, цветовую палитру, шрифт, стиль оформления. Всё это помогает выделиться и установить эмоциональную связь с аудиторией. Визуальная культура, таким образом, становится инструментом общения, влияния и самовыражения.

Однако с развитием цифровых технологий возникли и новые проблемы. Огромное количество визуальной информации приводит к переизбытку образов. Людям становится сложно отличать оригинальное от скопированного, правду от иллюзии. Кроме того, массовое использование шаблонных решений снижает качество визуальной среды. Современные дизайнеры сталкиваются с задачей — сохранить индивидуальность и смысл в условиях перенасыщенного визуального пространства.

Сегодня визуальная культура развивается в направлении осознанности. Всё больше внимания уделяется простоте, гармонии, экологичности и человеческим ценностям. Люди устали от визуального шума и стремятся к чистоте и смыслу в изображениях. Дизайнеры всё чаще используют минимализм, мягкие цвета, естественные формы и акцент на содержание, а не на внешние эффекты.

Таким образом, эволюция визуальной культуры — это путь от наскальных рисунков до цифровых интерфейсов и виртуальных миров. Каждое время вносило в неё свои особенности, отражая изменения в обществе, технологиях и мышлении. Сегодня визуальная культура — неотъемлемая часть современного дизайна, которая помогает человеку понимать мир, общаться и выражать себя. Будущее дизайна напрямую связано с тем, насколько осознанно мы будем использовать визуальные образы — не для перегрузки сознания, а для создания красоты, смысла и гармонии.

Список литературы

1. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2020.
2. Беньямин В. Произведение искусства в эпоху его технической воспроизводимости. — Москва: Ад Маргинем, 2019.
3. Фуко М. Слова и вещи. — Санкт-Петербург: Наука, 2021.
4. Луптон Э., Миллер Дж. Дизайн и визуальная коммуникация в цифровую эпоху. — Москва: Питер, 2023.

ОӘЖ 74.200.58

ГРАФИКА МЕН ЖОБАЛАУДЫ ОҚЫТУДА ИНТЕГРАТИВТІ ТӘСІЛДІҢ ТИІМДІЛІГІ

Мамасалиева А.Е., Бөрібек Н.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается эффективность интегративного подхода в обучении графике и проектированию как одного из ключевых направлений современного художественно-дизайнерского образования. Особое внимание уделяется взаимосвязи между практическими и теоретическими дисциплинами, развитию творческого мышления и междисциплинарных навыков у студентов. Автор анализирует педагогические и методологические принципы интеграции, а также влияние цифровых технологий на формирование визуальной культуры и проектного мышления.

The article examines the effectiveness of the integrative approach in teaching graphics and design as a key direction in contemporary art and design education. Special attention is given to the relationship between practical and theoretical disciplines, the development of creative thinking, and interdisciplinary competencies among students. The author analyzes pedagogical and methodological principles of integration, as well as the impact of digital technologies on shaping visual culture and design thinking.

Қазіргі білім беру кеңістігінде интегративті тәсіл оқытудың заманауи парадигмаларының бірі ретінде ерекше маңызға ие болып отыр. Әсіресе көркемдік білім беру саласында, оның ішінде графика мен жобалау пәндерін оқытуда бұл тәсіл оқушылардың шығармашылық ойлау қабілеттерін, талдау мен синтездеу дағдыларын, эстетикалық қабылдауын және жобалық мәдениетін қалыптастыруда тиімді құрал болып саналады. Интеграция ұғымы педагогикалық тұрғыдан әртүрлі білім салаларының мазмұнын, әдістерін және

технологияларын біріктіре отырып, оқушының танымдық әрекетін кешенді дамытуға бағытталады.

Графика мен жобалау — бұл өзара тығыз байланысқан, бір-бірін толықтыратын көркемдік бағыттар. Графика визуалды ойлаудың негізін қаласа, жобалау шығармашылық идеяны нақты нәтижеге айналдыруды қамтамасыз етеді. Сондықтан осы екі бағытты интеграциялау болашақ дизайнерлер мен көркем еңбек мұғалімдерін даярлауда үлкен рөл атқарады. Интегративті тәсіл арқылы студенттер бір уақытта композиция заңдылықтарын, материалдармен жұмыс істеу әдістерін, түстер мен формалардың өзара үйлесімін, сондай-ақ заманауи жобалау технологияларын меңгереді [1].

Графикалық және жобалау пәндерін оқытудағы интеграция оқушылардың шығармашылық іс-әрекетін белсендіреді. Мысалы, композициялық графикалық тапсырмалар мен жобалық эскиздерді қатар орындау студенттің эстетикалық талғамын арттырып қана қоймай, идеяны визуалды тілде жеткізе білу қабілетін дамытады. Бұл — тек техникалық дағды емес, сонымен бірге көркем ойлаудың жоғары деңгейін талап ететін шығармашылық процесс.

Интегративті тәсілдің тиімділігі педагогикалық тұрғыдан бірнеше бағытта көрінеді. Біріншіден, ол оқу материалының тұтастығын қамтамасыз етеді. Графика мен жобалаудың өзара байланысы студентке өнердің біртұтас жүйе ретіндегі табиғатын түсінуге мүмкіндік береді. Екіншіден, интеграция студенттің дербес және ұжымдық жұмысқа бейімділігін дамытады. Үшіншіден, интегративті тәсіл визуалды коммуникация мен жобалық ойлаудың жаңа формаларын қалыптастырады, бұл қазіргі дизайн мәдениетінің маңызды құрамдасы болып табылады [2].

Сонымен қатар, цифрлық технологиялардың дамуымен графика мен жобалауда интеграцияның жаңа деңгейі қалыптасты. Компьютерлік графика, 3D-модельдеу, визуалды коммуникация және интерактивті жобалау әдістері дәстүрлі көркемдік тәсілдермен ұштасып, жаңа сапалы нәтижелерге қол жеткізеді. Мысалы, Adobe Illustrator, AutoCAD, SketchUp сияқты бағдарламалар студенттерге күрделі графикалық идеяларды жобалық контексте жүзеге асыруға мүмкіндік береді. Бұл құралдар тек техникалық қызмет атқарып қана қоймай, шығармашылық ойды кеңейтудің де құралына айналып отыр.

Интегративті тәсіл студенттің когнитивтік және эмоционалды даму деңгейін арттырады. Көркемдік бейнелеу мен жобалық ойлау процестері қатар дамығанда, студенттің эстетикалық сезімталдығы, кеңістікті қабылдау қабілеті және визуалды талдау дағдылары күшейеді. Мұндай кешенді дайындық болашақ педагогтар мен дизайнерлердің кәсіби бәсекеге қабілеттілігін арттырады [3].

Психологиялық тұрғыдан алғанда, интегративті тәсіл шығармашылық еркіндік пен дербестікті дамытуға ықпал етеді. Оқушыларға белгілі бір стильдік немесе техникалық шектеулер қойылмай, оларды әртүрлі материалдармен, графикалық әдістермен, цифрлық құралдармен тәжірибе жасауға ынталандырады. Бұл өз кезегінде шығармашылық мотивацияны арттырады және оқу процесін тұлғалық мағынаға толтырады.

Интеграция процесінде мұғалімнің рөлі де өзгереді. Ол тек білім беруші емес, шығармашылық процестің модераторы, идеялар синтезін бағыттаушы тұлғаға айналады. Мұғалім студенттің шығармашылық ізденісін қолдап, түрлі бағыттарды байланыстыра отырып, оқу процесін икемді әрі динамикалық етеді. Мұндай педагогикалық модель білім беруді тұлғалық бағыттауға және оқу мотивациясын арттыруға мүмкіндік береді [4].

Қазіргі таңда графика мен жобалауды оқытуда интегративті тәсіл оқу бағдарламаларының инновациялық жаңғыруының маңызды бөлігіне айналып отыр. Бұл тәсіл білім беру мазмұнын жаңартумен қатар, студенттердің кәсіби дүниетанымын кеңейтеді, жобалық мәдениетін қалыптастырады. Оқу процесіне заманауи дизайн-технологияларды енгізу арқылы білім мен тәжірибенің, өнер мен ғылымның, дәстүр мен инновацияның синтезі жүзеге асады.

Интегративті тәсілдің тиімділігін тәжірибелік мысалдар арқылы да көруге болады. Мысалы, студенттердің жобалық жұмыстары мен графикалық композициялары бір тақырыптық идеяны әртүрлі құралдармен жеткізу арқылы көркем тұтастыққа ие болады. Бұл интеграцияның эстетикалық және когнитивтік нәтижелерін айқын көрсетеді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1.Ахметова Г. К. Заманауи көркемдік білім берудегі интеграциялық үрдістер. – Алматы: Қазақ университеті, 2020.
- 2.Назарбекова А. Т. Дизайн-педагогика және интегративті оқыту әдістері. – Нұр-Сұлтан: Л.Н. Гумилев атындағы ЕҰУ баспасы, 2021.
- 3.Платонова Е. В. Интеграция искусств в современном образовательном процессе. – Москва: Академия, 2019.
- Шәменова С. Ә. Көркемдік еңбек және дизайн технологиялары. – Алматы: Рауан, 2022.
- 4.Бердібекова Л. Б. Инновациялық білім беру және шығармашылық ойлау дамуы. – Шымкент: ОҚМПУ, 2020.

УДК 37.02

ПРЕПОДАВАНИЕ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ

Маназарова З.

Ташкентский Государственный Педагогический Университет Им. Низами

Бұл мақалада автор болашақ мұғалімдерді көркем шығармаларды талдау бойынша дайындаудың өзекті мәселелерін қарастырады.

Actual questions of Preparing future teachers for artistic analysis of works of fine art activity.

В связи с достижением нашей республикой независимости особое внимание уделяется реформированию системы образования и воспитания, в том числе выбору содержания знаний, формирующего молодых людей как творческих, способных к самостоятельному мышлению, всесторонне развитых

личностей, а также подбору эффективных методов и форм проведения занятий в образовательных учреждениях.

Согласно Постановлению Президента Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по дальнейшему совершенствованию системы образования и воспитания» № PQ-4884, одной из задач является «обеспечение преемственности и непрерывности учебных программ и дисциплин дошкольного, общего среднего, профессионального и высшего образования». Также задачи, связанные с организацией учебного процесса в вузах, закреплены в постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан «О мерах по совершенствованию системы организации учебного процесса в высших учебных заведениях», в концепции Президента Республики Узбекистан «Развитие системы высшего образования до 2030 года» от 08.10.2019 г. № PF-5847, а также в указе «О реализации государственной программы по приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан на 2017–2021 годы в Год науки, просвещения и цифровой экономики» от 02.03.2020 г. № PF-5953.

В целях выполнения указанных задач с 2020/2021 учебного года в вузах страны введен поэтапный переход на кредитно-модульную систему организации учебного процесса в соответствии с постановлением Кабинета Министров от 31.12.2020 № 824. Согласно этому постановлению разработан Порядок введения кредитно-модульной системы в высших учебных заведениях, который определяет внедрение кредитно-модульной системы на основе Европейской системы перевода и накопления кредитов (European Credit Transfer and Accumulation System — ECTS) [1].

Для образовательного процесса по специальности «Изобразительное искусство» в рамках кредитно-модульной системы разработаны нормативные материалы: учебные программы, каталог дисциплин, обеспечение академической мобильности, признание кредитов, а также образцы документов для определения уровня знаний студентов во время академической мобильности. Эти документы были подготовлены Министерством высшего и среднего специального образования совместно с Республиканским советом по высшему образованию. В нормативных документах основное внимание уделено развитию изобразительной деятельности, совершенствованию творческих способностей студентов, а также увеличению количества дисциплин по специальности.

В рамках высших образовательных программ по специальности «Изобразительное искусство» большое внимание уделено теории и методике преподавания изобразительного искусства, основам изобразительного искусства и его историческим аспектам. Будущие преподаватели изучают последовательность работы над рисунками в нескольких сеансах, выполняют этюды в аудитории и вне ее, создают композиции на заданные темы, работают с цветом и анализируют произведения искусства. Эти навыки связаны с профессиональной подготовкой в области изобразительного искусства и учат

видеть разнообразие форм и цветов окружающих объектов и явлений, а также их смысловое содержание.

Систематическое и целенаправленное развитие способности видеть позволяет будущим педагогам тонко и точно воспринимать все особенности формы и цвета, замечать наиболее интересные моменты в окружающей действительности. Изучение изобразительного искусства не должно сводиться к механическому копированию объектов с натуры, а строиться на понимании реальной действительности. Уже с первого года обучения студенты должны уметь выделять наиболее важные стороны изображения. Как и в любом учебном процессе, основой занятий по изобразительному искусству является воспитание учеников в высоких идеалах и объяснение им роли народности в искусстве. Эти задачи реализуются на всех видах занятий: живописи, рисунке, скульптуре, методике преподавания изобразительного искусства, пластической анатомии, истории искусства, технологии изобразительного искусства и репродукции произведений. Для успешного выполнения задач важно сосредоточенно работать, иначе невозможно достичь хороших результатов [2].

Одним из условий успешного освоения теории и техники изобразительного искусства является регулярная работа с рисунком и живописью, а также освоение процесса художественного анализа произведений искусства. Вне занятий студенты выполняют наброски, композиции, натюрморты, раскрашенные эскизы, рисунки различных пейзажей, портреты, работают с природными материалами, внимательно изучают окружающий мир и события, собирают репродукции, посещают музеи и выставочные залы при Академии художеств Узбекистана, читают литературу по искусству и искусствоведению, анализируют произведения — это имеет огромное значение.

Новый Узбекистан как демократическое правовое государство разрабатывает и внедряет собственные подходы к формированию гражданского общества, обеспечивает соблюдение прав и свобод человека, формирует социально ориентированную экономику, духовно обновляет общество и интегрируется в мировое сообщество. Достижение этих целей во многом зависит от интеллектуального потенциала нашего общества, культурного и профессионального уровня молодежи, их верности идеалам и духовного богатства. Практика показывает, что только та страна и нация могут достичь великого будущего и процветания, которая способна готовить образованных, профессионально квалифицированных и инициативных граждан, настоящих патриотов, обогащенных огромным духовным наследием, с высокой национальной культурой и включением их в сокровищницу мировой цивилизации [3].

Если средние школы и вузы смогут эффективно передавать накопленный опыт молодому поколению, методы работы с изобразительной деятельностью и способы создания новых знаний будут реализовываться в духе художественного образования в современных условиях. Важнейшим является сохранение знаний о развивающемся мире на требуемом уровне. Поэтому каждый преподаватель и студент считает целесообразным овладевать тремя

основными аспектами: знание изобразительной деятельности, участие в изобразительной деятельности, обучение изобразительной деятельности.

С помощью произведений изобразительного искусства проявляются художественно-эстетические знания. Искусство — это способ творческой деятельности и способ проявления личности в процессе творчества. «Любая деятельность может быть искусством. Искусство основано на восприятии. Все начинается с искусства: художественно-эстетическое мировоззрение, анализ произведений изобразительного искусства, творческий процесс, творческая среда, вдохновение и так далее».

Использованные литературы

- 1.Rasulov, m. (2024). O‘zbek xalq amaliy bezak san’at tarixi va uning rivojlanishi. Journal of culture and art, 2(2), 12–16. Retrieved from
- 2.Maxkamova, s. (2023). Tasviriy san’at asarlarini badiiy taxlil qilishda rassom kamoliddin bexzod ijodidan foydalanish masalalari. Journal of culture and art, 1(8), 107–114. Retrieved from
- 3.Omonov d.e. (2023). Qadimgi afrosiyob san’ati va tarixi. Inter education & global study, (3), 8-15.

УДК: 372.8:7:615.851:159.9

ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Маназарова З.Д.

Узбекистанский Национальный Педагогический Университет

Мәтінде арт-терапияның мазмұны, мақсаты және оның адамның психикасына әсері қарастырылады. Онда шығармашылық әрекет арқылы стрессті азайту, эмоциялық күйді жақсарту және тұлғалық даму үдерісіне ықпал ету мүмкіндіктері талданады.

The article examines the content, purpose and impact of art therapy on the human psyche. It analyzes the possibilities of reducing stress, improving emotional well-being, and promoting personal development through creative activities.

Душа человека — безграничный, утончённый и нежный мир. В этом мире колышутся чувства, тени воспоминаний перекликаются друг с другом, а мечты сияют, словно звёзды.

Искусство — это язык этого внутреннего мира: оно без слов, но обладает глубокой логикой и эмоциональными слоями. Арт-терапия же — это метод, который использует этот язык, чтобы слушать душу человека, помогать ей перестраиваться и исцеляться. Она объединяет в себе эстетические, психологические и педагогические элементы. Арт-терапия — это не только рисование или раскрашивание; это новый вид взаимодействия между клиентом (пациентом, учеником или участником) и терапевтом. Через такое взаимодействие чувства, которые невозможно выразить словами, проявляются наружу в виде рисунка, формы, ритма или узора.

Арт-терапия — это лечение через искусство, процесс превращения внутренних переживаний во внешние образы. Термин получил широкое распространение в середине XX века и сегодня стал устойчивым направлением психотерапии. Арт-терапия помогает обнаружить те чувства, до которых невозможно добраться с помощью одних слов.

В этом направлении терапевт и участник работают совместно: терапевт направляет процесс, создаёт безопасное пространство, а участник раскрывает свой внутренний мир через творчество. Результатом становится не просто красивый рисунок, а снижение эмоционального напряжения, самопознание и восстановление социальных функций [1].

Термин «арт-терапия» (буквально: лечение искусством) был введён художником Адрианом Хиллом в 1938 году при описании его работы с пациентами, больными туберкулёзом, в санаториях. В годы Второй мировой войны методы арт-терапии применялись в США при работе с детьми, освобождёнными из фашистских лагерей. Изначально арт-терапия отражала психоаналитические идеи З. Фрейда и К. Г. Юнга, согласно которым конечный продукт художественной деятельности (рисунок, скульптура, коллаж) выражает бессознательные психические процессы. В 1969 году в США была основана Американская ассоциация арт-терапии [2].

В узком смысле арт-терапия — это терапия, основанная на изобразительном искусстве (изотерапия). Она широко используется для диагностики и коррекции невротических и психосоматических нарушений у детей и подростков, испытывающих трудности в обучении и социальной адаптации. Рисунок отражает эмоциональное состояние человека.

Разновидности арт-терапии:

- Музыкотерапия;
- Драматерапия;
- Танцевально-двигательная терапия;
- Куклотерапия;
- Песочная терапия;
- Скульптурная терапия;
- Фототерапия;
- Игровая терапия;
- Терапия с использованием метафорических ассоциативных карт.

Показания к арт-терапии: эмоциональные трудности, стресс, депрессия, сниженное настроение, эмоциональная нестабильность, импульсивность реакций, чувство эмоционального отвержения, одиночество, межличностные конфликты, недовольство семейными отношениями, повышенная тревожность, страхи, фобии, негативная самооценка, заниженная самооценка [3].

Задачи арт-терапии по К.Рудестаму:

Предоставить социально приемлемый выход для агрессии и других негативных чувств;

Облегчить процесс лечения (психотерапии) как вспомогательный метод;

Получение материала для психодиагностики;

Работа с вытесненными мыслями и эмоциями;
Установление контакта с клиентом;
Развитие саморегуляции;
Повышение внимания к чувствам;
Развитие креативности и повышение самооценки.

Арт-терапия опирается на ряд принципов: безопасность и конфиденциальность; свободное творчество без оценки; облегчение внутреннего напряжения через внешнюю выразительность. Терапевт не навязывает решения, но мягко направляет при необходимости.

Методы разнообразны: рисование (карандаш, краски, пастель), коллаж и смешанные техники, лепка, графический дизайн, драматические медитации, занятия на основе музыки и ритма, выражение через рассказы и прозу. Метод подбирается с учётом возраста, возможностей и типа проблемы.

Идея арт-терапии уходит корнями в древность: музыка, танец и изображение издавна использовались в разных культурах как средство духовного исцеления. Современная арт-терапия сформировалась в XX веке на стыке психологии и искусства. Первые опыты проходили в больницах, где творчество помогало улучшить состояние пациентов.

В узбекской культуре визуальное и музыкальное творчество также традиционно служило средством гармонизации эмоционального состояния. Сегодня арт-терапия приобретает локальные особенности, интегрируя национальные элементы искусства в терапевтические практики.

Эффективность арт-терапии объясняется несколькими механизмами:

-экстернализация — внутренние переживания переносятся вовне, что помогает взглянуть на проблему со стороны;

-символизация — сложные воспоминания выражаются с помощью символов;

-катарсис — через творчество человек освобождается от накопленных эмоций;

-регуляция — творческий процесс снижает стресс и помогает восстановить внутреннее равновесие.

Рассмотрим несколько примеров.

9-летний ребёнок, испытывающий стресс в школе и трудности в семье, перестаёт проявлять активность. В процессе арт-терапии он начинает выражать свои чувства через цвета: голубой и зелёный — спокойствие, чёрные линии — страх и грусть. Постепенно он учится управлять эмоциями, его участие в учебном процессе улучшается.

Другой пример — женщина 45 лет, впавшая в депрессию после тяжёлой утраты. Используя коллажи и творческую прозу, она выражает свой опыт не словами, а образами. Этот процесс способствует её восстановлению.

Применение на уроках изобразительного искусства:

Цель: помочь участникам расслабиться и осознать свои чувства.

Материалы: бумага, карандаши, пастель, безопасные краски.

Этапы занятия:

1. Введение (5 мин): краткое знакомство, создание доверительной атмосферы.
2. Подготовка (5 мин): дыхательные упражнения, представление цвета с закрытыми глазами.
3. Творческое задание (25 мин): рисунок на тему «Мой внутренний сад».
4. Рефлексия (10 мин): обсуждение работ, словесное выражение эмоций.

Педагог направляет участников, но не оценивает и не критикует. Цель — свободная экспрессия и чувство безопасности.

Оценка и наблюдение: Используются качественные методы (наблюдение, интервью, анализ рисунков) и количественные (психометрические тесты, уровень стресса, рейтинги поведения).

Простая форма наблюдения:

1. настроение студента при приходе (по шкале 1–5);
2. степень участия (активное, среднее, пассивное);
3. чувства после занятия (словесно или через рисунок).

Эти данные помогают педагогу отслеживать динамику.

Арт-терапия — эффективное средство для поддержания и восстановления психического здоровья в современном обществе. Она ценна своей гибкостью и гуманным подходом. Через арт-терапию человек получает возможность выразить опыт и эмоции, лежащие глубже слов.

В будущем необходимы исследования по оценке эффективности арт-терапии, адаптации её к культурному контексту и интеграции в школьную и медицинскую практику. Также важно изучать местные традиции и включать национальные элементы в терапевтические методы.

Арт-терапия — это исцеление через один из видов искусства. Как это работает?

Творчество является одним из способов для человека войти во внутренний мир и осознать себя. Оно обращено к самым светлым, глубоким и искренним сторонам души. Когда человек пишет, рисует, лепит или проявляет себя в других видах искусства, это помогает ему расслабиться, выразить себя и хотя бы немного достичь гармонии со своей душой и внутренним состоянием.

Кроме того, творчество является эффективным способом «разрядки» психики и сегодня широко используется в практической психологии под названием «арт-терапия».



Рисунок 1. Арт-терапия

Почти каждый психолог ощущает необходимость прибегать к таким методам, как арт-терапия, на некоторых этапах психического исцеления человека. Разновидности и методы этого подхода позволяют значительно разнообразить режим лечения, улучшить состояние пациента и помочь разрешить глубокие конфликтные ситуации. Используя эти схемы коррекции, педагог преследует несколько целей. Уроки изобразительного искусства дают человеку возможность освободить негативные чувства, воздействующие на него, включая агрессию, и выразить их в социально приемлемой форме. Например, работа над скульптурами или рисунками позволяет облегчить стресс и заменить его положительными эмоциями. Искусство предоставляет человеку возможность невербального общения. Иногда человеку проще понять и выразить внутренние конфликты через визуальные образы, не используя слова и не пытаясь точно воспроизвести происходящую ситуацию.

В психологии виды арт-терапии, включающие процесс создания художественного объекта, дают психологам и врачам множество интересных материалов, которые могут быть эффективно использованы для последующего анализа и постановки диагноза.

Совместные занятия искусством позволяют людям установить быстрый контакт с профессиональным психологом и врачом-терапевтом, достичь необходимого уровня доверия, преодолеть застенчивость и создать комфортные условия для работы. Арт-терапия позволяет человеку выразить свои чувства и привычные эмоции и мысли. Иногда это может быть единственным способом для пациента выразить свои переживания.

Уроки изобразительного искусства способствуют развитию самоконтроля и чувства самовоспитания. Техника также помогает сосредоточить внимание на ощущениях и приобрести новый опыт. Например, при работе с моделированием пациент экспериментирует с формами, ощущает текстуры и сталкивается с другими аспектами материала. Разумеется, не следует забывать, что все виды арт-терапии способствуют повышению уровня самоуважения человека. Люди, участвующие в таких занятиях, после завершения работы (например, после окончания рисунка или скульптуры) испытывают удовлетворение от своих действий.

Кроме того, искусство часто помогает человеку открыть новые художественные способности, о которых он даже не подозревал. Преимущество этого в том, что повышается уважение к себе и самооценка. Например, для дошкольников и младших школьников практически все виды арт-терапии открывают большие возможности. По окончании курса арт-терапии человек может продолжать свои творческие работы, и в будущем это может стать частью его профессиональной деятельности. Для детей доступны все виды арт-терапии, как и для взрослых. Этот метод считается универсальным. В дальнейшем ребёнок может применять эти упражнения самостоятельно, однако часто занятия по изобразительному искусству сочетаются с регулярными консультациями, в ходе которых врач получает больше информации от пациента, даёт рекомендации и т.д. Часто проводятся групповые занятия, где

несколько пациентов занимаются творчеством одновременно. Это даёт им возможность удовлетворить потребность в общении и поддержке.

Использованная литература

1. Zukhra Manazarova Daniyor kizi. (2025). STILL LIFE DRAWING TECHNIQUE WITH PENCIL. Ethiopian International Multidisciplinary Research Conferences, 120–123. Retrieved from <https://eijmr.org/conferences/index.php/eimrc/article/view/1434>
2. MAXKAMOVA , S. (2023). TASVIRIY SAN'AT ASARLARINI BADIY TAXLIL QILISHDA RASSOM KAMOLIDDIN BEXZOD IJODIDAN FOYDALANISH MASALALARI. Journal of Culture and Art, 1(8), 107–114. Retrieved from <https://imfaktor.com/index.php/jocaa/article/view/767>
3. Maxkamova , S. B. (2023). РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ КОМПОЗИЦИИ В ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМ ИСКУССТВЕ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА. Innovative Development in Educational Activities, 2(7), 222–230. Retrieved from <https://openidea.uz/index.php/idea/article/view/1017>
4. Саодат Бахтияровна Махкамова (2023). ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ УЧАЩИХСЯ В ШКОЛЕ И КАК ОНИ ПРОЯВЛЯЮТ СВОИ ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ В ЭТЮДАХ, КОМПОЗИЦИОННЫХ ВАРИАНТАХ, В СВОИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЯХ. Oriental Art and Culture, 4 (5), 311-3
5. 26TALIPOV, N. (2024). TALABALARNI QISQA MUDDATLI RANGLAVHALAR ISHLASHGA O'RGATISHNING MUHIM OMILLARI. Journal of Culture and Art, 2(2), 17–22. Retrieved from <https://imfaktor.com/index.php/jocaa/article/view/990>

УДК:75.03

ИСТОРИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ИСКУССТВА РИСУНКА

Мусирманова Х.Д.

Студентка 2 курса факультета профессионального образования ТГПУ им. Низами, направления «Изобразительное искусство и инженерная графика».

Осы мақалада сурет өнерінің шығу тарихы, қалыптасуы және тарихи даму кезеңдері талданады. Процесс ежелгі үңгір суреттерінен бастап антикалық, орта ғасырлық, Қайта өрлеу дәуірі және қазіргі заман кезеңдеріне дейін қарастырылады. Сондай-ақ, мақалада Өзбекстан мен Орта Азияда сурет өнерінің дамуы, ұлттық кескіндеме мектептерінің қалыптасуы және заманауи технологиялардың әсері зерттеледі. Мақалада сурет өнерінің эстетикалық және рухани мәні, оның адамның ойлау қабілеті мен мәдениетін дамытудағы рөлі ашылады.

This article analyzes the origin, formation, and historical stages of the development of drawing art. The process is highlighted from ancient cave paintings to the periods of antiquity, the Middle Ages, the Renaissance, and modern times. The article also discusses the development of drawing art in Uzbekistan and Central Asia, the formation of national painting schools, and the influence of modern technologies. It reveals the aesthetic and spiritual significance of drawing art and its role in the development of human thought and culture.

Рисунок — один из древнейших и важнейших видов изобразительного искусства, в котором изображение создается с помощью линии, тени, света и формы. Термин образован от сочетания слов «карандаш» и «изображение» и

считается основой рисования. Искусство рисунка занимало важное место в формировании культуры, мышления и художественного вкуса человечества.

Корни рисунка восходят к ранним периодам человечества. В эпоху древнего каменного века люди рисовали на стенах пещер животных, охотничьи сцены и человеческие фигуры с помощью острых камней. Эти изображения были найдены в пещерах Ласко во Франции и Альтамира в Испании. Они показывают, что рисунок был одним из средств художественного выражения людей того времени [1].

В Древнем Египте на папирусах с помощью кисти и чернил создавались ритуальные надписи, религиозные сцены и бытовые изображения, что стало первыми письменными формами рисунка.

Греческие художники изучали анатомию и пропорции, чтобы точно передавать их линиями. Их работы впоследствии оказали большое влияние на европейские художественные школы.

На Востоке, особенно в Китае и Японии, развивалось искусство работы тушью («мо-би»), и сила линии достигла чрезвычайно высокого уровня. В китайских рисунках каждая линия выражала определенное эмоциональное состояние и смысл. Этот стиль стал основой миниатюрного искусства Ирана, Индии и Мавераннахра [2].

В средневековой Европе рисунок использовался для украшения рукописей религиозного и образовательного содержания. Изображения оживлялись с помощью линии, золотого цвета и теней. Однако в эпоху Возрождения к рисунку появился научный подход. Великие мастера Леонардо да Винчи, Микеланджело, Рафаэль изучали анатомию человека, движение, законы света и тени и точно передавали их с помощью карандаша. В этот период рисунок стал не только подготовительной стадией, но и самостоятельным видом искусства.

XVII–XIX века стали наиболее продуктивным периодом в развитии искусства рисунка. Художники уделяли внимание не только линии, но и эмоциональной, духовной стороне изображения. Мастера Рембрандт, Делакура, Энгр расширили возможности рисунка в выражении света, фактуры и настроения [3].

В этот период в художественных школах рисунок стал преподаваться как отдельный предмет. Фигуры, портреты и пейзажи, выполненные в академическом стиле, основывались на точном выражении линии.

В древней культуре народов Центральной Азии рисунок занимал особое место. В настенных росписях Афросиоба, Варакши, Тупроккалы проявлялось сочетание линии и цвета.

В эпоху Тимуридов (XIV–XV века) расцвела миниатюрная живопись. Камолиддин Бехзод передавал тонкие нюансы выражения через линию и цвет. Его работы являются ярким примером восточной графики, демонстрируя значимость композиции, ритма и баланса в рисунке [4].

В XX веке в Узбекистане формировалось профессиональное художественное образование. Художники Павел Бенков, Урал Тансиқбоев,

Чингиз Ахмаров, Рауф Тохиров в своем творчестве сочетали национальные традиции рисунка с современными художественными средствами [5].

В XXI веке, с развитием технологий, искусство рисунка вышло на новый уровень. Цифровая графика, дизайн, 3D-моделирование с помощью электронных планшетов и программного обеспечения расширили возможности создания линий.

Тем не менее, традиционные материалы, такие как карандаш, уголь, сангина, остаются основой художественной практики [6].

Сегодня искусство рисунка признается важным средством эстетического воспитания молодежи, развития мышления и проявления творческого потенциала.

Искусство рисунка, являясь неотъемлемой частью культуры человечества, во все времена сохраняло свою ценность. Оно позволяет выражать форму, содержание и духовное состояние через линию. На каждом историческом этапе это искусство обогащалось новыми стилями и техниками и до сих пор сохраняет свою актуальность.

Таким образом, изучение искусства рисунка способствует не только совершенствованию художественного мастерства, но и глубокому пониманию эстетических возможностей человеческого мышления.

Использованные литературы

- 1.Behzod, K. (2015). Sharq miniatura san'ati tarixi. Toshkent: Fan nashriyoti.
- 2.Karimova, D. (2020). Tasviriy san'at asoslari va qalamtasvir. Toshkent: O'zbekiston milliy nashriyoti.
- 3.Leonardo da Vinci. (1989). Traktat o jivopisi. Moskva: Iskustvo.
- 4.Qodirov, B. (2017). Rassomlik nazariyasi va amaliyoti. Samarqand: SamDU nashriyoti.
- 5.Alpatov, M. (1990). Istoriya izobrazitelnogo iskusstva. Moskva: Iskustvo.
- 6.Sharipov, S. (2022). Zamonaviy grafika va raqamli san'at. Toshkent: San'at nashriyoti.

УДК 62.01:37.013

ФОРМИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ПРОГРАММ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАФИКИ НА УРОКАХ ЧЕРЧЕНИЯ

Мухамадалиева Зухрахон Махмуджон кизи

Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами

В статье даны рекомендации по формированию креативных навыков посредством программ компьютерной графики для того, чтобы будущий студент мог регулярно пополнять свои знания, активизировать свои способности, умения и навыки, стать квалифицированным специалистом.

The article provides recommendations for the formation of creative skills through computer graphics programs so that a future student can regularly supplement their knowledge, activate their abilities, skills, and abilities, and become a qualified specialist.

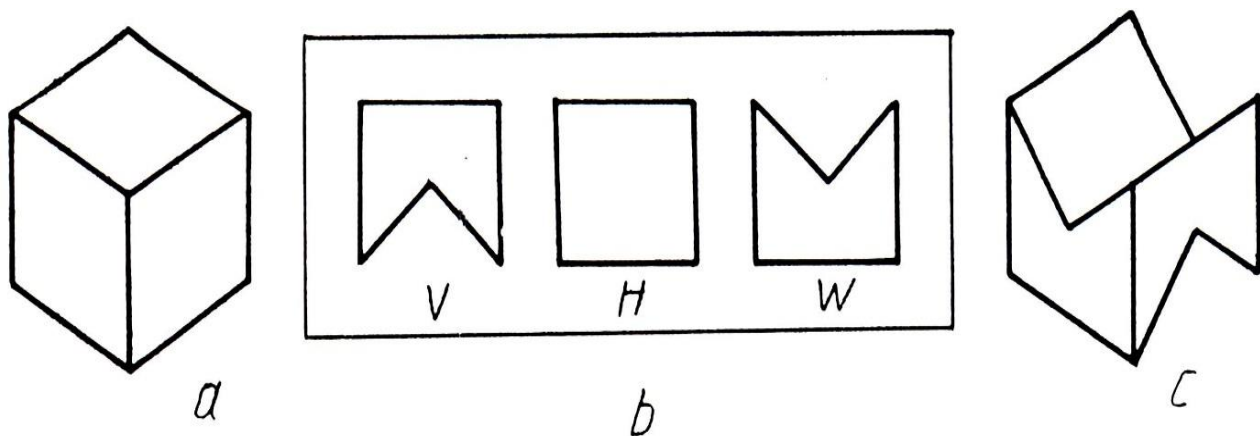
Образование становится одной из важнейших сфер, определяющих жизнедеятельность, интеллектуальный потенциал и социальный статус

человека. В настоящее время система образования - это не просто процесс передачи знаний, а система, направленная на развитие мышления, мировоззрения и творческих способностей человека и проявляется как сложный социальный механизм. Поэтому в образовательном процессе необходимо решать многие проблемы, непосредственно влияющие на деятельность человека, на основе современных подходов. Сегодня стремительное развитие научно-технического прогресса требует коренного обновления содержания и форм образования. В результате изменений, происходящих в сфере науки, возникают новые теоретические концепции и методологические подходы. Это позволяет превратить образование в производственный потенциал общества, источник социально-экономического развития, повысить его практические результаты.

Инновационные технологии - это один из важнейших факторов, обеспечивающих формирование гармонично развитой личности, повышающих эффективность образовательного процесса. В их основе лежит развитие у учащихся навыков самостоятельного мышления, творческого поиска, стремления к созданию нового, аналитического и критического мышления. Такой подход отличает обучение от пассивного процесса и креативное мышление - одна из важнейших компетенций, которыми должно овладеть молодое поколение. Потому что она побуждает человека адаптироваться к любым меняющимся условиям, находить новые подходы и совершенствовать существующую ситуацию [1].

В нынешнюю эпоху стремительного технологического прогресса нельзя ограничиваться простой грамотностью или традиционными знаниями; время требует жизни в стремительно обновляющейся, постоянно меняющейся среде. Президент¹ Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев в одном из своих выступлений отметил: "В старших классах дети формируются как личности, так и как коллективы. В этот самый момент их не следует отрывать от среды, к которой они привыкли. Это может негативно сказаться на психике, посещаемости и, в конечном итоге, на образовании и воспитании молодежи [2].

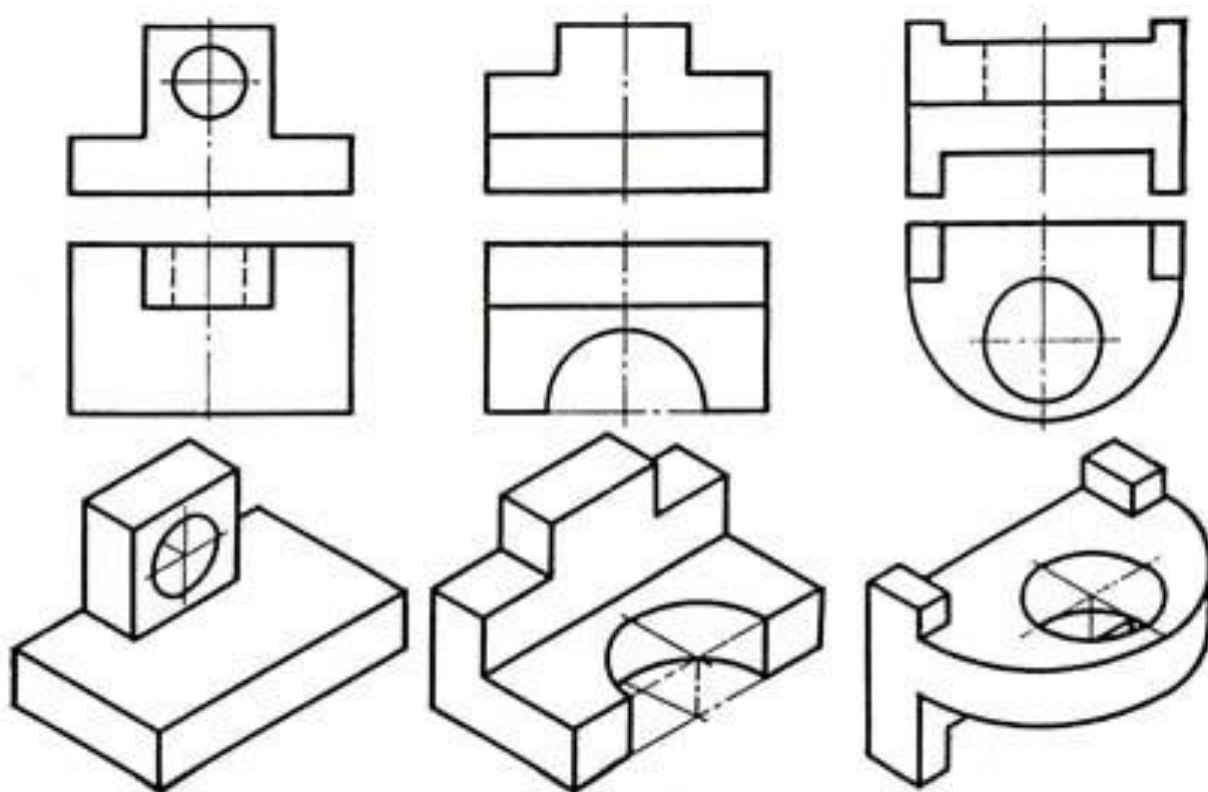
Поэтому обеспечение непрерывности образовательного процесса, "Необходимо совершенствовать программы. В графической программе AutoCad линии были нарисованы с очень высокой точностью в 2D и 3D среде из разделов "Черчение": геометрическое, проекционное, машиностроение, черчение [3]. Если учитель черчения использует технологии компьютерной графики при передаче знаний учащимся и выполнении графических работ, он достигнет поставленной цели. Ученики творчески подходят к этому процессу. Конструировать куб геометрического тела так, чтобы полученная из него модель плотно проходила через заданные отверстия V, H, W (чертеж-1. а, б).



Чертеж-1.

Учащийся конструирует так, чтобы из отверстия В плотно проходили главные изображения модели, из отверстия Н - изображения сверху модели, из отверстия W - изображения слева модели. Куб, спроектированный таким образом и с обрезанными лишними участками, показан на чертеж-1, с. Здесь учащийся пытается представить себе, как будущая модель проходит через эти три отверстия, чтобы выполнить данное задание, и проводит творческие исследования. После нескольких попыток создаются конструкции различных вариантов, и в результате общения с учителем определяется правильный ответ. Кто быстрее находит дидактическое упражнение [4]. Условие упражнения. Определение недостающих линий и допущенных ошибок на видах детали (чертеж 2).

Устранение проблем путем обучения учащихся исправлению недостатков, встречающихся на чертежах, тщательному анализу чертежей и компетентно-повышение квалификации. Оборудование. Чертежи, наглядные изображения или модели нескольких деталей в размерах, легко видимых учащимся. Описание упражнения. Учитель вешает на классную доску плакат с изображением отдельных линий, отсутствующих в деталях, и наглядные изображения деталей на этих плакатах закрываются бумагой. Затем от учащихся. Спрашивает, какие проблемы есть в чертежах, и учащиеся объясняют, в чем проблема. Однако, если ученики всё ещё затрудняются ответить, они демонстрируют наглядные изображения этих деталей. Даже в этом случае, если они испытывают трудности, учитель пытается решить проблему, задавая учащимся наводящие вопросы. В конце упражнения анализируются ответы учащихся и поощряется обладатель наиболее правильного и лучшего ответа [2].



Чертеж-2.

Список использованных литератур

1. Ashirboyev A., Valiyev A., Nigmanov B. Chizmachilik. –T.: “Vorish-nashriyot”, 2016-456p.
2. Gulomova, N. (2021). Use of interactive methods for students in teaching drawing lessons (on the example of views). *Academicia: an international multidisciplinary research journal*, 11(1), 1637-1642.
3. Gulomova, N., & Saidaliyev, S. (2020). Development of Emergency Image in Students Psychological-Pedagogical Problems. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 18(2), 181-186.
4. Saydaliyev, S., & Gulomova, N. (2019). Development of Spatial Thinking of Students Based on the Traditions of Eastern Architecture. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 14(2), 210-214.
5. Gulomova N.Kh. “Chizmachilik darsligi” Fan va texnologiya nashriyoti T-2019
6. Gulomova N.Kh. Chizmachilik (loyihalash) Uslubiy qo‘llanma Nizomiy nomidagi TDPU bosmaxonasida nashr qilingan. Toshkent 2015, hajmi 4,25b/t
7. Xotamovna, G. N. (2024). THE ROLE OF GEOMETRIC PATTERNS IN FORMING STUDENT’S CREATIVE SKILLS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 4(04), 170-178.
8. Xotamovna, G. N. (2024). INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN THE DEVELOPMENT OF STUDENTS' CONSTRUCTIVE COMPETENCES. *European International Journal of Pedagogics*, 4(03), 87-91

ХАЛЫҚТЫҚ ҚОЛӨНЕР МЕН ЗАМАНАУИ ДИЗАЙНДЫ ОҚЫТУДАҒЫ САБАҚТАСТЫҚ

Мұрат Д.Н., Орынбасар А.А., Джаксыбай А.С.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается проблема преемственности народного декоративно-прикладного искусства и современного дизайна в образовательном процессе. Автор анализирует историко-культурные предпосылки, художественно-эстетические традиции и педагогические возможности интеграции народных ремесел с современными дизайнерскими технологиями. Отмечается, что народное искусство является не только источником эстетического вдохновения, но и важнейшим компонентом культурной идентичности. Включение традиционных форм, орнаментов и принципов композиции в дизайн-обучение способствует формированию у студентов художественного вкуса, национального самосознания и творческого мышления.

The article explores the continuity between traditional folk crafts and contemporary design in the educational process. The author analyzes historical and cultural backgrounds, artistic and aesthetic traditions, and the pedagogical potential of integrating folk art with modern design technologies. It is emphasized that folk art is not only a source of aesthetic inspiration but also a vital component of cultural identity. Incorporating traditional forms, ornaments, and compositional principles into design education fosters artistic taste, national consciousness, and creative thinking among students.

Қазақ халқының ғасырлар бойы қалыптасқан қолөнер дәстүрі – халықтың рухани мәдениетінің, дүниетанымының және эстетикалық талғамының көрінісі. Халықтық қолөнердің негізінде сұлулыққа, үйлесімге және табиғатпен үндестікке ұмтылыс жатыр. Осы көркемдік дәстүрлер заманауи дизайн саласының дамуында да ерекше маңызға ие. Бүгінгі таңда дизайнды оқыту үдерісінде халықтық өнердің эстетикалық және мәдени мұрасын тиімді пайдалану – білім берудің гуманитарлық бағыттағы өзекті мәселелерінің бірі болып табылады.

Халықтық қолөнер мен заманауи дизайн арасындағы сабақтастық — мәдениет эволюциясының заңды жалғасы. Дәстүр мен жаңашылдықтың өзара әрекеттесуі арқылы ұлттық эстетикалық жүйе жаңа сипат алады. Бұл үрдіс қазіргі дизайнерлердің шығармашылық көзқарасына, олардың мәдени кодты сезінуіне және эстетикалық идеалдарды заманауи құралдармен жеткізе алу қабілетіне ықпал етеді [1].

Халықтық қолөнер тек материалдық мәдениеттің емес, сонымен қатар рухани мәдениеттің де көрсеткіші. Киіз үйдің сәндік құрылымы, ою-өрнек жүйесі, кесте, зергерлік бұйымдар мен ағаш ою өнері – барлығы да қазақ халқының өмір философиясын, табиғатқа деген көзқарасын және дүниетанымдық құндылықтарын айқындайды. Заманауи дизайн осы мәдени дәстүрлерді жаңа технологиялық шешімдер арқылы жаңғырта отырып, ұлттық мұра мен инновация арасындағы көпір қызметін атқарады.

Білім беру саласында халықтық қолөнер мен заманауи дизайнның сабақтастығын қамтамасыз ету – мәдениет пен технологияны үйлестірудің

тиімді жолы. Студенттерге дәстүрлі қолөнердің бейнелеу тәсілдері мен символдық мазмұнын үйрету олардың шығармашылық дүниетанымын кеңейтеді [2]. Мысалы, қазақтың «қошқармүйіз» оюы тек сәндік элемент емес, ол өмірдің тұтастығын, ұрпақ сабақтастығын бейнелейді. Мұндай символдарды заманауи графикалық дизайнда, интерьерде, киім үлгілерінде немесе брендтік стильде қолдану ұлттық бірегейлікті сақтай отырып, жаңа формалар тудырады.

Заманауи дизайнның басты ерекшелігі – оның технологиялық және әлеуметтік контекстпен байланысында. Бұл тұрғыда халықтық қолөнер тәжірибесі дизайнерлік ойлаудың мәдени негізін байытады. Мысалы, экологиялық дизайн ұғымы халықтық дәстүрлермен табиғи үндестік табады, өйткені дәстүрлі қолөнерде табиғи материалдарды тиімді пайдалану, қалдықсыз өндіру, қоршаған ортамен үйлесімді өмір сүру қағидаттары ежелден қалыптасқан. Осылайша, халықтық тәжірибені оқу процесіне енгізу заманауи экологиялық және мәдени білімнің өзегін қалыптастырады [3].

Қолөнер мен дизайнды оқытуда көркемдік таным мен технологиялық дағдылар қатар дамытылады. Бұл білім беру жүйесінің басты мақсаты – эстетикалық ойлауы дамыған, ұлттық құндылықтарды құрметтейтін және инновациялық шешім қабылдай алатын тұлға қалыптастыру. Болашақ дизайнерлер немесе көркем еңбек мұғалімдері халықтық дәстүрлердің мәнін түсініп, оны қазіргі заманның формалары мен материалдары арқылы қайта жандандыруды үйренуі қажет.

Халықтық өнердің тәрбиелік маңызы ерекше. Ол оқушыларды еңбекқорлыққа, талғамға, ұқыптылыққа, сұлулыққа сүйіспеншілікке баулиды. Дизайн саласында бұл қасиеттер шығармашылық процестің мәдени-этикалық негізін құрайды. Оқу барысында дәстүрлі материалдармен жұмыс істеу – теріден, ағаштан, жүннен, киізден бұйым жасау – тек қол еңбегін дамыту емес, бұл арқылы студент эстетикалық мән мен мазмұнды сезінуді үйренеді [4].

Дәстүрлі қолөнер мен заманауи дизайнның тоғысуы мәдени кодтың сақталуы мен жаңғыруына мүмкіндік береді. Бұл үрдіс тек формалық емес, мазмұндық сабақтастықты да қамтиды. Мысалы, заманауи интерьер дизайнында ұлттық нақыштарды, табиғи түстер мен пішін үйлесімін пайдалану арқылы қазақ мәдениетіне тән эстетикалық кеңістік құрылады. Осындай тәсілдер арқылы дизайн ұлттық болмыс пен заманауилықты үйлестіреді.

Дизайнды оқытуда халықтық өнер элементтерін енгізу студенттердің ұлттық сана-сезімін арттырады. Бұл тәсіл болашақ мамандардың мәдени мұраға деген құрметін, тарихи танымын тереңдетіп, шығармашылық ізденістеріне бағыт береді. Сонымен қатар, студент халықтық стиль мен заманауи формалардың композициялық бірлігін табу арқылы дизайнның мәнін кең түсінеді [5].

Инновациялық технологиялардың дамуы дәстүрлі өнерді жаңа форматта ұсынуға жол ашты. Сандық дизайн, 3D модельдеу, виртуалды көрмелер сияқты құралдар арқылы халықтық өнер жаңа деңгейде танылуда. Бұл үрдіс мәдени мұраны кең аудиторияға жеткізудің тиімді жолы. Алайда мұндай жаңғырту кезінде дәстүрдің рухын, мазмұнын жоғалтпау – басты шарт.

Халықтық өнер мен заманауи дизайнды біріктіре оқыту эстетикалық мәдениетті дамытудың, рухани сабақтастықты сақтаудың және шығармашылық ойлауды жетілдірудің тиімді әдісі болып табылады. Бұл бағытта оқу бағдарламаларына интегративті тәсіл енгізу, яғни дәстүрлі өнер, заманауи технология және мәдениеттану пәндерін біртұтас жүйеде оқыту қажет. Мұндай тәсіл студенттің әлемдік дизайн тенденцияларын түсіне отырып, ұлттық негізде жұмыс істеуіне жағдай жасайды [6].

Қазіргі педагогика халықтық өнердің тәрбиелік және эстетикалық әлеуетін жоғары бағалайды. Оқытушы үшін бұл бағыт шығармашылық әлеуетті оятудың, тұлғалық мәдениетті қалыптастырудың, ұлттық сана мен патриоттық сезімді дамытудың тиімді құралы болып табылады. Дәстүрлі өнер мен заманауи дизайн арасындағы сабақтастық болашақ педагогтардың кәсіби даярлығын жаңа сапалық деңгейге көтереді.

Қорытындылай келе, халықтық қолөнер мен заманауи дизайнды оқытудағы сабақтастық мәдени дәстүр мен инновацияның үйлесімді тоғысын қамтамасыз етеді. Бұл бағыт студенттердің көркемдік талғамын жетілдіреді, ұлттық мәдениетті жаңғыртады және заманауи эстетикалық білімнің мазмұнын байытады. Дизайнды халықтық өнермен байланыстыра оқыту – рухани тұтастық пен мәдени тұрақтылықтың кепілі.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Әбілқасымова, А. (2021). Қазақ халық өнерінің педагогикалық негіздері. – Алматы: Қазақ университеті.
2. Мырзахметова, А. (2020). Дәстүр мен инновация: дизайндағы мәдени сабақтастық. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ баспасы.
3. Қалиакпаров, Н. (2019). Қолөнер және көркемдік білім берудің мәдени аспектілері. – Шымкент: ОҚМПУ баспасы.
4. Ералиева, Г. (2022). Қазақ ою-өрнегінің композициялық ерекшеліктері және дизайндағы қолданылуы. – Алматы: Тұран баспасы.
5. Назарова, Р. (2021). Ұлттық мәдениет пен дизайнның өзара байланысы. – Қызылорда: Қорқыт Ата атындағы ҚМУ.
6. Сатыбалдина, Л. (2020). Қолөнер және экологиялық дизайн. – Павлодар: ПМУ баспасы.

ОӘЖ 74.200.58

ЗАМАНАУИ ДИЗАЙНДАҒЫ ҰЛТТЫҚ МӘДЕНИ КОДТЫҢ КӨРІНІСІ

Нәзіркүл Асылжан Балжанұлы
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается проявление национального культурного кода в современном дизайне. Анализируются теоретические основы, формы и методы адаптации традиционных символов, орнаментов и ремесел в актуальную дизайнерскую практику.

This article explores the manifestation of the national cultural code in contemporary design. It defines the concept of the cultural code, examines theoretical approaches to its use in visual and product design, and analyzes how traditional symbols, ornaments, materials, and crafts are transformed into modern aesthetics.

Қазіргі жаһандану жағдайында ұлттық мәдени код ұғымы дизайн саласында жаңа ғылыми-тәжірибелік маңызға ие болуда. Дизайн — бұл тек эстетикалық категория емес, сонымен қатар қоғамның рухани және мәдени құндылықтарының көрінісі. Ұлттық мәдени код ұлттың тарихи жадының, дәстүрлі ойлау мен эстетикалық қабылдаудың, тілдік және символикалық жүйелердің жиынтығы болып табылады. Ол ғасырлар бойы қалыптасқан және әрбір ұлттың ерекше дүниетанымдық тәжірибесін бейнелейді. Заманауи дизайнда ұлттық мәдени кодты қайта жаңғырту — ұлттық болмысты сақтаудың және оны жаңа технологиялар арқылы бейімдеудің тиімді жолдарының бірі.

XXI ғасырда дизайн тек өндірістік не сәндік сала емес, қоғамның мәдени дамуының көрсеткіші ретінде қарастырылады. Ұлттық кодты визуалды мәдениетке енгізу арқылы дизайнерлер ұлттық ерекшелікті жаһандық кеңістікте сақтап қана қоймай, оны танымдық, эстетикалық және инновациялық деңгейде қайта пайымдайды. Мысалы, ұлттық ою-өрнектер мен дәстүрлі түстердің үйлесімі қазіргі графикалық және цифрлық дизайнда жаңа мағыналық контексте қолданылады. Бұл үрдіс ұлттық сәйкестіктің жаңа формасын қалыптастырады, яғни дәстүр мен заманауилықтың синтезін көрсетеді [1].

Қазақ халқының мәдени кодында табиғатпен үйлесімді өмір сүру, кеңістікке құрмет, ою-өрнек пен түстердің философиялық мәні терең тамыр жайған. Дизайн саласында осы рухани мәнді қайта интерпретациялау арқылы заманауи көркемдік шешімдер дүниеге келеді. Мысалы, интерьер дизайнында киіз үй құрылымынан шабыт алу, дәстүрлі түстердің (қызыл, қоңыр, көк, ақ) үйлесімі, этноэлементтердің минималистік форматта берілуі — мәдени кодтың заманауи тілде қайта көрініс табуының нақты мысалы.

Ұлттық мәдени код тек визуалды символикамен шектелмейді. Ол дыбыс, материал, кеңістік пен пішін арқылы да сезіледі. Қазақтың қолөнеріндегі табиғи материалдарға негізделген тәсіл — экологиялық және этикалық дизайн қағидаттарымен үндеседі. Яғни ұлттық дәстүрдің өзі қазіргі «sustainable design» ұғымымен тығыз байланысты. Бұл тұрғыда дизайнерлердің міндеті – дәстүрлі формаларды көшіру емес, олардың мәнін, философиялық түп-тамырын заманауи эстетикамен ұштастыру.

Жаһандану үдерісі бір жағынан мәдениеттердің араласуына, екінші жағынан ұлттық бірегейлікті жоғалту қаупіне әкеледі. Осы жағдайда дизайнердің рөлі мәдени делдал ретінде көрінеді: ол ұлттық кодтың мәнін жоғалтпай, оны заманауи формалар арқылы жаңа деңгейге шығарады. Бұл процесс тек эстетикалық емес, әлеуметтік және танымдық сипатқа да ие. Заманауи тұтынушы үшін өнімнің немесе кеңістіктің дизайны тек функционалдық емес, мәдени мағынасы бар элементке айналады.

Ұлттық мәдени кодты дизайнда пайдалану барысында семиотикалық және символикалық тәсілдер кеңінен қолданылады. Мысалы, ұлттық таңбалардың, дәстүрлі түстердің, шеберлік техникасының мәнін қайта пайымдау арқылы дизайнер ұлттық дүниетанымды визуалды тілде жеткізеді. Қазақтың ою-өрнектеріндегі «қошқар мүйіз», «түйе табан», «ирек» сияқты

элементтер тек сәндік мақсатта емес, белгілі бір философиялық, мифологиялық мәнге ие. Оларды жаңа дизайн контексінде қолдану – тарихи мағынаны сақтай отырып, заманауи визуалды шешім табудың тиімді жолы [2].

Дизайндағы ұлттық код мәселесін зерттеу этнодизайн бағытымен тығыз байланысты. Этнодизайн — бұл халықтың көркем дәстүрлерін қазіргі заман талабына сай бейімдейтін, мәдени-рухани сабақтастықты қамтамасыз ететін бағыт. Оның мақсаты — мәдени мұра мен инновациялық технологияның байланысын нығайту. Мысалы, заманауи киім дизайнында ұлттық өрнектер цифрлық баспа арқылы маталарға түсіріледі, графикалық дизайнда дәстүрлі каллиграфия элементтері логотип пен бренд айдентикасына енгізіледі. Осылайша, ұлттық код коммерциялық, сәндік және әлеуметтік коммуникация құралдарының мазмұнына айналады.

Ұлттық мәдени кодты заманауи дизайнда қолдану — ұлттың мәдени дипломатиясының да маңызды бөлігі. Дизайн арқылы елдің мәдени бейнесі қалыптасады, ұлттық брендтің имиджі жасалады. Қазақстандық дизайнерлердің халықаралық аренадағы табысы осы ұлттық ерекшелікті сақтай отырып, заманауи технология мен стильді ұштастыру қабілетіне байланысты. Бұл үрдіс елдің мәдени қуатын арттырып, ұлттық сана мен шығармашылық әлеуетті дамытуға ықпал етеді.

Сонымен қатар, заманауи дизайнда мәдени кодтың көрінісі тек дәстүрді сақтау емес, оны жаңаша пайымдау. Дәстүрдің жаңа мазмұнмен толығыуы — мәдени эволюцияның белгісі. Ұлттық нақышты сақтай отырып, оны заманауи эстетикамен, технологиямен және әлеуметтік контекстпен үйлестіру — қазіргі дизайнердің кәсіби миссиясы. Бұл тек көркемдік шешім емес, рухани жауапкершілік те болып табылады.

Ұлттық мәдени код – халықтың рухани иммунитеті. Дизайнда оның көрініс табуы мәдени тұтастықты сақтауға, ұрпақтар арасындағы сабақтастықты нығайтуға мүмкіндік береді. Заманауи дизайнер осы кодты визуалды тілге айналдыра отырып, ұлттың өзіндік «визуалды ДНҚ-сын» қалыптастырады. Бұл үрдіс қоғамды эстетикалық тұрғыдан байытып қана қоймай, мәдени тәуелсіздік пен шығармашылық еркіндікті де нығайтады [3].

Осылайша, заманауи дизайн ұлттық мәдени кодты жаңғыртудың және оның жаһандану жағдайындағы маңызын сақтаудың маңызды құралы болып отыр. Ұлттық мәдениеттің эстетикалық мәні мен заманауи технологиялардың мүмкіндіктерін үйлестіре отырып, дизайнерлер болашақтың мәдени кеңістігін қалыптастырады. Бұл кеңістік дәстүр мен инновацияның үндестігіне, мәдени көптүрлілікті құрметтеуге және рухани сабақтастықты сақтауға негізделген.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Айдарова Н. Қазақ ою-өрнегінің семантикасы және заманауи интерпретациясы. – Алматы, 2022.
2. Nurmakova, G. Ethno-symbolism in Contemporary Kazakh Crafts. – ResearchGate, 2023.
3. Мұқанова С. Этнодизайн негіздері. – Астана, 2019.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В МИНИМАЛИЗМЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНОМ ДИЗАЙНЕ

Нуратдин Н.Н., Әбенәв Д.Т., Нұрсултанов С.Н.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада минимализм мен функционалдық дизайнның заманауи даму үрдістері қарастырылады. Зерттеуде дизайнның қарапайымдылық, тиімділік және эстетикалық үйлесімділік қағидаларына негізделген жаңа бағыттары сипатталады. Автор қазіргі қоғамдағы технологиялық, экологиялық және мәдени өзгерістердің минимализм философиясына әсерін талдайды. Сондай-ақ, функционалды дизайнның пайдаланушы тәжірибесін жақсартудағы және өмір сапасын арттырудағы рөлі айқындалады.

The article examines modern trends in minimalism and functional design. The study describes new directions in design based on the principles of simplicity, efficiency, and aesthetic harmony. The author analyzes the influence of technological, ecological, and cultural changes on the philosophy of minimalism in contemporary society. The role of functional design in improving user experience and enhancing the quality of life is also highlighted.

Минимализм - это не просто художественное направление, а мировоззрение, основанное на принципе «меньше - значит больше». Он утверждает ценность простоты, чистоты формы и отказа от избыточных деталей. В сочетании с функциональным подходом минимализм становится основой современного дизайна, ориентированного на удобство, рациональность и гармонию.

Современные тенденции минимализма отражают не только эстетический вкус, но и философию устойчивого потребления, осознанности и технологической адаптации. В условиях информационной перегрузки и визуального хаоса минимализм стал способом создания визуального и психологического комфорта.

Минимализм зародился в середине XX века как ответ на избыточность декоративных форм и сложных структур, характерных для модерна и барокко. Его истоки уходят в японскую эстетику *ваби-саби*, основанную на красоте простоты и естественности, а также в принципы Баухауса, где объединялись искусство, функциональность и рациональность.

Философия минимализма предполагает отказ от всего лишнего. Главная цель — выразить сущность формы, сохранить чистоту восприятия и достичь максимальной функциональности при минимуме средств. Это направление соединяет эстетическое и практическое, создавая баланс между визуальной лёгкостью и удобством использования.

Современный минимализм развивается под влиянием цифровых технологий и глобальных культурных процессов. Он не ограничивается одной эстетикой, а проявляется в различных направлениях дизайна:

- Интерьерный дизайн: чистые линии, нейтральные тона, естественные материалы, скрытые системы хранения. Пространство становится максимально открытым и функциональным.

- Графический дизайн: преобладание белого пространства, простая типографика, ограниченная цветовая палитра, акцент на содержании.
- Цифровой дизайн: интерфейсы без лишних визуальных элементов, интуитивная навигация, лаконичные формы — всё направлено на удобство пользователя [1].

Современные дизайнеры используют минимализм как способ выразить технологичность, экологичность и современный образ мышления.

Функциональный дизайн строится на идее, что каждый элемент должен выполнять определённую задачу. Его цель — не просто украшать, а улучшать взаимодействие человека с предметом или пространством.

Основные принципы функционального дизайна:

- Рациональность: использование только необходимых форм и материалов.
- Эргономичность: удобство и адаптация под потребности человека.
- Технологичность: интеграция инноваций для повышения эффективности.
- Устойчивость: экологически безопасные решения и долговечные материалы.

Функциональный подход усиливает минимализм: в такой среде каждый элемент имеет значение, а пространство становится осмысленным и сбалансированным.

Современные технологии существенно влияют на развитие минимализма и функционального дизайна. Появление «умных» систем управления, световых решений и адаптивных интерфейсов позволяет создавать гибкие, интеллектуальные пространства.

Цифровой минимализм проявляется в UX/UI-дизайне: лаконичные формы, понятные иконки, визуальная чистота интерфейсов создают комфортное взаимодействие между пользователем и продуктом.

Программы на основе искусственного интеллекта (например, Midjourney, Adobe Firefly) помогают дизайнерам искать баланс между эстетикой и функциональностью, предлагать персонализированные решения и оптимизировать творческий процесс.

Современный минимализм тесно связан с философией устойчивого развития (*sustainable design*). Отказ от избыточного потребления, использование натуральных материалов, долговечных вещей и экологичных технологий отражают новую этику жизни [2].

Минималистичный дизайн формирует не только визуальное пространство, но и ментальное — он способствует концентрации, снижает стресс и создает ощущение внутреннего порядка.

Таким образом, минимализм становится не просто стилем, а способом мышления, объединяющим эстетику, функциональность и экологическое сознание.

Современные тенденции минимализма и функционального дизайна демонстрируют стремление к гармонии между человеком, пространством и технологией. Простота формы, ясность структуры и рациональность решений формируют эстетический язык, который отвечает требованиям времени.

Минимализм перестал быть только визуальной категорией — он превратился в философию жизни и проектирования, где ценится не количество, а качество. Функциональный дизайн, основанный на принципах удобства и целесообразности, делает эту философию практичной и доступной, а технологии придают ей динамичность и инновационность. Будущее дизайна связано с дальнейшей интеграцией минимализма, функциональности и экологичности — направлений, способных формировать осмысленное и гармоничное пространство для человека.

Современный дизайн всё больше стремится к простоте, функциональности и гармонии. В наше время, когда человек окружён большим количеством информации и предметов, возникает естественное желание освободить пространство от лишнего. Именно поэтому минимализм и функциональный подход становятся основными направлениями в современном дизайне интерьера, архитектуры и предметного проектирования.

Минимализм — это не просто стиль, это философия жизни, основанная на принципе «меньше — значит больше». Главная его идея заключается в том, чтобы убрать всё лишнее и оставить только то, что действительно необходимо. Минимализм учит ценить пространство, свет и форму, не перегружая интерьер декоративными элементами. В современном мире этот подход воспринимается как способ достичь внутреннего спокойствия через внешнюю простоту.

Современные тенденции минимализма проявляются в использовании нейтральных тонов, естественных материалов и чистых линий. Белый, серый, бежевый и чёрный цвета создают ощущение лёгкости и порядка, а дерево, стекло, бетон и металл помогают подчеркнуть природную текстуру и прочность. Освещение играет ключевую роль — мягкий рассеянный свет делает пространство уютным, а точечные акценты подчеркивают форму и структуру предметов [3].

Функциональный дизайн, в свою очередь, ориентирован на удобство и практичность. Каждый элемент должен выполнять конкретную задачу, а не быть просто украшением. В современном понимании функциональность — это не только рациональность, но и адаптивность. Мебель трансформируется, техника становится «умной», а пространство легко перестраивается под разные нужды человека. Например, стол может превращаться в рабочее место, а кровать — в шкаф или диван.

Одна из главных тенденций современного минимализма — интеграция технологий. Умные системы освещения, климат-контроля, звука и безопасности делают интерьер не только эстетичным, но и удобным. Однако эти технологии скрываются в чистых линиях и простых формах, не нарушая общую гармонию. Дизайн становится «невидимым», когда техника не бросается в глаза, а служит человеку.

Современный минимализм также становится более «тёплым». Если раньше он ассоциировался с холодными пространствами и строгими линиями, то сейчас дизайнеры добавляют в него уют и человечность. Мягкие текстуры,

натуральные ткани, тёплое освещение и растения создают ощущение уюта даже в простом и строгом интерьере. Такой подход называют «софт-минимализмом».

Важным направлением функционального дизайна является экологичность. Люди всё чаще выбирают натуральные материалы, энергоэффективные технологии и мебель из переработанного сырья. Минимализм поддерживает идею осознанного потребления: лучше иметь меньше вещей, но более качественных и долговечных.

Современные дизайнеры стремятся к балансу между эстетикой и практичностью. Они понимают, что минимализм — это не отказ от красоты, а поиск гармонии между формой и функцией. Красота современного пространства заключается не в количестве декора, а в пропорциях, текстуре и свете.

Таким образом, минимализм и функциональный дизайн сегодня отражают не просто модную тенденцию, а мировоззрение современного человека. Это стремление к простоте, порядку и комфорту в мире, где слишком много лишнего. Минимализм помогает человеку сосредоточиться на главном, а функциональность делает жизнь удобной и гармоничной. Вместе они формируют новое понимание дизайна — честного, рационального и человеческого.

Список литературы

1. Gombrich E. The Story of Art. — Phaidon Press, 2020.
2. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2019.
3. Кучеренко Н. Философия минимализма в современном дизайне. — Санкт-Петербург: Питер, 2022.

УДК 7.03.7.016.1

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА: ОТ КЛАССИКИ ДО СОВРЕМЕННОСТИ

Нуриддинов Ф.Х., Қанатова Т.М., Кожихова А.Н.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада интерьер дизайнының қалыптасу және даму тарихы антикалық дәуірден қазіргі заманға дейін қарастырылады. Әртүрлі дәуірлердің интерьерлерінің стильдік ерекшеліктерінің қалыптасуына әсер еткен мәдени, эстетикалық және технологиялық факторлар талданады. Сондай-ақ көркемдік дәстүрлер мен функционалдық талаптардың, инновациялық технологиялармен өзара байланысы қазіргі кеңістік түсінігін қалыптастырудағы маңызы көрсетіледі.

The article explores the history and development of interior design from ancient times to modern trends. It analyzes the cultural, aesthetic, and technological factors that influenced the formation of stylistic features of interiors across different eras — from classicism, baroque, and art nouveau to minimalism and digital design. Special attention is given to the relationship between artistic traditions, functional requirements, and innovative technologies that shape the modern perception of interior space.

Дизайн интерьера является одной из наиболее динамично развивающихся областей искусства и архитектуры. Его история отражает не только изменения эстетических предпочтений общества, но и эволюцию технологий, материалов и социальных потребностей человека. Каждая эпоха формировала собственное представление о гармонии, красоте и функциональности жилого пространства, что находит отражение в стилевых направлениях — от античной симметрии и классицистической строгости до гибридных и цифровых форм XXI века.

Истоки дизайна интерьера восходят к древним цивилизациям Египта, Греции и Рима. В античных интерьерах сочетались утилитарность и эстетика архитектурные ордера, фрески, мозаики и скульптуры создавали ощущение порядка и гармонии.

В Средневековье доминировала религиозная символика. Интерьеры готических соборов отличались высотой сводов, витражами и насыщенной орнаментикой, отражающей духовные ценности эпохи. Жилые интерьеры того времени были скромны, но украшались тканями, коврами и резной мебелью, что свидетельствовало о социальном статусе владельца.

Эпоха Возрождения (XV–XVI вв.) принесла возвращение к античным принципам пропорциональности, симметрии и рациональной организации пространства. Интерьер стал восприниматься как художественная композиция, где архитектура, мебель, живопись и декоративные элементы создавали единую эстетическую систему.

Классицизм XVII–XVIII веков развивал идеи порядка и гармонии. Интерьеры наполнялись изысканными колоннами, лепниной, позолотой и мрамором. Основная цель заключалась в создании величественного и сбалансированного пространства, отражающего идеалы разума и культуры [1].

XIX век стал периодом смешения стилей и активного развития промышленности. Эпоха индустриализации привела к появлению новых материалов — чугуна, стали, стекла, которые стали активно использоваться в интерьерах. Эклектика позволила сочетать элементы разных эпох — барокко, готики, классицизма — создавая индивидуальные решения. В этот период зарождается понятие профессионального дизайна, а оформление интерьера становится предметом осознанного проектирования.

Появление массового производства мебели и предметов декора сделало дизайн более доступным, а развитие художественно-промышленных школ (в частности, движение «Искусства и ремёсла» Уильяма Морриса) укрепило идею гармонии между искусством и утилитарностью [2].

XX век стал поворотным в истории дизайна. Стиль модерн (или «ар-нуво») отверг историзм и стремился к созданию новых художественных форм, вдохновлённых природой. Интерьеры модерна отличались плавными линиями, асимметрией и использованием декоративных элементов, имитирующих растения и органические формы.

После Первой мировой войны на первый план выходит функционализм. Баухауз в Германии сформулировал принципы рационального дизайна: форма

следует функции, украшения подчинены конструкции. Использование стекла, бетона и металла способствовало созданию открытых, светлых пространств.

В середине XX века на смену декоративности пришёл минимализм, основанный на простоте, геометричности и чистоте линий. Интерьер стал воплощением философии «меньше — значит больше» (Л. Мис ван дер Роэ). Пространство, свет и текстура материалов приобрели главную роль [3].

Современный дизайн интерьера объединяет традиции прошлого и инновационные технологии. Цифровые инструменты — 3D-моделирование, виртуальная и дополненная реальность — позволяют визуализировать проекты с высокой точностью. Популярными направлениями стали эко-дизайн, лофт, скандинавский стиль, футуризм и биофильный дизайн, ориентированные на устойчивое развитие и психологический комфорт человека.

Дизайн интерьера всегда отражал время, в котором живут люди. Через оформление помещений можно понять, какие ценности и вкусы были важны для общества. Особое развитие интерьер получил в двадцатом веке, когда начали активно меняться технологии, образ жизни и взгляды на комфорт.

В начале XX века люди устали от излишней роскоши и украшений. Появилось новое направление — функционализм, где главная идея заключалась в том, что каждый предмет должен быть удобным и выполнять конкретную функцию. Дизайнеры отказались от лишнего декора и стали использовать простые формы, металл, стекло и дерево. В это время в Германии появилась знаменитая школа Баухаус, которая объединила архитекторов, художников и дизайнеров. Их цель была создать практичный, современный и недорогой интерьер, который подходит для всех. Именно тогда зародились основы современного дизайна.

После Второй мировой войны людям хотелось уюта, тепла и спокойствия. На этом фоне появился скандинавский стиль, который до сих пор остаётся популярным. Он отличается светлыми тонами, натуральными материалами, простыми формами и вниманием к естественному свету. В интерьерах начали ценить гармонию и функциональность. Мебель стала легче и удобнее, а квартиры — просторнее и светлее.

В 1970–1980-х годах мир дизайна стал более свободным и смелым. Люди начали экспериментировать с цветами, формами и материалами. Появился постмодернизм, где можно было смешивать разные стили, использовать необычные решения. Позже возникли хай-тек и лофт. Хай-тек отражал развитие технологий — в интерьере использовали металл, стекло, технику и подсветку. А лофт родился из старых промышленных зданий, которые превращали в жильё. Кирпичные стены, открытые балки, большие окна — всё это стало частью модного городского стиля [4].

В XXI веке дизайн интерьера стал ещё разнообразнее. Люди стремятся сделать своё жильё не только красивым, но и удобным, экологичным и умным. Сейчас популярны минимализм и эко-дизайн. Минимализм основан на простоте и порядке, когда в помещении только самое необходимое. Эко-дизайн, наоборот, обращается к природе: используется дерево, камень, натуральные

ткани, зелёные растения. Современные технологии, такие как 3D-визуализация, виртуальная реальность и умные системы управления домом, помогают проектировать интерьеры более точно и индивидуально.

Однако вместе с развитием появляются и новые проблемы. Сегодня дизайнеры сталкиваются с вопросом экологии, ведь производство мебели и строительных материалов часто вредит природе. Важно искать способы переработки отходов и использовать безопасные материалы. Кроме того, массовое производство делает интерьеры однообразными, и всё труднее создать что-то действительно уникальное. Ещё одна проблема — высокая стоимость качественных материалов и мебели, из-за чего многие проекты остаются только на бумаге [5].

Несмотря на эти трудности, современный дизайн интерьера продолжает развиваться. Всё больше внимания уделяется психологическому комфорту человека. Интерьер должен не только радовать глаз, но и помогать отдыхать, вдохновлять, улучшать настроение. Сегодня дом — это отражение личности человека, его характера и вкусов.

Таким образом, путь развития дизайна интерьера с XX века до наших дней показывает, как менялись представления о красоте и комфорте. От простых функциональных форм начала века до современных экологических и технологичных решений — каждый этап вносил свой вклад. Современный интерьер стремится к гармонии, удобству и индивидуальности, объединяя в себе опыт прошлого и возможности будущего [6].

Современный интерьер — это отражение индивидуальности, где функциональность сочетается с эстетикой, а технологии служат продолжением творческого процесса. Взаимодействие дизайнера, заказчика и цифровых платформ формирует новую культуру проектирования, в которой пространство становится средством самовыражения.

История развития дизайна интерьера демонстрирует путь от ремесленного мастерства к высокотехнологичному творчеству. Каждая эпоха вносила вклад в понимание гармонии между человеком и пространством. Сегодня дизайн интерьера объединяет художественные традиции, инженерные решения и цифровые инновации, формируя эстетическую среду, в которой человек чувствует себя комфортно, вдохновлённо и свободно [7].

Список литературы

1. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2020.
2. Глазычев В. Л. Дизайн как он есть. — Москва: Архитектура-С, 2019.
3. Ханова Е. Современные тенденции в дизайне интерьера. — Санкт-Петербург: Питер, 2023.
4. Баухаус и развитие современного дизайна: учебное пособие / под ред. В. В. Глазычева. — Москва: Архитектура-С, 2019.
5. Иконников А. В. История архитектуры и дизайна XX века. — Москва: Искусство, 2020.
6. Хассан Ф. Дизайн интерьера: стили, направления, тенденции. — Санкт-Петербург: Питер, 2021.

7. Власова О. А. История дизайна: от древности до современности. — Москва: Академический проект, 2018.

УДК 7.017.4.65.01

ИННОВАЦИОННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В КРЕАТИВНОЙ ИНДУСТРИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ДИЗАЙН

Нурсеит Б.Н., Срайыл А.Ж., Ботабек У.Қ.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада креативті индустриядағы инновациялық бағыттардың дамуы және олардың дизайн саласына әсері қарастырылады. Автор жаңа технологиялардың, цифрлық медиа мен жасанды интеллекттің дизайнерлік процестерге ықпалын талдайды. Зерттеу жұмысы қазіргі қоғамдағы креативті экономиканың маңыздылығын және дизайнның инновациямен өзара байланысын ашады. Сондай-ақ, заманауи дизайнердің кәсіби бейнесі мен шығармашылық әлеуетін қалыптастырудағы инновацияның рөлі айқындалады.

The article examines the development of innovative trends in the creative industry and their influence on design. The author analyzes the impact of new technologies, digital media, and artificial intelligence on design processes. The study highlights the importance of the creative economy in modern society and the interrelation between innovation and design. It also explores the role of innovation in shaping the professional identity and creative potential of contemporary designers.

Современная креативная индустрия является одним из наиболее динамично развивающихся секторов мировой экономики. Она объединяет дизайн, архитектуру, моду, кино, музыку, мультимедиа и другие формы художественного выражения, основанные на творческом потенциале человека.

В XXI веке инновации становятся ключевым фактором развития этой сферы. Они формируют новые подходы к созданию визуальных образов, трансформируют производственные процессы и открывают новые возможности для взаимодействия с аудиторией. Для дизайна это означает переход от традиционных методов проектирования к интеграции цифровых технологий, междисциплинарных решений и интерактивных коммуникаций.

Креативная индустрия — это совокупность сфер, в которых основным ресурсом является творчество, интеллект и инновации. Она направлена на создание культурного, эстетического и экономического продукта.

Инновация в дизайне понимается как внедрение новых идей, технологий или методов, способствующих повышению эффективности, функциональности и выразительности проекта. Такие инновации включают не только технические достижения, но и социальные, культурные и экологические аспекты, отражающие новые потребности общества.

Современный дизайн всё больше зависит от цифровых инструментов, которые меняют не только процесс, но и саму философию творчества.

Ключевые инновационные направления:

- Искусственный интеллект (AI): помогает в генерации идей, анализе трендов и автоматизации рутинных задач. Программы вроде *Midjourney*, *Runway*, *Adobe Firefly* открывают новые горизонты визуального творчества.

- Виртуальная (VR) и дополненная реальность (AR): позволяют проектировать и демонстрировать объекты в интерактивной среде, создавая эффект присутствия.

- 3D-моделирование и параметрический дизайн: дают возможность создавать сложные структуры, оптимизировать материалы и формы.

- Блокчейн и NFT-дизайн: формируют новую цифровую экономику, где визуальный продукт становится объектом коллекционирования и инвестиций.

Эти технологии не только ускоряют работу дизайнера, но и меняют восприятие искусства, превращая его в многомерный процесс взаимодействия человека и машины [1].

Креативная экономика рассматривает творчество как ресурс, способный приносить экономическую ценность. Дизайн становится неотъемлемой частью этой системы, соединяя в себе эстетику, функциональность и рыночную эффективность. Сегодня успешный дизайн — это не просто форма, а коммуникация, которая соединяет идею, технологию и пользователя.

Инновационные направления стимулируют дизайнеров к поиску новых решений в таких областях, как:

- экодизайн и устойчивое развитие;
- интерактивные интерфейсы;
- нейродизайн — проектирование, основанное на восприятии и эмоциях человека;
- дата-визуализация — дизайн, основанный на аналитике данных.

Таким образом, креативная экономика способствует превращению дизайна в инструмент стратегического мышления и инновационного лидерства.

Современный дизайнер перестал быть только исполнителем визуальных решений. Он становится аналитиком, исследователем и технологом, который способен соединять искусство, инженерию и социологию.

Инновационные инструменты требуют новых навыков:

- владения программами 3D-визуализации и прототипирования;
- понимания принципов UX/UI-дизайна;
- умения работать с большими данными и цифровыми медиа;
- креативного мышления в условиях автоматизации [2].

Вместе с тем цифровизация создаёт риск потери индивидуальности и человеческой интуиции в дизайне, поэтому современный профессионал должен уметь сохранять баланс между технологией и художественностью.

Будущее дизайна напрямую связано с развитием технологий искусственного интеллекта, биодизайна, нейронных сетей и «умных» систем взаимодействия.

Главной тенденцией становится гуманизация инноваций — создание решений, ориентированных на человека, его эмоции и потребности.

В ближайшие годы ключевыми направлениями станут:

- интерфейсы с адаптивным дизайном (подстраивающиеся под пользователя);
- биоориентированный дизайн — интеграция природных процессов в проектирование;
- экологичные цифровые среды — энергоэффективные и устойчивые системы визуальной коммуникации;
- искусственный интеллект как соавтор в творчестве.

Таким образом, инновации не заменяют человека в дизайне, а усиливают его творческий потенциал и расширяют границы восприятия [3].

Инновационные направления в креативной индустрии играют ключевую роль в формировании новой парадигмы дизайна. Они трансформируют традиционные подходы, создавая условия для междисциплинарных решений, объединяющих искусство, технологию и науку.

Дизайн будущего — это синтез человеческого творчества и интеллектуальных технологий, направленный на создание гармоничной, устойчивой и эмоционально выразительной среды. Инновации становятся не целью, а инструментом развития, который помогает дизайнеру осмысленно формировать культурное и технологическое пространство современности.

Современный дизайн развивается с огромной скоростью, и во многом это связано с инновациями, которые появляются в креативной индустрии. Новые технологии, цифровые инструменты и социальные изменения влияют на то, как создаются визуальные образы, предметы, интерьеры и даже целые пространства. Сегодня дизайн перестал быть просто оформлением — он стал мощным инструментом коммуникации, самовыражения и влияния на общество.

Креативная индустрия объединяет разные направления — от искусства и моды до архитектуры, кино, рекламы и цифрового контента. Всё это тесно связано с дизайном, ведь именно дизайн помогает сделать идею визуально понятной и привлекательной. В последние годы в этой сфере активно развиваются такие инновационные направления, как цифровое проектирование, искусственный интеллект, 3D-моделирование, виртуальная и дополненная реальность, а также устойчивый и социально-ответственный дизайн.

Одной из ключевых инноваций стала цифровизация дизайна. Благодаря современным программам и технологиям дизайнеры могут создавать проекты любой сложности, визуализировать их в реальном времени и тестировать разные варианты до начала производства. Цифровые инструменты позволяют экономить ресурсы, сокращать время работы и открывают безграничные возможности для творчества.

Большое влияние на дизайн оказывает искусственный интеллект (ИИ). С помощью ИИ создаются уникальные визуальные решения, анализируются предпочтения пользователей и формируются индивидуальные проекты. Например, программы могут подбирать цветовые схемы, создавать эскизы интерьеров или прогнозировать, как будет восприниматься тот или иной дизайн. Это помогает дизайнерам сосредоточиться на творческой части, а рутинные задачи выполнять быстрее.

Ещё одно направление — 3D-печать и прототипирование. Эти технологии позволяют создавать физические модели изделий прямо из цифровых файлов. Дизайнеры мебели, ювелиры и архитекторы используют 3D-печать для создания макетов, экспериментальных форм и даже готовых объектов. Это даёт возможность реализовать идеи, которые раньше было невозможно воплотить традиционными методами.

В последние годы особое внимание уделяется виртуальной (VR) и дополненной реальности (AR). Эти технологии позволяют пользователям погружаться в созданное дизайнером пространство и взаимодействовать с ним до начала строительства или производства. Например, клиент может «прогуляться» по будущему интерьеру или рассмотреть предмет мебели со всех сторон. Это делает процесс проектирования более наглядным и интерактивным.

Не менее важным направлением является устойчивый дизайн. Современные дизайнеры всё чаще думают об экологии, вторичной переработке и осознанном потреблении. Креативная индустрия формирует новые ценности — минимализм, долговечность, уважение к природе и человеку. Использование переработанных материалов, энергоэффективных технологий и экологических решений становится нормой для современных проектов.

Инновации влияют не только на инструменты, но и на саму философию дизайна. Сегодня важна не просто форма, а смысл, эмоции и ценности, которые дизайн передаёт. В креативной индустрии растёт интерес к междисциплинарному подходу — когда дизайнер работает вместе с программистами, инженерами, социологами и маркетологами. Это помогает создавать проекты, которые соединяют эстетику, функциональность и технологичность.

Особое место занимают социальные инновации. Всё больше дизайнеров обращаются к темам инклюзии, равных возможностей и культурного разнообразия. Дизайн становится способом решать реальные проблемы общества: создавать доступную среду, улучшать качество жизни и формировать визуальную культуру будущего.

Таким образом, инновационные направления в креативной индустрии не просто изменяют дизайн — они делают его умнее, гибче и человечнее. Современный дизайнер уже не ограничивается рамками одного стиля или инструмента. Он становится исследователем, стратегом и технологом, который с помощью творчества соединяет искусство, науку и технологии. Именно поэтому будущее дизайна — за инновациями, которые помогают раскрывать потенциал человека и улучшать окружающий мир.

Список литературы

1. Papaneck, V. Design for the Real World: Human Ecology and Social Change. — Thames & Hudson, 2021.
2. Арнхейм, Р. Искусство и визуальное восприятие. — Москва: Прогресс, 2019.
3. Кучеренко, Н. Инновации в креативной индустрии и дизайн будущего. — Санкт-Петербург: Питер, 2023.

ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ТҰРАҚТЫ ДИЗАЙН: ЖАСЫЛ ТЕХНОЛОГИЯЛАР МЕН ЭКОДИЗАЙН ҚАҒИДАТТАРЫНЫҢ КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУДЕГІ ОРНЫ

Орынбасар А.Д., Әбілхан Д.Ә., Икрам К.Б.
Мирас университеті, Шымкент қаласы Қазақстан

В данной работе рассматривается место и значение экологически устойчивого дизайна, зеленых технологий и принципов экодизайна в системе художественного образования. Подчеркивается, что современные вызовы, связанные с изменением климата, истощением природных ресурсов и ростом потребительской культуры, требуют новых педагогических подходов. Экологический дизайн рассматривается как метод формирования у обучающихся не только творческих способностей, но и экологического сознания, ответственности и культуры. Особое внимание уделяется использованию натуральных и переработанных материалов, энергоэффективных технологий и принципов ответственного потребления. Таким образом, устойчивый дизайн в художественном образовании выступает стратегическим направлением, способствующим формированию экологически ответственного поколения.

This paper explores the role and significance of environmentally sustainable design, green technologies, and eco-design principles within the system of art education. It highlights that modern challenges related to climate change, resource depletion, and consumerism require innovative pedagogical approaches. Eco-design is presented as a method not only for developing students' creative abilities but also for fostering ecological awareness, responsibility, and culture. Special attention is given to the use of natural and recycled materials, energy-efficient technologies, and the principles of responsible consumption. Thus, sustainable design in art education is seen as a strategic direction that contributes to shaping an environmentally responsible generation..

Қазіргі жаһандану дәуірінде адамзат өркениетінің алдында тұрған ең өзекті мәселелердің бірі – табиғи ортаны қорғау, экологиялық тепе-теңдікті сақтау және тұрақты даму жолдарын қамтамасыз ету болып табылады. Әлемдік деңгейде климаттың өзгеруі, табиғи ресурстардың сарқылуы, өндірістік қалдықтардың көбеюі, тұтынушылық мәдениеттің артуы сияқты факторлар жаңа әлеуметтік-мәдени және ғылыми-педагогикалық шешімдерді талап етеді. Осы тұрғыдан алғанда, экологиялық тұрақты дизайн ұғымы тек қана өндірістік не тұрмыстық салада емес, білім беру жүйесінде де үлкен рөл атқара бастады. Әсіресе көркемдік білім беру процесінде жасыл технологиялар мен экодизайн қағидаттарын енгізу шығармашылық әлеуетті дамыту мен болашақ мамандардың дүниетанымын экологиялық құндылықтарға бағыттау үшін айрықша маңызды.

Экологиялық тұрақты дизайнның мәні – табиғат пен адам арасындағы үйлесімді байланысты сақтай отырып, қоршаған ортаға зиян келтірмейтін, қайта өңдеуге болатын немесе ұзақ уақытқа жарамды, табиғи ресурстарды үнемдейтін өнімдер мен шығармашылық шешімдер жасауға негізделеді. Мұндай дизайнның басты қағидаттары – экологиялық жауапкершілік, энергия тиімділігі, табиғи материалдарды орынды пайдалану, қалдықсыз өндіріс пен қайта өңдеуді қолдау. Дизайнның дәстүрлі формаларынан айырмашылығы, экодизайнда кез келген бұйымның немесе шығармашылық жобаның тек

эстетикалық немесе функционалдық жағы ғана емес, оның экологиялық салдары, табиғатқа әсері де басты назарға алынады.

Көркемдік білім беру жүйесінде бұл қағидаттарды жүзеге асыру оқушылар мен студенттердің дүниетанымына тікелей ықпал етеді. Өнер мен дизайнды оқыту барысында экологиялық құндылықтарды біріктіру жас ұрпақтың табиғатқа деген қарым-қатынасын қайта қарауға мүмкіндік береді. Мәселен, бейнелеу өнері сабақтарында табиғи бояуларды, қайта өңделген қағазды, экологиялық таза материалдарды қолдану, жобалау пәндерінде энергия үнемдейтін технологияларға сүйену, макет жасау кезінде қалдықсыз тәсілдерді пайдалану сияқты әдістер білім алушылардың санасына жаңа мәдени бағдар береді. Бұл тәсілдер жас ұрпақты тек суретші немесе дизайнер ретінде кәсіби қалыптастырумен шектелмей, оларды қоғам мен табиғат арасындағы үйлесімді дамудың белсенді қатысушысы болуға тәрбиелейді [1].

Жасыл технологиялар ұғымы қазіргі таңда тек өндірісте немесе энергетика саласында емес, білім беру ортасында да кеңінен қолданыс табуда. Жасыл технологиялар дегеніміз – энергия мен табиғи ресурстарды үнемдеуге, қалдықтарды азайтуға, қайта пайдалануға және экологиялық зиянды минимумға түсіруге бағытталған инновациялық шешімдер жиынтығы. Көркемдік білім беруде бұл технологияларды қолдану оқу процесінің әр кезеңінде жүзеге асуы мүмкін. Мысалы, интерактивті тақталар мен цифрлық планшеттер арқылы қағаз шығынын азайту, компьютерлік графика мен 3D модельдеуді пайдалану арқылы табиғи материалдарды үнемдеу, оқу аудиторияларын энергия үнемдейтін жарықтандыру жүйелерімен жабдықтау – мұның бәрі жасыл технологиялардың көрінісі болып табылады.

Экодизайн қағидаттарының білім беру мазмұнына енгізілуі педагогикалық тұрғыдан да маңызды. Мұнда басты назар – оқушы мен студенттің шығармашылық ойлауын экологиялық жауапкершілікпен байланыстыру. Мысалы, дизайн мамандығын меңгеріп жатқан студент белгілі бір жоба жасайтын кезде тек эстетикалық әдемілікке емес, сонымен қатар оның экологиялық тиімділігіне мән беруі тиіс. Бұл жерде «қалай жасалады?», «қандай материал қолданылады?», «пайдаланылғаннан кейін табиғатқа зиян келтіре ме?» деген сұрақтарға жауап іздеу олардың шығармашылық ойлауына жаңа бағыт береді. Осылайша, экологиялық тұрақты дизайн болашақ кәсіби мамандардың жобалық шешімдерінде маңызды өлшемге айналады.

Көркемдік білім беру жүйесінде экологиялық тұрақты дизайнды насихаттау эстетикалық мәдениет пен экологиялық мәдениеттің тоғысуына жағдай жасайды. Бұл екі мәдениет өзара толықтырып, адамды табиғатпен үйлесімде өмір сүруге баулиды. Мысалы, ұлттық қолөнер сабақтарында табиғи жүн, тері, ағаш, тас сияқты материалдарды пайдалану кезінде олардың экологиялық тазалығы мен табиғи қасиеттеріне назар аудару – ұлттық дәстүрді сақтай отырып, оны жаңа экологиялық мәнмен байытуға мүмкіндік береді. Сонымен қатар қазіргі замандағы сәндік-қолданбалы өнер, интерьер дизайны немесе графикалық өнер бағыттарында да қайта өңделген материалдарды, органикалық бояуларды қолдану кеңінен таралып келеді. Мұндай үрдістер

білім алушыларға дәстүр мен инновацияны байланыстырып, экологиялық тұрақты болашақ құруға үлес қосу қажеттілігін ұғындырады.

Жасыл технологиялар мен экодизайн қағидаттарын көркемдік білім беру жүйесіне енгізудің әлеуметтік-мәдени әсері де ерекше. Бұл тәсілдер жастарды тұтынушылық психологиядан арылтып, табиғатты аялауға, үнемдеуге, қайта қолдануға тәрбиелейді. Қазіргі замандағы қоғамда артық тұтыну мәдениеті кең тарағаны белгілі, ал экологиялық бағыттағы білім беру осы үрдісті тежеп, орнықты өмір салтын қалыптастыруға мүмкіндік береді. Оқушы немесе студент өз жобасын жасағанда, егер ол экологиялық талаптарға сай келсе, оның әлеуметтік мәні де артады. Бұл, өз кезегінде, жас ұрпақтың қоғам алдындағы жауапкершілігін арттырады.

Экологиялық тұрақты дизайнды білім беру процесінде қолдану креативті әлеуетті дамытудың да тиімді жолы. Себебі экологиялық шектеулер шығармашылық үшін жаңа мүмкіндіктер ашады. Мысалы, бір материалды қайта қолдану, ескі заттарды жаңаша пішіндеу, тұрмыстық қалдықтардан жаңа эстетикалық мәні бар бұйым жасау – мұның бәрі шығармашылық қиялды шыңдайды. Осылайша, экологиялық дизайн тек қоршаған ортаны қорғау құралы ғана емес, сонымен бірге өнер мен шығармашылықты дамытудың жаңа арнасы болып табылады [2].

Сонымен қатар экологиялық тұрақты дизайнды білім беру жүйесіне енгізу халықаралық деңгейдегі маңызды міндеттермен де үндеседі. БҰҰ-ның Тұрақты даму мақсаттарының ішінде «Жауапты тұтыну мен өндіріске көшу», «Климаттың өзгеруімен күрес», «Жасыл экономикаға көшу» секілді бағыттар бар. Бұл мақсаттарды жүзеге асыру үшін жас ұрпақты ерте кезден экологиялық саналы ойлауға, жасыл технологияларды пайдалануға, экодизайн қағидаттарын меңгеруге баулу қажет. Сондықтан да көркемдік білім беру саласында экологиялық тұрақты дизайнды жүйелі түрде қолдану – жаһандық деңгейде де өзекті мәселелердің шешімін табуға ықпал етеді.

Жалпы алғанда, экологиялық тұрақты дизайн, жасыл технологиялар және экодизайн қағидаттары көркемдік білім беруде тек қосымша құрал ретінде емес, жаңа әдіснамалық бағыт ретінде қабылдануы тиіс. Бұл бағыт оқушылар мен студенттердің шығармашылық қабілеттерін дамытып қана қоймай, олардың бойында экологиялық құндылықтарды, жауапкершілікті, табиғатпен үйлесімді өмір сүру мәдениетін қалыптастырады. Болашақ суретшілер, дизайнерлер немесе педагогтар үшін бұл қағидаттарды меңгеру кәсіби бәсекеге қабілеттіліктің де маңызды бөлігіне айналады. Себебі қазіргі еңбек нарығында да экологиялық шешімдерді таба алатын мамандарға сұраныс артып келеді [3].

Осылайша, экологиялық тұрақты дизайн мен жасыл технологиялардың көркемдік білім берудегі орны ерекше және стратегиялық маңызға ие. Бұл қағидаттар білім алушылардың тек кәсіби қабілетін дамытумен шектелмей, олардың дүниетанымын, өмірлік ұстанымдарын, экологиялық жауапкершілігін қалыптастырады. Мұндай білім алған ұрпақ болашақта өз кәсібінде табиғатқа зиянсыз шешімдер қабылдап, тұрақты даму идеяларын жүзеге асыруға қабілетті болады. Сондықтан да заманауи көркемдік білім берудің басты міндеттерінің

бірі – жасыл технологиялар мен экодизайн қағидаттарын оқу-тәрбие процесінің өзегіне айналдыру болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Назарбаев, Н.Ә. «Қазақстан–2050 стратегиясы: қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты». – Астана, 2012.
2. Сатыбалдиева, Г. «Экологиялық мәдениет және тұрақты даму идеялары». – Алматы: Қазақ университеті, 2018.
3. McDonough, W., Braungart, M. Cradle to Cradle: Remaking the Way We Make Things. – New York: North Point Press, 2002.

ОӘЖ 74.200.58

КӨРКЕМ ЕҢБЕК САБАҒЫНДА ЦИФРЛЫҚ ГРАФИКА ЭЛЕМЕНТТЕРІН ЕНГІЗУДІҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ АСПЕКТІЛЕРІ

Оспанова А.П., Төлбасы Б.Д., Әшірбай Ж.Б.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются педагогические аспекты внедрения элементов цифровой графики в процесс преподавания предмета «Көркем еңбек» в общеобразовательной школе. Автор анализирует значение цифровых технологий для формирования визуальной культуры, креативного мышления и цифровой грамотности учащихся. Отмечается, что интеграция традиционных художественных методов и цифровых инструментов способствует развитию эстетического восприятия и повышает мотивацию к обучению.

The article explores the pedagogical aspects of integrating elements of digital graphics into the teaching process of the subject “Artistic Labor” in general education schools. The author analyzes the significance of digital technologies for developing visual culture, creative thinking, and digital literacy among students. It is noted that the integration of traditional artistic methods with digital tools enhances aesthetic perception and increases learning motivation.

Қазіргі заманғы білім беру жүйесінде цифрлық технологиялардың маңызы күн сайын артып келеді. Әсіресе көркем еңбек пәні саласында цифрлық графика элементтерін пайдалану — оқушылардың шығармашылық қабілеттерін дамытудың жаңа мүмкіндіктерін ашатын инновациялық бағыт. Бүгінгі мектеп оқушысы тек дәстүрлі көркемдік құралдармен ғана емес, сонымен қатар сандық ортада да өз ойын бейнелей алуы тиіс. Сондықтан көркем еңбек сабағында цифрлық графика элементтерін енгізудің педагогикалық аспектілерін зерттеу өзекті болып табылады.

Көркем еңбек пәні — оқушылардың эстетикалық талғамын, бейнелі ойлауын және шығармашылық қиялын қалыптастыруға бағытталған кешенді оқу пәні. Бұл сабақтарда цифрлық графика элементтерін пайдалану визуалды сауаттылықты дамытуға, көркемдік мәдениетті жаңаша қабылдауға және технологиялық ойлауды жетілдіруге мүмкіндік береді. Цифрлық графика — компьютерлік бағдарламалар арқылы бейнелерді, нысандарды және композицияларды құру үдерісі. Ол қазіргі заманғы дизайн, иллюстрация, анимация және архитектура салаларымен тікелей байланысты.

Педагогикалық тұрғыдан алғанда, цифрлық графиканы енгізу оқу процесіне жаңа әдістемелік және дидактикалық мүмкіндіктер әкеледі. Біріншіден, бұл оқушылардың жеке ерекшеліктерін ескеруге жағдай жасайды. Әр оқушы өз қарқынымен жұмыс істей алады, түрлі педагогикалық бағдарламаларды (мысалы, *Adobe Photoshop, Krita, Procreate, Canva* және т.б.) қолдана отырып, шығармашылық жобасын еркін орындай алады. Екіншіден, цифрлық графика дәстүрлі сурет салу тәсілдерін толықтырып, көркемдік құралдардың жаңа спектрін ұсынады [1].

Мысалы, оқушылар қағазға емес, планшетке немесе интерактивті тақтаға сурет салып, түс, жарық, көлеңке, перспектива элементтерін цифрлық форматта тәжірибе арқылы меңгереді. Мұндай тәсіл оқушының визуалды көру қабілетін, пропорцияны сезінуін және композициялық ойлауын дамытады. Сонымен қатар, цифрлық құралдар арқылы қателіктерді түзету оңай болғандықтан, оқушылардың өз жұмысына деген сенімділігі артады, шығармашылық қорқыныш азаяды.

Педагогикалық аспектілердің бірі — оқытудың мотивациялық жағы. Цифрлық графика қазіргі оқушылардың қызығушылығына сай келеді, өйткені олар цифрлық ортада өмір сүріп, технологиямен тығыз байланыста өсіп келеді. Компьютерлік құралдарды қолдану сабақтың динамикасын арттырып, оны заманауи және тартымды етеді. Мұғалімнің міндеті — бұл қызығушылықты дұрыс бағыттап, эстетикалық және тәрбиелік мақсаттармен ұштастыру.

Көркем еңбек сабақтарындағы цифрлық интеграция оқушылардың креативті және сын тұрғысынан ойлау қабілеттерін дамытады. Мысалы, плакат, иллюстрация, логотип немесе интерьер эскизін әзірлеу кезінде оқушылар идеяны іздейді, оның тұжырымдамасын жасайды және сандық құралдар арқылы бейнелейді. Мұндай жұмыс процестері жобалық іс-әрекетке ұқсайды және оқушылардың зерттеушілік, талдау және синтездеу қабілеттерін қалыптастырады.

Педагогикалық тұрғыдан цифрлық графиканы енгізудің тиімділігі бірнеше бағытта көрінеді:

-Біріншіден, ол оқушылардың цифрлық сауаттылығын арттырады. Бұл ХХІ ғасырдың негізгі құзыреттерінің бірі.

Екіншіден, дәстүрлі көркемдік әдістермен қатар қолданылғанда, оқушылардың эстетикалық мәдениеті тереңдейді.

Үшіншіден, сабақтар интерактивті сипат алып, оқушылардың белсенді қатысуын қамтамасыз етеді.

Төртіншіден, цифрлық графика ұжымдық жобалар жасауға, яғни бірлескен шығармашылыққа мүмкіндік береді [2].

Мұғалімнің рөлі бұл үдерісте айрықша. Ол цифрлық құралдарды мақсатты және педагогикалық тұрғыдан орынды пайдалануды ұйымдастырушы болуы тиіс. Мұғалім тек бағдарламалық қамтамасыз етуді үйретіп қана қоймай, эстетикалық ойлауды, шығармашылық дербестікті және көркемдік талғамды дамытуды көздеуі қажет. Мұндай интеграция оқушының тұлғалық дамуын да

қамтамасыз етеді, себебі сандық ортадағы шығармашылық әрекет өзін-өзі көрсету мен өзіне сенімділік қалыптастырады

Цифрлық графика элементтерін енгізу кезінде дәстүрлі өнермен тепе-теңдік сақталуы маңызды. Компьютер тек құрал екенін, ал шығармашылық процестің мәні адамның идеясы мен эстетикалық көзқарасында екенін түсіндіру қажет. Оқушылар сандық графикадағы жұмыстың да өз заңдылықтары бар екенін меңгеруі тиіс: композиция, түстік үйлесім, кеңістік және форма ережелері [3].

Көркем еңбек сабағында цифрлық графика элементтерін қолдану арқылы оқушылардың жобалық іс-әрекеті мен көркемдік ойлау мәдениеті дамиды. Олар өз идеясын нақты визуалды бейнеге айналдыра алады, сонымен қатар заманауи графикалық құралдармен кәсіби деңгейде жұмыс істеуге дайындалады. Бұл болашақта шығармашылық мамандықтарға (дизайн, иллюстрация, архитектура, мультимедиа) бағытталған оқушылар үшін кәсіби бағдардың маңызды бөлігі болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Әбілханова, А. Т. Көркем еңбекті оқытуда инновациялық технологияларды қолдану. – Алматы: Қазақ университеті, 2020.
2. Сейітова, А. Н. Цифрлық білім беру кеңістігіндегі көркем шығармашылық. – Нұр-Сұлтан: ЕҰУ, 2021.
3. Бекжанова, Г. Қ. Көркемдік білім беруде ақпараттық технологиялардың рөлі. – Шымкент: ОҚМПУ, 2022.

ОӘЖ 7.011.26.

ЗАМАНАУИ БІЛІМ БЕРУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ ДИЗАЙННЫҢ КРЕАТИВТІ ӘЛЕУЕТТІ ДАМУДАҒЫ РӨЛІ

Піләл М.Б., Сағат А.Н., Молдахан А.М.
Мирас университеті, Шымкент қаласы Қазақстан

В данной работе рассматривается роль дизайна в современной системе образования в контексте развития креативного потенциала учащихся. Подчеркивается, что дизайн является не только эстетической категорией, но и важным инструментом формирования творческого мышления, критического анализа, коммуникативных навыков и цифровой грамотности. В статье раскрываются возможности применения дизайн-образования для сохранения национальных культурных ценностей, развития проектного мышления и интеграции современных технологий в учебный процесс. Автор делает вывод, что углубленное изучение дизайна в школе способствует формированию конкурентоспособной, креативной и социально активной личности.

This paper examines the role of design in the modern education system in the context of developing students' creative potential. It emphasizes that design is not only an aesthetic category but also an essential tool for fostering creative thinking, critical analysis, communication skills, and digital literacy. The study highlights the significance of design education in preserving national cultural values, developing project-based thinking, and integrating modern technologies into the learning process. The author concludes that in-depth design studies at school contribute to shaping a competitive, creative, and socially active individual.

Қазіргі таңда білім беру жүйесі тек қана оқушыларға теориялық білім берумен шектелмей, олардың шығармашылық қабілеттерін, сыни тұрғыдан ойлауын және креативті әлеуетін дамытуға бағытталуда. Бұл бағытта дизайн пәні ерекше орын алады. Дизайн – тек көркемдік немесе эстетикалық категория емес, ол адамдардың өмір сүру сапасын жақсартуға, қоршаған ортаны ыңғайлы әрі үйлесімді етуге бағытталған күрделі процесс. Сондықтан заманауи білім беру жүйесінде дизайнды оқыту арқылы оқушыларды жаңа идеялар іздеуге, түрлі шешімдер қабылдауға және өз ойларын креативті түрде жүзеге асыруға үйрету басты міндеттердің біріне айналууда. Дизайн саласы оқушылардың эстетикалық мәдениетін қалыптастырып қана қоймайды, сонымен қатар олардың проблемаларды шешу дағдыларын, логикалық ойлауын, технологиялық сауаттылығын және қоғамға пайдалы болуға деген ұмтылысын дамытады.

Креативті әлеуеттің негізінде адамның жаңашылдыққа ұмтылысы, бейнелік ойлау қабілеті, идеяларды шынайы өмірде жүзеге асыру дағдысы жатыр. Дизайн пәнін оқыту барысында оқушылар күнделікті өмірде кездесетін мәселелерге шығармашылық тұрғыдан қарауды үйренеді. Мысалы, қарапайым тұрмыстық заттың формасын өзгертуден бастап, кеңістікті тиімді ұйымдастыруға дейінгі аралықта әртүрлі жобалар жасайды. Мұндай тәжірибелер олардың қиялын дамытып қана қоймай, практикалық дағдыларын нығайтады. Осы арқылы мектеп қабырғасынан бастап оқушылар болашақта қоғамға пайдалы инновациялық шешімдер ұсына алатын, заманауи технологияларды меңгерген, шығармашылық тұрғыдан дамыған тұлға болып қалыптасады.

Заманауи мектептегі дизайнның рөлі тек сурет салу немесе сәндік бұйым жасауға ғана қатысты емес, ол ауқымды әлеуметтік-мәдени функцияларды атқарады. Дизайнның көмегімен оқушылар әлемді жаңа көзқараспен таниды, табиғат пен қоғам арасындағы байланыстарды аңғарады, адамзаттың мәдени мұрасын бағалауды үйренеді. Бұл жерде ұлттық құндылықтарды сақтау мен дамыту ерекше маңызға ие. Қазақстандық білім беру жүйесінде дизайнды оқыту барысында халықтық өнердің элементтерін пайдалану арқылы оқушылардың ұлттық сана-сезімі оянып, мәдени сәйкестігі нығаяды. Дәстүрлі ою-өрнектерді, киім үлгілерін, сәулеттік элементтерді заманауи тұрғыда қайта жаңғырту арқылы оқушылар ұлттық мәдениетті жаңа қырынан түсініп, оны қазіргі заман талаптарымен ұштастыруға дағдыланады [1].

Дизайнның білім беру жүйесіндегі тағы бір маңызды рөлі – оқушылардың сыни тұрғыдан ойлау қабілетін жетілдіру. Жоба жасау барысында бала әрбір детальдың мағынасын, функциясын, ыңғайлылығын, эстетикалық құндылығын сараптайды. Бұл өз кезегінде логикалық талдау дағдысын дамытады. Сонымен қатар, дизайн пәні ұжымдық жұмысты қажет етеді. Топтық жобалар кезінде оқушылар пікір алмасуды, ортақ шешім қабылдауды, бір-бірінің көзқарасын құрметтеуді үйренеді. Бұл – болашақ мамандар үшін аса қажет коммуникативтік қабілеттердің қалыптасуына ықпал етеді.

Білім беру жүйесіндегі дизайн тек оқушылардың шығармашылығын дамытып қана қоймай, олардың психологиялық тұрғыда өзін-өзі көрсетуіне мүмкіндік береді. Әрбір балада өзіндік ойлау жүйесі, өзіндік дүниетанымы бар. Дизайн сабағында оқушы өз идеясын нақты зат немесе бейне түрінде жүзеге асырады, сол арқылы өзінің ішкі әлемін көрсетеді. Бұл үдеріс балаға өзін сенімді сезінуге, өз ойын еркін жеткізе білуге үйретеді. Креативті әлеуеттің ашылуы тек өнер саласында емес, басқа да ғылымдарда табысқа жетуге жол ашады. Өйткені шығармашылықпен ойлай білетін адам кез келген қиындықты жаңа қырынан көріп, тиімді шешім таба алады.

Заманауи қоғамда цифрлық технологиялардың дамуы дизайн саласына жаңа серпін берді. Компьютерлік графика, 3D модельдеу, мультимедиялық жобалау, веб-дизайн сияқты бағыттар мектеп оқушыларына болашақ мамандықтарын тандауда үлкен мүмкіндік ашады [2]. Бұл құралдар арқылы оқушылар виртуалды ортада өзінің идеяларын бейнелеп, оларды нақты өмірде іске асыру жолдарын таба алады. Білім беру жүйесінде осы технологияларды қолдану оқушылардың ақпараттық сауаттылығын арттырып қана қоймай, олардың әлемдік деңгейде бәсекеге қабілетті болуына жағдай жасайды. Дизайнды үйрету барысында заманауи технологияларды меңгеру – болашақ мамандардың еңбек нарығында сұранысқа ие болуына ықпал етеді.

Білім берудегі дизайнның рөлі тек оқушыларға бағытталған емес, сонымен қатар мұғалімдер үшін де өзекті. Мұғалімдер сабақ беру процесінде креативті әдіс-тәсілдерді пайдалану арқылы оқушылардың қызығушылығын арттырады. Дизайндық тәсілдер арқылы сабақ мазмұны көрнекі әрі тартымды болады. Оқушыларды дәстүрлі әдістермен ғана емес, визуалды материалдар, инфографикалар, сызбалар, макеттер арқылы оқыту – білім сапасының артуына ықпал етеді. Осы тұрғыда педагогтардың кәсіби құзыреттілігін арттыру, оларды жаңа технологиялармен жұмыс істеуге үйрету де ерекше маңызды [3].

Қазіргі таңда әлемдік тәжірибеде дизайн-ойлау әдісі кеңінен қолданылады. Бұл әдіс оқушыларды проблемаларды шешуде шығармашылық тұрғыдан ойлауға, түрлі нұсқаларды салыстыруға, ең тиімді шешім қабылдауға үйретеді. Дизайн-ойлау барысында оқушылар мәселенің мәнін терең түсініп, оның шешімін тәжірибеде тексеріп көреді. Мұндай әдіс оқушының креативті әлеуетін барынша ашып, оны нақты әрекет арқылы іске асыруға көмектеседі. Сондықтан білім беру жүйесінде дизайн-ойлауды енгізу оқыту сапасын арттырудың маңызды шарттарының бірі болып табылады [4].

Жалпы алғанда, заманауи білім беру жүйесінде дизайнның креативті әлеуетті дамытудағы рөлі орасан зор. Ол оқушылардың эстетикалық талғамын, шығармашылық қабілетін, сыни ойлауын, коммуникативтік дағдыларын, ақпараттық сауаттылығын қалыптастырады. Сонымен қатар ұлттық мәдениетті сақтап, оны заманауи тұрғыда дамытуға мүмкіндік береді. Дизайн арқылы оқушылар өз ойын ашық жеткізе білуге, жаңа идеялар ұсынуға және оларды жүзеге асыруға үйренеді. Бұл қасиеттер болашақ маманның жан-жақты дамуына, қоғамның әлеуметтік-мәдени прогресіне, жалпы ұлттық білім беру жүйесінің сапасын арттыруға ықпал етеді. Сондықтан мектеп бағдарламасында

дизайн пәнін тереңдетіп оқыту, оны басқа пәндермен кіріктіріп жүргізу, оқушыларды заманауи технологияларды қолдануға үйрету – креативті әлеуетті дамытудың тиімді жолдарының бірі болып саналады.

Пайдаланылған әдебиеттер

- 1.Әбдіғапбарова, Ұ. «Көркем еңбек және дизайн негіздері». – Алматы: Қазақ университеті, 2020.
- 2.Сейдахметова, Г. «Дизайн педагогикасы және шығармашылық қабілетті дамыту». – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2021.
- 3.Назарбаев, Н.Ә. «Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру». – Егемен Қазақстан, 2017.
- 4.Сарыбекова, А. «Көркемдік білім берудің әдістемелік негіздері». – Шымкент: Мирас университеті баспасы, 2019.

УДК 72.04.01–053.2

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНЖЕНЕРНОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАФИКИ И АРХИТЕКТУРНОГО ДИЗАЙНА

Салайдинова Хумора Ширинбой кизи

Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами по направлению
"Инженерная компьютерная графика и теория дизайна" магистрантка МГ1-го курса

В данной статье проводится глубокий анализ взаимосвязи инженерной графики и архитектурного дизайна, их исторической эволюции, технического и творческого синтеза, а также роли современных цифровых технологий в проектировании сооружений. На основе примеров и проектов широко освещаются процессы, начиная от древних цивилизаций и заканчивая перспективами будущего, такими как искусственный интеллект и виртуальная реальность.

This article provides an in-depth analysis of the interconnection between engineering graphics and architectural design, exploring their historical evolution, technical and creative synthesis, as well as their role in building design through modern digital technologies. The processes spanning from ancient civilizations to future prospects such as artificial intelligence and virtual reality are extensively examined, supported by examples and projects.

Инженерная компьютерная графика и архитектурный дизайн - это две области, объединяющие творческий и технический потенциал человечества, взаимозависимость которых уходит корнями от исторических процессов до современных цифровых технологий. Эта связь проявляется не только в чертежах и проектах, но и в формировании образа мышления, методов решения проблем и даже эстетических и функциональных потребностей общества.

Инженерная компьютерная графика стала основным языком архитектурного дизайна, посредством которого идеи воплощаются в реальность, обеспечивается безопасность и внедряются инновации.

В этой статье широко освещается взаимодействие этих двух областей, их историческая эволюция, технические аспекты, творческий синтез и перспективы на будущее объясняются примерами. Взаимосвязь инженерной компьютерной графики и архитектурного дизайна начинается с древнейших

цивилизаций. Например, геометрические чертежи и измерения играли ключевую роль в проектировании сооружений, таких как древнеегипетские пирамиды или римские акведуки. Хотя в этот период инженерная компьютерная графика осуществлялась с помощью простых линеек и компаса, она служила для точного выражения воображения архитектора.

Архитектурный дизайн был не просто эстетической формой, а функциональной структурой, основанной на инженерных расчетах. Например, римские инженеры использовали графические методы для расчета градиентов (уклонов) при проектировании акведуков, что гарантировало прочность сооружения наряду с обеспечением потока воды. Эта связь получила дальнейшее развитие в эпоху Возрождения: Такие гении, как Леонардо да Винчи, рисовали архитектурные идеи с помощью инженерной компьютерной графики, такие как летающие машины или проекты городского планирования. В чертежах Да Винчи геометрия, перспектива и механика объединились, обогатив архитектурный дизайн инженерной точностью.

В современную эпоху эта зависимость стала более сложной и цифровой. Инженерная компьютерная графика превратилась из ручных чертежей в системы компьютерного проектирования (CAD - Computer-Aided Design). В архитектурном дизайне такие программы, как AutoCAD, Revit или Rhino, основаны на принципах инженерной компьютерной графики и обеспечивают 3D-моделирование, симуляцию и визуализацию. Взаимодействие инженерной компьютерной графики и архитектурного дизайна также глубоко проявляется в функциональных и эстетических аспектах.

Архитектурный дизайн часто основан на органических формах, кривых и сложной геометрии, например, в проектах Заха Хадид - их параметрический дизайн реализуется с помощью алгоритмов инженерной компьютерной графики. В этом процессе творческое воображение архитектора преобразуется в техническую документацию - планы, разрезы, фасады и детали - посредством инженерной компьютерной графики. Например, в проектах таких небоскребов, как Бурдж-Халифа, инженерная компьютерная графика использовалась для расчета ветровых нагрузок, сейсмостойкости и распределения материалов. Идеи архитектора Нормана Фостера были протестированы инженерами с помощью графических моделей, в результате чего была обеспечена структурная прочность наряду с эстетикой формы.

Связь здесь заключается в том, что инженерная компьютерная графика превращает архитектурный дизайн в "язык": через него идея не только рисуется, но и рассчитывается, оптимизируется и даже тестируется в виртуальной реальности.

Преобразуя их в математические модели, они рассчитывают расход материалов, энергоэффективность и даже экологическое воздействие. Эта связь еще более важна в устойчивой архитектуре: например, технология BIM (Building Information Modeling) моделирует весь жизненный цикл здания - от строительства до эксплуатации и сноса - на основе инженерной компьютерной графики. В результате архитектурный дизайн становится не только красивым,

но и экономически и экологически эффективным. В проекте Sydney Opera House творческие формы Йорна Утсона были преобразованы инженером Ове Арупом в структурные решения посредством графических расчётов, что обеспечило устойчивость сооружения, сохраняя при этом его иконический вид.

Кроме того, взаимосвязь этих двух сфер отражается и в образовании, и в профессиональной практике. На архитектурных факультетах инженерная компьютерная графика является обязательным предметом, и студенты изучают чтение чертежей, методы проекции и техническую документацию. Эти знания помогают архитекторам общаться со своими идеями с инженерами. Напротив, специалисты по инженерной компьютерной графике оптимизируют проекты, учитывая эстетические принципы архитектурного дизайна. Например, в проектах мостов (Golden Gate Bridge) инженерная компьютерная графика рассчитывает аэродинамику и распределение нагрузки, в то время как архитектурный дизайн обеспечивает адаптацию к городскому ландшафту. Этот синтез приводит к инновациям: технологии 3D-печати позволяют быстро прототипировать архитектурные модели с помощью инженерной компьютерной графики, в результате чего реализуются параметрические формы - например, органические фасады или модульные дома. В Узбекистане при проектировании зданий гармонизируются национальные архитектурные традиции и современные технологии.

Особое внимание уделяется сейсмостойким конструкциям, энергосберегающим решениям, подходящим для жаркого климата, и национальным стилям декора. Например, новые здания в таких городах, как Ташкент, Самарканд и Бухара, отражают дух древней архитектуры в современной форме. Это обеспечивает инновационное развитие при сохранении национальных ценностей. Проектирование зданий - это научный, технический и творческий процесс, предшествующий строительству зданий и сооружений, охватывающий области архитектуры, инженерии и дизайна. При проектировании определите, какой формы, где, из каких материалов и для какой цели должно быть построено здание.

Эстетика - внешний вид должен быть красивым и сбалансированным. Эргономика - уровень удобства для пользователя. Стабильность - сейсмостойкость, хорошая тепло- и звукоизоляция. Экология - не наносить вреда окружающей среде. Экономичность - стоимость строительства и эксплуатационные расходы должны быть приемлемыми. План здания дает информацию о его форме, взаимном расположении помещений. На плане указываются оконные и дверные проемы, стены, перегородки, санитарно-техническое оборудование и т.д.

Проектирование зданий - это интегрированная область науки, искусства и технологий, которая определяет не только эффективность строительства, но и качество жизни человека и экологическую устойчивость. Благодаря современным проектным решениям здания становятся все более комфортными, безопасными, энергоэффективными и эстетически совершенными. В будущем цифровые технологии, искусственный интеллект и факторы экологической

устойчивости будут играть еще более важную роль в проектировании зданий. Проектирование зданий сегодня формируется как комплексная область, включающая не только архитектуру, но и технологии, экологию и психологию человека.

Подходы, объединяющие эргономику, энергосбережение, интеллектуальные системы, ландшафтную гармонию и национальные архитектурные традиции, составляют основу будущих зданий. Таким образом, главная цель проектирования современного здания - создание устойчивой среды обитания в гармонии человека и природы. Следующий рисунок представляет собой проект здания, выполненный в программе AutoCad 2007 в 2D-среде, где расположены внешняя и внутренняя толщина стен здания, внутреннее оборудование, двери, окна, мебель, санузел и другое оборудование. (Чертёж-1).

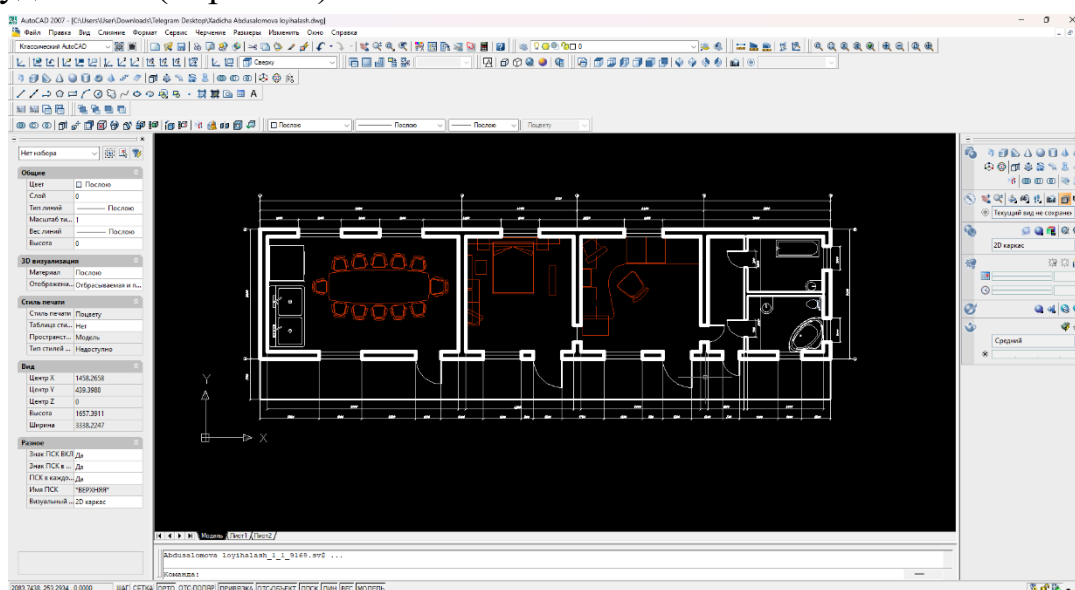


Чертёж-1.

В будущем связь между инженерной компьютерной графикой и архитектурным дизайном будет еще более усилена благодаря искусственному интеллекту (ИИ) и виртуальной реальности (VR). Программы на основе ИИ, такие как Generative Design, предлагают тысячи графических вариантов на основе требований архитектора и автоматизируют инженерные расчеты.

В этом процессе архитектурный дизайн становится персонализированным и гибким, например, создаются "умные" здания, которые реагируют на изменение климата. Технологии VR позволяют виртуально прогуливаться по проекту с помощью графических моделей, что заранее устраняет ошибки. Например, инструменты ИИ, разрабатываемые такими компаниями, как xAI, могут помочь решить глобальные проблемы - чрезмерную урбанизацию городов или энергетический кризис - комбинируя инженерную компьютерную графику и архитектурный дизайн. В заключение можно сказать, что взаимосвязь инженерной компьютерной графики и архитектурного дизайна - это не просто технический процесс.

Использованная литература

- 1.Ching, F. D. K. (2014). Architecture: Form, Space, and Order. John Wiley & Sons. (О синтезе основных принципов архитектурного дизайна и графики.)
- 2.Pottmann, H., Asperl, A., Hofer, M., & Kilian, A. (2007). Architectural Geometry. Bentley Institute Press. (О применении инженерной компьютерной графики и параметрического дизайна в архитектуре.)
- 3.Eastman, C., Teicholz, P., Sacks, R., & Liston, K. (2011). BIM Handbook: A Guide to Building Information Modeling for Owners, Managers, Designers, Engineers and Contractors. John Wiley & Sons. (Об интеграции инженерной компьютерной графики и архитектуры с использованием BIM-технологий.)
- 4.Leonardo da Vinci. (1989). The Notebooks of Leonardo da Vinci (составитель и редактор Jean Paul Richter). Dover Publications. (Примеры исторической инженерной компьютерной графики и архитектурных идей.)

УДК 759.41

ВЛИЯНИЕ КУЛЬТУРНЫХ ТРАДИЦИЙ НА РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА

Саттарханова К.Д., Оспанов А.Ж.
Университет «Мирас», г. Шымкент, Казахстан

Мақалада заманауи интерьер дизайнының дамуына мәдени дәстүрлердің әсері қарастырылады. Автор ұлттық мәдениет, дәстүрлі қолөнер мен тарихи стильдердің қазіргі интерьер шешімдеріндегі көрінісін талдайды. Сондай-ақ, жаһандану дәуірінде мәдени мұраны сақтау мен оны жаңа технологиялармен ұштастырудың маңыздылығы көрсетіледі. Мақалада этникалық элементтердің заманауи эстетикамен үйлесуі арқылы интерьердің бірегей бейнесін қалыптастыру жолдары қарастырылады.

The article examines the influence of cultural traditions on the development of modern interior design. The author analyzes how national culture, traditional crafts, and historical styles are reflected in contemporary design solutions. The importance of preserving cultural heritage and integrating it with new technologies in the era of globalization is emphasized. The study also explores how ethnic elements can be harmoniously combined with modern aesthetics to create unique interior identities.

Современный дизайн интерьера представляет собой синтез функциональности, эстетики и культурных ценностей. В эпоху глобализации, когда стираются границы между странами и стилями, именно культурные традиции становятся тем основанием, которое придаёт индивидуальность и глубину дизайнерскому решению.

Культура, выраженная через архитектуру, орнаменты, материалы и цветовые решения, формирует не только визуальный облик пространства, но и его эмоциональное содержание. Сегодня дизайнеры всё чаще обращаются к национальным мотивам, переосмысливая их в контексте современных технологий и формообразования.

Каждая культура обладает уникальным визуальным языком, который выражается через формы, символику, орнаменты и цвет. Эти элементы веками

формировали национальную эстетику, находя отражение в интерьерах жилищ, общественных зданий и культовых сооружений.

Например:

- В восточной традиции преобладают мягкие линии, природные материалы, баланс света и тени (дзен-философия).
- В исламской архитектуре — орнаментальная ритмика, каллиграфические узоры и симметрия.
- Европейская культура развивала композиционную гармонию, пропорциональность и внимание к деталям.

Современный дизайн черпает из этих источников, переосмысливая культурное наследие в новых формах и контекстах [1].

Этнические мотивы становятся важным направлением в дизайне интерьера XXI века. Они позволяют сохранить связь с историей и выразить культурную идентичность.

Основные способы интеграции этнических традиций в современный интерьер:

- использование национальных орнаментов и текстиля в мебели и декоре;
- применение традиционных природных материалов (камень, дерево, глина, текстиль ручной работы);
- интерпретация исторических архитектурных форм с применением современных технологий;
- сочетание символических цветовых решений, характерных для определённой культуры.

Например, в скандинавском минимализме можно увидеть отголоски народных ремёсел и любви к природной простоте, а в японском дизайне — уважение к пустоте, свету и натуральным фактурам [2].

Процессы глобализации привели к активному обмену эстетическими идеями между странами и культурами. В результате возникает феномен гибридного дизайна, где элементы разных традиций соединяются в гармоничное целое.

Современные дизайнеры создают интерьеры, в которых восточная философия пространства сочетается с европейской рациональностью и скандинавской лаконичностью.

Такое объединение культурных кодов формирует универсальный визуальный язык, сохраняя при этом уважение к происхождению каждой традиции.

Однако существует и риск утраты подлинности — когда этнические мотивы используются поверхностно, без понимания их культурного смысла. Поэтому важна осознанность в обращении к культурным источникам.

Казахстанский современный дизайн интерьера представляет собой уникальный пример сочетания традиций и современности. В нём находят отражение элементы кочевой культуры, символика орнаментов, мотивы природы и гостеприимства, присущие казахскому народу.

Современные казахстанские дизайнеры всё чаще обращаются к:

- использованию узоров *қошқар мүйіз* в текстиле и мебели;
- сочетанию теплых природных оттенков с современными геометрическими формами;
- применению войлока, кожи, дерева и металла в новых интерпретациях;
- созданию пространств, отражающих философию *тұрақтылық пен рухани үндестік* (устойчивость и духовная гармония) [3].

Такое переосмысление традиций не только сохраняет культурное наследие, но и делает интерьер выразительным и эмоционально насыщенным.

Инновационные технологии вносят новые возможности в сохранение и развитие культурных традиций в дизайне интерьера. 3D-моделирование, цифровая визуализация и виртуальная реальность позволяют реконструировать исторические формы, модернизировать традиционные орнаменты и создавать уникальные композиции, вдохновлённые культурным прошлым.

Современные дизайнеры применяют:

- лазерную резку и 3D-печать для создания орнаментальных структур;
- цифровую роспись на текстиле и плитке;
- интерактивные элементы освещения, подчеркивающие культурные акценты.

Таким образом, культура и технология образуют взаимодополняющую систему, в которой традиция получает новое дыхание.

Культурные традиции играют важную роль в развитии современного дизайна интерьера, формируя основу для индивидуальности и глубины художественного образа.

Они придают пространству не только эстетическую ценность, но и духовное содержание, связывая прошлое и настоящее.

Современный дизайнер, обращаясь к культурному наследию, не просто копирует формы, а переосмысливает их, создавая новые смыслы и визуальные решения, актуальные для XXI века. Именно через уважение к традициям и их творческое развитие формируется будущее интерьерного искусства — гармоничное, устойчивое и наполненное культурной идентичностью.

Список литературы

1. Хара, К. Дизайн и традиция: эстетика и философия формы. — Токио, 2019.
2. Сидорова, Е. Этнические мотивы в современном интерьере. — Москва: Архитектура-С, 2022.
3. Тажибаева, Г. Казахская орнаментика в современном дизайне. — Алматы: КазНАИ, 2021.

ГАРМОНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО И СОВРЕМЕННОГО В ТВОРЧЕСТВЕ СОВРЕМЕННЫХ УЗБЕКСКИХ ХУДОЖНИКОВ

Сулейманова Д.

Студентка 3 курса

Ташкентский государственный педагогический университет имени Низами

Бұл мақалада заманауи өзбек суретшілерінің шығармашылығында ұлттық және модерн элементтердің үйлесімді үйлесуі мәселесі қарастырылады. Өзбек бейнелеу өнерінің тарихи тамырлары, ұлттық көркем дәстүрлер, қазіргі заманғы өнер бағыттарының әсері және олардың өзара синтезі талданады. Арнайы назар суретшілердің жеке стиліне, ұлттық бірегейлікті түс пен форма арқылы көрсетуге арналған ерекше тәсілдеріне аударылады. Зерттеу нәтижелері бойынша ұлттық пен модерннің бірлігі заманауи өзбек өнерінің дамуы үшін маңызды фактор екені айқындалады.

This article examines the synthesis of national identity and modernity in the works of contemporary Uzbek artists. It analyzes the historical roots of Uzbek visual art, traditional artistic values, the influence of modern art movements, and their mutual interaction. The study explores artists' individual styles and unique approaches to expressing national identity through color and form. The findings highlight that the harmony between national and modern elements serves as a significant factor in the development of contemporary Uzbek art.

Изобразительное искусство является художественным выражением человеческого мышления, воплощая духовный мир народа, его историческую память и эстетические взгляды. В годы независимости в искусстве Узбекистана ускорился процесс сохранения и обновления национальных ценностей в соответствии с духом времени. В этом процессе художники стремятся гармонично сочетать национальный дух и современные способы выражения в своих произведениях.

Синтез национального и современного в современном узбекском изобразительном искусстве — это не только художественная форма, но и новый этап эстетического мышления. Он позволяет художнику, оставаясь верным своим историческим корням, вступать в диалог с современным миром.

Национальное — выражение самобытности, понятие национального является основой и духовной опорой творчества художника. В истории узбекского изобразительного искусства Камолиддин Бехзод, Ахмад Дониш, Усто Момин и другие создатели заложили основы национального художественного мышления. В их произведениях народные цвета, геометрические узоры и духовные образы сохраняют актуальность и сегодня.

Современные узбекские художники обогащают эти традиционные формы новым художественным прочтением. Например, художники Баходир Джалолов, Санджар Содиков, Дилором Мамедова гармонично соединяют национальные узоры, атлас, дёппи и древние символы с современными композициями, создавая новое эстетическое направление.

Современность — новый язык искусства. Современное искусство сформировалось в XX веке, пропагандируя свободу творчества, обновление

формы и содержания. Для узбекской живописи это направление открыло новые масштабы и возможности выражения национального искусства.

В творчестве Джавлона Умарбекова национальные символы представлены в модернистской форме: абстрактный фон, сильный контраст цвета и символические образы отражают гармонию человека и природы. В работах Бобура Исмоилова вместе с древними узорами воплощены элементы модернизма и экспрессионизма. В его произведениях через цвет и линию выражаются духовные переживания. Такие художники стремятся выражать национальное не только через внешние атрибуты, но и на уровне содержания и философских идей.

Гармония — новый художественный синтез. Гармония национального и современного является одной из важнейших тенденций современного узбекского изобразительного искусства. Художники объединяют в своих произведениях историческое наследие и дух времени, выводя национальную художественную школу на уровень мирового искусства.

Эта гармония — не только эстетическое явление, но и выражение культурной идентичности. Стремление к современности при сохранении национального духа позволяет художнику иметь свой голос на мировой художественной арене. Например, в работах Саидхамада Рахмонова наблюдается синтез народных символов и абстрактных форм. Он через свои произведения создаёт диалог между «прошлым и настоящим». Таким образом художники обогащают национальное искусство современными идеями.

В творчестве современных узбекских художников гармония национального и современного обозначает новый этап художественного мышления. Национальное выражает самобытность и исторические корни художника, современность даёт ему свободу мышления, экспериментов и возможность быть наравне с глобальным искусством.

Синтез этих двух направлений делает узбекское изобразительное искусство уникальной школой и направлением, достойно проявляющей духовные ценности народа на мировой художественной арене.

Использованные литературы

1. Karimov I. A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Qosimov A. O'zbek tasviriy san'ati tarixi. – Toshkent: O'zbekiston, 2019.
3. Raximov S. Zamonaviy san'at va milliy qadriyatlar. – “San'at” jurnali, №4, 2022.
4. Umarbekov J. Rassom nigohi bilan hayot. – Toshkent: Tasviriy san'at nashriyoti, 2016.
5. Mamedova D. Modernizm va milliylik uyg'unligi. – “Ijod va zamon” ilmiy to'plami, 2023.

ИНТЕРЬЕР ДИЗАЙНЫНДА МӘДЕНИ ДӘСТҮР МЕН ЗАМАНАУИЛЫҚТЫҢ СИНТЕЗІ

Суюндиқова А.Е., Сабырбекұлы Б. Слам Д.О.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматривается проблема взаимодействия культурных традиций и современных тенденций в интерьерном дизайне. Автор анализирует значение национальной идентичности в контексте глобализации и влияние современных технологий на формирование нового эстетического восприятия пространства. Подчеркивается, что синтез традиционного и современного позволяет создавать уникальные интерьеры, сочетающие функциональность, символику и эмоциональную выразительность. Приводятся примеры использования этнических мотивов, природных материалов и инновационных решений, формирующих гармоничное пространство, отражающее культурную память и дух времени.

The article explores the interaction between cultural traditions and modern trends in interior design. It analyzes the importance of national identity in the context of globalization and the influence of modern technologies on the aesthetic perception of space. The synthesis of traditional and contemporary elements is emphasized as a key approach to creating unique interiors that combine functionality, symbolism, and emotional expressiveness. Examples of using ethnic motifs, natural materials, and innovative solutions are discussed as ways to form a harmonious environment that reflects both cultural heritage and the spirit of modernity.

Қазіргі заманғы интерьер дизайны – бұл адамның өмір сүру кеңістігін көркем, эстетикалық және функционалды тұрғыдан ұйымдастырудың ерекше түрі. Дегенмен интерьерді жобалау тек техникалық немесе сәндік шешім емес, ол мәдени және рухани контексті бар күрделі шығармашылық процесс болып табылады. Соңғы жылдары дизайнерлер арасында мәдени дәстүр мен заманауилықты ұштастыру үрдісі ерекше маңызға ие бола бастады. Бұл бағыт мәдени мұра мен жаңа технологияларды біріктіре отырып, ұлттық өзіндік ерекшелігі бар заманауи кеңістіктерді қалыптастыруға мүмкіндік береді.

Мәдени дәстүр – ұлттың тарихы мен дүниетанымының көрінісі. Ол халықтың тұрмыс-тіршілігімен, салт-дәстүрімен, қолөнер және сәулет өнерімен тығыз байланысты. Интерьер дизайнында мәдени дәстүрлер көбінесе ою-өрнек, түстер үйлесімі, материал таңдау, кеңістік құрылымы және заттардың символикалық мағынасы арқылы бейнеленеді. Мысалы, қазақтың дәстүрлі киіз үйі кеңістікті ұйымдастырудың өзіндік философиясына ие: онда орталық — ошақ, төбе — аспан, есік — өмірге жол, ал жиһаз бен заттардың орналасуы — отбасы иерархиясын білдіреді. Осындай семантикалық мәндер қазіргі интерьерде жаңа мағынада жаңғырып, мәдени кодты сақтауға көмектеседі.

Заманауи интерьер дизайны, өз кезегінде, технологиялық прогресс пен жаһандану әсерімен қалыптасады. Ол минимализм, хай-тек, скандинав стилі сияқты бағыттарды дамыта отырып, кеңістікті функционалдық пен визуалды тазалық тұрғысынан қарастырады. Бірақ мұндай стильдердің шектен тыс қолданылуы ұлттық ерекшелікті жойып, кеңістікті мәдени тұрғыдан бейтарап

етіп жіберуі мүмкін. Сондықтан дәстүр мен заманауилықтың тепе-теңдігін сақтау – дизайнердің кәсіби және философиялық жауапкершілігі.

Қазіргі дизайнерлер мәдени дәстүр мен инновациялық тәсілдерді біріктіру арқылы интерьерге жаңа мағына береді. Мысалы, заманауи пәтерлерде немесе қонақүйлерде ұлттық оюлармен безендірілген тоқыма бұйымдары, ағаш пен тас сияқты табиғи материалдар кеңінен қолданылады. Бұл тек эстетикалық шешім емес, адамның табиғатпен және мәдени тамырымен байланысын сақтауға бағытталған әрекет [1].

Интерьердегі заманауилық пен дәстүрдің синтезі тек сыртқы бейнеде емес, сонымен қатар кеңістіктің энергетикалық және эмоциялық құрылымында да көрініс табады. Қазақ мәдениетінде үйлесім мен бірлікке ұмтылыс ерекше мәнге ие. Сондықтан интерьерде жарық, түс және материал арасындағы тепе-теңдік, сондай-ақ кеңістіктің тыныштығы мен рухани үйлесімі басты орын алады. Мысалы, жылы табиғи түстер палитрасы, жұмсақ жарық және қолөнер элементтері адамның ішкі күйін тұрақтандырып, үйді жайлы және рухани кеңістікке айналдырады.

Интерьер дизайнында қолданылатын заманауи технологиялар да дәстүрді жаңаша көрсетуге мүмкіндік береді. 3D-визуализация, цифрлық текстуралар, виртуалды модельдеу арқылы дизайнер ұлттық мотивтерді дәл әрі әсерлі бейнелей алады [2]. Сонымен қатар экологиялық материалдар мен энергия үнемдейтін жүйелерді пайдалану дәстүрлі экологиялық сана мен қазіргі тұрақты даму идеясын біріктіреді.

Этно-заманауи бағыт (ethno-modern style) қазіргі уақытта әлемдік дизайнда танымал трендке айналды. Бұл стиль мәдени реңктер мен заманауи формаларды үйлестіре отырып, әмбебап эстетика қалыптастырады. Қазақ мәдениетінде бұл бағыт ұлттық өрнектердің геометриялық құрылымдарын заманауи жиһаз формаларымен біріктіру, киіз, жүн, ағаш, былғары сияқты табиғи материалдарды инновациялық өңдеу тәсілдерімен толықтыру арқылы көрініс табады [3].

Бұған қоса, интерьердің мәдени ерекшелігі тек заттар мен материалдарда ғана емес, кеңістікті ұйымдастыру философиясында да көрінеді. Мысалы, шығыс мәдениеттерінде симметрия мен тепе-теңдік басты қағида болса, қазақ кеңістігінде ашықтық пен табиғилық басым. Сондықтан қазіргі дизайнерлер интерьерде ашық жоспарлау, табиғи жарық пен кеңістік еркіндігін сақтай отырып, ұлттық дәстүрдің рухын жеткізе алады.

Мәдени код – бұл ұлттың рухани жадының көрінісі. Интерьер дизайнында ол символдар, түстер мен пропорциялар арқылы беріледі. Заманауи дизайнер осы кодты жаңаша тілмен сөйлету арқылы дәстүрді сақтап қана қоймай, оны жаңа деңгейге көтереді. Бұл үрдіс эстетикалық тұрғыдан тартымды ғана емес, мәдени сәйкестілік пен рухани сабақтастықты нығайтады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1.Пунтус, Н. Этнические мотивы в современном интерьерном дизайне. Москва: Архитектура-С, 2019.

2.Мельникова, И. Современный интерьер: тенденции и философия пространства. Санкт-Петербург: БХВ, 2021.

3.Кәрімова А. «Қазақ мәдени коды және интерьер дизайнының жаңа бағыттары». Қазақ өнер академиясының еңбектері, №2, 2022.

УДК 37.091.3

ОПОСРЕДСТВЕННЫЕ ФОРМЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И НЕКОТОРЫЕ ИХ ОСОБЕННОСТИ

Тожиева Ф.М.

Низомий номидаги ЎзМПУ доценти п.ф.н.

В статье ведётся рассуждение по трём, так называемым «опосредственным» формам повышения квалификации, из десяти официально установленных форм повышения квалификации педагогических кадров. Поясняется удобность и преимущественные стороны опосредственных форм повышения квалификации.

The article shall reflect the three so-called mediately forms of qualification improvement among ten officially available for improvement of qualification of pedagogical cadres. The comfort and advantage of mediately forms of qualification improvement shall be explained.

Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан от 16.02.2006г. № 25 «О дальнейшем совершенствовании системы переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров» предусматривает, что повышение квалификации педагогических кадров учебных заведений может осуществляться по следующим 10 формам:

- 1) обучение в специализированном образовательном учреждении по повышению квалификации (академия, институт, центр, факультет, курсы);
- 2) обучение в базовом образовательном учреждении;
- 3) обучение в образовательном учреждении по методу «Устоз-шогирд»;
- 4) стажировка на производстве;
- 5) стажировка в научно-исследовательском учреждении;
- 6) зарубежная стажировка;
- 7) самообразование;
- 8) творческий отпуск по решению ученого (научно-педагогического) совета;
- 9) открытые учебные занятия;
- 10) участие с докладами в научных, научно-методических и научно-практических семинарах, конференциях, августовских чтениях и др.

Согласно Постановлению, эти формы повышения квалификации делятся на 2 группы. Первая группа называется «прямыми формами повышения квалификации (обучение по образовательным программам)», и в эту группу входят первые 7 из вышеперечисленных форм повышения квалификации.

Остальные три входят во вторую группу, которая называется «опосредственными (обучение без образовательных программ)» формами обучения. Согласно своему названию, повышение квалификации по формам

входящим в первую группу предусматривает обучение по программам, которые формируются в определенном порядке. Согласно порядку указанному в Постановлении, учебные программы повышения квалификации будут формироваться учебными заведениями, являющимися заказчиками повышения квалификации и территориальными органами управления образованием и согласовываемыми учебными заведениями повышения квалификации.

В настоящее время в системе Народного Образования полностью внедрена только одна форма повышения квалификации педагогических кадров: обучение в специализированном образовательном учреждении по повышению квалификации. А относительно новая форма «дистанционное обучение» с некоторыми трудностями постепенно вводится в рамках формы самообразования.

Однако можно наблюдать, что на практике в системе повышения квалификации, формирование учебных программ повышения квалификации по внедрённым ныне этим формам обучения осуществляется не в порядке как указано в Постановлении. Это сама по себе отдельная проблема.

Здесь мы рассмотрим опосредственные (обучение без образовательных программ) формы обучения и их особенности, которые свободны от этой проблемы повышения квалификации.

Как указано в Постановлении повышение квалификации в таких формах осуществляется, согласно своим названиям, без учебных программ. Это самая важная, имеющая принципиальный характер особенность, которая отличает его от прямых форм повышения квалификации. Поскольку-постольку в Постановлении эти формы повышения квалификации признаются формами повышения квалификации они считаются легитимными. Прежде чем рассматривать другие особенности опосредственных форм повышения квалификации, считаем необходимым привести их определение- пояснение.

Творческий отпуск – отпуск, предоставляемый педагогическим кадрам решением ученого (педагогического) совета образовательного учреждения для создания новой учебной литературы (учебника или учебного пособия), разработки и внедрения в учебно-воспитательный процесс современных педагогических и информационных технологий, завершения крупной научной работы (монографии, диссертации и др.), связанных с направлением профессиональной деятельности педагога.

Открытые учебные занятия – занятия по заранее объявленной проблемной или инновационной тематике, проводимые по расписанию в академических группах с применением современных информационно-коммуникационных технологий, интерактивных методов обучения. Открытые учебные занятия служат экспериментальной площадкой для отработки и внедрения в учебный процесс современных педагогических и информационных технологий, интерактивных методов обучения, школой педагогического мастерства для молодых педагогов. **Участие в научных и научно-методических семинарах, конференциях, августовских чтениях и др.** – выступление педагогических кадров с научными или научно-методическими

докладами (сообщениями) по актуальным вопросам педагогической науки и практики, методологии и технологии обучения, направленными на решение существующих проблем и обеспечение высокого качества учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях. Участие педагогических кадров в крупных научных или научно-методических семинарах, конференциях даёт им возможность обмениваться информацией и опытом работы, ознакомиться с современными тенденциями в организации учебного процесса и прогрессивными образовательными технологиями, способствует росту уровня их профессиональной квалификации.

Из этих определений и пояснений опосредственных форм повышения квалификации можно увидеть что субъекты повышения квалификации формируются из состава педагогов:

а) завершающих работу над учебником, учебным пособием, комплексом дидактических материалов, монографией, диссертацией и тому подобных, связанных с направлением профессиональной деятельностью;

б) проводящих учебные занятия на образцовом уровне с применением современных информационно-коммуникационных технологий;

в) выступающих с научными или научно-методическими докладами (сообщениями) по актуальным вопросам педагогической науки и практики, методологии и технологии обучения, направленными на решение существующих проблем и обеспечение высокого качества учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях.

Из вышеприведенных определений, характеристик и пояснении опосредственных форм повышения квалификации можно увидеть что повышение квалификации в опосредственной форме является творческим процессом. Педагог, вовлечённый в такой процесс, работая над собой самостоятельно, и изучая и усваивая достигает результатов этого процесса. А на самом деле он считается таким образом повысившим свою квалификацию самостоятельно.

Теперь рассмотрим некоторые положительные особенности опосредственного повышения квалификации.

1. Удобность. Педагог, вовлечённый в опосредственную форму повышения квалификации, проводит этот процесс неотделимо от своего коллектива, семьи и бытового комфорта. Он может писать учебники, учебные пособия, монографии; также готовится к открытым урокам, работать над материалами докладов на научно-методических семинарах, конференциях в удобном месте и в удобное время.

2. Побуждение на активность. В действующей в настоящее время форме повышения квалификации слушатель, согласно своему названию, повышает квалификацию как «слушатель». Он проявляет себя как пассивный участник этого процесса. Он остаётся потребителем «готового продукта». При опосредственном повышении квалификации он становится активным участником этого процесса. Теперь он: продвинутый учитель, который проводит обучение на образцовом уровне; работающий над учебниками,

учебными пособиями, монографиями, диссертациями, также активно участвующий на научных, научно-методических семинарах и конференциях творческий педагог. Эти аспекты проявляются только тогда, когда педагог творчески активен. Поэтому творческая активность является одним из основных факторов-характеристик опосредственного повышения квалификации.

3. Малозатратность. Было отмечено, что педагог, повышающий свою квалификацию опосредственно, проводить этот процесс в удобном для него месте (в основном по месту жительства). Известно что непосредственные повышения квалификации осуществляются далеко от места проживания слушателя и носят определенную затрату. Для слушателя, проживающего в определённом регионе нетрудно подсчитать среднюю сумму этих затрат. Для этого общую сумму всех видов годичных затрат регионального Института переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров следует разделить на количество слушателей, повысивших свою квалификацию в этом году. Такие расходы называются бюджетными и покрываются они государством. Всем известно, на практике, кроме этих бюджетных расходов, имеются еще и разные, официально не фиксируемые бытовые расходы, покрываемые за счет слушателей.

При опосредственном повышении квалификации же таких затрат не бывает. Поэтому, опосредственное повышение квалификации является малозатратным как за счет бюджета, так и за счет повышающего свою квалификацию педагога.

4. Создание и усиление мотивации. Лигитимность, удобство и низкая стоимость опосредственных форм повышения квалификации также приводя к интересу и стремлению к этим формам повышения квалификации, создают и усиливают мотивацию к учебе, к творческой активности.

Эти мотивы в соответствии с факторами, которые их создают и усиливают, условно классифицируются следующим образом:

а) мотивы, связанные с изучаемым предметом: знание новых фактов, приобретение знаний и навыков, определение характера события и явления и тому подобные стремления являются мотивами побуждающими на приобретение знаний и навыков;

б) мотивы, связанные с самим процессом обучения: стремление продемонстрировать интеллектуальную активность, ведение рассуждений, преодоление трудностей в решении проблем даёт посыл (или побуждает) на приобретение знаний и умений, и теперь педагога привлекает и завораживает не только и не столько получаемые результаты, но и сам процесс приобретения знаний и умений;

в) чувство долга и ответственности перед обществом, коллективом, наставниками и ученикам, семьей и т.д.;

г) стремление к самоопределению, к самосовершенствованию, к определению своего места и значения.

5. Вдохновенность. Эта особенность проявляется в сочетании с особенностью творческой активности, описанной выше. Вдохновение приходит от творческой активности, или другими словами, вдохновение не приходит без творческой активности. Если педагог, решивший повысить свою квалификацию в опосредственной форме активен но не вдохновлён, он не сможет успешно завершит опосредственное повышение квалификации.

Только педагог, повышающий опосредственно свою квалификацию с творческой активностью и вдохновением сможет создать учебники, учебные пособия, монографии и тому подобные продукты; может проводить учебные занятия на образцовом уровне; может выразить себя на научных, научно-методических конференциях и семинарах.

6. Привлекательность. Вышеописанные особенности опосредственного повышения квалификации усиливают желание к такой форме повышения квалификации. Кроме того, педагог, опосредственно повысивший свою квалификацию, поражает две цели одним выстрелом: во-первых, он будет считаться официально повысившим свою квалификацию, во-вторых, благодаря своей творческой продукцией он полкучает признание педагогического сообщества своего региона и республики. Нет сомнений, что у каждого педагога, наблюдающего такую ситуацию, будет возникать, развиваться и укрепляться чувство стремления и желания к таким формам профессионального развития.

7. Легитимность. В Постановлении Кабинета Министров № 25 от 2006 года даются определения десяти, в том числе и опосредственным формам повышения квалификации. И этим подтверждается легитимность опосредственных форм повышения квалификации. Единственное различие в статусе прямых и опосредственных форм повышения квалификации состоит в том что, проходящим прямые формы повышения квалификации выдаются сертификаты государственного образца, а вопрос какие документы должны выдаваться повышающим свою квалификацию опосредственно остался открытым. В настоящей работе (статье), в качестве такого документа, предлагается выписка из протокола педагогического (научного) совета образовательного учреждения в котором работает данный педагог.

8. Возникновение творческой атмосферы в педагогическом коллективе и повышение его творческого потенциала. Из приведённых выше характеристик и объяснений опосредственных форм повышения квалификации видно, что удобство, легитимность, низкая стоимость и другие привлекательные особенности, связанные с такими формами профессионального развития, невольно создают призыв и интерес к обновлению и углублению своих знаний, умений и навыков посредством таких форм повышения квалификации, и, в конечном счете, образует творческую атмосферу в коллективе. И этим привлекает членов коллектива к участию в научно-методических конференциях и семинарах; к созданию набора учебников, учебных пособий и дидактических материалов; к проведению

учебных занятий на высоком профессиональном уровне. И всё это станет сильным фактором повышения творческого потенциала коллектива.

Из приведенных выше пояснений особенностей опосредственных форм профессионального развития можно увидеть и отметить, что они служат основными факторами в создании здоровой творческой конкуренции и повышения профессионального творческого потенциала педагогического коллектива образовательного учреждения. Педагогический коллектив с высоким профессиональным и творческим потенциалом сможет решать любую проблему, связанную с обучением. Поэтому внедрение в систему профессионального развития опосредственных форм повышения квалификации является актуальным и важным для педагогических кадров.

Использованная литература

1. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан от 16.02.2006 г. “О дальнейшем совершенствовании системы переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров” за № 25.

2. Яхьяев М.С., Тожиева Ф.М. Мотивы и потребность в повышении квалификации учителей. //Ж. Народное образование, 2008. № 1

ОӘЖ 74.200.58

ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ДИЗАЙН: ТҰРАҚТЫ ДАМУ ПРИНЦИПТЕРІН ЖОБАЛАУДА ҚОЛДАНУ

Турсынханова К.А.

«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты экологического дизайна как важнейшего направления современной проектной деятельности. Автор анализирует принципы устойчивого развития и раскрывает особенности их применения в архитектуре, промышленном и предметном дизайне.

The article explores the theoretical and practical aspects of ecological design as a key direction in contemporary project activity. The author analyzes the principles of sustainable development and explains their application in architecture, industrial and product design.

Бүгінгі қоғамның басты мәселелерінің бірі – экологиялық дағдарыс пен табиғи ресурстардың сарқылуы. Адамзаттың индустриялық өркениет жолымен жылдам дамуы қоршаған ортаның тепе-теңдігін бұзып, климаттық өзгерістер мен экожүйелердің бұзылуына алып келді. Осы жағдайларда дизайн саласы өзінің жаңа жауапкершілігін сезінді: тек функционалды және эстетикалық өнім жасау ғана емес, табиғатпен үйлесімді өмір сүру мәдениетін қалыптастыру. Экологиялық дизайн осы ізденістің нәтижесінде пайда болған жаңа парадигма болып табылады. Ол адам мен табиғат арасындағы балансты сақтауға, ресурстарды ұтымды пайдалануға және экологиялық сана қалыптастыруға бағытталған шығармашылық әрі әлеуметтік құбылыс.

Экологиялық дизайнның негізгі мақсаты – табиғи ортаға минималды зиян келтіретін, ұзақ мерзімді және тиімді өнім мен кеңістік құрастыру. Бұл

бағыттың философиясы «жасыл ойлау» ұғымымен тығыз байланысты. Яғни, кез келген жобалау шешімі қоршаған орта мен адам денсаулығына тигізетін әсер тұрғысынан бағаланады. Тұрақты даму идеясы бұл тұрғыда басты методологиялық негіз болып табылады. Тұрақты даму тек экономикалық немесе саяси ұғым емес, ол мәдениет пен шығармашылық салаларында да маңызды мәнге ие.

Қазіргі заманда дизайнердің алдында жаңа міндеттер тұр: ол материалдардың экологиялық қауіпсіздігін, олардың қайта өңделу мүмкіндігін, энергия үнемділігін және биофильдік үйлесімділігін қамтамасыз етуі қажет. Мысалы, заманауи интерьер жобаларында табиғи жарықты барынша пайдалану, энергия үнемдейтін шамдар мен жылу жүйелерін қолдану, табиғи желдету мен жасыл өсімдіктерді енгізу кеңінен тараған. Мұндай шешімдер тек эстетикалық қана емес, психологиялық және биологиялық тұрғыдан да оң әсер береді, себебі адам табиғатпен байланысын сезінгенде оның өмір сапасы артады.

Экологиялық дизайн ұғымы бірнеше маңызды принциптерге сүйенеді. Біріншіден, ресурстық тиімділік – бұл энергияны, суды және материалдарды барынша үнемді пайдалану. Екіншіден, қалдықсыз өндіріс принципі – өнімнің барлық кезеңінде (өндіру, пайдалану, утилизация) табиғи ресурстарды қайта айналымға енгізу мүмкіндігін қарастыру. Үшіншіден, биофильдік дизайн – адамның табиғи элементтермен эмоционалды байланысын күшейтетін шешімдер қолдану. Бұл тәсіл интерьер мен архитектурада кеңінен қолданылып, табиғатқа жақын материалдарды (ағаш, тас, зығыр, бамбук), табиғи түстер мен текстураларды пайдалануды көздейді.

Төртіншіден, циклдік дизайн концепциясы өнімнің өмірлік цикліне негізделеді. Яғни, дизайнер материалдың алынуынан бастап оның кәдеге жаратылуына дейінгі барлық кезеңді ойластырады. Бұл тәсіл «жабық цикл» немесе *cradle-to-cradle* қағидасына сай келеді. Ол дәстүрлі «жасау–пайдалану–тастау» моделін «жасау–пайдалану–қайта өңдеу» моделімен алмастырады. Мұндай көзқарас табиғи ресурстарды сақтау мен қалдық көлемін азайтуға мүмкіндік береді [1].

Сондай-ақ, энергия тиімділігі экологиялық дизайнның басты бағыттарының бірі болып табылады. Бұл тек энергия үнемдеу технологияларын қолдану ғана емес, сонымен қатар ғимараттың орналасуы, күн сәулесінің бағыты, табиғи желдету жүйелері сияқты факторларды ескеру. Қазіргі заманда пассивті үйлер мен энергияны өздігінен өндіретін ғимараттар (энергия-позитивті үйлер) экологиялық жобалаудың нақты нәтижесі болып отыр.

Экологиялық дизайн – тек техникалық немесе инженерлік сала емес, ол мәдени және философиялық құбылыс. Ол адамның дүниетанымына, өмір салтына, тұтыну мәдениетіне әсер етеді. Мысалы, минимализм идеясы экологиялық ойлаумен үндеседі, себебі ол артық тұтынуды азайтып, функционалдық пен қарапайымдылықты дәріптейді. Сол арқылы дизайнер тек форма мен материалмен емес, адамның өмір сүру мәдениетімен де жұмыс істейді.

Қазіргі кезде әлемдік дизайн тәжірибесінде экологиялық бағыттар ерекше назарда. Еуропа мен Жапонияда қалалық кеңістіктерде жасыл шатырлар мен тік бақтар жүйесі енгізілген. Бұл экожүйелер қаланың микроклиматын жақсартады, шуды азайтады және тұрғындардың психологиялық жағдайына оң әсер етеді. Сонымен қатар, қалалық көліктер мен қоғамдық инфрақұрылымдарды жобалауда да тұрақтылық қағидаттары қолданылады – мысалы, электромобильдерге арналған инфрақұрылым, қайта өңделетін құрылыс материалдары, жаңартылатын энергия көздерін пайдалану [2].

Қазақстан жағдайында экологиялық дизайнның әлеуеті зор. Елдің кең табиғи ресурстары мен әртүрлі климаттық аймақтары экологиялық шешімдерді бейімдеуге мүмкіндік береді. Қазақтың дәстүрлі мәдениетінде табиғатқа құрмет пен тепе-теңдік идеясы ежелден бар. Көшпелі өмір салты табиғатпен үйлесімді қатынасқа негізделген, сондықтан қазіргі экологиялық жобалау осы дәстүрлі дүниетаныммен үндесуі тиіс. Бұл тұрғыда ұлттық дизайн мектебі үшін үлкен рухани және эстетикалық негіз қалыптастыруға болады.

Тұрақты даму идеясы экономикалық, әлеуметтік және экологиялық факторлардың бірлігін білдіреді. Сондықтан экологиялық дизайн тек материалдар мен технологияларға ғана емес, қоғамның экологиялық мәдениетіне де әсер етуі керек. Дизайнерлердің миссиясы – адамдардың санасында экологиялық жауапкершілікті қалыптастыру, табиғатты тұтыну объектісі емес, тіршілік кеңістігі ретінде тану. Бұл ұстаным жаңа буын дизайнерлердің кәсіби этикасының өзегіне айналуға [3].

Экологиялық дизайнның келешегі тікелей инновациялармен байланысты. Жаңа биоматериалдар, интеллектуалды құрылыс жүйелері, жасанды интеллектке негізделген жобалау бағдарламалары экологиялық тиімділікті арттыруға көмектеседі. Болашақта дизайн саласы толық цифрлық трансформация арқылы табиғи ресурстарды үнемдеуге, қалдықсыз өндіріс тізбегін құруға және адам мен табиғат арасындағы үйлесімділікті қалпына келтіруге бағытталады.

Қорытындылай келе, экологиялық дизайн – бұл тек заманауи тренд емес, адамзаттың болашағы үшін маңызды мәдени және ғылыми бағыт. Ол тұрақты даму идеяларын практикада жүзеге асырудың тиімді құралы болып табылады. Дизайнерлердің әрбір шешімі табиғатты сақтау мен қоғамның экологиялық мәдениетін арттыруға үлес қосуы тиіс. Экологиялық дизайнның басты миссиясы – адам мен табиғат арасындағы үйлесімділікті қайта орнату, болашақ ұрпаққа өмір сүруге жарамды әлем қалдыру.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Казакова, Н. И. Экологический дизайн и устойчивое развитие. Москва, 2021.
2. Ковешников, А. А. Биофильный подход в архитектуре и дизайне среды. Санкт-Петербург, 2020.
3. Дүйсенбаева Г. Экологиялық мәдениет және заманауи дизайн. Алматы, 2022.

ИНТЕГРАЦИЯ ЧЕРЕЗ ИСКУССТВО: ОПЫТ «АРТ-СТУДИИ»

Файзуллаева Д.Д.

Чирчикский Государственный Педагогический Университет»

Мақалада Чирчик мемлекеттік педагогикалық университетінің мысалында «Изостудия» орталығы негізінде бейнелеу өнері білім беру жүйесіндегі сандық технологиялардың рөлі қарастырылады. Практикалық мысалдар арқылы сандық құралдардың оқу үдерісін басқарудағы, шығармашылық қызметті талдаудағы және студенттердің кәсіби құзыреттілігін дамытудағы рөлі көрсетіледі. Сандық құралдарды бейнелеу өнерін оқыту әдістемелеріне интеграциялау мәселелері, «Изостудия» орталығы аясында жұмыстарды жасау, бағалау және архивтеу функциялары кеңінен қарастырылады, сондай-ақ білім берудегі интерактивті және инновациялық тәсілдердің маңыздылығы негізделеді.

This article highlights the role of digital technologies in the system of fine arts education through the “Art Studio” center using the example of the experience of Chirchik State Pedagogical University. The role of digital tools in managing the educational process, analyzing creative work, and improving students' professional competencies is illustrated with practical examples. The integration of digital tools into art teaching methodologies, the functions of creating, evaluating, and archiving works in the “Art Studio” experience are widely covered, and the importance of interactive and innovative approaches in education is substantiated.

В XXI веке информационные технологии глубоко проникли во все сферы человеческой деятельности, включая систему образования. В условиях современной глобализации цифровые компетенции стали одним из ключевых критериев не только в коммуникативных процессах, но и в творческой деятельности. Сфера изобразительного искусства также не осталась в стороне от этой трансформации. Традиционные знания и навыки в области живописи, композиции, цветописи и графики сохранили своё значение, при этом их возможности расширяются за счёт цифровых графических программ, 3D-моделирования, виртуальных сред, инструментов дизайна на основе искусственного интеллекта и онлайн-платформ обучения, что выводит творческий и профессиональный потенциал будущих педагогов-художников на новый уровень.

Цифровые технологии входят в систему художественного образования не только как инструмент, но и как неотъемлемая часть методического процесса. Задачи развития визуального мышления студентов, оперативного мониторинга процесса рисования, оценки эффективности занятий, индивидуализации учебного процесса требуют инновационных подходов. В таких условиях управление образованием, контроль творческого процесса и оценка учебных заданий через цифровые портфолио становится всё более актуальным.

Исходя из этих потребностей, в Чирчикском государственном педагогическом университете была создана инновационная экспериментальная площадка «Art Studio», вносящая новый смысл в подготовку будущих преподавателей изобразительного искусства. Эта студия организует учебный процесс, интегрируя традиционные художественные техники — академическую

живопись, цветопись, композицию, скульптуру — с современными цифровыми инструментами, включая Adobe Photoshop, Illustrator, Procreate, Blender и другие графические программы.

Главное преимущество «Art Studio» заключается в том, что она объединяет творческую среду и сочетает теоретические знания студентов с практическим опытом. Здесь студенты могут виртуально моделировать реальный процесс рисования, цифрово обрабатывать созданные работы, создавать элементы дизайна, проводить эксперименты с цветом и формой. В результате формируются не только художественные навыки, но и аналитическое мышление, умение находить решения в соответствии с современными требованиями дизайна, а также компетенции по представлению своих творческих работ в цифровом формате.

Цель данной статьи — проанализировать методику применения цифровых технологий в системе художественного образования на примере опыта «Art Studio», раскрыть её преимущества, педагогические возможности и эффективность воздействия на учебный процесс. Исследование служит раскрытию инновационных направлений подготовки творческих педагогов в цифровой среде. «Art Studio» — это не просто компьютерный класс, а гибридная образовательная среда, объединяющая традиционную мастерскую и цифровую лабораторию. Основная цель студии — подготовка студентов как специалистов, способных адаптироваться к современным требованиям творческого рынка и свободно творить как на бумаге, так и в цифровом формате.

В опыте студии цифровые технологии применялись в следующих основных направлениях: Центральная идея «Art Studio» — обогащение традиционных навыков (карандашный рисунок, живопись) цифровыми инструментами. От традиционного эскиза к цифровому произведению: студенты выполняли начальные эскизы и цветовые решения на бумаге, затем сканировали их и с помощью графических планшетов (например, Wacom, Huion) и графических программ (Adobe Photoshop, Illustrator, Procreate) доводили до уровня окончательного цифрового произведения. Коллаж и 3D-моделирование: студенты осваивали традиционную технику коллажа и одновременно практиковались в создании цифрового фотомонтажа и коллажа. Для некоторых проектов также использовались простые инструменты 3D-моделирования (Blender, SketchUp) для построения композиции. Этот процесс способствовал адаптации студентов к требованиям современного дизайна и медиа-искусства.

Для эффективной организации учебного процесса в студии была необходима единая цифровая платформа. Learning Management Systems (LMS): деятельность «Art Studio» управлялась через Google Classroom и частично через платформу Moodle. Для каждого задания (эскиз, цветовое решение, финальная работа) устанавливались конкретные сроки. Пошаговое наблюдение: студенты загружали каждый этап своих работ (эскиз, рисунок, цвет) на платформу, что позволяло преподавателю индивидуально отслеживать процесс работы каждого

студента и своевременно давать комментарии и направления. Это принципиально отличалось от традиционного подхода «оценки только итоговой работы».

Цифровые технологии открыли новые возможности не только для творчества, но и для анализа творческого процесса. Автоматизированный анализ: в рамках эксперимента использовались инструменты искусственного интеллекта (например, аналитические функции Adobe Firefly, онлайн-инструменты оценки композиции) для анализа некоторых объективных параметров (баланс композиции, гармония цвета). Это дало студентам возможность взглянуть на свои работы «глазом робота» и получить объективную оценку. Цифровое портфолио и архивирование: для каждого студента создавалось цифровое портфолио на учебный год. Оно служило материалом, показывающим не только лучшие работы, но и творческое развитие (процесс от начального эскиза до финального произведения). Эти портфолио представлялись общественности через онлайн-галереи или виртуальные выставки.

В цифровой среде вопрос авторских прав является актуальным. В опыте «Art Studio» студентов обучали защищать свои работы цифровой подписью. В планы на будущее входит интеграция технологии Blockchain для подтверждения авторства и защиты от подделок. Это обеспечит цифровую надежность работ, оценок и сертификатов студентов.

В ходе опыта «Art Studio» были отмечены следующие положительные результаты:

Гибкость к дистанционному обучению: процесс перехода на гибридное обучение во время пандемии и после неё стал проще. Цифровые задания и LMS-платформы позволяли продолжать занятия без перерывов. Интерактивность и вовлечённость: использование AR/VR-технологий на занятиях (например, виртуальные экскурсии в музеи через Google Arts & Culture) повысило мотивацию студентов. Цифровая грамотность: будущие педагоги-художники научились не только рисовать, но и работать в современных графических программах, что повышает их конкурентоспособность на рынке труда. Информационная безопасность: личные данные и творческие работы студентов защищались через закрытую платформу.

Опыт «Art Studio», проведённый в Чирчикском государственном педагогическом университете, показал, что эффективное внедрение цифровых технологий в художественное образование является неотъемлемой частью современной образовательной стратегии. Цифровизация не только автоматизирует учебный процесс и облегчает управление, но и открывает широкие возможности для полноценного раскрытия творческого потенциала студента, поэтапного анализа его работ, их хранения и популяризации.

Модель «Art Studio», не отрицая основу традиционного художественного образования, обогащает её новыми технологиями. Это, в свою очередь, повышает качество образования, формирует эффективную систему управления

и адаптирует художественное образование Узбекистана к мировым тенденциям. В будущем планируется дополнительно обогатить этот опыт более глубокими аналитическими возможностями искусственного интеллекта и виртуальными выставками.

Использованные литературы

- 1.O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Raqamli O‘zbekiston – 2030” strategiyasi.
- 2.Xalq ta’limi vazirligi hisobotlari va raqamli ta’lim platformalari tahlili.
- 3.UNESCO. (2021). Digital Transformation of Education Systems.
- 4.World Bank. (2020). EdTech in Arts and Education.
- 5.Jo‘raev A. (2023). Tasviriy san’atda raqamli yondashuvlar. Toshkent: Ilm Ziyo.
- 6.Behzodov D. (2022). San’at va raqamli madaniyat: yangi bosqichlar.
- 7.Adobe Creative Education Hub. (2024).
- 8.Khan Academy Art School – Digital Art Resources. (2023).

УДК: 37.016:7

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ТЕХНИКИ АКВАРЕЛИ В ПРОГРАММЕ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Файзуллаева Д.Д.

Чирчикский государственный педагогический университет

Студентка 2-го курса направления «Изобразительное искусство и инженерная графика».

Мақаланың мақсаты – акварельдің ерекшеліктерін, жалпы орта білім беретін мектептерде балаларды акварель техникасына үйретудің негізгі қырларын, сондай-ақ осы техниканы үйренудің оқушылардың жеке қасиеттерін дамытуға әсерін қарастыру.

The purpose of the article is to consider the specific features of watercolor, the main features of teaching children watercolor techniques in general secondary schools, as well as the impact of studying this technique on the development of any personal qualities of students.

Используется бумага специальной плотности, а также на ней часто имеется рельеф. Это необходимо для более точного выражения цвета, рельефность позволяет показать фактурность предметов, а краска ложится ровным слоем и обычно не впитывается так быстро, как на обычной бумаге.

При работе с акварельными красками художник должен заранее продумывать свои движения, так как исправить что-либо кистью практически невозможно. Как уже упоминалось, акварельная техника в школах общеобразовательных учреждений преподавателями изобразительного искусства учитывается не слишком часто, основное внимание уделяется гуаши. Тем не менее многие педагоги очень любят эту технику и стараются обучать учащихся работе с акварелью. Основное различие гуаши и акварели заключается в их составе: гуашь производится на клеевой основе, а акварель — на водной. Обе краски легко растворяются в воде, но гуашь ложится плотными слоями, способными перекрывать друг друга.

Акварель же ложится на бумагу водяными, почти прозрачными слоями и образует нежные оттенки. Суть работы с ней заключается именно в

смешивании нескольких слоев краски и их «перетекании» друг в друга. Добиться равномерности слоя в акварели довольно сложно, тогда как гуашь почти не растекается и позволяет четко показать изображение.

Главным аргументом в пользу обучения школьников акварельной технике является то, что акварель — достаточно сложный материал, освоить который непросто. В процессе обучения дети приобретают очень важные навыки и умения.

С другой стороны, несмотря на все трудности при изучении акварели на уроках изобразительного искусства, ее освоение можно начать с самых простых упражнений: например, предложить учащимся с помощью трех основных цветов (желтый, красный и синий) заполнить лист цветными пятнами. Это задание позволяет понять основные принципы работы с акварелью, а также изучить основы светотени и правила смешивания цветов. В процессе освоения техники работы с акварелью развивается умение обобщать знания, соотносить частное и общее, что важно для развития учащихся.

Кроме того, «образовательная деятельность ученика в изобразительном искусстве позволяет ему самостоятельно применять полученные знания на практике, активно заниматься художественной деятельностью, овладевать навыками работы индивидуально и в сотрудничестве, а также получать удовлетворение от результатов своей деятельности. Эта потребность удовлетворяется органично в детском возрасте». Результатом учебного процесса (знания, умения, практический опыт творчества) является изменение и улучшение социального окружения ученика, так как формирование творческой личности возможно только в процессе творческой деятельности.

Рассмотрим, что дает изучение акварельной живописи:

- развивается усидчивость, так как при работе с акварелью нужно долго отрабатывать технику письма;
- развивается аккуратность, так как в акварели нельзя допускать ошибок;
- повышается концентрация внимания;
- формируется правильное и уверенное положение руки;
- расширяется кругозор;
- при работе с акварелью ученик полностью погружается в творческий процесс, что положительно влияет на эмоциональное состояние.

Для занятий акварельной живописью в общеобразовательной школе следует использовать мольберты или наклонные столы, чтобы краска не собиралась большими каплями на листе, а ложилась ровным слоем. Парты без наклона подходят для освоения базовой техники. Лучше выбирать на палитре акварель без белого цвета или ограничить его использование на занятиях изобразительным искусством, так как в акварели в качестве белого используется вода — чем сильнее разводишь краску, тем светлее получается цвет.

В акварели в основном используют масляные краски «Белка» (Olmaxon), так как они очень мягкие и оставляют ровные линии. Круглая кисть универсальна — с ее помощью можно рисовать как толстые, так и тонкие

линии. Используются листы бумаги небольшого размера. Для акварели часто применяют плотную бумагу (торшон). На папках с такой бумагой пишут «для акварели» или «акварельная бумага». Также можно использовать горячепрессованную бумагу (ватман) — она плотнее, но поверхность гладкая. Офисную бумагу типа «Снегурочка» использовать не рекомендуется, так как под воздействием большого количества воды она мнется и вскоре становится прозрачной. Разницы в используемой воде нет.

В акварельной живописи существует множество различных техник и приемов. Для изучения в школе очень подходит техника лессировки. По этой теме учитель на уроках знакомит учеников с историей акварельной живописи, обсуждает различные техники акварели, проводит упражнения и практические задания. Изучение истории акварели расширяет кругозор учеников в области исторических знаний, так как акварель имеет богатое историческое наследие. Кроме того, дети с интересом изучают различные способы и стили работы с акварелью.

При выполнении упражнений в технике лессировки ученики подходят к заданию старательно и тщательно, полностью погружаются в процесс, так как техника для них новая и интересная. Освоив технику, они переходят к выполнению натюрморта в лессировке. В процессе работы наблюдается любознательность учеников, их частые вопросы учителю, а также проявление творчества при выполнении натюрморта. В результате большинство учеников выражают желание продолжать изучение техники акварельной живописи на уроках изобразительного искусства, что становится для них новым и очень интересным опытом.

Обучение акварели в общеобразовательной школе положительно влияет на личные качества учащихся, а также на развитие их практических навыков и умений. Включение этой техники в учебный план по изобразительному искусству позволяет разнообразить учебную деятельность детей, привлекать их к изучению нового материала, активизировать их деятельность на уроках живописи. В процессе освоения акварельной техники ученик получает возможность самостоятельно использовать ранее приобретенные знания и навыки, объединять их и переносить из одного вида деятельности в другой.

Подводя итог, можно сказать, что занятия акварельной живописью развивают не только художественные навыки, но и когнитивные, эмоциональные и социальные стороны личности учащихся, что готовит их к успешной деятельности в различных сферах в будущем. Кроме того, расширение и углубление акварельной техники в рамках общего учебного плана по изобразительному искусству способствует дальнейшему развитию творческих способностей и навыков визуальной коммуникации учащихся.

Использованные литературы

- 1.Yusupov Ozod Rangtasvirda akvarel bilan ishlash texnikasi va texnologiyasi// Metodik qo'llanma Toshkent "Chashma print" 2011
- 2.Fayzullayeva Dilnavoz Jahongir qizi. (2024). Akvarelda maktab o'quvchilariga manzara ishlashni o'rgatish. *IQRO INDEXING*, 13(01), 68-71.

УДК: 7:372

МЕТОДИКА РАБОТЫ С НАЦИОНАЛЬНОЙ НАТЮРМОРТНОЙ КОМПОЗИЦИЕЙ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Хасанова М.З.

Университет им. Низами, кафедра изобразительного искусства и инженерной графики, и.о. доцента, к.ф.н. (PhD). hasanovamunisa99@gmail.com

Студент направления «Изобразительное искусство и инженерная графика» группа TS301Jasmina Amiriddin qizi

Ғылыми мақалада ұлттық құндылықтарға негізделген натюрморт композицияларын жасау маңыздылығы мен оны білім беру үдерісінде тиімді қолдану әдістемесі қарастырылады. Ғылыми-теориялық тұрғыдан ұлттық заттарды пайдалана отырып жасалған натюрморттың оқушылардың эстетикалық талғамын, шығармашылық қабілеттерін және ұлттық санасын қалыптастырудағы рөлі талданады.

The scientific article examines the importance of creating still-life compositions based on national values in art education, as well as the methodology of their effective application in the educational process. The role of still life using national subjects in the formation of aesthetic taste, creative abilities and national identity of students is analyzed scientifically and theoretically.

В условиях современной глобализации актуальной является задача воспитания молодого поколения в национальном духе и с эстетическим вкусом. Предмет «Изобразительное искусство» играет важную роль в формировании художественного мышления и творческого потенциала учеников. В частности, через работу с национальными натюрмортами учащиеся получают глубокое понимание культурного наследия, древних художественных традиций и обычаев нашего народа [1–3].

В национальных натюрмортах изображаются предметы, характерные для образа жизни узбекского народа — ляган, доппи, национальные ткани, фрукты, хлеб и чайная посуда. Через гармонию цветов, форму и символическое значение этих предметов учащиеся глубже понимают содержание художественного произведения. С методической точки зрения в процессе урока следует обратить внимание на следующие этапы:

1.Объяснение учащимся содержания национального натюрморта и художественных средств выражения;

2.Построение натюрмортной композиции на основе национальных предметов (расположение предметов, цветовая гармония, светотеневая проработка);

3.Пошаговая демонстрация процесса работы над рисунком на практических занятиях;

4.Анализ готовых работ, эстетическая оценка и обмен мнениями.

Экспериментальные работы показали, что использование национальных предметов при работе с натюрмортом значительно повышает изобразительные навыки учащихся, уровень композиционного мышления и понимание национальной идентичности. Кроме того, этот процесс способствует развитию у учеников терпения, внимания, художественного вкуса и уважения к национальным ценностям.

Натюрморт (фр. *nature morte* — «мёртвая природа») является одним из важных жанров изобразительного искусства, в котором художник выражает своё мировоззрение и демонстрирует гармонию цвета и формы. Через натюрморт учащийся изучает форму, размер, фактуру и цветовые отношения предметов.

Национальный натюрморт обогащает этот процесс. Например, композиции с узбекскими национальными предметами — ляган, миска, чайник, ткань атлас, хлеб, фрукты, посуда с национальными орнаментами — развивают учеников не только художественно, но и духовно-эстетически. Через это учащийся формируется в духе уважения к национальной культуре, трудолюбия и верности традиционным ценностям [4–6].

Методические этапы работы с натюрмортной композицией. Работа с натюрмортом на уроке изобразительного искусства осуществляется по следующим этапам:

1-й этап. Выбор и расположение композиции. Учитель подбирает национальные предметы в соответствии с темой урока. Важно, чтобы формы, цвета и пропорции предметов гармонизировали, а композиционный центр был определён. Например, в центре располагается чайник, вокруг — фрукты и ткань.

2-й этап. Эскиз композиции карандашом. Учащиеся определяют общее расположение предметов, их пропорции. Основные формы обозначаются лёгкими линиями. На этом этапе важно внимание к композиционному равновесию и перспективе.

3-й этап. Уточнение линий и форм. Определяются точные контуры, размер и пространственное расположение каждого предмета. Анализируются светотеневые отношения. Учитель объясняет учащимся выразительность линий и целостность формы.

4-й этап. Работа над цветовым решением. Учащиеся подбирают цветовую гармонию предметов. В национальных натюрмортах чаще используются тёплые цвета и естественные оттенки. Учитель на практических примерах объясняет понятия колорита и цветового ритма.

5-й этап. Детализация и окончательная проработка. Произведение рассматривается в целом, вносятся необходимые уточнения. Усиливаются фактура, переходы светотени и художественное выражение. В конце урока анализируются работы каждого ученика.

Использование инновационных подходов на уроке.

На уроке с темой национального натюрморта эффективным является применение интерактивных методов, например:

- Метод «Наблюдение и сравнение» позволяет учащимся изучать различия в форме и цвете предметов;
- Метод «Творческий проект» предполагает самостоятельное создание композиции учащимися;
- Использование технологий «цифровой эскиз» (digital sketch) позволяет включать элементы компьютерной графики.

Такие подходы развивают творческое мышление, самостоятельность и художественный вкус учащихся [7–8].

Изучение национального натюрморта на уроках изобразительного искусства формирует у учащихся не только художественные навыки, но и уважение к национальным ценностям. Работа с натюрмортом развивает наблюдательность, аккуратность, терпение и творческие способности. Через национальные предметы можно повысить духовное сознание, эстетическое мышление и творческое мировоззрение молодого поколения.

Вывод: Методика преподавания национального натюрморта повышает эффективность уроков изобразительного искусства и способствует воспитанию молодёжи в национальном духе. Поэтому учителям следует широко использовать национальные предметы, цвета и традиционные мотивы в уроках.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
3. To'xtaxo'jayev A. Tasviriy san'at asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2010.
4. Mahmudov N. Rangtasvir va kompozitsiya nazariyasi. – Toshkent: Kamalak, 2014.
5. G'ulomov S., Xaydarov R. Tasviriy san'at o'qitish metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.
6. Egamberdiyev B. O'zbek milliy tasviriy san'ati tarixidan. – Toshkent: San'at, 2015.
7. Nurmatova D. Maktabda tasviriy san'at darslarini tashkil etish metodikasi. – Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2019.
8. Mamatova M. Natyurmort ishlash bosqichlari va metodik tavsiyalar. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.

ОӘЖ 74.200.58

КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУДЕ ЗАМАНАУИ ДИЗАЙН-ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ

Шералиева Д.Қ., Ратхан Ж.А.
«Мирас» университеті, Шымкент қ., Қазақстан

В статье рассматриваются особенности внедрения современных дизайн-технологий в систему художественного образования. Анализируются методы цифрового и проектного обучения, использование визуальных коммуникаций, интерактивных платформ и 3D-моделирования в образовательном процессе. Подчеркивается, что интеграция дизайн-технологий способствует развитию креативного мышления, эстетического вкуса и цифровой грамотности учащихся. Современные подходы в художественном образовании обеспечивают практико-ориентированное обучение, где традиционные формы сочетаются

с инновационными средствами, формируя новую культуру визуального восприятия и проектного мышления.

The article explores the implementation of modern design technologies in art education. It analyzes digital and project-based learning methods, the use of visual communication tools, interactive platforms, and 3D modeling in the educational process. The integration of design technologies enhances creative thinking, aesthetic perception, and digital literacy among students. Contemporary approaches in art education promote practice-oriented learning, combining traditional art forms with innovative tools, and contribute to the formation of a new culture of visual and project-based thinking.

Қазіргі білім беру жүйесінің басты мақсаты – креативті, сыни ойлай алатын, ақпараттық және технологиялық сауатты тұлғаны қалыптастыру. Бұл мақсатқа жету үшін көркемдік білім беру саласында заманауи дизайн-технологияларды қолдану ерекше маңызға ие. Өнер мен дизайнның тоғысында жаңа педагогикалық бағыттар қалыптасып, білім беру үдерісі эстетикалық және инновациялық сипатқа ие болуда.

Көркемдік білім беру — бұл тек бейнелеу өнері мен композицияны меңгеру ғана емес, ол адам тұлғасының шығармашылық әлеуетін дамытуға бағытталған мәдени-рухани процесс. Осы тұрғыдан алғанда, заманауи дизайн-технологиялар оқыту сапасын арттырып, студенттің жеке қабілеттерін ашуға мүмкіндік береді. Дизайн-технология ұғымы кең ауқымды қамтиды: ол сандық графика, 3D модельдеу, анимация, веб-дизайн, визуалды коммуникация, виртуалды шындық (VR) және интерактивті медиа сияқты бағыттарды біріктіреді [1].

Қазіргі таңда цифрлық технологиялар білім беру кеңістігін түбегейлі өзгертті. Компьютерлік бағдарламалар, мысалы, Adobe Photoshop, Illustrator, CorelDRAW, AutoCAD, SketchUp, CLO3D, студенттерге шығармашылық ойларын кәсіби деңгейде жүзеге асыруға жағдай жасайды. Бұл бағдарламалар дәстүрлі сурет салу мен композиция қағидаларын жаңа форматта ұсынуға мүмкіндік береді. Студент тек суретші емес, сонымен қатар дизайнер, инженер және аналитик ретінде қалыптасады.

3D модельдеу мен визуализация технологиялары көркемдік білім берудің тәжірибелік бағытын күшейтеді. Мысалы, интерьер, киім, сәулет немесе графикалық дизайн мамандықтарында студенттер кеңістікті көлемде көре алады, түрлі материалдар мен жарық эффектілерін модельдеп, өз жобаларын нақтылай түседі. Бұл әдіс студенттің шығармашылық қиялын арттырып қана қоймай, жобалық ойлауды дамытады [2].

Сонымен қатар, заманауи дизайн-технологиялар оқытудың интерактивті сипатын арттырады. Бүгінгі білім беру процесі тек мұғалімнен білім алу емес, оқушының белсенді қатысуына негізделген серіктестік қарым-қатынасқа айналды. Онлайн-платформалар (Google Classroom, Canva, Miro, Figma, Tinkercad т.б.) студенттер мен оқытушыларға бірлесіп жұмыс істеуге, идеялармен бөлісуге және жобаларды қашықтан жүзеге асыруға мүмкіндік береді. Бұл тәсіл әсіресе пандемия кезеңінде білім беру саласының үздіксіздігін қамтамасыз етуде тиімділігін дәлелдеді.

Көркемдік білім беруде дизайн-технологияларды қолдану эстетикалық талғам мен көркем мәдениетті дамытудың маңызды тетігіне айналды. Заманауи құралдар мен бағдарламалар студенттің түстер үйлесімін, пропорцияны, композицияны және материалды сезіну қабілетін арттырады. Сонымен қатар, дизайн-технологиялар кроссдисциплинарлық тәсілді қалыптастырып, өнер мен ғылымның интеграциясын қамтамасыз етеді [3].

Сабақ процесінде сандық дизайн элементтерін қолдану оқытудың дәстүрлі әдістерін толықтырады. Мысалы, графикалық планшеттер мен сенсорлық құрылғылар арқылы сурет салу, 3D принтер көмегімен мүсін үлгілерін жасау немесе виртуалды көрмелер ұйымдастыру сияқты тәсілдер оқыту мазмұнын жаңартады. Бұл студентті заманауи еңбек нарығына бейімдеп, шығармашылықты кәсіби бағытта дамытуға жағдай жасайды.

Заманауи дизайн-технологиялар көркемдік білім беруді тек практикалық дағдылармен шектемейді, ол философиялық және мәдени ойлау жүйесін қалыптастырады. Дизайн арқылы студент әлемді эстетикалық тұрғыдан қабылдап, қоғамдағы мәдени өзгерістерді көркем тілмен бейнелеуге үйренеді. Бұл процесс шығармашылық тұлғаның қалыптасуына, мәдени мұра мен жаңа технологиялардың үйлесімді дамуына жол ашады.

Қазіргі педагогикада STEAM (Science, Technology, Engineering, Art, Mathematics) тұжырымдамасы кеңінен қолданылуда. Бұл модель өнер мен дизайнды ғылыми және технологиялық біліммен байланыстырады. Осы арқылы оқушылар мен студенттер күрделі мәселелерді шешуде шығармашылық көзқарасты пайдаланып, сын тұрғысынан ойлау қабілеттерін дамытады [4].

Сондай-ақ, экологиялық бағыттағы дизайн-технологиялар көркемдік білімнің маңызды құрамдас бөлігі болып отыр. Студенттерге экологиялық таза материалдармен жұмыс істеуді, қайта өңделген ресурстарды пайдалануды үйрету олардың әлеуметтік жауапкершілігін арттырады. Осылайша, заманауи дизайн тек әсемдікке емес, адам мен табиғат арасындағы тепе-теңдікке де бағытталады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Лукша, Е. Современные технологии в художественном образовании. Москва: Просвещение, 2020.
2. Арғынбаева, А. «Көркемдік білім беруде цифрлық технологиялардың рөлі». Өнер және дизайн журналы, №2, 2023.
3. Бекенова, Л. «Инновациялық тәсілдер мен дизайн-технологиялар». Қазақ ұлттық өнер университетінің еңбектері, №3, 2022.
4. Төлеуова, Г. «Көркемдік білім беру мен заманауи дизайнның өзара ықпалы». Педагогикалық зерттеулер жинағы, №4, 2021.

РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО ВОООБРАЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ МЕТОДАМ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОРТОГОНАЛЬНЫХ ПРОЕКЦИЙ

Эргашева Н.А.

Узбекстанский национальный педагогический университет имени Низами

Осы мақалада студенттердің кеңістіктік қиялы мен ойлау қабілетін ортогональды проекцияларды түрлендіру әдістерін үйрету процесінде дамыту мүмкіндіктері, сондай-ақ лекциялық және практикалық сабақтарда заманауи технологияларды қолдану тәжірибесі талданған.

This article analyzes the possibilities of developing students' spatial imagination and thinking in the process of teaching methods of reconstructing orthogonal projections, as well as the experience of using modern technologies in lectures and practical classes.

В настоящее время в образовательном процессе особое место занимает развитие у студентов самостоятельного мышления, творческого подхода к решению задач и пространственного воображения. Особенно это важно для студентов, обучающихся по инженерным и техническим направлениям, для которых умение правильно читать чертежи и представлять геометрические формы на основе пространственного воображения является необходимым навыком. Развитию таких навыков способствует изучение методов перестройки ортогональных проекций, являющихся важной частью курса начертательной геометрии.

В курсе начертательной геометрии при проверке взаимного позиционного и метрического соотношения геометрических форм на практике используются традиционные и специальные методы. Одним из специальных методов является перестройка ортогональных проекций (эпюр). Именно в методах перестройки эпюров способность мысленно представлять пространственное положение решений задач способствует развитию пространственного воображения студентов. Однако в учебной литературе и научных теоретических, методических статьях недостаточно изучено развитие пространственного воображения студентов через решение позиционных и метрических задач методами перестройки ортогональных проекций (эпюров).

В данной статье рассматриваются пути формирования пространственного воображения студентов через методы перестройки ортогональных проекций, анализируются графические задания, дидактические методы, психологические основы и возможности современных технологий, используемые в этом процессе. Цель – повысить эффективность уроков начертательной геометрии и укрепить пространственное мышление студентов.

Создание новых проекций геометрической формы на основе её заданных ортогональных проекций называется перестройкой ортогональных проекций [1]. Глубокое освоение методов перестройки ортогональных проекций является важным инструментом формирования пространственного мышления студентов. Пространственное воображение – это способность студента понимать взаимосвязь между трёхмерными объектами и их проекциями. В общем случае

приведение заданных геометрических форм к частной ситуации выполняется в основном двумя способами:

1. Метод плоско-параллельного перемещения: движение заданной геометрической формы в пространстве с приведением её к частной ситуации относительно плоскостей проекций.
2. Метод вращения: при этом плоскости проекций не изменяют своего положения. Проецируемая форма вращается вокруг определённой оси до тех пор, пока не займёт удобное положение относительно плоскостей.
3. Метод замены плоскостей проекций: без изменения пространственного положения геометрической формы система плоскостей проекций заменяется новыми плоскостями до достижения частной ситуации [2].

В преподавании начертательной геометрии проблема развития пространственного воображения студентов при обучении методам перестройки ортогональных проекций является актуальной. Существуют исследования ряда авторов, предложивших различные подходы в этом направлении. В учебнике Ш.К. Муродова и др. «Начертательная геометрия» приведена информация о методах перестройки ортогональных проекций, однако пространственное воображение не рассматривалось.

В методическом пособии А.Н. Валиева «Методическая разработка текущих контрольных заданий по начертательной геометрии» рассмотрены графические задачи, связанные с методами перестройки ортогональных проекций [3]. Однако там также не даны рекомендации по развитию пространственного воображения студентов. Несмотря на то, что большинство учебников уделяют внимание теоретическим основам и методам построения чертежей, информации о интерактивных методах, современных технологиях и практических занятиях, направленных на развитие пространственного мышления студентов, недостаточно.

Пространственное воображение – это способность человека воспринимать объекты в трёхмерном пространстве, мысленно преобразовывать их, изменять их форму и представлять их расположение. В инженерии, архитектуре и техническом проектировании эта способность имеет важное значение.

Формирование воображения через визуальные модели, использование в процессе обучения учебных моделей (пластиковые формы, усечённые призмы, кубы и пирамиды) позволяет студенту «осознать» геометрические формы и рассматривать их под различными углами, что является основой пространственного воображения.

Дидактические игры и групповые задания, деление студентов на малые группы с поручением им задач проецирования или восстановления форм различной сложности способствуют командной работе, обучению через дискуссию и развитию критического мышления. В таких подходах студенты учатся друг у друга и сравнивают свои взгляды на правильное понимание формы.

Моделирование с использованием цифровых технологий, современные графические программы, технологии 3D-моделирования и анимации обогащают воображение студентов. Анимации, показывающие движение объекта, его проекции, сечения, вращение и смещение, делают сложные понятия более простыми и запоминающимися. Этот подход особенно эффективен для студентов с низким уровнем визуального мышления.

Индивидуальные графические задания и творческий подход позволяют студенту не только изучать готовые формы, но и создавать свои собственные формы, строить их проекции и анализировать их, что развивает у него как графическое мышление, так и творческий подход. Это стимулирует пространственное воображение.

Эти методики, интегрированные в учебный процесс на научной основе, способствуют поэтапному развитию пространственного мышления студентов через ортогональные проекции. Таким образом формируются необходимые графические и логические навыки для их будущей профессиональной деятельности. Наблюдения и опыт в процессе обучения показывают, что методы перестройки ортогональных проекций укрепляют не только графические навыки, но и аналитическое мышление.

В заключение, процесс обучения методам перестройки ортогональных проекций является не только построением графических чертежей, но и средством формирования профессиональной графической культуры, развития пространственного мышления и аналитического мышления. Следовательно, глубокое изучение и совершенствование этой темы имеет важное значение для повышения качества образования.

Использованные литературы

1. Murodov Sh. Chizma geometriya. – Toshkent: O‘zbekiston, 2006. – 85 b.
2. Murodov Sh., Xolmurzayev A., Valiyev A.N. Chizma geometriya kursi. – Toshkent: “HISTORY AND PAGE”, 2022.
3. Valiev A. va boshqalar. Chizma geometriyadan joriy nazorat vazifalarining metodik ishlanmasi. -T.: “TDPU rizografi”, 2015.

УДК:37.016:7

PLASTILIN YORDAMIDA NATYURMORT YARATISHNING SAN’AT TA’LIMIDAGI O’RNI

Юлдашева Н.И.

Национальный педагогический университет Узбекистана,
доцент кафедры «Изобразительное искусство и инженерная графика»

Бұл мақалада пластилинді пайдаланып натюрморт жасау өнер білім беру жүйесіндегі рөлі қарастырылады. Мақалада бейнелеу өнері сабақтарында пластилин техникасын қолданудың эстетикалық, дидактикалық және шығармашылық мүмкіндіктері ашылады. Пластилинмен жұмыс істеу студенттердің көркем ойлау қабілетін, эстетикалық талғамын және композициялық құрылым құру дағдыларын дамытуға ықпал ететіні атап көрсетіледі. Автордың пікіріне, пластилин студенттерге форма, түс және

көлем үйлесімділігін тереңірек түсінуге, сондай-ақ шығармашылық процесс барысында жеке даралығын көрсетуге мүмкіндік береді.

This article examines the role of creating still life compositions using plasticine in art education. It explores the aesthetic, didactic, and creative significance of the plasticine technique in developing students' artistic perception and compositional thinking. The study emphasizes that working with plasticine enhances students' understanding of form, color harmony, and spatial relationships, while fostering aesthetic taste, creativity, and individual expression in artistic practice.

В настоящее время в системе художественного образования уделяется особое внимание развитию творческих и эстетических способностей. Важной задачей уроков искусства является формирование у студентов умения ощущать цвет, форму и композицию, а также гармонично их сочетать. С этой точки зрения материал пластилин является удобным и эффективным средством в художественном образовании. Процесс создания натюрморта из пластилина расширяет восприятие студентов, развивает художественный вкус, пространственное мышление и эстетические чувства.

1. Роль пластилиновой техники в учебном процессе. Пластилин — мягкий, удобный для моделирования и богатый цветом материал, который предоставляет большие возможности для изучения формы, цвета, объема и пропорций в художественном образовании. С помощью этой техники студенты:

- учатся воспринимать форму и объем;
- формируют навыки подбора цветовой гармонии;
- развивают творческое мышление и наблюдательность.

Работа с пластилином готовит учащегося не только к изобразительной, но и к практико-художественной деятельности.

2. Процесс создания натюрморта из пластилина. Натюрморт — жанр, в котором художественная идея и эстетические чувства выражаются через композицию предметов. При создании натюрморта из пластилина студенты выполняют следующие этапы:

3. Наблюдение и анализ — изучение формы, цвета и расположения предметов;

4. Композиционное размещение — определяется основной центр, элементы располагаются сбалансированно;

5. Работа с пластилином — моделируется объем, форма и цветовая гармония;

6. Финальный анализ — оцениваются свет, тень, контраст цвета и композиционный баланс.

Этот процесс формирует у студентов навыки цветового согласования, определения композиционного центра и пространственного восприятия.

3. Цветовая гармония и анализ композиции. Цветовая гармония занимает важное место в пластилиновом натюрморте. Студент смешивает различные цвета пластилина для создания новых оттенков, что:

- развивает чувство цвета;
- помогает понять психологическое влияние теплых и холодных цветов;

- формирует художественное эстетическое восприятие.

Композиционное размещение обеспечивает баланс и ритм между предметами. Это позволяет студенту на практике ощутить основные закономерности художественного выражения.

4. Дидактическое и воспитательное значение. В процессе работы с пластилином у студентов формируются:

- творческая самостоятельность;
- трудолюбие и терпение;
- любовь к красоте;
- понимание национальных эстетических ценностей.

Дидактическое преимущество этой техники заключается в том, что она связывает теоретические знания с практической деятельностью, благодаря чему студенты учатся выражать свои наблюдения в материальной форме.



Рисунок 1. Этот натюрморт, выполненный из пластилина, создан с использованием летних цветов и поражает своей изящностью.



Рисунок 2. Этот натюрморт выполнен из пластилина

Создание натюрморта с использованием пластилина является одним из важных направлений в художественном образовании. В процессе этой работы студенты осваивают композиционное мышление, ощущение гармонии цветов и навыки художественного выражения. Данная техника развивает не только эстетический вкус, но и формирует у обучающихся творческое мышление, эмоциональное восприятие и уважение к национальным ценностям. По этой причине занятия с пластилином необходимо широко применять в системе художественного образования как эффективный метод.

Использованная литература

1. Xaitov N. Tasviriy san'at nazariyasi va metodikasi. — Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. Abdullayeva S. Kompozitsiya asoslari. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
3. Raximova G. Tasviriy san'atda estetik tarbiya. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2021.
4. Itten J. The Art of Color. — New York: Van Nostrand Reinhold, 1973.
5. Kandinskiy V. O duxovnom v iskusstve. — Moskva: Iskustvo, 1992.
6. Yo'ldoshev I. Rassomlik asoslari: shakl, rang, hajm. — Toshkent: San'at, 2018.

ОСОБЕННОСТИ ГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

Юнусова С.Х.

Ташкентский государственный педагогический университет им. Низами,
студентка 2 курса

Бұл мақала жалпы орта білім беретін мектеп оқушыларына графикалық өнер және оның түрлері, графикалық шығармалардың түрлері, сондай-ақ кітап және газет басылымдары туралы түсінік береді.

This article provides an understanding of graphic art and its types to students in general secondary schools. Types of graphic works according to their function and content. Types of graphic art works on the bench, book and newspaper. Full description of magazine graphics.

Среди видов изобразительного искусства особое место занимает графика. Она в основном использует линию и тон как средства выражения художественной идеи. Графическое искусство отражает точность человеческого мышления, культуру композиционного мышления и способность обобщать формы. Этот вид искусства исторически связан с письмом, орнаментом, узором и оформлением книг и продолжает развиваться в различных формах и сегодня.

Графика (от греч. *graphike*, *grapho* — «пишу», «рисую») — это вид изобразительного искусства, основанный на рисовании, но обладающий своими специфическими средствами выражения. Первоначально термин «графика» использовался в значении искусства каллиграфии. К концу XIX — началу XX века, с развитием полиграфической промышленности и появлением фотомеханических технологий, графика сформировалась как самостоятельный вид изобразительного искусства.

Графическое искусство является одним из самых народных и доступных видов искусства. Оно находит своё выражение в плакатах, коробках от спичек, этикетках различных продуктов, газетах и журналах, а также в выставочных материалах. Поэтому графика оказывает широкое нравственно-просветительское влияние, доносит новшества социальной жизни и имеет большое идейное значение [1].

Сегодня графическое искусство — одно из самых распространённых направлений современного изобразительного искусства. Оно включает рисунки карандашом, тематические композиции, оформление книг, иллюстрации, плакаты, карикатуры, шаржи, марки, этикетки и экслибрисы. Графические работы обычно небольшие по размеру и чаще всего выполняются на бумаге. Одной из особенностей графики является серийность, когда одно событие или содержание последовательно изображается на нескольких страницах, что позволяет полно раскрыть общую идею [2].

Мастерская графика — это работы, имеющие самостоятельное содержание, полностью выражающие мысли и эмоции художника. Среди них особое место занимает эстамп (вид печатной графики). В мастерской графике

жизнь человека, события общества, пейзажи и внутренние переживания освещаются на основе художественного анализа.

Прикладная графика — это не только декоративное искусство, но и направление, активно участвующее в социальной жизни, знакомящее людей с новостями и продвигающее идеи. В частности, графика книг и печати сочетает художественное оформление с литературным содержанием. В отличие от мастерской графики, она напрямую связана с содержанием книги или журнала. Иллюстрации, декоративные буквы и композиционные схемы дополняют художественный образ произведения и позволяют читателю глубже почувствовать его идею.

Иллюстрация (лат. *illustratio* — «освещение, наглядное изображение») — область изобразительного искусства, связанная с образным воплощением литературного произведения (книга, журнал, газета). Иллюстрация отражает изображение конкретной сцены, описанной в произведении. Художник, прежде чем создать иллюстрацию к рассказу или книге, внимательно изучает текст, характер каждого образа и особенности места действия, и только затем приступает к работе [3].

Композиция (лат. *compositio* — «структура, соединение, связь») — это расположение связанных частей художественного произведения по содержанию, характеру и цели. В изобразительном искусстве композиция служит средством точного выражения идеи художника, в ней ярко проявляется мастерство творца. Через композицию автор упорядочивает линии, формы, цвета и образы, осваивает пространственные пропорции и создаёт художественную среду. Основу композиции составляют логичность, точность формы и их гармоничное сочетание. В основе любого произведения художника лежит композиция, в которой отражаются мысли и чувства, возникающие в процессе восприятия действительности.

Плакат (нем. *Plakat*; фр. *placard* — «объявление», «афиша») или poster (англ. *poster*) — вид графики; художественное произведение, выполненное на большом листе. К нему прилагается краткий текст; служит целям пропаганды, рекламы, информирования и учебно-воспитательным задачам. Современный плакат обычно тиражируется в типографии с оригинала, созданного художником [4].

Графика создаётся в различных направлениях и техниках:

- Рисунок (чизма) — выполняется карандашом, сангиной, углём или ручкой;
- Гравюра — печатная графика, выполняемая путём вырезания по металлу, дереву или линолеумной пластине;
- Литография — печатная графика на каменной пластине;
- Офорт — печатная техника на металлических пластинах с химическим травлением линий;
- Компьютерная графика — современное направление, создаваемое с помощью цифровых технологий.

Каждое направление имеет свои технические возможности и средства художественного выражения, требуя от художника тонкого вкуса, точности и терпения.

В заключение можно подчеркнуть, что графическое искусство преимущественно изображается с помощью линии, формы и черно-белых тонов. В некоторых видах графики могут использоваться краски, но они не играют ключевой роли в раскрытии содержания, а лишь привлекают внимание или выполняют декоративную функцию. Поэтому в графике почти не применяются более двух-трёх цветов.

Графика — это вид искусства, основанный на создании формы и содержания через линию, пятно, тон и контраст. В отличие от живописи, в графических работах важны точность линии и композиционная структура. Графические произведения чаще всего выполняются в черно-белом или монохромном варианте, что усиливает выразительность.

Графический художник выражает свою идею линией. Характер линии — гладкая, резкая, изогнутая или волнистая — определяет эмоциональное состояние произведения. Взаимосвязь света и тени придаёт форме объёмность.

Использованная литература

1. Sh.Shoyoqubov. Zamonaviy O'zbekiston miniatyurasi. T. -2006
2. Qodirxojev P. T. Badily bezak san'ati. -T: "Iqtisod moliya" 2007.
3. Qodirxojev P. T. Maktabda badiiy bezak ishlari. -T: O'qituvchi 2001.
4. Xolmatov B.Q. Kompozitsiya. -T: "Iqtisod-moliya", 2007.

UDC 67.017

STYLE AND INDIVIDUALITY IN CLOTHING

Ismatullaeva Holida Zakrullaevna Professor
Tashkent State University named after Nizami

The paper examines the issues of individuality of clothing, aesthetics. Research by fashion designers has revealed typical mistakes that can ruin the image of any fashionista. When choosing clothes, you need to remember that any item should hide flaws and emphasize the advantages of the figure. Comfortable clothes should fit the body well, not restrict movement and not be tight, show the status and dignity of the owner.

"Style is eternal, but fashion is flighty," fashion historian Alexander Vasiliev never tires of repeating. Everyone wants to look fashionable, stylish and not lose their individuality.

A woman's style is largely determined by the clothes she wears. Well-chosen items can flatter your figure, brighten your complexion, and create a certain image. To do this, you need to know how to choose the right clothes that suit you. The aesthetics of the material can affect not only your emancipatory attitude to clothing, but also how you will look in it. Beautiful weave, texture and finish, waviness and unevenness, knots on high-quality cotton and linen, the rich shine of silk, good drape

are the main aesthetic properties of natural, high-quality fabric. The variety of assortment makes it possible to choose the ideal option [1].

An equally important advantage is the development of sketches. Italian clothing, which has won worldwide fame, has a unique ability to mask flaws, emphasizes status and highlights the owner's virtues from the crowd.

For many, Fashion and Italy are synonymous [2]. Stylists and fashion experts consider Italian clothing a win-win option in any situation for many reasons:

- perfect quality. Italians are not used to saving on raw materials, they use only environmentally friendly materials and paint that is safe for the body;

- Italian brands are produced in limited quantities, so accidentally meeting someone in the same clothes becomes minimal

- the variety of assortment makes it possible to choose the ideal option.

Classic clothing never goes out of style, especially from well-known manufacturers. Even casual wear lovers say they feel comfortable in branded suits [3].



Photo 1. Style 1

Research by fashion designers has revealed typical mistakes that can ruin the image of any fashionista, which must be taken into account when selecting wardrobe items and creating a fashionable image:

- choosing not according to your figure. When choosing clothes, remember that they should highlight your advantages, hiding your disadvantages. Things should look harmonious on a specific figure type;

- clothes that are not age appropriate. Wanting to prolong youth, some representatives of the fair sex choose clothes that are not age appropriate, look inappropriate and even ridiculous;



Photo 2. Style 2

-it is necessary to take into account the combination of the outfit with the color of the eyes: a harmonious outfit will favorably emphasize the eyes, but if the shade is chosen incorrectly, it will make them dull;

-wrong size. In pursuit of slimness, some fashionistas prefer to choose clothes that are smaller than their size. Unfortunately, this will not only not make you slimmer, but will also further highlight the flaws of your figure;

-incorrectly chosen print. Here it is necessary to take into account the pattern of the fabrics, as horizontal stripes make you look fat, and flowers that are too large visually add several sizes;

-inappropriateness. As you know, clothes should always match the place. Thus, for work in the office, you should give preference to the appropriate business style, for clubs and parties, choose bright outfits, and for walks and picnics, create more comfortable and relaxed images.

When choosing clothes, you need to remember that any item should hide flaws and emphasize advantages. For example, women with narrow hips should choose A-line skirts, since they visually add the necessary volume, but this model will not suit owners of curvy shapes [5].

Women who constantly wear the same type of clothes (for example, only jeans and knitted blouses), find it difficult to choose clothes for themselves, do not like to go shopping, and once they find things that suit them and are comfortable, they buy them constantly. This happens because they do not know themselves and their figure, such people have conservative views, they have difficulty changing their beliefs and parting with old things, - says Dorokhova.

According to experts, loose-fitting clothes can be chosen by those who are embarrassed by themselves and want to hide some flaws, and oversized styles are sometimes preferred by those who do not want to accept their overweight body, and for them it is much better to deceive themselves.

The classic style suits conservative people who want to look elegant in any circumstances. Dresses of strict silhouettes and skirts just below/above the knee,

trouser suits - every detail looks perfect, the outfit consists of two or three colors (basic suit + shirt/blouse + shoes, accessories) suits dreamy and emotional natures [7]. Clothes emphasize the image of "princes and princesses" - people far from earthly problems. Lace and ribbons, ruffles and floral patterns are often present on dresses and skirts. The cut is quite loose, but always fits the figure. The men's wardrobe is abundant in vests and neck scarves, stylish hats and original belts. Fitted, aristocratic silhouettes are typical for outerwear - jackets and coats, raincoats and sheepskin coats, short fur coats.



Photo 3. Style 3

Style suits people who value their comfort above all else. Casual style was originally conceived as a type of everyday clothing, but gradually acquired a sporty, businesslike and even elegant look. Casual clothing allows you to feel comfortable in any circumstances and not stand out too much from the crowd. Casual outerwear is characterized by simplicity: down jackets and coats, windbreakers and sweatshirts.



Photo 4. Style 4

Glamorous, provocative and emphatically sexy clothing designed to attract the attention of the opposite sex. Helps to create a somewhat predatory image, suitable for social events and dates. Suitable for self-confident women with a toned figure,

requires bright makeup and expensive accessories. Erotic outerwear requires rich decoration - fur coats and chic fur coats made of natural furs predominate.



Photo 5. Style 5



Photo 6. Style 6

Ethnic (folklore) style is typical for creative people and those who draw inspiration and strength from communication with nature. In recent years, the subspecies "boho -chic" has been extremely popular, but outfits in Asian and ethnic styles are also in demand. Traditional silhouettes (long dresses and skirts), loose cut clothes and generously decorated fabric (prints, patterns, embroidery) prevail. Top Ethnic style clothing is characterized by laconicism and "folk cut" - popular

Scandinavian and Slavic themes [8].

A French historian of costume once said: "If an entire people were to disappear and only costume remained, then the entire history of this civilization could be reconstructed from costume".

Uzbek national costume - created in ancient times and used to this day, reflects the national specificity of the Uzbek people, is closely connected with its culture and history. It has differences and features characteristic of each region. The Uzbek national costume reflects artistic features, archaic features of folk crafts, ethnographic and regional forms of clothing development. Uzbek national costumes are very bright, beautiful, comfortable and are part of the rich cultural traditions and lifestyle of the people. In cities, it is rare to meet people in national clothing, today it is worn

for traditional festive events, but in rural areas it still serves as part of both everyday and evening attire.

The names of the most famous silk fabrics of Uzbekistan seem to embody the ideas of luxury and wealth: khan-atlas, adras, shoi , podshohi , bekasab, banoras, pasma. Adras, pasma, bekasab, banoras are natural hand-made fabrics that harmoniously combine the luxurious softness of silk with the everyday comfort of cotton. A special place is occupied by traditional fabrics made using an ancient technology, which in the West is called "ikat". This name comes from the Indonesian verb "mengikat", which means "to tie". In Uzbekistan, this technique is called "abrband", which means "tied cloud". Abr patterns were distinguished by their diversity. Each school of silk weaving was famous for its artistic ornament. Each pattern was named after the shape it resembled. The most common were: tumorcha (amulet), tarok (comb), gajak (decoration), urok (sickle), bodom (almond), darakht (tree), anor (pomegranate), oy (moon), shoh (horn), nogora (timpani), chakirim (echo), kapalak (butterfly), ilon izi (snake trail), chayon (scorpion), etc. Uzbek national outfits made of khan-atlas are like the multi-colored mountains of Uzbekistan. Neither the first nor the second can fail to charm with their diversity and brightness. Rainbow silk fabric has become a cultural heritage and an integral part of Uzbek traditions. National Uzbek clothing is impossible without khan-atlas. [10]

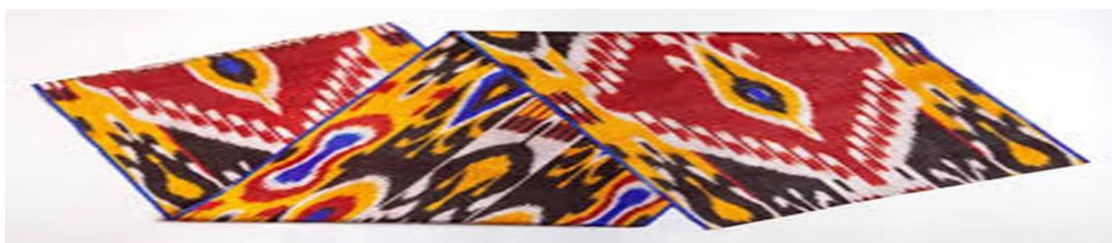


Photo 7. Style 7



Photo 8. Style 8



Photo 9. Style 9



Photo 10. Style10

Your size makes wearing clothes as natural as having skin! A properly chosen outfit sits neatly in the "problem areas" and does not draw unnecessary attention to the shoulder area, décolleté, waist, hips and ankles. Fullness and thinness cannot be hidden by a smaller or larger size. It is more important to learn how to choose the right cut, which will hide the flaws and help focus attention on the advantages. Create your wardrobe wisely, choose well-fitting clothes. When choosing a clothing size, do not deviate from your parameters by a large or small size. Comfortable clothes should fit the body well, not restrict movement and not be tight. If the size is larger than you physically need, the item will hang down. If the size is smaller, the clothes will be tight, creating inconvenience in movement and contributing to the loss of appearance as a whole [9].

The ability to dress, choose accessories and shoes, and most importantly, to have your own style is at least a guarantee of success. Dress according to the place

and occasion, emphasize your advantages and hide your disadvantages - this truth is as old as the world.

Literature

1. Akilova Z. T., Petushkova T. I., Patsyavichute A. A. Modeling of clothes based on the principle transformations: New methods of developing fashionable clothing forms: A scientific manual. Moscow: MGTA, 1993.
2. Andreeva I. A. Fashion and clothing culture. Moscow: Knowledge, 1987.
3. Weinstein O. B. Dandy: fashion, literature, lifestyle. Moscow: New Literary Review, 2005.
4. Zhuchenkova S. N. Formation of the standard of fashionable suit. Moscow: MGTA, 1993.
5. Kiloshenko M. I. Fashion: from imitation to individualization // Bulletin of St. Petersburg University. 2007. Series 6. Issue. 1. P. 92–97
6. Zaitsev V. Such a fickle fashion. M. Young Guard, 1983.
8. Ramsey N., Harcourt D. Psychology of appearance: Trans. from English. St. Petersburg: Piter, 2009.
9. Suemi V., Furnham A. Psychology of beauty and attractiveness. Translated from English / Ed. by E. I. Nikolaeva. St. Petersburg: Piter, 2008
- 10 Otamurodov, D. O. Artistic features of the Uzbek national costume. Young scientist. - 2016. - No. 12 (116). - P. 985-988.

UDC: 37.018.4

THE ROLE OF INSTRUCTIONAL DESIGN IN IMPROVING QUALITY OF EDUCATION

Mukhammedsaidov Baqijon Karimovich professor
Daminova Rano Baasitovna dotsent
Tashkent State University named after Nizami

Статья рассматривает вопросы педагогического проектирования на основе принципов, методов, целей и задач обучения. Современное педагогическое проектирование является ключевым элементом в разработке образовательных курсов и программ. SMART-дизайн и его основная цель.

The article examines the issues of pedagogical design based on the principles, methods, goals and objectives of training. Modern pedagogical design is a key element in the development of educational courses and programs. SMART design and its main purpose.

Instructional design (Instructional design (ID) is a relatively new concept in the modern education system. The need for the formation of high-quality knowledge is constantly growing, while traditional tools are suitable for relatively simple, "linear" methods of training. Instructional design is an approach to the design of educational formats that takes into account the needs of students and creates the most effective methods of delivering information [1].

Instructional design is the process of creating a course, lesson or any other form of educational activity that is based on the principles and methods, goals and objectives of

learning. It includes all stages of developing the learning process: from analyzing the needs of students and selecting technologies to creating an educational environment and evaluating the results obtained.

The basic principles of instructional design are: analysis of the learning objective, defining audience characteristics, developing a program, developing materials, organizing the educational process, evaluating results.



Diagram 1.

Modern instructional design is a key element in the development of educational courses and programs. It allows educators to create effective and structured materials that best meet the needs and interests of students.

The main goal of instructional design is to improve the quality of education, accessibility and perception of programs, the main goal of which is create an interesting and informative product that will lead to the achievement of the required results [2].

According to foreign scientists, the key goals for which pedagogical design models are created are: finding the most effective ways to design the educational process to improve the level of educational results; producing high-quality, scalable educational products that allow you to avoid mistakes; reducing the cost of education- finding approaches to learning that are implemented with minimal costs of time, money and labor.

The main principles of pedagogical design are: student -centeredness, integrity, thoughtfulness, interactivity, results, assessment, diversity, innovation, flexibility.

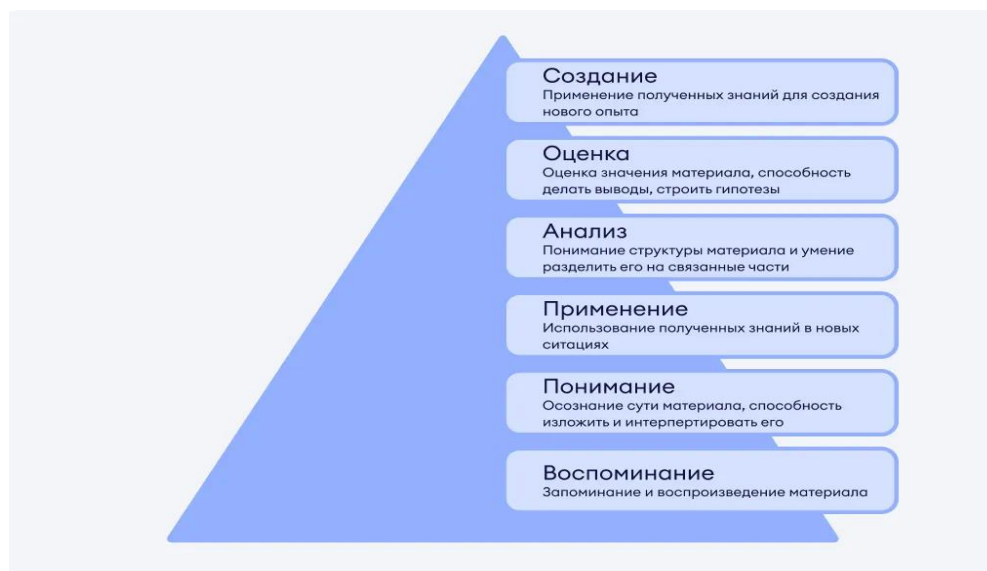


Diagram 2.

The technology of instructional design is relatively simple. It is necessary to understand the needs of students and define the learning objectives, and then convey knowledge and information as quickly, accurately and effectively as possible. But this requires understanding all the prerequisites and clearly defining the final properties of the product.

The main task of high-quality and systematic development of a course is the most complete transfer of the necessary information in a form accessible to the student. It is not just the fact of its provision that is important - simpler methods cope with this quite well. The main task is precisely the clear perception and subsequent application of the acquired knowledge in practice. To achieve this, the 8 principles of the American psychologist Robert Gagne are laid down in the foundations of pedagogical design (Robert Mills Gagne), one of the founders of instructional design: attracting students' attention, explaining the goals and objectives of learning,

Presentation of new material, training support, practice, feedback: analysis, evaluation, the process of designing educational materials is similar in many respects to such disciplines as programming, logistics, design and applied psychology. This is a sequence of clearly defined procedures that are grouped into a number of stages and have specific tasks and methods for solving them [3]. Most often, when developing a pedagogical design for a lesson, the well-proven ADDIE models (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) are used, dividing the entire process into 5 stages: analysis, design, development, implementation, evaluation.

The project management system is widely used nowadays. management, which is based on clearly formulated goals.

The gist SMART is in the name itself - Specific, Measurable, Attainable, Relevant and Time-bound, together - SMART.



Diagram 3.

Pre-analysis and path planning play a huge role here, so this concept is applicable to instructional design in general. Smart education involves the comprehensive development of educational services, which consists of staffing, management and material and technical base. Smart education should provide the opportunity to use the advantages of the information society to satisfy students' educational needs and interests.

The main principle in training teachers is the readiness to search for a rational solution to professional problems, independent information and research activities. The amount of information in matters of education and pedagogy is rapidly growing. At present, training is not limited only to the University, but also includes a professional environment, in the process of which students study course programs, plans, equipment, material support and other factors.

Instructional design is a systematic approach to building an educational process that takes into account the theoretical principles of psychology, pedagogy, ergonomics, cognitive science and other sciences that study the characteristics of human perception and cognition [4]. The result of the work of an instructional designer is a learning system that ensures an effective and comfortable educational process. In addition, instructional design is a scientific discipline that deals with the development of the most effective, rational and comfortable methods, techniques and systems of learning that can be used in the field of professional teaching practice.

Therefore, instructional design is a system of procedures for developing ways of delivering learning content (learning products) to students, created with the aim of helping them develop the required competencies.

Literature

1. Abyzova E.V. Pedagogical design: concept, subject, main categories [Electronic resource]//Bulletin of Vyatka State University . - 2010. - No. 3. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskiy-dizayn>
2. Almanac "Atlas of New Professions" [Electronic resource]. - M., 2021. - URL: <https://new.atlas100.ru>

3. Davydova I.D. The role and approaches to UI design on the example of educational content [Electronic resource] // Young scientist. - 2023. - No. 18 (465). - P. 1114. - URL: <https://moluch.ru/archive/465/102315>

4. Petrikov P.A. Approaches to the development of educational materials for distance learning [Electronic resource] // Young scientist. - 2012. - No. 2 (37). - P. 59-62. - URL: <https://moluch.ru/archive/37/4313/> (date of access: 07.11.2023).

5. Glukhov V.V., Vasetskaya N.O. Smart education as a tool for improving the quality of professional training // Issues of teaching methods at the university. - M., 2017. -V. 6. - No. 21. - P. 8-17. https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/54287/1/notv_2017_44.pdf

UOK: 7.01

МИР С ГЛАЗ РИСОВАЛЬЩИКА: ВЫРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ В ИЗОБРАЖЕНИИ

Turdeyiva Sabrina

Студентка 3 курса

Ташкентский Государственный Педагогический Университет им. Низами

Бұл мақалада суретшінің көркем шығармашылығының негізгі мәні — адам сезімдерін, рухани толқуларын және әлемді өзіне тән ерекше көзқарасы арқылы білдіру процесі талданады. Мақалада суретшінің көркемдік көзқарасы мен образдық ойлаудың өзара байланысы, ішкі күйді түс пен форма арқылы жеткізу әдістері, сондай-ақ қазіргі заманғы суретшілердің эмоциялық бай кескіндік шешімдері ашылады. Зерттеуде өнердің адамның психикасына әсері, сезімдерді оятудағы және эстетикалық ләззат беруіндегі рөлі де егжей-тегжейлі қарастырылады.

Талдау нәтижелері көрсеткендей, суретші үшін бейне — бұл тек шындықтың көшірмесі емес, ол ішкі әлемнің, сезімдердің және ойлау процесінің көркем көрінісі болып табылады.

This article analyzes the essence of artistic creativity — the process of expressing human emotions, inner experiences, and the world through the artist's unique perspective. It explores the connection between the artist's vision and artistic thinking, the methods of reflecting spiritual states through color and form, as well as the emotionally driven visual solutions found in the works of contemporary artists. The study also examines the impact of art on human psychology and its role in evoking emotion and aesthetic pleasure. The analysis reveals that for an artist, a painting is not merely a copy of reality but a poetic reflection of the inner world, feelings, and thought.

Через искусство человек осознаёт себя, свои чувства и окружающий мир. Изобразительное искусство является самой чувствительной, глубокой и искренней формой этого процесса. Каждый художник видит мир своим взглядом — он воспринимает увиденное не только глазами, но и сердцем, душой и разумом.

Для художника создание изображения — это не простой процесс, а перенос внутренних переживаний в внешнюю форму. Через цвет, линию, композицию, свет и тень он передаёт свой духовный мир зрителю. Поэтому в изобразительном искусстве понятие «взгляд художника» является одним из важнейших критериев искусства.

Взгляд художника — это центр творчества. Художник видит мир иначе. Для него обычный пейзаж, человеческое лицо или предмет может быть

символом глубокого смысла. Взгляд художника способен увидеть не реальность, а эмоциональную и духовную сущность за ней [1].

Например, в работах Винсента ван Гога сильная гармония цветов, динамика линий выражают внутренние переживания художника. Он не рисовал природу, он рисовал волнение в своём сердце. Подобным образом в узбекском искусстве художники Рахим Ахмедов, Джавлон Умарбеков, Саидхмад Рахмонов проявили мастерство передачи чувств через изображение.

Взгляд художника — это не только способность видеть, но и ощущать. Он увековечивает чувство момента в произведении [2].

Цвет — язык эмоций в изобразительном искусстве цвет является самым сильным средством выражения человеческих эмоций. Тёплые цвета выражают радость, любовь, тепло, холодные цвета — спокойствие, тревогу или задумчивость. Через цвет художник передаёт зрителю внутренний мир.

Например, в работах Баходира Джалолова и Бобура Исмаилова цвет является основным элементом, определяющим эмоциональный настрой. В их произведениях цвет — не просто украшение, а язык, выражающий внутреннее состояние. Кроме того, когда композиция, ритм и линии гармонично сочетаются, зритель может напрямую ощущать чувства художника.

Поэтому утверждение «художник рисует то, что чувствует» является основой философии искусства [3].

Единство эмоций и художественного выражения. Когда художник создаёт произведение, он выражает не саму реальность, а своё чувство о ней. Поэтому в каждом произведении воплощается духовный мир, настроение и личное восприятие художника.

Например, два художника, рисуящие один и тот же пейзаж, могут вызвать совершенно разные эмоции. Один почувствует спокойствие, другой — одиночество. Это чудо искусства — оно выражает не увиденное, а переживаемое чувство [4].

Таким образом, для художника изображение — это язык внутренних переживаний, голос сердца, цвет души. В современном искусстве это выражение эмоций. Сегодня современные узбекские художники в своих работах стремятся глубже раскрыть человеческую психику и внутренние переживания. В работах Дилором Мамедовой, Санджара Содикова, Гулома Умарова через абстрактные формы, символы и гармонию цветов освещаются различные грани человеческих чувств.

Для этих художников важно не просто изображение реальности, а вызов эмоционального отклика у зрителя. Их работы побуждают зрителя размышлять, чувствовать и осознавать свои переживания. Таким образом, современное искусство становится выразителем человеческой души [5].

Каждое произведение, созданное взглядом художника, — это зеркало души человека. Через него художник выражает свои переживания, мечты, тревоги и радости. Сила изобразительного искусства заключается в том, что оно является средством общения без слов: через цвет, форму и линии можно почувствовать сердце человека.

Смотреть на мир глазами художника — значит чувствовать жизнь и понимать её смысл. Каждый художник создаёт свой мир, который воздействует на нас через эмоции. Таким образом, искусство духовно обогащает человека, учит лучше чувствовать и понимать.

Использованная литература

1. Karimov I. A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Qosimov A. Tasviriy san'at estetikasi va ifoda vositalari. – Toshkent: O'zbekiston, 2017.
3. Raximov S. Hissiyot va rang uyg'unligi san'atda. – “San'at” jurnali, №2, 2021.
4. Jalolov B. Ijod va ruhiyat. – Toshkent: Tasviriy san'at nashriyoti, 2019.
5. Umarbekov J. Rassom nigohi bilan hayot. – Toshkent: Tasviriy san'at, 2016.

МАЗМҰНЫ / СОДЕРЖАНИЕ / TABLE OF CONTENTS

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ, СПОРТ ЖӘНЕ АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ / ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И НАЧАЛЬНАЯ ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА / PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND BASIC MILITARY TRAINING

Абдрахман А.А., Карим О.М., Умиржанов Ж.К. АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНДА ЗАМАНАУИ ОҚЫТУ ӘДІСТЕРІН ҚОЛДАНУ	4
Абдулла М.Ж., Калбек Қ.А., Мухамедкаримов Б.М. СТУДЕНТТЕРДІҢ ТӨЗІМДІЛІГІН ДАМУДАҒЫ ЦИКЛДІК СПОРТ ТҮРЛЕРІНІҢ МАҢЫЗЫ	8
Абдухалилова Ш.А., Дадаева М.А., Нам В.Е. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕС- ТЕХНОЛОГИЙ. МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ	11
Абдыкул А.А., Нурмаганбет Б.Д., Әбдібек А.М. СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗЦЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СНАРЯЖЕНИЯ И ЭКИПИРОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО	15
Абеннов Б.Н., Халмирзаев А.П., Әбдіқадыр Б.А. РАЗВИТИЕ СРЕДСТВ ЗАЩИТЫ И МАСКИРОВКИ В СОВРЕМЕННЫХ БОЕВЫХ УСЛОВИЯХ	18
Абылайхан Ә.Ғ. ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫ АРҚЫЛЫ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫ ТӘРБИЕЛЕУ	21
Азатбеков З.З., Аманбек Б.Н., Таукеш А.Б. ӘСКЕРИ ТӘРТІП ПЕН ЖАУАПКЕРШІЛІКТІ ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ МҰҒАЛІМНІҢ РӨЛІ	24
Алиев А.Х., Рахманалиев Д.Х., Бекметов С.Г. ФИЗИЧЕСКАЯ И ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 15–16 ЛЕТ	27
Амраева М.Ф., Курдакидзе М.Р., Мамырова А. Т. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС УПРАЖНЕНИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТАРШИХ КЛАССАХ	30
Анарбаев Д.Ж., Аббаз Т.С., Достай А.С. ОҚУШЫЛАРҒА БАСКЕТБОЛ ОЙЫНЫНЫҢ ЕРЕЖЕСІН ТҮСІНДІРУ	35
Артуков М.С., Ауелханұлы Б., Ашим Б.Е. БОКС ҮЙІРМЕСІН ҮЙРЕТУ	37
Асан Б.Ш., Бахтияров Қ.З., Қалдыбек А.С. ИНКЛЮЗИВТІ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ АШЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУ ӘДІСТЕМЕСІ	40
Асылхан Н.М., Мамедов С.М., Бухаров Ш.Т. ОРТА МЕКТЕПТЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДА ФИТНЕС ЖАТТЫҒУЛАРЫН ҚОЛДАНУ	42
Атаханов А. Х., Садоха А.С., Байсариев М.Ж. ИГРОВЫЕ МЕТОДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ: ВЛИЯНИЕ НА МОТИВАЦИЮ, УСПЕВАЕМОСТЬ И ФОРМИРОВАНИЕ КЛЮЧЕВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ	44
Ахжол Б.Қ., Исмаилов Р.С., Құдасбек Д.М. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	48

Аширбек Б.Қ.	
ҚАЗАҚ КҮРЕСІ: ҰЛТТЫҚ БІРЕГЕЙЛІКТІ САҚТАУДЫҢ МӘДЕНИ ФЕНОМЕНІ	50
Ашуралиев М.А., Серикбай Е.К., Ирискулов Ш.О.	
ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	53
Байдебек Е.Б., Рахимберді Е.С., Дәнебек Н. А.	
УНИВЕРСИТЕТ СТУДЕНТТЕРІ АРАСЫНДАҒЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН НАСИХАТТАУДЫҢ ТИІМДІ ТӘСІЛДЕРІ	57
Баймуратов О. Б., Кармишкин Д. В., Елеуов А.И.	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	60
Байсерік Ш.А., Шынтай Ж.О., Амангелдіұлы Д.	
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ АДАМ АҒЗАСЫНЫҢ ДАМУЫНА ӘСЕРІ	64
Бакилбеков Н.М., Мирзахматова Н.Б., Дербіс Ә.Р.	
ЖАС ФУТБОЛШЫЛАРДЫ ЖАРЫСТАРҒА ДАЙЫНДАУ ӘДІСТЕМЕСІ	66
Бактыбайұлы Ж.	
ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНА ҚАТЫСУЫ ЖӘНЕ ОНЫҢ ПСИХОФИЗИОЛОГИЯЛЫҚ ДАМУҒА ӘСЕРІ	70
Батыров Н.Б.	
МЕКТЕПТЕРДЕГІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНЫҢ ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚҚА ЖӘНЕ ЖАЛПЫ ӘЛ-АУҚАТҚА ӘСЕРІ	72
Бегзахматов О.А., Нысанбаев Е.Р., Иманбай Б.М.	
РОЛЬ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В СИСТЕМЕ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ	74
Бейсенов М.Н., Абылайхан Ә.Ө., Серікұлы А.	
ТЕХНОЛОГИИ СИТУАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ	78
Боранбай Б.А., Нигматуллаев.У., Джакипов.Т.	
ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯХ, ПОЖАРАХ И ТЕХНОГЕННЫХ КАТАСТРОФАХ	81
Гадиев Ш.Р., М.Галия У., Полховская В.В.	
ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	84
Григорьева Н.С., Мандракова Е., Ержанқызы Е.	
ВИДЫ ЗАКАЛИВАНИЯ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ОРГАНИЗМА	88
Диханбаев М.Т., Балабеков Д.К., Мергенбай А.М.	
СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОБУЧЕНИЮ ГИМНАСТИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ	91
Ералиева Ж.Қ., Ахмедов И.А., Кудрявцева А.А.	
МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ИНКЛЮЗИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ	96
Есенкелди Д.Ж., Сабит А.Н., Тұрсынбек Е.Н.	
ЖОҒАРЫ ОҚУ ОРНЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫ ОҚЫТУДЫҢ ЗАМАНАУИ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ	100
Есимбай А.М., Кісенбай А.Қ., Сауранбайұлы Н.	
ЖАСТАРДЫҢ ПСИХОЭМОЦИОНАЛДЫҚ ЖАҒДАЙЫНА ТҰРАҚТЫ ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ ӘСЕРІ	103
Әбдірахым П.Б., Иманбек Ж.М., Жбанов В.В.	
АӘД ПӘНІНДЕ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ПАТРИОТТЫҚ СЕЗІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖОЛДАРЫ	106

Жақсылық Н.Н., Аманкүл Б.Б., Турсуналиев Э.Э. ЖАСТАР МЕН СТУДЕНТТЕРДІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТҚА ҚЫЗЫҚТЫРУ	110
Жамаш А.А., Балтабаев К.М., Мирабидов М.М. ТАКТИКА ВЫЖИВАНИЯ В ПРИРОДНЫХ И УРБАНИЗИРОВАННЫХ УСЛОВИЯХ	112
Жамбул Б.Т., Болысбек М.Б., Арзикулов Б.Ф. РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКИХ И КОМАНДНЫХ НАВЫКОВ В ХОДЕ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ	116
Жәдігер С.Б. ОЙЫНДЫҚ ӘДІСТЕР ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ: СТУДЕНТТЕРДІҢ УӘЖДЕМЕСІНЕ, ҮЛГЕРІМІНЕ ЖӘНЕ НЕГІЗГІ ҚҰЗЫРЕТТЕРІН ҚАЛЫПТАСТЫРУҒА ӘСЕРІ	120
Жумакулов Е.Е., Коскенбаев Б.Е., Адилбек Р.Ж. КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ КАК ЧАСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ОБОРОННОЙ СТРАТЕГИИ ГОСУДАРСТВА	123
Жүнүсов А.Қ. СПОРТТАҒЫ МОТИВАЦИЯ ЖӘНЕ ЕРІК-ЖІГЕРДІҢ ҚАЛЫПТАСУЫ	126
Зәкір Е.Қ., Абдулла Н.Ж., Бақтыбайұлы Ж. ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ КОГНИТИВТІК ҚАБІЛЕТТЕРІНЕ ӘСЕРІ	128
Икрамов З.Д. ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДАҒЫ ӘСКЕРИ ОҚУ ОРЫНДАРЫНДАҒЫ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ПРОЦЕСТЕРДІҢ ҰЙЫМДАСТЫРЫЛУЫ ТУРАЛЫ ЗЕРТТЕУ	131
Иманбай Б.М. СПОРТ АРҚЫЛЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ	134
Иса Н.Г., Мирали Ж.Н., Аширбек Б.Қ. БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫН БАСКЕТБОЛ ОЙЫНЫНЫҢ ЭЛЕМЕНТТЕРІНЕ ОҚЫТУДЫҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ШАРТТАРЫ	137
Исаков Ф.Г., Юсифи А.С., Сапар М.С. ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ПАТРИОТИЗМДІ ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖӘНЕ ЖАСТАРДЫ ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕЛЕУ	140
Исаханов Е.А., Тельманов Н.А., Хусанов М.Б. ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІН ҰЙЫМДАСТЫРУ ӘДІСТЕРІ	143
Иылмаз Ф.Ф., Жұмабек О.Рахметолла Ж.А. СОЦИАЛИЗАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ ЧЕРЕЗ АДАПТИВНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	145
Каримкулова Д.Р., Ахматжанов Д.К., Алимханова Ә.Р. ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫ АРҚЫЛЫ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫ ТӘРБИЕЛЕУ	150
Келдібек А., Жаппар Ж. ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДА ЗАМАНАУИ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ	153
Ким А.О., Аман Ә.Н., Раимкулов М.А. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	156
Курбаналиева Ж.Г. ДЕНЕ МӘДЕНИЕТІ МЕН СПОРТ САЛАСЫНДАҒЫ ИННОВАЦИЯЛАР	160

Кустай Н.А., Қаратамыр И.М., Батыров Н.Б. ФИТНЕС-ЖАТТЫҒУЛАРДЫҢ ДЕНСАУЛЫҚТЫ НЫҒАЙТУ МЕН ГИПОДИНАМИЯНЫҢ АЛДЫН АЛУДАҒЫ РӨЛІ	164
Кучаков А.А., Шакиров Ж.И., Аvezов Н.К. ҚОЗҒАЛЫСТЫ ТАЛДАУҒА АРНАЛҒАН ЖАСАНДЫ ИНТЕЛЛЕКТ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ	167
Кыдырали Б.Г., Жәдігер С.Б., Сайдазимов А.А. ҚЫЗ СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	170
Қайм Ж.Б., Ибадуллаұлы Р., Наурызұлы С. БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚОЗҒАЛЫС БЕЛСЕНДІЛІГІН АРТТЫРУДАҒЫ ОЙЫН ӘДІСТЕРІНІҢ РӨЛІ	172
Қалмұрат О.Е., Алтай Ж.С., Рзабаев О.Д. ФУТБОЛ ОЙЫНЫ АРҚЫЛЫ ОҚУШЫЛАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУ ЖӘНЕ ШЫНЫҚТЫРУ	176
Қаратамыр Икрамеддин Мұратұлы СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕГІ ИНКЛЮЗИВТІ ТӘСІЛДЕР	179
Қожатай Р.Ж., Тұрсынбай Н.Ы., Әбірхан Е.Ж. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ У ФУТБОЛИСТОВ 13– 15 ЛЕТ	183
Құрал М., Құрманәлі Р. ОРТА МЕКТЕПТЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫН ҰЙЫМДАСТЫРУДЫҢ ТИІМДІ ӘДІСТЕРІ	188
Лазар Д.С., Абилай Б.У., Рахманкулов Ж.Т. АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНДАҒЫ ИНТЕРАКТИВТІ ӘДІСТЕРДІҢ ТИІМДІЛІГІ	190
Лесбек Б.Б., Мамыр А.Б., Жумапиев Н.Е. СПОРТТАҒЫ СМАРТ-ҚҰРАЛДАРДЫ (FITNESS TRACKER, SMART WATCH) ҚОЛДАНУ ТИІМДІЛІГІ	194
Лукьянова Э.С., Семеникина К.А., Тютюкина Е.С. СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОРГАНИЗМА	197
Мамыржанұлы Ә., Нұрмағанбет Д.Т., Мавлонов У.А. ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН СПОРТТЫҢ ТҮЛҒАНЫ ДАМУДАҒЫ РӨЛІ	200
Мирошников Д.Б., Мамина С. У., Рахметов М. М. РОЛЬ ИГРОВЫХ МЕТОДОВ В ПОВЫШЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	203
Молдағали Р.Т., Серікбай А.М., Досанбеков Б.А. АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ ПӘНІН ОҚЫТУДЫҢ ТИІМДІ ӘДІСТЕРІ МЕН ТӘСІЛДЕРІ	207
Мураттаев Ж.Н. АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҒЫНДА БАҒАЛАУ ЖҮЙЕСІН ЖЕТІЛДІРУ	210
Мусаханов Н.Қ., Икрамов З.Д., Болысбек Д.Б. МЕКТЕПТЕГІ БАСЫМ БАҒЫТТАРДЫҢ БІРІ РЕТІНДЕ ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ПАТРИОТИЗМДІ ТӘРБИЕЛЕУ	212
Мықтыбек Д.Н., Мамат А.М., Жармағамбетов М.Т. СТУДЕНТТЕРДІҢ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ РӨЛІ	215
Никитин Т.В., Тұрар М.Ж., Зайтов З.Р. РОЛЬ РОБОТОТЕХНИКИ И АВТОМАТИЗИРОВАННЫХ СИСТЕМ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ОБОРОН	218

Ноғайбек М.С., Құралбай І.Н., Төрегелді Б.М.	
ҮСТЕЛ ТЕННИСІН ОҚЫТУДЫҢ МАҚСАТТАРЫ МЕН МІНДЕТТЕРІ	222
Нурмағанбет Б.Д.	
ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕ – ЕЛ БОЛАШАҒЫНЫҢ КЕПІЛІ	225
Нұрғали М.С., Нысанбаев А.Ж., Нысан Б.М.	
ЖОҒАРЫ МЕКТЕПKE ДЕЙІНГІ ЖАСТАҒЫ БАЛАЛАРДА ДҰРЫС ДЕНЕ БІТІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДА ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ РӨЛІ	228
Нұрланбекұлы М., Жолдасов Т.Р., Садуллаев М.Ж.	
МЕКТЕПТЕРДЕ ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ КЛУБТАРДЫҢ ҚЫЗМЕТІН ҰЙЫМДАСТЫРУ ТӘЖІРИБЕСІ	230
Октем А., Азамат Е.Г., Егінбай Д.О.	
ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В СФЕРЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ И ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ	234
Оралбаев Н.Н., Батырбек А.Е., Омирзахова Д.Е.	
ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЧЕРЕЗ СПОРТИВНО-ПРАКТИЧЕСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	237
Орымбек М.М., Тастан Ж.Қ., Нұржігіт М.Е.	
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ФОРМИРОВАНИИ УСТОЙЧИВОСТИ И ВЫНОСЛИВОСТИ ЛИЧНОСТИ	239
Османов Р.Э., Халилов Э.Р., Долин А.А.	
ТЕХНИЧЕСКИЕ ИННОВАЦИИ В СРЕДСТВАХ СВЯЗИ И РАЗВЕДКИ	242
Пайзихан Е.А., Курванкулов Ф.К., Тойлы С.Ж.	
ТАКТИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚ – ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ ТӘРБИЕНІҢ МАҢЫЗДЫ БӨЛІГІ	245
Паридин Р.А., Әділбек А.Ғ., Турғын С.Б.	
БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚИМЫЛ ДАҒДЫЛАРЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖОЛДАРЫ	248
Рахимов А.И., Сыздықов Е.С., Әбітай М.Т.	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДРОНОВ И БЕСПИЛОТНЫХ СИСТЕМ В СПАСАТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЯХ И ВОЕННОЙ СФЕРЕ	252
Садуллаев М.Ж.	
ҚОЗҒАЛЫС БЕЛСЕНДІЛІГІНІҢ АДАМ ДЕНСАУЛЫҒЫНА ЫҚПАЛЫ	255
Самедулла Ә., Амирханова Ұ., Алиев Ұ.О.	
ӘСКЕРИ ҚЫЗМЕТ ӨТКЕРУ ТӘРТІБІ. ӘСКЕРИ ҚЫЗМЕТШІЛЕРДІҢ ЖАЛПЫ ҚҰҚЫҚТАРЫ, МІНДЕТТЕРІ МЕН ЖАУАПКЕРШІЛІГІ	257
Сапақ М.М., Керімқұл Қ.П., Опабек Е.Н.	
ЭВОЛЮЦИЯ СТРЕЛКОВОГО ОРУЖИЯ И ТЕНДЕНЦИИ ЕГО МОДЕРНИЗАЦИИ	259
Сарсенбек Н.Ш., Сырлыбек Н.М., Ишанова Н.Т.	
ЭТНОСПОРТ – ҰЛТ РУХАНИЯТЫ МЕН МӘДЕНИ МҰРАСЫНЫҢ АЙНАСЫ	262
Сатым С.Ә., Бердиева Д.Ғ., Камулджанов С.О.	
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ БИОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ	266
Сейт А.Т.	
ЖАСТАРДЫҢ ҰЛТТЫҚ ПАТРИОТТЫҚ САНА-СЕЗІМІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ ПӘНДЕРІНІҢ ӨЗАРА ЫҚПАЛЫ	268
Сейт А.Т., Тажихан Е.Х., Агзамов А.С.	
СОВРЕМЕННЫЕ НАВИГАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ВОЕННОЙ И ГРАЖДАНСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ	272

Сейтова Ш.	
СПОРТТЫҚ ТУРИЗМНІҢ ЖАСТАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУДЕГІ РӨЛІ	275
Серимбетов Ж.Ш., Құлниязов Е.У.	
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ АРҚЫЛЫ ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ	277
Сәрсен І.Қ., Әлішер Ғ.Р., Сейітхан Д.Ж.	
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	280
Сәрсен С.Т., Аман Н.М., Мураттаев Ж.Н.	
ЦИФРЛЫҚ ДӘУІРДЕ ЖАСТАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ БЕЛСЕНДІЛІГІН ҒЫНТАЛАНДЫРУ МӘСЕЛЕЛЕРІ	283
Сұлтан М.Ж.	
ЗАМАНАУИ ЗЕРТТЕУЛЕР НЕГІЗІНДЕ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫН ЖЕТІЛДІРУ ЖОЛДАРЫ	285
Сұлтан М.Ж., Умирзах Б.С., Ибадулла Б.М.	
«АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҒЫ» САБАҒЫНДА «АЗАМАТТЫҚ ҚОРҒАНЫС ЖӘНЕ ӨРТ ҚАУПСІЗДІГІ» БОЙЫНША ӨРТ СӨНДІРУ ҚҰРАЛДАРЫНЫҢ ТЕХНИКАЛЫҚ СИПАТТАМАЛАРЫ	287
Тастаева К. Ж., Халметов У. К., Валетдинов И. Д.	
ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В МЕТОДИКЕ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ	290
Тулен Б.И., Юлчи Н.А., Исаков С.Э.	
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ ҚОҒАМДАҒЫ РӨЛІ	294
Тюребеков К.И., Иманбаев Б.К., Есенгелді Қ.Қ.	
ҚАШЫҚТАН ОҚЫТУ ЖАҒДАЙЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНЫҢ ТИІМДІЛІГІН АРТТЫРУ ЖОЛДАРЫ	298
Умаркулов Т.И., Удикбаев М.Т., Баратов Д.Б.	
СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ	301
Чикотков К., В. Юнусалиев Б. А., Бекжанұлы Р.	
ИНКЛЮЗИВНЫЕ ПОДХОДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ	304
Шагламова Р., Бурибаева А.	
ҚЫЗ БАЛАЛАРҒА АРНАЛҒАН АЛҒАШҚЫ ӘСКЕРИ ДАЙЫНДЫҚ САБАҚТАРЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	308
Шұбай М.Е., Абдисаттар Р.И., Лесбеков А.О.	
БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ҮЙЛЕСІМДІЛІГІН ДАМУДАҒЫ ОЙЫН ӘДІСТЕРІ	311
Шынтуреев Н.А., Пернетаев Д.М., Абдулла Н. А.	
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ ТӘРБИЕ МІНДЕТТЕРІН ЖҮЗЕГЕ АСЫРУ	314
Эргешбаев Д.А., Саипназаров Х.Ш., Шамильев О.С.	
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫ ҚҰРЫЛЫМЫНДАҒЫ ЖАТТЫҒУ АЛДЫНДАҒЫ ЖӘНЕ КЕЙІНГІ КЕЗЕҢДЕРДІҢ МАҢЫЗЫ	317
Юлдашбеков Ж.Э., Ташканбаев Х.М., Асанов О.Ш.	
ПСИХОЛОГИЯ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ	321
Юлчи Н.А.	
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ АРҚЫЛЫ СТРЕСС ПЕН ЭМОЦИОНАЛДЫҚ ШАРШАУДЫ АЗАЙТУ ЖОЛДАРЫ	325
Юнусова С.Г., Емельяненко Д.Д.	
ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ СКАЛИОЗЕ	328

ДИЗАЙН ЖӘНЕ КӨРКЕМ ЕҢБЕК / ДИЗАЙН И ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ТРУД / DESIGN AND ART

Абдикадиров Э.А., Писарина В.В., Аблай С.Б. РОЛЬ ЦВЕТА И КОМПОЗИЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВОСПРИЯТИЯ ДИЗАЙНА	332
Абдуманнабова А.Р. ЭМОЦИОНАЛДЫ ДИЗАЙН: ПАЙДАЛАНУШЫНЫҢ СЕЗІМІНЕ ӘСЕР ЕТУДІҢ КӨРКЕМ ҚҰРАЛДАРЫ	336
Авазбаев А.И. ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ ПРАВИЛЬНОГО ВЫБИР ПРОФЕССИИ	338
Анварбекова Ж.Ш. ҚАЛАЛЫҚ ОРТАНЫ ЖОБАЛАУДАҒЫ ВИЗУАЛДЫ КОММУНИКАЦИЯНЫҢ РӨЛІ	343
Аунис А.Ғ., Тәліпбай М.М. КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУ ПРОЦЕСІНДЕ РЕФЛЕКСИЯ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ БАҒАЛАУ ДАҒДЫЛАРЫН ДАМЫТУ	346
Ашурова С.А. ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ОСВОЕНИЕ СЕЛЬСКОГО ПЕЙЗАЖА В ИСКУССТВЕ УЗБЕКИСТАНА	348
Басанова Ю.К. КИІМ ДИЗАЙНЫНДА ИННОВАЦИЯЛЫҚ МАТЕРИАЛДАР МЕН ТЕХНОЛОГИЯЛАР	350
Бахромова Д.А. ФОРМИРОВАНИЕ У УЧАЩИХСЯ НАВЫКОВ СОХРАНЕНИЯ ПРИРОДЫ ЧЕРЕЗ ПРОИЗВЕДЕНИЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА	352
Бекмырза Б.Т., Мейрам Д.Б., Дадаржанова Д.Ш. БОЛАШАҚ МҰҒАЛІМДЕРДІҢ ЭСТЕТИКАЛЫҚ МӘДЕНИЕТІН ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ ДИЗАЙННЫҢ РӨЛІ	355
Бугибаева Ж.Ғ. ДИЗАЙНДАҒЫ ЭСТЕТИКА МЕН ФУНКЦИОНАЛДЫҚТЫҢ ӨЗАРА БАЙЛАНЫСЫ	357
Бухарбаев М.Ю. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА	360
Гуломова Н.Х. ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИИ СОВМЕСТНОГО ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ЧЕРЧЕНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ	362
Дадабаев А.О., Төрехан Д. А. ОҚУШЫЛАРДЫҢ КРЕАТИВТІ ҚАБІЛЕТТЕРІН ДАМЫТУДА ЖОБАЛЫҚ ІС-ӘРЕКЕТТІҢ МАҢЫЗЫ	367
Әбдірасилов С.Ф., Сидикова М.С. СЫЗУ ЖӘНЕ ПЛАСТИКАЛЫҚ АНАТОМИЯНЫ БІРТҮТАС ИНТЕГРАЦИЯСЫ	369
Әйтен М.А., Маманазаров Н.Б., Тұяқ М.Е. ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ДИЗАЙНЕ: УСТОЙЧИВЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ТЕХНОЛОГИИ	375
Жамал А.Б., Акимова Ж.Б., Абдіжүсіп А.Д. КӨРКЕМДІК ЖОБАЛАУ ПӘНІНДЕ ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ДИЗАЙН ИДЕЯЛАРЫН ҚОЛДАНУ	378

Жиенбаева М.Н., Абдуллаева Ә.Қ.	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ДИЗАЙНЕ ИНТЕРЬЕРА	381
Үгіталиева Н.М.	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ STEAM-ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА: МЕТОДИКА	385
Игиталиева Х.М.	
ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД В ОБУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНАМ «ИНЖЕНЕРНАЯ И КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАФИКА»	389
Иманқожа З.С.	
ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ДИЗАЙН: ТҰРАҚТЫ ДАМУ ПРИНЦИПТЕРІН ЖОБАЛАУДА ҚОЛДАНУ	391
Кадыров Д.	
ИНТЕГРАЦИЯ МЕТАКОГНИТИВНЫХ И ТВОРЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ТЕХНИЧЕСКОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНСТРУИРОВАНИЯ	395
Лим А.В., Умарова Д.Т., Ерубекова А.Ж.	
ЭВОЛЮЦИЯ ВИЗУАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО ДИЗАЙНА	397
Мамасалиева А.Е., Бөрібек Н.С.	
ГРАФИКА МЕН ЖОБАЛАУДЫ ОҚЫТУДА ИНТЕГРАТИВТІ ТӘСІЛДІҢ ТИІМДІЛІГІ	401
Маназарова З.	
ПРЕПОДАВАНИЕ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ	403
Маназарова	З.Д.
ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА	406
Мусирманова Х.Д.	
ИСТОРИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ИСКУССТВА РИСУНКА	411
Мухамадалиева Зухрахон Махмуджон кизи	
ФОРМИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ПРОГРАММ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАФИКИ НА УРОКАХ ЧЕРЧЕНИЯ	413
Мұрат Д.Н., Орынбасар А.А., Джақсыбай А.С.	
ХАЛЫҚТЫҚ КОЛӨНЕР МЕН ЗАМАНАУИ ДИЗАЙНДЫ ОҚЫТУДАҒЫ САБАҚТАСТЫҚ	417
Нәзіркүл А.Б.	
ЗАМАНАУИ ДИЗАЙНДАҒЫ ҰЛТТЫҚ МӘДЕНИ КОДТЫҢ КӨРІНІСІ	419
Нуратдин Н.Н., Әбенев Д.Т., Нурсултанов С.Н.	
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В МИНИМАЛИЗМЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНОМ ДИЗАЙНЕ	422
Нуриддинов Ф.Х., Қанатова Т.М., Кожихова А.Н.	
ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА: ОТ КЛАССИКИ ДО СОВРЕМЕННОСТИ	425
Нурсейт Б.Н., Срайыл А.Ж., Ботабек У.Қ.	
ИННОВАЦИОННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В КРЕАТИВНОЙ ИНДУСТРИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ДИЗАЙН	429
Орынбасар А.Д., Әбілхан Д.Ә., Икрам К.Б.	
ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ТҰРАҚТЫ ДИЗАЙН: ЖАСЫЛ ТЕХНОЛОГИЯЛАР МЕН ЭКОДИЗАЙН ҚАҒИДАТТАРЫНЫҢ КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУДЕГІ ОРНЫ	433

Оспанова А.П., Төлбасы Б.Д., Әшірбай Ж.Б. КӨРКЕМ ЕҢБЕК САБАҒЫНДА ЦИФРЛЫҚ ГРАФИКА ЭЛЕМЕНТТЕРІН ЕНГІЗУДІҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ АСПЕКТІЛЕРІ	436
Піләл М.Б., Сағат А.Н., Молдахан А.М. ЗАМАНАУИ БІЛІМ БЕРУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ ДИЗАЙННЫҢ КРЕАТИВТІ ӘЛЕУЕТТІ ДАМУДАҒЫ РӨЛІ	438
Салайдинова Хумора Ширинбой кизи ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНЖЕНЕРНОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАФИКИ И АРХИТЕКТУРНОГО ДИЗАЙНА	441
Саттарханова К.Д., Оспанов А.Ж. ВЛИЯНИЕ КУЛЬТУРНЫХ ТРАДИЦИЙ НА РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА	445
Сулейманова Д. ГАРМОНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО И СОВРЕМЕННОГО В ТВОРЧЕСТВЕ СОВРЕМЕННЫХ УЗБЕКСКИХ ХУДОЖНИКОВ	448
Суюндиқова А.Е., Сабырбекұлы Б. Слам Д.О. ИНТЕРЬЕР ДИЗАЙНЫНДА МӘДЕНИ ДӘСТҮР МЕН ЗАМАНАУИЛЫҚТЫҢ СИНТЕЗІ	450
Тожиева Ф.М. ОПОСРЕДСТВЕННЫЕ ФОРМЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И НЕКОТОРЫЕ ИХ ОСОБЕННОСТИ	452
Турсынханова К.А. ЭКОЛОГИЯЛЫҚ ДИЗАЙН: ТҰРАҚТЫ ДАМУ ПРИНЦИПТЕРІН ЖОБАЛАУДА ҚОЛДАНУ	457
Файзуллаева Д.Д. ИНТЕГРАЦИЯ ЧЕРЕЗ ИСКУССТВО: ОПЫТ «АРТ-СТУДИИ»	460
Файзуллаева Д.Д. ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ТЕХНИКИ АКВАРЕЛИ В ПРОГРАММЕ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ	463
Хасанова М.З., Jasmina Amiriddin qizi МЕТОДИКА РАБОТЫ С НАЦИОНАЛЬНОЙ НАТЮРМОРТНОЙ КОМПОЗИЦИЕЙ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА	466
Шералиева Д.Қ., Ратхан Ж.А. КӨРКЕМДІК БІЛІМ БЕРУДЕ ЗАМАНАУИ ДИЗАЙН-ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ	468
Эргашева Н.А. РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО ВОООБРАЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ МЕТОДАМ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОРТОГОНАЛЬНЫХ ПРОЕКЦИЙ	471
Юлдашева Н.И. PLASTILIN YORDAMIDA NATYURMORT YARATISHNING SAN'AT TA'LIMIDAGI O'RNI	473
Юнусова С.Х. ОСОБЕННОСТИ ГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА	477
Ismatullaeva H.Z. STYLE AND INDIVIDUALITY IN CLOTHING	479
Mukhammedsaidov B.K., Daminova R.B. THE ROLE OF INSTRUCTIONAL DESIGN IN IMPROVING QUALITY OF EDUCATION	486
Turdeyiva S. МИР С ГЛАЗ РИСОВАЛЬЩИКА: ВЫРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ В ИЗОБРАЖЕНИИ	490

ЖАС ЗЕРТТЕУШІ- 2025

*атты халықаралық ғылыми-практикалық конференциясының
МАТЕРИАЛДАРЫ*

МАТЕРИАЛЫ

международной научно-практической конференции
МОЛОДОЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ - 2025

VI ТОМ

Оргкомитет не несет ответственности за материалы, не содержащие научной новизны
или оформленные с нарушением грамматики.

Подготовка оригинал-макета: Т.С. Митрошенко

ISBN 978-601-82400-6-5

