

Жалпы, тағам өнімдері анализі бойынша зерттеулер белгілі әдістемелерге сәйкес жүргізілгенімен, оларды орындау белгілі бір ұзақ уақытты талап етеді және эксперимент барысында кейбір ізденуді талап ететін сұрақтар пайда болады. Сол себепті мұндай жұмыстарды орындау білім алушының ойлау қабілетін дамытуға септігін тигізеді.

Әдебиеттер тізімі:

1. Заядан Б.Қ., Өнерхан Г. Тағам биотехнологиясы. – Алматы: Қазақ университеті, 2011. – 302 б.
2. Орещенко А.В., Берестень А.Ф. О пищевых добавках и продуктах питания // Пищевая промышленность. – 1996. – 211 с.
3. Таурбаева Г.О. Тағам өнімдері анализі бойынша практикум. – Қостанай: ҚМПИ, 2018. – 100 б.
4. <http://docs.cntd.ru/document/1200121727>

ИНТЕРНЕТТІҢ ҚАЗІРГІ ЖАСТАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДАМУЫНА ӘСЕРІ

Темирханов Батырбек Сабитбекович,
дене шынықтыру және спорт теориясы және
практикасы кафедрасының аға оқытушы,
А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университет,
Сабитбек Олжас Батырбекулы,
энергетика және машина жасау кафедрасының т.ғ.м.,
М.Дулатов атындағы Қостанай Инженерлік-Экономикалық университеті

Аннотация

Мақалада Интернеттің қазіргі жастарға әсері, әсіресе компьютерлік тәуелділіктің физикалық салдарының әсері туралы мәселелер қарастырылған. Интернеттің өскелең ұрпаққа әсер етуінің позитив және негатив жақтары ашылды. Қазіргі жастардың Интернетті қолдануының оң және теріс факторлары анықталды.

Түйінді сөздер: «интернетке-тәуелділік, интернет, қазіргі жастар, позитив, негатив, ақпараттық технологиялар, саулнама, өзекті мәселі.

Аннотация

В статье рассмотрены вопросы влияния интернета на современную молодежь, и в особенности затронуты вопросы влияния физического последствия компьютерной зависимости. Раскрыты положительные и отрицательные стороны влияния интернета на подрастающее поколение. Выявлены положительные и отрицательные факторы использования Интернета современной молодежью.

Ключевые слова: «интернет-зависимость, интернет, современная молодежь, позитив, негатив, информационные технологии, здоровье, актуальные проблемы.

Abstract

The article deals with the impact of the Internet on modern youth, and in particular the impact of the physical consequences of computer addiction. The positive and negative aspects of the influence of the Internet on the younger generation are revealed. The positive and negative factors of the use of the Internet by modern youth are revealed.

Keywords: «internet addiction, the Internet, modern youth, positive, negative, information technology, health, current problems.

Соңғы 20 жыл Қазақстан қоғамы үшін жағымсыз әлеуметтік қайта құрулар кезеңіне айналды. Елде қоғамның айтарлықтай материалдық бөлу, жұқпалы әлеуметтік тәуелді аурулардың күрт өсуі, химиялық және химиялық емес тәуелділіктер саны өсті, байланыс пен бұқаралық ақпарат құралдарының жаңа түрлері кең танымал болды. [1 б.2].

Ақпараттық технологиялардың қарқынды даму дәуірінде компьютер біздің өміріміздің ажырамас бөлігі ретінде қабылданады.

Қазіргі жастардың көпшілігі онсыз оқуды да, бос уақытты да елестете алмайды және бірнеше сағат бойы жарқыраған экранмен отырады. Бұл жақсы ма, жаман ба? Жас ұрпақты қазір көптеген сұрақтар мазалайды. Жастарды белсенді өмір салтын тастап, Интернетте сағаттап отыруға не мәжбүр етеді? Оларды желіге не қызықтырады, қандай сайттарға кіреді? [2 б.3].

Жасөспірімдер арасында интернетті шамадан тыс пайдаланудың бір себебі – олардың бос уақыттарын толтыру. Жасөспірімдердің үйде ата-анасымен бірге және компьютермен айналысатындығын қабылдай отырып, отбасылардың көпшілігі Интернетті дұрыс пайдаланбаған жағдайда оның теріс және жойқын әсері көптеген басқа ойын-сауықтарға қарағанда әлдеқайда көп екеніне назар аудармайды. Егер жасөспірімдер спортпен және сау ойын-сауықпен айналысатын болса, ақыл-ой мен моральдық өсуден басқа, олардың дені де сау болады. Сондай-ақ, олар компьютерде ұзақ отырудың салдарынан болатын семіздік пен буын ауруларынан сақталады.

Компьютерлік тәуелділіктің физикалық салдары.

1 Физикалық (соматикалық) бұзылыстардың қалыптасуы: көздің шаршауы, бас ауруы, бұлшықеттің ұзақ уақыт созылуымен, ұйқының бұзылуымен, тамақ ішудің бұзылуынан болатын асқазан-ішек жолдарының бұзылуымен байланысты қолдың жүйке діндерінің зақымдалуы. Компьютердің белсенді қолданушылары үшін арнайы шаршау белгілері пайда болады, компьютерді өшіргеннен кейін олар сарқылуды, тез шаршауды және тітіркенуді сезінеді. Компьютердің белсенді қолданушыларында тірек-қимыл аппараты аурулары компьютерде жұмыс жасамайтындарға қарағанда 3 есе, жүйке жүйесінің бұзылуы жүрек-қан тамырлары жүйесінің аурулары 2 есе жиі кездеседі.

2 Компьютерде ұзақ уақыт жұмыс істеу концентрацияны жоғарылатуды қажет етеді және бұл баланың әлі толық қалыптаспаған жүйке жүйесіне жүктеменің артуына әкеледі. Балалар мен жасөспірімдерде компьютерді шексіз қолданудың арқасында орталық жүйке жүйесі шамадан тыс жұмыс істейді, бұл визуалды өнімділіктің төмендеуімен көрінеді, нәтижесінде уақыт өте келе аккомодация спазмы пайда болады, бұл көбінесе миопия. Компьютерді жүйелі түрде қолдана отырып, қатты шаршау салдарынан орталық жүйке жүйесінің функционалдық күйінің нашарлауы нәтижесінде жасөспірім невроздары, конвульсиялық күйлер және депрессия қалыптасады.

Интернет желісінің оң және теріс әсері

Адамзаттың білімге деген ұмтылысы қолжетімді жолдарын ашуға мәжбүр етті. Қол жетімді, яғни –шағын. Кез келген кітапты қолға алып, ондағы білімнің құндылығына қарамастан, Интернетке қол жеткізе алатын компактты ноутбукты таңдайсыз. Ал мұндай кітаптардың ғаламдық желісінде ұқсас тақырыптарда, және басқа да авторлардың саны өте көп. *Бұл ғаламдық желінің бірінші артықшылығы.* Интернеттің *басқа артықшылық* – бұл көзқарастары мен ой-пікірлері бойынша жақын адамдардың кең ауқымымен шексіз қарым-қатынас көзі және т.б. болып табылады. Біздің ғасырда тұйық, керісінше, шектен тыс нығайтылған жастар саны өскен кезде – желі сапасы айтарлықтай маңызды. Сені түсінеді, қабыл алады, қиын сәтте бір емес, жүздеген мың сен сияқты ерекше адамдар қолдайды. Өмір сүру қызықты болып көрінеді. Мүмкін, интернеттің басқа да артықшылықтары бар, бірақ біз ең маңызды мәселелерді атадық. [3, б.34].

Зерттеушілер балалардың Интернет желісін қолдануының негатив салдарының бірі – бұл *сауаттылықты төмендету деп атайды.* Бүкіл әлемдегі психологтар, сондай-ақ көптеген ата-аналар балалар мен жасөспірімдердің интернетке-тәуелділік сияқты проблемаға тап болды. Зерттеушілердің болжамдары оптимизмнен беймәлім. Егер жақын болашақта елеулі шаралар қабылданбаса, интернетке тәуелді желіге миллиондаған балалар мен жасөспірімдер түседі.

Компьютерді және Интернетті пайдаланудың көптеген *теріс мәндерін атап өтуге болады.*

- компьютер монитордын алдында көп уақыт өткізген кезде көзге шамадан тыс салмақ түсуі әкеледі;
- интернетте көп уақыт өткізе отырып, назар аудару бұзылуда;
- ас қорыту, бас аурулары және т. б. мәселелері байқалады.

Кез келген интернет ресурсы кез келген адамның назарын өзіне аударатын жарқын графикалық жарнаманы көрсетеді. Нәтижесінде, назар бұған дейін неғұрлым шашыраңқы болады. Ең қауіпті салдардың бірі-бұл эмоционалдық байланыс пен шынайы өмірде жақын және достармен қарым-қатынастың шектеулілігі, бұл бірқатар психологиялық проблемаларға әкеледі.

Интернет оң мәнге ие:

- білім беру және интеллектуалдық дамуға ықпал етеді (интеллектуалды ойындар, интерактивті оқулықтар, ағылшын тілі сабақтары және т. б.) [4, б.56].

Интернет арқылы жастарға әсер етуі мүмкін екені белгілі.

Бұл проблеманың шынайы зерттеу негіздері, егер барлық тәрбие субъектілері бір бағытта бірлесіп жұмыс істесе.

Бұл мәселені терең зерттеулер көрсетті:

- барлық тәрбие субъектілері бір бағытта бірлесіп жұмыс істеуі тиіс;
- жастардың өзекті мәселелерді талқылау;
- белсенді көмек көрсету;
- олардың өміріне қызығушылық таныту

Интернеттің негатив әсерін болдырмауға болады. Бұл көптеген жастарға өз даралығын, өзіндік ерекшелігін ашуға, өзінің шығармашылық әлеуетін дамытуға және т.б. көмектеседі.

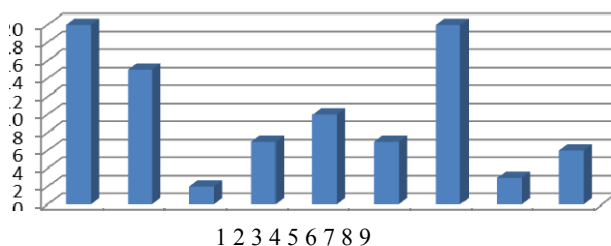
Осы зерттеудің желісін жалғастыра отырып, Интернеттің нақты түрлерін қарастырайық.

Интернет пайдаланушылар белсенділігінің әр түрлілігіне қарамастан, олар қызметтің жүзеге асыратын үш негізгі түрін атап көрсетуге болады: *танымдық, ойын түрінде және коммуникативтік.* [5, б.46].

Осы қызмет түрлеріне сәйкес жеке тұлғаның жаһандық өзгеруі (трансформациялау) келеді, олар соңғы уақытта зерттеушілердің назарын аударған.

Алғашқы әлеуметтанулық ақпаратты жинау әдісімен сауалнама алынды. Сұрақтар қарапайым және қолжетімді түрде жасалды. Сауалнама нәтижесінде жиналған материалды талдау негізінде, белгілі бір қорытынды жасауға, мүмкіндік берген жауаптар алынды.

Интернет дегеніміз не?

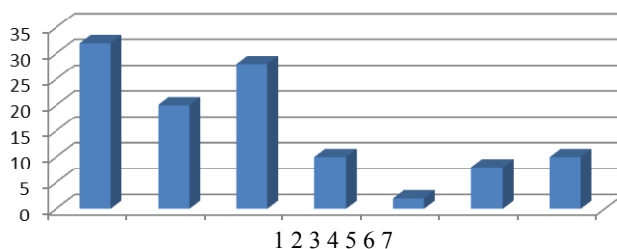


- 1- Қосымша
- 2- Байланыс құралы
- 3- Жауап бермеді
- 4- Дүниежүзілік желі
- 5- Іздеу жүйесі
- 6- Көпфункционалды желі
- 7- Оқуға көмек
- 8- Электронды энциклопедия
- 9- Вертуалды кеңістік

Сурет 1 – Сауалнама диаграммасы

Сұралғандардың негізгі бөлігі Интернет-бұл қазіргі қоғам коммуникациясының ажырамас бөлігі деп санайды, онда қосымша ақпарат табуға болады. Интернет электрондық энциклопедия деп санайды. Оқушылардың бір бөлігі достарымен қарым-қатынас жасау немесе ақпараттық сипаттағы тұрмыстық сұрақтарға жауап табу мүмкіндігін атап өтті. Дегенмен, алаңдатпайтын жауаптар бар, мысалы: шындықты алмастыратын виртуалды кеңістік.

Интернеттің қандай теріс жақтарын айта аласыз?



- 1 -Тәуелділік
- 2 – Көп уақыт алады
- 3 – Нақты өмірді сіңіру
- 4 – Көруді нашарлатады
- 5 – Вирустар
- 6 – Жарнама
- 7 – Жоқ

Сурет 2– Сауалнама диаграммасы

Негатив ақпарат өте көп деп айтуға болады, студенттер оларды көп " лас " ақпарат ретінде анықтайды (спамдар, жарнама және т.б.). Интернет көп уақыт алады, содан кейін сабаққа дайындау уақыт жетіспейді. Компьютердегі отыру – көруді бұзады және психикаға зиян келтіруі мүмкін.

Алайда, Интернет оқыту, демалу немесе достармен қарым – қатынас әдісі ғана емес, сонымен қатар – нақты әлем сияқты – **Желі де қауіпті болуы мүмкін** ұмытпаған жөн. [6, б.23].

Интернеттегі қауіпсіздік – қазіргі уақыттың өте маңызды мәселесі. Ол балаларға және зейнеткерлерге қатысты. Бұл интернет пайдаланушылардың жаппай кіруіне байланысты өзекті мәселе болып отыр.

Қорытынды

Менің ойымша, Интернеттің кері әсері қолданушының жеке басына тікелей пропорционалды. Зерттеу нәтижелері көрсеткендей, жастар Интернеттің мүмкіндіктерін бірінші кезекте ақпарат көзі ретінде жеткілікті түрде қабылдайды. Интернет-компьютердің жағымсыз жақтары адамның психикалық және физикалық денсаулығына кері әсерін тигізуі мүмкін. Сонымен, біз қорытынды жасай аламыз: Интернетке тәуелді адамда белгілі бір мінез ерекшеліктері болуы керек, атап айтқанда, әлсіз ерік-жігер, қоғамдық пікірден қорқу, мақұлдау тілегі, сынға және жақтырмауға деген сезімталдығы жоғарылауы керек. Интернетке тәуелділіктің алдын алу бойынша көптеген әдеби дерек көздеріне негізделген практикалық ұсыныстар: интернетте өткізуге болатын уақытқа шектеу қойыңыз, бағдарламалық түрде Интернеттің белгілі бір ресурстарына кіруді бұғаттаңыз, Интернетте жұмыс істеудің орнына өзіңізді спортпен шұғылдану мәжбүрленізі.

Әдебиеттер тізімі:

1. Компьютерная зависимость у подростков [Электронный ресурс]. – 2016. – Режим доступа: <http://psihomed.com/kompyuternayazavisimost-u-podrostkov> (дата обращения: 4.01.2021).

2. Боташева М.М. Влияние компьютера на состояние центральной нервной системы [Электронный ресурс] / М. М. Боташева. – 2016. – Режим доступа: superinf.ru (дата обращения: 12.12.20).
3. Браун С. “Мозаика” и “Дүниежүзілік паутина ” – М.: Мир: Малип: СК Пресс, 1996. – 167 б.
4. Гилстер П. Жаңа навигатор – Киев: Диалектика, 1996. – 495 б.
5. Марченкова Н.Г. Оқушылардың компьютерлік тәуелділіктің алдын алудың әлеуметтік-педагогикалық аспектілері: оқулық кең ауқымды зерттеуге арналған құрал және тәжірибе Баспа «Принт-сервис», 2009. – 54 б.
6. Колесников О.Э. Искер адамға арналған Интернет – М.: МЦФ. Баспа фирма “Яуза”, 2007.

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ЦИФРОВОГО НАПРАВЛЕНИЯ В ОБЛАСТИ КРАЕВЕДЕНИЯ В ШКОЛЕ ЧЕРЕЗ ПОГРУЖЕНИЕ В ИЗУЧЕНИЕ НАСЛЕДИЯ ИБРАЯ АЛТЫНСАРИНА

Титова Татьяна Витальевна,
педагог-мастер,
КГУ "Общеобразовательная школа № 17
отдела образования города Рудного», г.Рудный

Аннотация

Мақаланың өзектілігі-өскелең ұрпақтың патриоттық сезімін арттыру қажет, атап айтқанда, Бүкіләлемдік Интернет желісі арқылы аудиогид Ыбырай Алтынсариннің есімін дәріптеу үшін үлкен мүмкіндіктерге ие.

Мақсаты: "Ыбырай Алтынсарин. Білім алушылар үшін" өлместіктің бастауы " оқулықтан тыс зерттеу құзыреттіліктерінің тәрбиелік контентін күшейтуге мүмкіндік береді.

Түйінді сөздер: өлкетану зерттеулері, Ыбырай Алтынсарин, аудиогид.

Аннотация

Актуальность статьи в том, что необходимо повышать чувство патриотизма подрастающего поколения и в частности аудиогид через всемирную сеть INTERNET имеет большие возможности для популяризации имя Ибрая Алтынсарина.

Цель. Обосновать необходимость разработки аудиогuida «Ибрай Алтынсарин. Истоки бессмертия» для обучающихся, что позволит усилить воспитательный контент внеучебных исследовательских компетенций.

Ключевые слова: краеведческие исследования, Ибрай Алтынсарин, аудиогид.

Abstract

The relevance of the article is that it is necessary to increase the sense of patriotism of the younger generation and, in particular, the audio guide through the world Wide Web has great opportunities to popularize the name of Ibray Altynsarin

Goal. To justify the need to develop an audio guide " Ibray Altynsarin. The Origins of Immortality" for students, which will strengthen the educational content of extracurricular research competencies.

Keywords: local history studies, IbrayAltynsarin, audio guide.

*«Кто не помнит своих предков, тот человек без Родины»
Казахская народная пословица*

Знание истории своей страны, своего края насущная необходимость и гражданский долг каждого цивилизованного человека. Это своего рода «сохранение собственного национального культурно-генетического кода нации» [1].

Нурсултан Абишевич Назарбаев в своей статье «Взгляд в будущее: модернизация общественного сознания» сделал особый акцент на развитии краеведения «Патриотизм начинается с любви к своей земле, к своему аулу, городу, региону, с любви к малой родине. Соответственно любовь к малой родине легко переходит в более широкую установку – любовь к государству». Ель-басы заострил внимание на важности органи-