

2019 ж. қазан, №4 (56)
Журнал 2005 ж. қаңтардан бастап шығады
Жылына төрт рет шығады

Құрылтайшы: *Қостанай мемлекеттік педагогикалық институт*

Бас редактор: *Әбіл Е.А.*, тарих ғылымдарының докторы, профессор, ҚМПИ, Қазақстан
Бас редактордың орынбасары: *Амандықова А.Б.*, ауыл шаруашылығы ғылымдарының кандидаты, ҚМПИ, Қазақстан

РЕЦЕНЗЕНТТЕР

Бережнова Е.В., педагогика ғылымдарының докторы, ММХҚИ СИМ, Мәскеу қ., Ресей
Жаксылықова К.Б., педагогика ғылымдарының докторы, Қ. Сәтпаев атындағы Қазақ ұлттық техникалық зерттеу университетінің профессоры, Қазақстан

РЕДАКЦИЯ АЛҚАСЫ

Амирова Б.А., психология ғылымдарының докторы, Е.А. Букетов атын. ҚарМУ, Қазақстан
Благодарумная О.Н., экономика ғылымдарының кандидаты, Молдова Халықаралық Тәуелсіз Университетінің доценті, Молдова
Доман Э., лингвистикалық ғылымдар докторы, Макао университеті, Сидней, Австралия
Елагина В.С., педагогика ғылымдарының докторы, профессор, ООМГПУ, Ресей
Жилбаев Ж.О., педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы президенті, Қазақстан
Кайе Ж., философия ғылымдарының докторы, Виа Домисия Университетінің профессоры, Перпиньян қ., Франция
Катцнер Т., Батыс Вирджиния Университетінің профессоры, PhD докторы, АҚШ, Батыс Вирджиния
Кульгильдинова Т.А., педагогика ғылымдарының докторы, Абылай хан атындағы ҚазХҚ және ӘТУ-нің профессоры, Қазақстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, лингвистикалық ғылымдар докторы, Сан-Паулу Папа католик университеті, Бразилия
Монова-Желева М., PhD докторы, Бургас еркін университетінің профессоры, Болгария
Чаба Толгизи, Венгрияның Сегед Университеті экология кафедрасының ғылыми қызметкері, Венгрия

Тіркеу туралы куәлік №8786-Ж
Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігімен
19.11.2007 берілген.
Жазылу бойынша индексі 74081

Редакцияның мекен-жайы:
110000, Қостанай қ., Тәуелсіздік к., 118
(ғылым және халықаралық байланыстар басқармасы)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

№4 (56), октябрь 2019 г.
Издается с января 2005 года
Выходит 4 раза в год

Учредитель: *Костанайский государственный педагогический институт*

Главный редактор: *Абиль Е.А.*, доктор исторических наук, профессор, КГПИ, Казахстан
Заместитель главного редактора: *Амандыкова А.Б.*, кандидат сельскохозяйственных наук, КГПИ, Казахстан

РЕЦЕНЗЕНТЫ

Бережнова Е.В., доктор педагогических наук, профессор МГИМО МИД, г. Москва, Россия
Жаксылыкова К.Б., доктор педагогических наук, профессор Казахского национального исследовательского университета им. К. Сатпаева, Казахстан

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Амирова Б.А., доктор психологических наук, КарГУ им. Е.А. Букетова, Казахстан
Благодарная О.Н., кандидат экономических наук, доцент Международного Независимого Университета Молдовы
Доман Э., доктор лингвистических наук, университет Макао, Сидней, Австралия
Елагина В.С., доктор педагогических наук, профессор, ЮУГГПУ, Россия
Жилбаев Ж.О., кандидат педагогических наук, доцент, президент Национальной академии образования им. И. Алтынсарина, Казахстан
Кайе Ж., доктор философских наук, профессор, Университет Виа Домисия, г. Перпиньян, Франция
Катцнер Т., доктор PhD, профессор Университета Западной Вирджинии, США
Кульгильдинова Т.А., доктор педагогических наук, профессор КазУМОиМЯ им. Абылай хана, Казахстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, доктор лингвистических наук, Папский католический университет Сан-Паулу, Бразилия
Монова-Желева М., доктор PhD, профессор Бургасского свободного университета, Болгария
Чаба Толгизи, научный сотрудник кафедры экологии, Университет Сегеда, Венгрия

Свидетельство о регистрации № 8786-Ж
выдано Министерством культуры и информации Республики Казахстан
19 ноября 2007 года.
Подписной индекс 74081

Адрес редакции:

110000, г. Костанай, ул. Тәуелсіздік, 118
(управление науки и международных связей)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

6 Слушкина Е.А., Слушкин В.Г. Управление учебно-тренировочным процессом лыжников – 2011. – С. 6-9.

7 Манжосов В.Н., Маркин В.П. Совершенствование методики тренировки лыжника-гонщика: учеб. пособие для студентов ин-тов физ. культуры и слушателей фак. повыш. квалификации – М.: ГЦОЛИФК, 2015. – С.12-18.

Материал поступил в редакцию: 18.09.2019

АГЕЕВА, С.В.

13-14 ЖАС ШАҒЫ-ЖАРЫСУШЫЛАРДЫҢ СПРИНТТІК ҚАШЫҚТЫҚҚА ФИЗИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Қазіргі қоғамның әлеуметтік-экономикалық талаптарына сәйкес шаңғы спортының қазіргі жағдайы спорт нәтижелерінің өсу динамикасын анықтайды және спортшыларға жоғары талаптар қояды. Қазіргі шаңғы жолы шабандоздардың физикалық дайындығына белгілі бір талаптар қояды. Жолды жылдам жылдамдықпен ойдағыдай өту үшін спортшы физикалық жақсы дайындалған болуы керек, яғни мықты, қатал, ақыл-ойы мен тактикалық дайындығы жақсы, ұтқырлық техникасы болуы керек.

Кілт сөздер: шаңғы дайындығы, физикалық дайындығы, жарыс қызметі, спортшылар, техника, тактика, шаңғы жарысы, күрделі дамыту.

AGEEVA, S.V.

FEATURES OF THE PHYSICAL TRAINING OF SKIERS-RACERS 13-14 YEARS OLD AT SPRINT DISTANCES

The current state of skiing, in accordance with the socio-economic requirements of modern society, determines the growth dynamics of sports results and makes high demands on athletes. The modern ski road makes certain demands on the physical training of riders. To successfully pass the path at a fast speed, the athlete must be well physically prepared, i.e., be strong, tough, mentally and tactically prepared, have good mobility techniques.

Key words: ski training, physical training, competitive activity, sportsmen, technique, tactic, ski race, integrated development.

УДК 796

Аканов, Ш.К.

*дене шынықтыру дайындығының оқу тәрбие орталығының аға оқытушысы,
Ө. Сұлтангазин атындағы ҚМПУ,
Қостанай, Қазақстан*

СТУДЕНТ ЖАСТАР АРАСЫНДА САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Түйін

Бұл мақалада студенттер арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру мәселесі қарастырылады. Осы тақырыпқа социологиялық сауалнама жүргізілді, студенттерге салауатты өмір салтын жүргізуге кедергі келтіретін факторлар мен себептер анықталды. Жастар арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру мәселелерін шешу жолдары анықталды. Жастарды салауатты өмір салтын ұстануға баулып, денелерінің шыныққаны мен денсаулықтарының мықты болуына көз жеткіздіру. Өзге бөгде, денсаулыққа зиян келтіретін заттарды қолданудың кері әсерлері жайлы айтып, салауатты өмір салтын ұстанған азамат қасиеті жайлы айту. Күнделікті сабақ жоспарына салауатты өмір салтын дамытуға бағытталған білімді, жаттығуларды енгізу маңыздылығы жайлы айту.

Кілт сөздер: салауатты өмір салты, спорт, дене шынықтыру жаттығулары, дұрыс тамақтану, күн тәртібі, алкоголь, темекі шегу, денсаулықты сақтау, салауатты ұйқы, білім беру міндеті, факторлардың әсері, әдеттер, себептер, өзін-өзі тәрбиелеу, нәтижелер.

I Кіріспе

Денсаулық – бұл кез келген адам өмірінің ең маңызды элементі. Денсаулық адамға күнделікті ойлаған жоспарларды, мақсаттарды, міндеттерді жүзеге асыруға көмектеседі. Адамның өз денсаулығына деген қамқорлығы оның өмірін ұзартуға көмектеседі.

Ғылыми зерттеулер барлық гигиеналық ережелерді сақтай отырып, Жер ғаламшары халқының көп бөлігі 100 жылға дейін және одан да көп өмір сүруге қабілетті деген қорытындыға әкеледі.

Өкінішке орай, көптеген адамдар салауатты өмір салты нормаларын сақтамайды, соның ішінде олар туралы білмейді. Кейбіреулер тамақ ішудегі шараларды білмейді, бұл семіздік пен басқа да түрлі ауруларға әкеледі: гастрит, холецистит, колит және т.б. басқа да аз қозғалады, өз жалаңдығына байланысты немесе мамандықтың ерекшелігіне байланысты, осының салдары ерте қартаю болып табылады. Кейбір тауық, алкоголь көп тұтынады, бұл олардың өмір сүру ұзақтығын айтарлықтай қысқартады. Сондай-ақ көптеген адамдар үнемі күйзеліске, мазасыздыққа ұшырайды, күнделікті істерден демала алмайды, бұл жүйке бұзылуына, ішкі органдардың әлсіреуіне әкеп соғады [1].

2 Материалдар мен әдістер

Өзектілігі. Қазіргі уақытта жастар арасында салауатты өмір салтын насихаттау үрдісі байқалуда. Студенттер дұрыс тамақтануға, жаттығуларға қатысуға, күн тәртібін сақтауға тырысады. Сондықтан осы мақаланың тақырыбы қазіргі уақытта өзекті болып табылады. Адамзат, соның ішінде студенттер де өз денсаулығын сақтау, нығайту және жақсарту мәселесін белсенді зерттейді [2].

Мақаланың мақсаты. Студенттердің салауатты өмір салтына деген қарым-қатынасын талдау болып табылады. Осы мақсат қажету үшін келесі міндеттерді шешу қажет:

1. «Салауатты өмір салты» (бұдан әрі – СӨС) ұғымын анықтама беру.
2. СӨС құрылымдық компоненттерін бөлу.
3. Студенттердің СӨС-ға деген қарым-қатынасын талдау.
4. СӨС қатысты негізгі мәселелерді анықтау [3].

Ғылыми жаңалық. Студенттерді салауатты өмір салтына тарту әдістерін анықтау болып табылады, ал салауатты өмір салтын ұстанатын студенттер санының көбеюіне байланысты.

3, 4 Нәтижелер мен талқылау

Салауатты өмір салты (СӨС) – денсаулықты сақтауға, аурулардың алдыналуға және жалпы адам ағзасын нығайтуға бағытталған адамның өмір салты.

«Салауатты өмір салты» ұғымын әр адам үшін жеке түсіну. Адам жалпы қабылданған ережелер мен нормаларды да, ең алдымен өз ағзасының ерекшеліктерінде ескеру ітііс. Жас ұрпақ денсаулығын сақтау – қоғамның маңызды әлеуметтік міндеттерінің бірі. Жоғары білікті мамандарды даярлау үшін салауатты өмір салтын қалыптастыру қажет. Бүгінгі таңда халықтың бұл санаты қоршаған ортаның теріс әсеріне, ақыл-ой және физикалық шиеленіске, өмірдің өзгеретін жаңа жағдайларына бейімделуге ұшырайды.

Салауатты өмір салтының компоненттері: зиянды әдеттердің болмауы, спортпен айналысу және дене белсенділігі, қалыпты күн тәртібі, қалыпты ұйқы, теңгерімді тамақтану.

Темекі шегу мен алкоголь – жастар арасында ең көп таралған зиянды әдеттер. Шылым шегу оқу материалын қабылдау төмендегені дәлелденді. Сондай-ақ, ол түрлі аурулардың себепші болып табылады және ерте қартаюға әкеледі. Алкогольді үнемі қолданғанда жүйке жүйесінің, сондай-ақ адамның ішкі органдарының қызметі бұзылады.

Сонымен қатар, СӨС басты компоненттерінің бірі қимыл-қозғалыс және дене белсенділігі болып табылады. Шыдамдылық, икемділік, үйлестіру, күш, жылдамдық сияқты қабілеттерін дамыту адам денсаулығын нығайтуға ықпал етеді. Барлық осы қабілеттер үшін үнемі және ынталы жаттығу қажет [3, 4].

Күн тәртібі және дұрыс ұйқы өз уақытын тиімді бөлуге көмектесіп қана қоймай, ұйқы кезінде адам бұлшық еттерінің белсенді өсуіне, физикалық және ақыл-ой жүктемелерінен демалуға ықпал етеді.

Салауатты өмір салтының негізін дұрыс тамақтану құрайды. Әрбір тамақ теңдестірілген болуы керек, яғни ақуыздар, майлар, көмірсулар және талшық. Қоректік элементтердің дұрыс арақатынасын сақтағанда организм қалыпты қалыптасады және жұмыс істейді. Студенттер – белгілі бір еңбек, тұрмыс, әлеуметтік мінез-құлқы мен ерекшеленетін ерекше әлеуметтік топ. Олардың СӨС қалыптастыру мәселесі көп. Кейбіреулер дұрыс тамақтануды, күн тәртібін, тұрақты физикалық жаттығуларды өз идеалы деп санайды, басқалары темекі шегу, алкоголь, есірткі түрінде идеал табады. Салауатты өмір салты мен СӨС жүргізбеудің себептері, белгілі бір ұстанымды таңдауда студенттерге қандай факторла рәсер ететінін анықтау қажет. Ол үшін ЖОО-да СӨС насихаттау, зиянды әдеттерден бас тарту, студенттердің дене, психологиялық және әлеуметтік денсаулығын анықтау бойынша профилактикалық жұмыстар жүргізіледі [4].

Осы сауалнаманы талдап, мен келесі нәтижелерге қол жеткіздім:

1) студенттердің көпшілігі қозғалмалы, бірақ белсенді емес өмір салтын жүргізеді, яғни белсенді спортпен айналыспайды.

2) студенттердің жартысынан көбі темекі тартпайды және алкогольді сирек қолданады.

3) сұралғандардың 75% өзінің тамақтануын бақылауға тырысады, бірақ кейде «фаст-фуд» – дан бір нәрсе бере алады.

4) сұралғандардың басым бөлігі 4-6 сағаттан ұйықтайды, адамның қалыпты өмір сүруі үшін кемінде 8 сағат ұйықтауы керек.

5) студенттердің жартысынан астамы салауатты өмір салты болып табылатынын анық түсінеді.

Осылайша, қазіргі жастар еңбек және демалыс режимін, ұтымды тамақтануды сақтамайды, спортпен белсенді айналыспайды деген қорытынды жасауға болады. Студенттер өз күнтізбін қатаң сақтау, тәулігіне 8 сағаттан кем емес ұйықтау және ұйықтау, дұрыс тамақтануға тырысу, жаяу көп жүру, спортзалда айналысу керек. Содан кейін студенттер шаршаумен әлсіздік пайда болмайды. Оқу адам өміріндегі маңызды спектр болып табылады, бірақ денсаулық бәрінен жоғары болуы керек. студенттердің көп бөлігі СӨС деген, оның негіздері мен принциптерін біледі. Сауалнама нәтижесі бойынша студенттердің жартысынан астамы зиянды әдеттерге ие емес. Әрине, олардың студенттері салауатты өмір салтын ұстануға келергі келтіретін негізгі фактор болып табылады, бұл олардың денсаулығына өте зиянды әсер етеді. Бұл әдеттерден құтылу керек [4, 5].

Студент жастардың көпшілігі денсаулықты физикалық әл-ауқаты деңгейінде қабылдайды және оны зиянды әдеттерден бастартуды, дұрыс тамақтануды және денешынықтырумен айналысуды сақтаудың негізгі шарты деп санайды. Алайда, оларды сақтауда басты құндылық ретінде денсаулыққа деген көзқарас әлі қалыптаспаған.

Білім беру үдерісінде студенттердің салауатты өмір салтын қалыптастыру қоғамның маңызды міндеті болып табылады. Студенттерді өз денсаулығын нығайтуға, сақтауға, салауатты өмір салтын насихаттаумен және қолдаумен айналысуға ынталандыру қажет, бұл салауатты өмір салтын ұстанатын адамдар санының одан әрі ұлғаюына әкеледі. Білім беру процесін салауатты өмір салтын дамытуға бағытталған білімді, жаттығуларды енгізу қажет. Әрине, салауатты өмір салтын қалыптастыру процесінде салауатты өмір салты принциптеріне үйренетін білім беру ұйымдары маңызды рөл атқарады [5].

5 Қорытынды

Бірақ сол уақытта адам өзі салауатты өмір салтын ұстанғысы, өзін-өзі тәрбиелегісі келеді және ең жақсы нәтижелерге ұмтылғысы келеді.

Егер болашақ ұрпақтың денсаулығын ойласақ, парасаттылыққа, адамгершілікке, сауаттылыққа осындай сана арқылы тәрбиелеген озық ойлы үлгілерді қазіргі кездегі мектептегі оқу-тәрбие үрдісіне пайдалану өмірдің өзекті мәселесі болуы тиіс. Әр оқушының жан-жақты дамуына жағдай жасау – әр мектептің, әрбір ұстаздың, әрбір ата-ананың парызы деп білуге болады. Салауатты өмір салты дегеніміз – әрбір жеке адамның өнімді еңбек етіп, тұрмыс құруы, бос уақытында дем ала білуі, қысқасы, адамның күнделікті дұрыс қалыптасқан өмір тіршілігі. Сонымен еліміздің кез-келген азаматысалауатты өмір сүру үшін парасатты, зерделі, білімді, салауатты болуы маңыздылық танытады. «Сіздердің табыстарыңыз – ата-аналарыңыздың табысы, туғандарыңыз мен туыстарыңыздың табысы, отбасыларыңыздың табысы, барлық отандастарыңыздың табысы, біздің Отанымыздың табысы». («Қазақстан – 2050» стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты) «Он екі мүшең сау болса – жарлымын деме», – деп халқымыз денсаулықты адам өміріндегі орнын, тән сұлулығын, жан тазалығын еш нәрсемен айырбастауға, теңестіруге болмайтынын ұрпақтарына ескертіп отырған. Шәкәрім атамыз «адамның жақсы өмір сүруіне үш сапа негіз бола алады, олар барлығынан басым болатын – адал еңбек, мінсіз ақыл, таза жүрек», – деген еді. Көзге көрінбейтін нәзік сезімді, аса құнды қасиеттерді жүректен жүрекке жеткізу шебер тәлімгердің ғана қолынан келеді. Біздің тәрбие бастамамыздың негізі салауатты өмірге жас жеткіншектерді баулу, оны қалыптастыру. Жастарымыздың жүзінен күлкі, жүрегінен жалын, саналы сезім төгілсе онда ұрпағымыздың денінің саулығы. Еңселі егеменді еліміздің ертеңінен үлкен үміт күтеміз. Жастардың денсаулығы, жігері, қайраты, білімі егемендігіміздің беделі, еліміздің мақтанышы болмақ.

Әдебиеттер тізімі

- 1 Икіманова Г. Саулық пен сымбат. – Алматы: Қайнар, 1991.
- 2 «Қазақстан мектебі» журналы. – 2006. – №4.
- 3 Журавлева И.В. Отношение к здоровью индивида и общества. М.: Наука, 2010. – С. 239.
- 4 Уақбаев Е. Қазақстанда дене тәрбиесі жүйесінің дамуы. – Алматы: Санат, 2000ж.
- 5 Семёнова Н.А. Здоровье здорового человека. Практическая экология XXI века. Мск. 2008. – С. 107-111.

Материал редакцияға түсті: 13.09.2019

АҚАНОВ, Ш.К.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

В данной статье рассматривается вопрос формирования здорового образа жизни среди студентов. Приведён социологический опрос на данную тему, определены факторы и причины, мешающие студентам вести здоровый образ жизни. Определены способы решения проблемы формирования здорового образа жизни среди молодёжи.

Ключевые слова: *здоровый образ жизни, спорт, физические упражнения, правильное питание, распорядок дня, алкоголь, курение, сохранение здоровья, здоровый сон, воспитательная задача, влияние факторов, привычка, причины, самообразование, результаты.*

AKANOV, S.K.

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE AMONG STUDENTS

This article discusses the formation of a healthy lifestyle among students. A sociological survey on this topic is given, the factors and causes that prevent students from leading a healthy lifestyle are determined. The ways of solving the problem of forming a healthy lifestyle among young people are determined.

Key words: *healthy lifestyle, sport, physical exercise, proper diet, daily routine, alcohol, smoking, preservation of health, healthy dream, educational task, influence of factors, habit, causes, self-education, results.*

УДК 796.1

Гурская, И.Ф.
магистр туризма,
старший преподаватель кафедры ТуПФКСиТ
Тынбаев, Ж.А.
студент 4 курса ОП «5В090200 – Туризм»,
КГПУ имени У. Султангазина,
Костанай, Казахстан

ВОЗМОЖНОСТИ ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОНЬКОБЕЖЦЕВ НАЦИОНАЛЬНОЙ СБОРНОЙ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Аннотация

В статье рассматриваются возможности повышения скоростно-силовых качеств у спортсменов с применением методик зарубежных и отечественных авторов. Дано описание основ подготовки спортсменов-стайеров на длинные дистанции. Применения методики обоснованы и представлены в таблицах результатов тестирования на заключительном этапе экспериментального исследования.

Ключевые слова: *возможность повышения результатов, эффективные методики в конькобежном спорте, Олимпийский цикл подготовки спортсменов.*

1 Введение

Современный уровень развития конькобежного спорта свидетельствует о скачке в результатах преодоления дистанции спортсменами. Дальнейший прогресс спортивных достижений прямо зависит от важнейших факторов, лимитирующих рост спортивных достижений. Следовательно, возросли требования по всем сторонам подготовки спортсменов, в том числе многолетней.

В рациональном построении многолетней подготовки, логично сочетающей соревнования, тренировки, восстановительные мероприятия, обоснованное чередование циклов и периодов подготовки, ее отдельных компонентов, по нашему мнению, на сегодняшний день имеются наибольшие резервы для повышения эффективности подготовки спортсменов высокой квалификации [1].

Наиболее достоверным показателем эффективности тренировочного процесса является уровень прироста спортивных результатов. При этом просматривается и определенный недостаток: в оценке данного показателя, который возможно определить только по итогам выступлений конькобежцев в наиболее ответственных стартах.

2 Материалы и методы

В научных трудах многие авторы обращались к проблемам повышения эффективности тренировочного процесса, предлагая свои методики в данном направлении. Перечень научных трудов по применению различных методик подготовки спортсменов и организации тренировочного процесса представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Список научных трудов по технологиям и методикам тренировочного процесса

Имя автора	Методики тренировочного процесса
Платонов В.Н.	Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте
Мартыненко И.В.	Методика спортивной подготовки юных конькобежцев на начальном этапе в условиях крытых катков
	Актуализация методики подготовки конькобежцев 11-12 лет в современных условиях

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ СӨЗ 3

ТЕОРИЯЛЫҚ ЖӘНЕ САРАПТАМАЛЫҚ-ШОЛУ ЗЕРТТЕУЛЕР

Анастасова Л. Жоғары бизнес-білім: түлектердің дағдыларына қатысты жұмыс берушілердің халықаралық үрдістері мен үміттері 5

Байжанова С.А., Балгабаева Г.З. Мектепке дейінгі жастағы балалардың Қазақстан Республикасының тарихы мен мәдени құндылықтарына құрметпен қарауды қалыптастыру 17

Бондаренко Ю.Я. Қазіргі білім беру жүйесінде тарихи және көркем бейнелерді пайдалану 21

Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я. Шаршаған адам. Тарих және қазіргі заман 26

Есіркепова К.Қ., Ихсан Д.М. Ұлықбек Есдәулет поэзиясындағы метафора қолданысы 32

Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р. Бастауыш сынып оқушыларының дүниетану сабағында танымдық қызығушылығын дамыту 39

Оспанұлы С., Мырзагалиева К. Абай өлеңдерінің қара сөздерімен үндестігі 43

ЭМПИРИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР

Агеева С.В. 13-14 жас шаңғы-жарысушылардың спринттік қашықтыққа физикалық дайындығының ерекшеліктері 50

Аканов Ш.К. Студент жастар арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру 58

Гурская И.Ф., Гынбаев Ж.А. Қазақстан Республикасы ұлттық құрамасының конькимен жүгірушілердің нәтижелілігін арттыру мүмкіндіктері 62

ПӘНДЕРДІ ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ ЖӘНЕ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

Бекенова А.Қ., Сатбаева М.Т. «Педагогика» курсы бойынша семинар сабақтарын ұйымдастыруда педагогикалық жоғары оқу орындарын оқытудың жаңа тәсілдерін қолдану 69

Даулетбаева Г.Б., Ерсұлтанова З.С. CLIL форматындағы оқыту стратегиялары 74

Ерсұлтанова З.С., Сәбит З.С. Білімді тексеруде және информатикадан сабақтар өткізуде Classroom құралын қолдану 78

ЖАС ЗЕРТТЕУШІЛЕРДІҢ ҒЫЛЫМИ ЕҢБЕКТЕРІ

Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М. Мұғалімдердің эмоционалды күйіп кетуінің алдын алу технологиясы 83

Рядинская А.И. Қазақстандағы желілік әдебиеттің дамуы Самрат Иржасовтың шығармашылығы мысалында 87

Ташетов А.А., Отынбай Д.О. Медиа-білім оқытудың online жүйесінде студенттердің медиамәдениеті мен медиақауіпсіздігін дамытудың шарты ретінде 92

Турлубаева Д.К. Қостанай облысында музыкалық білім берудің қалыптасуы 96

«РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ» БАҒДАРЛАМАСЫН ЖҮЗЕГЕ АСЫРУ

Мукалиева Б. Х., Рысбек Н. Рухани жаңғыру және білім берудің жанарудағы рөлі 101

МЕРЕЙТОЙЛЫҚ ҚҰТТЫҚТАУЛАР 104

Оспанұлы С. Өмірзақ Сұлтанғазин (Өмірзақ Сұлтанғазинді еске алу) 105

БІЗДІҢ АВТОРЛАР 106

АВТОРЛАРДЫҢ НАЗАРЫНА 112

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО	3	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ОБЗОРНО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Анастасова Л.</i> Высшее бизнес-образование: международные тенденции и ожидания работодателей в отношении навыков выпускников	5	
<i>Байжанова С.А., Балгабаева Г.З.</i> Формирование уважительного отношения к истории и культурным ценностям Республики Казахстан у детей дошкольного возраста	17	
<i>Бондаренко Ю.Я.</i> Использование исторических и художественных образов в системе современного образования	21	
<i>Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я.</i> Человек усталый. История и современность	26	
<i>Есиркепова К.Қ., Ихсан Д.М.</i> Применение метафоры в поэзии Улыкбека Есдаулетова	32	
<i>Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р.</i> Развитие познавательного интереса у младших школьников на уроках познание мира	39	
<i>Оспанұлы С., Мырзагалиева К.</i> Гармония стихов и слов назидания Абая	43	
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Агеева С.В.</i> Особенности физической подготовки лыжников-гонщиков 13-14 лет на спринтерские дистанции	50	
<i>Аканов Ш.К.</i> Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи	58	
<i>Гурская И.Ф., Тынбаев Ж.А.</i> Возможности повышения результативности конькобежцев национальной сборной Республики Казахстан	62	
МЕТОДИКА И ТЕХНОЛОГИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН		
<i>Бекенова А.К., Сатбаева М.Т.</i> Использование новых подходов обучения педагогических вузов в организации семинарских занятий по курсу «Педагогика»	69	
<i>Даулетбаева Г.Б., Ерсултанова З.С.</i> Образовательные стратегии в формате CLIL	74	
<i>Ерсултанова З.С., Сәбит З.С.</i> Использование Classroom для проверки знаний и проведения занятий по информатике	78	
НАУЧНЫЕ РАБОТЫ МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ		
<i>Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М.</i> Технология профилактики эмоционального выгорания учителей	83	
<i>Рядинская А.И.</i> Развитие сетевой литературы в Казахстане (на примере творчества Самрата Иржасова)	87	
<i>Ташетов А.А., Отынбай Д.О.</i> Медиаобразование как условие развития медиакультуры и медиабезопасности студентов в системе online обучения	92	
<i>Турлубаева Д.К.</i> Становление музыкального образования в Костанайской области	96	
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ»		
<i>Мукалиева Б.Х., Рысбек Н.</i> Духовное возрождение и роль образования в модернизации	101	
ЮБИЛЕЙНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ		104
<i>Оспанұлы С. Умирзак Султангазин (Посвящается памяти Умирзака Султангазина)</i>	105	
НАШИ АВТОРЫ		108
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ		115

CONTENT

INTRODUCTION..... 3

THEORETICAL AND OVERVIEW-ANALYTICAL ARTICLES

Anastassova L. The higher business education: international trends and employers' expectations towards graduates' skills..... 5

Baizhanova S.A., Balgabayeva, G.Z. Formation of a respectful attitude to history and cultural values in children of preschool age..... 17

Bondarenko Yu.Ya. The use of historical and artistic images in the system of modern education..... 21

Bondarenko O.Yu., Bondarenko Yu. Ya. A tired man. History and modernity..... 26

Esirkepova K.K., Ikhsan D.M. Application of the metaphor in the poetry of Ulikbek Esdauletov..... 32

Zhandauova Sh.E., Zhabagina Zh.R. Development of cognitive interest in younger students in the classroom learning the world..... 39

Ospanuly, S., Myrzagaliyeva, K. Harmony of Abai's poems and edification words..... 43

EMPIRICAL RESEARCH

Ageeva, S.V. Features of the physical training of skiers-racers 13-14 years old at sprint distances..... 50

Akanov, S. K. Formation of a healthy lifestyle among students..... 58

Gurskaya I.F., Tunbaev Zh.A. Opportunities to improve the results of skaters of the national team of the Republic of Kazakhstan..... 62

METHODOLOGY AND TECHNOLOGY OF TEACHING DISCIPLINES

Bekenova A.K., Satbaeva M.T. Use of new approaches to teaching pedagogical higher education institutions in organizing seminar lessons in the pedagogy course..... 69

Dauletbaeva G.B., Ersultanova Z.S. Educational strategies in the CLIL format..... 74

Yersultanova Z. S. Sabit Z.S. Usage of classroom for training and testing of the knowledge on informatics..... 78

SCIENTIFIC WORK OF YOUNG RESEARCHERS

Amanbaev B.N., Shamitdinov A.M. Technology of prevention of emotional burnout of teachers..... 83

Ryadinskaya A.I. The development of the network literature in Kazakhstan by the example of the art of Samrat Irzhasov..... 87

Tashetov A.A., Otynbai D.O. Media education as a condition for the development of mediaculture and media security of students in online education system..... 92

Turlubayeva D.K. Formation of music education in Kostanay region..... 96

REALIZATION OF THE PROGRAMME «RUKHANY ZHANGYRU»

Mukaliev B.H., Rysbek N. Spiritual revival and the role of education in modernization..... 101

ANNIVERSARY CONGRATULATIONS..... 104

Ospanuly S. Umirzak Sultangazin (Dedicated to the memory of Umirzak Sultangazin)..... 105

OUR AUTHORS..... 110

INFORMATION FOR AUTHORS..... 118