



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ  
ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

А.БАЙТҰРСЫНОВ АТЫНДАҒЫ  
ҚОСТАНАЙ Өңірлік университеті



ҚОСТАНАЙ ОБЛЫСЫ ӘКІМДІГІ МӘДЕНИЕТ БАСҚАРМАСЫНЫҢ "ЫБЫРАЙ АЛТЫНСАРИННИҢ ҚОСТАНАЙ ОБЛЫСТЫҚ  
МЕМОРИАЛДЫҚ МҰРАЖАЙЫ" КОММУНАЛДЫҚ МЕМЛЕКЕТТІК МЕКЕМЕСІ

КОММУНАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КОСТАНАЙСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕМОРИАЛЬНЫЙ  
МУЗЕЙ ИБРАЯ АЛТЫНСАРИНА" УПРАВЛЕНИЯ КУЛЬТУРЫ АКИМАТА КОСТАНАЙСКОЙ ОБЛАСТИ

## АЛТЫНСАРИН ОҚУЛАРЫ

«ИННОВАЦИЯ, БІЛІМ, ТӘЖІРИБЕ-БІЛІМ  
БЕРУ ЖОЛЫНЫҢ ВЕКТОРЛАРЫ»  
ХАЛЫҚАРАЛЫҚ  
ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ  
КОНФЕРЕНЦИЯСЫ

## МАТЕРИАЛДАРЫ

І КІТАП

## АЛТЫНСАРИНСКИЕ ЧТЕНИЯ

## МАТЕРИАЛЫ

МЕЖДУНАРОДНОЙ  
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ  
КОНФЕРЕНЦИИ  
«ИННОВАЦИИ, ЗНАНИЯ,  
ОПЫТ – ВЕКТОРЫ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРЕКОВ»

І КНИГА



Қостанай, 2023

УДК 37.02  
ББК 74.00  
И 63

## РЕДАКЦИЯ АЛҚАСЫ/ РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

**Куанышбаев Сеитбек Бекенович**, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің Басқарма Төрағасы-Ректоры, география ғылымдарының докторы, Қазақстан Педагогикалық Ғылымдар Академиясының мүшесі;

**Жарлыгасов Женис Бахытбекович**, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің Зерттеулер, инновация және цифрландыру жөніндегі проректоры, ауыл шаруашылығы ғылымдарының кандидаты, қауымдастырылған профессор;

**Скударева Галина Николаевна**, педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, Мәскеу облысындағы МОУ «Мемлекеттік гуманитарлық-технологиялық университеті» ректорының м.а.; Ресей Федерациясының жалпы білім беру ісінің құрметті қызметкері, Ресей;

**Бережнова Елена Викторовна**, педагогика ғылымдарының докторы, профессор Мәскеу халықаралық мемлекеттік қатынастар институты, Ресей;

**Ибраева Айман Елемановна**, «Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы» ММ жетекшісі;

**Онищенко Елена Анатольевна**, «Педагогикалық шеберлік орталығы» жекеменшік мекемесінің Қостанай қаласындағы филиалының директоры;

**Демисенова Шнар Сапаровна**, педагогика ғылымдарының кандидаты, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің педагогика және психология кафедрасының меңгерушісі;

**Утегенова Бибикуль Мазановна**, педагогика ғылымдарының кандидаты, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің педагогика және психология кафедрасының профессоры;

**Смаглий Татьяна Ивановна**, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің, педагогика ғылымдарының кандидаты; педагогика және психология кафедрасының қауым.профессоры;

**Жетписбаева Айсылу Айратовна**, А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университетінің Ы.Алтынсарин атындағы әдістемелік кабинетінің меңгерушісі.

«Инновация, білім, тәжірибе-білім беру жолының векторлары»: 2023 жылдың 17 ақпандағы Халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары. I Кітап. – Қостанай: И 63 А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті, 2023. – 1081 б. = «Инновации, знания, опыт – векторы образовательных треков»: Материалы международной научно-практической конференции, 17 февраля 2023 года. I Книга. – Костанай: Костанайский региональный университет имени А.Байтұрсынова, 2023. – 1081 с.

ISBN 978-601-356-244-5

Жинаққа «Инновация, білім, тәжірибе-білім беру жолының векторлары» атты Алтынсарин оқулары халықаралық ғылыми-практикалық конференция материалдары енгізілген.

Талқыланатын мәселелердің алуан түрлілігі мен кеңдігі мақала авторларына заманауи білім беруді жаңғырту мен дамытудың, осы үдерісте қазақ ағартушыларының педагогикалық мұрасын пайдаланудың жолдарын, мұғалімдерді даярлаудың тиімді технологиялары мен форматтарын әзірлеу мен енгізу мәселелерін, ақпараттық қоғамдағы білім беру кеңістігінің ерекшеліктерін айқындауға, сондай-ақ педагогтердің инновациялық қызметінің тәжірибесін жинақтауға, педагогикалық үдеріс субъектілерін психологиялық-педагогикалық қолдауға мүмкіндік берді.

Бұл жинақтың материалдары ғалымдарға, жоғары оқу орындары мен колледж оқытушыларына, мектеп мұғалімдері мен мектепке дейінгі тәрбиешілерге, педагог-психологтарға, магистранттар мен студенттерге қызықты болуы мүмкін.

В сборнике содержатся материалы Международной научно-практической конференции Алтынсаринские чтения «Инновации, знания, опыт – векторы образовательных треков». Многообразие и широта обсуждаемых проблем позволили авторам статей определить векторы модернизации и развития современного образования, использования в данном процессе педагогического наследия казахских просветителей, вопросов разработки и внедрения эффективных технологий и форматов подготовки учителей, специфики образовательного пространства в информационном обществе, а также обобщения опыта инновационной деятельности педагогов, психолого-педагогической поддержки субъектов педагогического процесса.

Материалы данного сборника могут быть интересны ученым, преподавателям вузов и колледжей, учителям школ и воспитателям дошкольных учреждений, педагогам-психологам, магистрантам и студентам.

ISBN 978-601-356-244-5



9 786013 562445

УДК 37.02  
ББК 74.00

© А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті, 2023  
© Костанайский региональный университет имени А.Байтұрсынова, 2023

**Список литературы:**

1. Margaret Allan. *Teaching English with Video*. London, Harlow: Longman, 1985. 118 с. [Электронный ресурс]. URL: [https://rusneb.ru/catalog/000200\\_000018\\_RU\\_NLR\\_INFOCOMM\\_196\\_5000016622/](https://rusneb.ru/catalog/000200_000018_RU_NLR_INFOCOMM_196_5000016622/)
3. Jack Longeran. *Video in Language Teaching*. Cambridge: Cambridge University Press, 1984. 148 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://archive.org/details/videoinlanguaget00lone>
4. Lynn Cameron. *Teaching English to young learners*. Cambridge: Cambridge University Press, 2001. 272 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.amazon.com/Teaching-Languages-Learners-Cambridge-Language/dp/0521774349>
5. Sarah Phillips. *Young Learners*. Oxford: Oxford University Press, 2003. 175 с. [Электронный ресурс]. URL: [https://books.google.ru/books?id=2BHx2xHj\\_mAC&pg=PP3&hl=ru&source=gbs\\_selected\\_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false](https://books.google.ru/books?id=2BHx2xHj_mAC&pg=PP3&hl=ru&source=gbs_selected_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false)
6. Susan Stempleski, Barry Tomalin. *Young Learners*. Upper Saddle River: Prentice Hall, 1990. 173 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://sciarium.com/file/76272/>
7. Susan Stempleski, Arcario Paul. *Video in Second Language Teaching and Learning* TESOL Inc. Washington D.C.: Alexandria, 1992. 182 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://catalogue.nla.gov.au/Record/5587634>

ОӘЖ 621.31:378.1

**ЗАМАНАУИ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫҢ СТУДЕНТ АҒЗАСЫНА ТЕРІС ӘСЕРІ**

*Темирханов Батырбек Сабитбекович*  
*дене шынықтыру және спорт теориясы мен*  
*практикасы кафедрасының аға оқытушы*  
*А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті*  
*Темирханова Хадиша Запиевна,*  
*электрэнергетика кафедрасының аға оқытушы, т.ғ.м.*  
*А.Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті*  
*Сабитбек Олжас Батырбекулы*  
*энергетика және машина жасау кафедрасының т.ғ.м.*  
*М.Дулатов атындағы Қостанай Инженерлік-Экономикалық университеті*  
*Қостанай қаласы, Қазақстан*  
*E-mail: Bat\_64@mail.ru*

**Аннотация**

Бұл жұмыстың мақсаты—соңғы кездері компьютерде ұзақ уақыт жұмыс істеу нәтижесінде пайда болатын студенттердің денсаулығына қатысты ең көп таралған мәселелерді қарастыру, сонымен қатар компьютерлік технологияның студенттердің физикалық белсенділікке дайындығының жалпы жағдайына әсерін бақылау. Өзектілігі: көптеген адамдар үшін компьютер өмір салтының қажетті бөлігіне айналды, бірақ сонымен бірге компьютер көптеген аурулардың кезі болды. Қазіргі жастардың әлеуметтік желілерге тәуелділігі—қазіргі қоғамның ең проблемаларының бірі.

**Түйінді сөздер:** компьютер, әлеуметтік желі, денсаулық, студенттер.

**Аннотация**

Целью данной работы заключается в том, чтобы рассмотреть наиболее распространенные в последнее время, проблемы со здоровьем у студентов, возникающие в результате длительной работы за компьютером, а также проследить влияние компьютерной технологии на общее состояние подготовленности студентов к физическим нагрузкам. Актуальность: для многих людей компьютер стал необходимой частью образа жизни, но в тоже время, компьютер стал источником многих заболеваний. Зависимость современной молодежи от социальных сетей – одна из самых проблем современного общества.

**Ключевые слова:** компьютер, социальная сеть, здоровье, студенты.

**Abstract**

The purpose of this work is to consider the most common health problems of students in recent years that arise as a result of prolonged work at the computer, as well as to trace the influence of computer technology on the general state of students' fitness for physical exertion. Relevance: for many people, the computer has become a necessary part of the lifestyle, but at the same time, the computer has become a source of many diseases. The dependence of modern youth on social networks is one of the most serious problems of modern society.

**Key words:** computer, social network, health, students

Жастар ортасында салауатты өмір салтын қалыптастыру – қазіргі қоғамның өмір салтының көптеген компоненттерін қамтитын және жастар өмірінің негізгі салалары мен бағыттарын қамтитын күрделі жүйелік процесс. Жастардың салауатты өмір салтын ұстануға бағдарлануы көптеген жағдайларға байланысты. Бұл жастардың саналы белсенділігін дәл осы өмір салтына бағыттайтын



өмірдің негізгі салаларында салауатты өмір салтын жүргізуге, жүзеге асыруға мүмкіндік беретін әлеуметтік, әлеуметтік-экономикалық жағдайлар.

Бұл мақалада компьютердің адам ағзасына әсер етуінің негізгі зиянды факторлары, сондай-ақ компьютерде қауіпсіз жұмыс жағдайларын ұйымдастыру шаралары қарастырылады. Тек ұзақ мерзімді жұмыс адам денсаулығына айтарлықтай әсер етуі мүмкін. Компьютерде ұзақ жұмыс істеудің негізгі аспектілерін қарастырымыз.

Студенттерде салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемасының өзектілігі, ең алдымен, жас ұрпақтың физикалық және рухани дамуының маңызды жағдайына байланысты. Денсаулықтың бұзылуының себептері қоршаған орта факторлары (қолайсыз экологиялық факторлар) және мінез-құлқ негізі бар қауіп факторлары болып табылады: темекі шегу, алкогольді, басқа да улы және психоактивті заттарды қолдану, дене шынықтырумен тұрақты айналысуға қызығушылықтың болмауы, жеке гигиена ережелерін сақтамау және т.б.

XX ғасырдың аяғында пайда болған ғылыми-техникалық прогресс компьютер мен компьютерлік технологиялар сияқты заманауи ғажайыптың пайда болуына себеп болды.

Біздің өмірімізді компьютерлендіру өзгермейтін фактіге айналды және өзімен бірге көптеген проблемалар әкелді. Жеке компьютерде жұмыс істеудің адам денсаулығына әсері көбінесе жұмыс орнының ұйымдастырылуына, пайдаланушының жасына, көру жағдайына, монитормен жұмыс қарқын-дылығына байланысты екені белгілі. Компьютерлік жүктемелердің кезінде шаршау, ең алдымен, көру органының жұмысындағы бұзылулары. «Компьютерлік синдромға» тән: көздің шаршауы, көз аймағын-дағы ауырсыну, көздегі құм сезімі, көз тамшы және т.б.

Компьютерді қарқынды пайдалану статикалық жүктемелердің артуына ықпал етеді, бұл омыртқаның қисаюы, остеохондроз сияқты тірек-қимыл жүйесі ауруларының дамуы немесе олардың көбеюінің себептері болып табылады [1, б. 10]. Компьютерде ұзақ жұмыс істеу кезінде қолдың айтарлықтай статикалық және динамикалық тығыздығы пайда болады. Бір қалыпты қозғалыстар және қолдың бір позицияда ұзақ тұруы қол бұлшықеттерінің тұрақты шаршауына, қан айналымының бұзылуына, жүйке өткізгіштігінің нашарлауына әкеледі.

Компьютерде ұзақ уақыт болуы гиподинамияға әкеледі және кейбір мәліметтер бойынша аштық сезімін күшейтеді, нәтижесінде дене салмағының жоғарылауына әкеледі [2, с. 18]. Қазіргі өмірді музыкасыз елестету мүмкін емес. Бұл үшін жастар кез-келген жерде, соның ішінде компьютерде жұмыс істегенде де музыка тыңдауға мүмкіндік беретін құлаққаптарды жиі пайдаланады. Алайда, ғылыми-медициналық зерттеулер құлаққаптардың есту мүшелеріне кері әсерін көрсетеді. Құлақ-қаптар тыңдаушыны сыртқы шудан оқшауламайды, сондықтан ол музыкалық ойнатқыштың дыбыс деңгейін жоғарылатады. 90 дБ шегінен асатын дыбыстар ішкі құлақтағы жасушалардың зақымдалуына және есту қабілетінің біртіндеп төмендеуіне әкеледі [2, б. 20].

Ақпараттық технологиялар мен техникалық прогрестің дамуының қазіргі жағдайында адамның физикалық, атап айтқанда моторлық белсенділігінің күрт төмендеуі байқалады. Мұндай теріс үрдіс жас ұрпақтың денсаулығы үшін ең қауіпті, оның ішінде студенттерде бар. Бүгінгі таңда білім алу 15 жыл бұрын байқалған қажет етпейтінін байқауға болады, ақпарат алу үшін кітапханаларға, ғылыми орталықтарға бару қажеттілігі жоқ. [3, б. 2].

Студенттерін компьютерлік технологияны пайдалану бойынша кейбір зерттелген сандарды келтірейік. Зерттеу және бақылау процесінде барлық студенттер КЖ компьютерлік жүктемесін пайдалану деңгейіне байланысты 3 топқа бөлінді: 1-топ – төмен деңгеймен (күніне 2 сағаттан аспай-ды), 2-топ – орташа деңгеймен (күніне 3–4 сағат), 3-топ – жоғары деңгейі (күніне 5 сағаттан артық). 1) КЖ деңгейі төмен – 51 (27,4%), 2) орташа – 68 (36,6%) және 3) жоғары – 67 (36,0%).

Біздің сауалнамамыздың бір сұрағы: «Компьютердегі жұмысты тағы немен сүйемелдейсіз?». Компьютерде өте жиі тамақ ішетіні белгілі болды (чиптер, тұқымдар және т.б.) [4, б. 2].

КЖ деңгейі төмен студенттер арасында компьютерде жұмыс істеген кезде құлаққап арқылы ешқашан музыка тыңдамайтын (35,3%) немесе оны кейде ғана (31,4%) жасайтын адамдардың үлесі көбірек болды. Құлаққап арқылы музыканы жиі тыңдау 3-ші топ студенттеріне тән болды (19,4%) және өте жиі тыңдауды осы топ студенттерінің 44,8% атап өтті.

Біз пайдаланған сауалнама әртүрлі ұзақтықтағы КЖ-де жұмыс істеу нәтижесінде пайдалану-шыларда болатын ыңғайсыз жағдайлар туралы ақпарат алуға мүмкіндік берді. Сонымен, компьютерде жұмыс істеген кезде шаршау мен көздің тітіркену сезімін 1-ші топтағы сауалнамаға қатысқандардың 49%-ы ешқашан сезінбеді, 2-ші және 3-ші топтағы мұндай студенттердің саны айтарлықтай аз болды (26,9 және 25,4%,). [4, б. 3].

Барлық топтарда әрбір үшінші студент компьютерде жұмыс істеген кезде көру өткірлігінің төмендегенін анықталды. 3-ші топ студенттерінің жартысы кейде бұлшықет пен буын аймағында ауырсыну сезімін бастан кешірді, қалған екі топта мұндай студенттер аз болды. Жиі ауырсыну 2-ші және 3-ші топтағы студенттердің 7,6% – байқалды, ал өте жиі ауырсыну тек 3-ші топтағы студент-терге тән болды.

Компьютерде жұмыс істеген кезде білек аймағында ауырсыну пайда болуы сауалнамаға қатысқандардың 1/4-тен 1/5-ке дейін болды. Мойын мен иық аймағындағы ауырсыну пайда болуы

зерттелген 2–ші топтың жартысына дейін байқалды, ал бұл локализацияның жиі және өте жиі ауыруы 3–ші топтың студенттеріне жиі тән болды (сәйкесінше 16,4 және 6%). Қолдардағы ұйқышылдықтың жиі эпизодтары тек 3–топ студенттерінде тіркелді (7,5%). Компьютерде жұмыс істеу кезінде омыртқаның ауыруы пайда болуы студенттердің 22,7–ден 28,6% – на дейін байқалды, мұндай ауырсынудың жиілігі КЖ деңгейіне байланысты. Сонымен қатар, арқадағы ауырсынудың жиі және өте жиі эпизодтары (омыртқаның әртүрлі бөліктерінде) 3–ші топтағы студенттерге тән болды компьютерде жұмыс істеу кезінде мазасыздық пен нервоздық 1–ші және 15,1% – 2–ші топтағы студенттердің 16,3% байқалды, Мазасыздық пен нервоздықтың жиі және өте жиі белгілері бар студенттер КЖ деңгейі жоғары топта 2 есе көп болды. [5, б. 2].

«Компьютерді не үшін пайдаланасыз?» келесі жауаптар алынды: ойындар үшін – 41,7%, әлеуметтік желідегі байланыс үшін – 20%, баяндамалар, рефераттар жазу үшін – 20%, мультимедиа жұмысы үшін – 18,3%. Көптеген студенттер ұзақ уақыт жұмыс істеген кезде ақпараттың жоғалуына байланысты стресс жағдайы байқалған.

Дұрыс ұйымдастырылған жұмыс орны, жұмыс кезінде дұрыс қалып компьютердің оқушылардың денсаулығына зиянды әсерін азайтуға мүмкіндік береді. Үйдегі оқушылардың көпшілігі жұмыс орнына аз көңіл бөледі. Орындықтың биіктігін және артқы жағын реттеп, роликтерде қозғалғаныңыз жөн. [6, б. 17]. Орындық сәл алға қарай қисайып, омыртқадан жамбас пен аяққа қысымды біршама көтереді Орындықтың шеті сәл бүгілген – бұл жамбастағы қысымды азайтады. Орындықтатты болуы керек.

Компьютерде адам босаңсыған күйде отырады, бірақ бұл денеге мәжбүр және жағымсыз: мойын, бас бұлшықеттері, қолдар мен иықтар, демек, бас ауруы, сонымен қатар омыртқаға шамадан тыс жүктеме, балаларда – омыртқаның қисаюуы (сколиоз), ересектерде – остеохондроз (омыртқа аралық дискілердің бұзылуы) [7, б. 5]. Пайдалы кеңестер: сіз отырған позаны қадағалаңыз, бірнеше қарапайым жаттығулар жасаңыз, спортпен шұғылданыңыз [8, б. 5]. Осылайша, компьютерде ұзақ уақыт жұмыс істейтін адам жүрек – қан тамырлары ауруларының, көздің, моториканың, асқазан–ішек жолдарының, психикалық бұзылулардың нақты қаупіне ұшырайды. Сонымен, дұрыс тамақтану режимін, күн мен демалыс режимін, компьютерде жұмыс істеудің санитарлық–гигиеналық ережелерін сақтау керек, әйтпесе жас ұрпақтың денсаулығына қауіп төнуі мүмкін.

Қызықты факт энергия шығындарының қажетті көлемін талдау және анықтау. Осылайша, дене шынықтыру–спорттық қозғалыстың тиімді моделін құруға бағытталған «Өмір үшін денсаулық» (АҚШ) шетелдік бағдарламасы аясында ағзаның өмір сүруіне қажетті тәуліктік энергия шығынының ең аз мөлшері 14 МДж болып саналатыны анықталды, бұл 3400 ккал (студенттер үшін) сәйкес келеді. Бұл ретте бұлшықет аппаратын іске қосу және белсенділігін сақтау үшін 9 МДж (1350 ккал) қажет [9, б. 9]. Сондықтан қозғалыс жеткіліксіздігімен жеке жүйелердің (тыныс алу, бұлшықет, сүйек) жұмысында сәйкессіздік немесе олардың атрофиясы пайда болады. Әрине, бұл аспектілер біріктіріліп, барлық жерде студенттердің жас денесінің денсаулығының нашарлауының басты себептерінің біріне айтаға болмайды. Бұл жағдайдың шешімі спортпен шұғылдандыру және, ең болмағанда, дене шынықтыру сабақтарын енгізу мен қатысуда көрсетеді. Алайда, бұл «медаль жақтарының» бірі ғана. Кәдімгі топтарда дене шынықтырумен айналысуға қарсы көрсетілімдердің негізіне айналатын жастардың денсаулық жағдайындағы мұндай өзгерістер жиі байқалады. Осыған байланысты белгілі бір жаттығуларды орындауға мәжбүрлеу адамның жағдайына теріс әсер етуі мүмкін

Кейде компьютерде жұмыс істеу кезінде пайда болатын шаршау сезімі барлық топтардағы студенттердің жартысында байқалды. «Сіз компьютерде жұмыс істеудің жағымсыз салдарын болдырмайтын профилактикалық әдістерді білесіз бе?» студенттер тек 52–ге пайызы оң жауап берді.

Соңғы кездері қазіргі заманғы ақпараттық технологиялар құралдарының бірі ретінде компьютердің пайдаланушының денесіне зиянды әсері туралы жиі естуге тура келеді. Компьютерлік технологияны пайдаланушының қауіпсіздік дәрежесі жылдан жылға қатайып келе жатқан көптеген халықаралық стандарттармен реттеледі.

Ғалымдардың соңғы зерттеулері көрсеткендей, компьютерлік техниканың өзі адам ағзасына теріс әсер етудің бірден–бір факторы емес, оның дұрыс орналаспауы, еңбек пен демалысқа қатысты қарапайым гигиеналық нормаларды сақтамау. Компьютердің адам денсаулығына әсері мәселесін зерттей отырып, заманауи ақпараттық технологиялардың құралдары, әрине, пайдаланушының денесіне әсер ететіні және компьютермен «байланыс» жұмыс уақытын қатаң реттеуді және осындай әсерді азайту және алдын–алу үшін санитарлық–гигиеналық шараларды әзірлеуді қажет ететіні белгілі болады. Бәрі қалыпты жағдайда компьютер жақсы екенін есте ұстаған жөн, дегенмен компьютер пайдалы нәрсе, бірақ компьютердің зияны пайдадан да көп болуы мүмкін, сондықтан оны өзіңізге зиян келтірмеңіз және сіздің денсаулығыңыз бәрібір маңызды екенін ұмытпаңыз.

#### **Әдебиеттер тізімі:**

1. Бороздун С.В., Паничева Е.С., Боброва Е.И., Кузнецов В.С., Эверт Л.С., Артюхова Т.Ю. Современное направление в исследовании этиопатогенеза идиопатического сколиоза у детей. Якутский медицинский журнал. 2011. 3: 10–4 с.

2. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М., Степанова М.И., Текшева Л.М. Медико–профилактические основы безопасности использования информационно–коммуникационных технологий в образовательных учреждениях. Вестник РАМН. 2011; 6: 18–21 с.
3. Юрьева Л.Н., Ботьбот Т.Ю. «Компьютерная зависимость». Монография Днепропетровск, 2006. 196 с.
4. www.comp–doctor.ru разделы раздел «Компьютер и здоровье», «Рабочее место». (дата обращения: 12.01.2023)
5. www.readbox.ru 1094.html, раздел «Компьютер и здоровье». (дата обращения: 12.10.2023)
6. Сеницкий М.Г. Заболевания и повреждения позвоночника у детей / М.Г.Сеницкий, В.И.Дудин. Л.: [б.:и], 1981. 80 с.
7. Вышинская Л.Г. Сколиоз – угроза жизни подростка / Л.Г.Вышинская // Вечерние вести. 2003. № 188 (1088). 8 с.
8. Гунн Г.Е. Компьютер: как сохранить здоровье: рекомендации для детей и взрослых / Г.Е.Гунн. М.: Олма–Пресс, 2003. 20 с.
9. Рысаева Д.И. Физическая культура глазами студента / Д.И.Рысаева, Ж.А.Бактыбаева, Тлек Махмутулы Темиргали. Текст : непосредственный // Молодой ученый. 2018. №21 (207). 500–502 с. URL: <https://moluch.ru/archive/207/50694/> (дата обращения: 20.01.2023)

УДК 373.1: 004.9

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ЭЛЕКТРОННОГО ПОРТФОЛИО КАК ФОРМЫ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ**

*Третьякова Ольга Владимировна*  
*магистр педагогического образования*  
*E–mail: Tretyakova.olga89@yandex.kz*  
*Молдабаева Алия Утегеновна*  
*E–mail: aliamoldabaeva179@gmail.com*  
*педагоги Костанайского педагогического колледжа*  
*г. Костанай, Казахстан*

### **Аңдатпа**

*Бұл мақала электрондық портфолионың мүмкіндіктерін көпфункционалды оқыту және бағалау құралы ретінде қарастырады. Ескі бағалау жүйелері қазіргі уақытта бүкіл әлемде қажет болатын маңызды мінез–құлық дағдылары мен негізгі құзыреттіліктерді дамытудың шектеулеріне айналууда. Осыған байланысты студенттердің әлеуетін бағалаудың үздік технологияларын іздеу өзекті болып табылады. Студенттерді бағалаудың ең жаңа және сұранысқа ие технологиясы–оның нәтижелерін жаза отырып, оқу процесін тиімді жоспарлауға және бағалауға мүмкіндік беретін электрондық портфолио технологиясы.*

**Түйінді сөздер:** электрондық портфолио, технология, білім, құзыреттілік, бағалау, құрылым.

### **Аннотация**

*Данная статья рассматривает возможности электронного портфолио как многофункционального средства обучения и оценивания. Старые системы оценивания становятся ограничением для развития важнейших поведенческих навыков и ключевых компетенций, которые сейчас нужны во всём мире. В связи с этим, актуальна задача поиска лучших технологий оценивания потенциала студентов. Самой новой и востребованной технологией оценивания студентов является технология электронного портфолио, которая позволяет эффективно планировать и оценивать процесс обучения, при этом, фиксируя его результаты.*

**Ключевые слова:** электронное портфолио, технология, образования, компетентность, оценка, структура.

### **Abstract**

*This article examines the possibilities of an electronic portfolio as a multifunctional learning and assessment tool. The old assessment systems are becoming a constraint for the development of the most important behavioral skills and key competencies that are now needed all over the world. In this regard, the task of finding the best technologies for assessing the potential of students is urgent. The newest and most popular technology for evaluating students is the technology of electronic portfolio, which allows you to effectively plan and evaluate the learning process, while recording its results.*

**Key words:** electronic port portfolio, technology, education, competence, assessment, structure.

«Портфолио» – слово было известно ещё в эпоху Ренессанса. Им называли альбом с фотографиями. В педагогику этот термин пришёл из политики и бизнеса.

Д.Майер считает, что «портфолио» – это целенаправленная коллекция работ учащегося, кото–рая демонстрирует его усилия, прогресс, достижения в одной или более областях. Коллекция