

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ



Студенттер мен жас ғалымдардың
«ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ БІЛІМ - 2016» атты
XI Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XI Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ - 2016»

PROCEEDINGS
of the XI International Scientific Conference
for students and young scholars
«SCIENCE AND EDUCATION - 2016»

2016 жыл 14 сәуір
Астана

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ**

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«Ғылым және білім - 2016»
атты XI Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XI Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«Наука и образование - 2016»**

**PROCEEDINGS
of the XI International Scientific Conference
for students and young scholars
«Science and education - 2016»**

2016 жыл 14 сәуір

Астана

ӘӨЖ 001:37(063)

КБЖ 72:74

Ғ 96

Ғ96 «Ғылым және білім – 2016» атты студенттер мен жас ғалымдардың XI Халық. ғыл. конф. = XI Межд. науч. конф. студентов и молодых ученых «Наука и образование - 2016» = The XI International Scientific Conference for students and young scholars «Science and education - 2016» . – Астана: <http://www.enu.kz/ru/nauka/nauka-i-obrazovanie/>, 2016. – б. (қазақша, орысша, ағылшынша).

ISBN 978-9965-31-764-4

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

ӘӨЖ 001:37(063)

КБЖ 72:74

ISBN 978-9965-31-764-4

©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2016

деңгейдегі конференцияларда талқыланып келеді. Қазіргі таңда ЖОО психологиялық қызметін қалыптасу сатысында деп айтуға болады. Бірақ, әлі де көптеген мәселелер бар: яғни оның дамуына әсер ететін құқықтық, ұйымдастырушылық, әдістемелік және қолданбалы мәселелер. ЖОО психологиялық қызметінің дамуын тежейтін бірнеше факторларды да атап өтуге болады: концептуалды (ЖОО-дағы психологиялық жұмыстың қағидалары, мазмұны мен әдістері туралы нақты теориялық көріністер жоқ); құқықтық (ЖОО-ның ПҚ жұмысын реттейтін нормативтік-құқықтық базаның жоқтығы); экономикалық (қаржыландыру-мен байланысқан мәселелер, әлсіз материалдық-техникалық база); психологиялық (қазіргі заманғы жоғары білімнің міндеттерін шешуде психологиялық қызмет роліне нақты баға бермеу).

ЖОО психологиялық қызметі көбінесе қызметтің қалай ұйымдастырылғанына, ЖОО әкімшілігімен, студенттермен, педагогикалық ұжыммен, ата-аналармен, басқа да бөлімдермен және қызметтермен өзара байланысу жүйесінің дұрыс құрылғанына, психологиялық қызмет мамандарының қызметі мен құзыреттілігі қаншалықты білім беру ортасының қажеттіліктеріне сәйкес құрылғандығына, қаншалықты психологтар осы қызметті басқаратынына және оны практикалық сұраныс пен мәселелерге айналдыруына, оның шешу жолдарын табуына, қолдағы ресурстарды белсенді пайдалана білуіне байланысты.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Айкинбаева Г.К. Жоғары мектеп психологиясы. –Астана, 2015. -284б.
2. Битянова, М. Модели деятельности психолога в образовательном учреждении / М: Битянова, Т. Беглова- (Электронный ресурс // Школьный психолог. -2010. -№ 2.
3. Битянова, М. Р. Организация- психологической работы в школе. - М: Совершенство; 2014. 298 с.
4. Ерментаева А.Р. Жоғары мектеп психологиясы. –Алматы, 2012. – 492 б.
5. Забродин, Ю. М. Проблемы разработки практической психологии (о научных основах психологической службы). // Психологический журнал. - 1988. - Т. 1, № 2. -С. 5-18.
6. Пиковский Ю.Б., Латинская М.В. Практический опыт создания и функционирования психологической службы вуза: Психология: итоги и перспективы. –СПб., 1996. -134с.

УДК 378.172

ПРИВЛЕЧЕНИЕ МОЛОДЕЖИ К РЕГУЛЯРНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТОМ

Тишинская Анастасия Владимировна

Nastyena_333@mail.ru

студентка 3 курса специальности физическая культура и спорт

ЕНУ им. Л. Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Научный руководитель – Липина С. Ф.

С 26 января 2016 года наша группа проходила учебную практику в средней школе №37 им. С. Мауленова. За время практики нами были проведены различные классные часы, спортивные мероприятия ну и, конечно же, уроки физической культуры. Во время проведения урока физической культуры в 9-11 классах нами были сделаны такие выводы:

- у детей низкая физическая активность;
- нет интереса к уроку физической культуры;
- низкая посещаемость урока физической культуры.

Спорт в жизни подростков влияет на них очень положительно. Занимаясь спортом, подросток: быстрее развивается, лучше ориентируется в пространстве, становится крепче, лучше ощущает собственное тело, меньше болеет, становится более эмоционально устойчивым.

Рассмотрим все по порядку:

Укрепляем здоровье. Занимаясь физической активностью, в первую очередь подросток укрепляет здоровье. Во всех системах организма и органах лучше циркулирует кислород и кровь. Все мышцы тела тренируются регулярно, отлично функционируют. Самая обычная утренняя зарядка будет полезна, так как приведёт в тонус весь организм. Занятия спортом позволяют подростку стать более выносливым, а это весьма важно при современном ритме жизни.

Формируем характер и силу воли. Спорт формирует волевой характер подростка, меняя его в лучшую сторону. Развивается воля, стремление к победе, выдержка, умение преодолевать препятствия, не бояться поражений. Сила воли, сформировавшаяся в процессе спортивных занятий, может преодолеть все негативные привычки и черты, а также создать из подростка сильную личность, способную добиться многого.

Закладываем установку на успех. Обратите внимание на то, что практически все известные персоны, достигшие большого успеха, в детстве занимались спортом, и продолжают занятия по сей день. Спорт и успех – понятия, взаимосвязанные между собой. Если тинэйджер хочет научиться ставить цели и достигать их – спорт научит этому. Помимо этого, занятия спортом дают возможность получать от жизни всё, что нужно, даже если нет никаких надежд и возможностей.

Дисциплинируем. Тинэйджеры, которые занимаются спортом, более собраны и дисциплинированы. А это – немаловажные качества для достижения успехов в учёбе и других сферах жизни. И во взрослой жизни они точно пригодятся.

Создаём правильный досуг. Родители не будут отрицать что, приучив ребёнка к спорту, его не потянет в дурную компанию, и он не захочет празднично шататься на улицах в поисках приключений. У юных спортсменов обычно много друзей, общением с которыми он и будет наслаждаться. [1]

По сей день не уделяется не мало внимания и времени на занятие массовой физической культурой и спортом как среди молодежи, так и среди взрослых людей. Как же все-таки привлечь молодое поколение к занятию спортом? Этим вопросом задаются не только родители, но и многие учителя физической культуры. Иногда, для некоторых детей их примером становятся их родители. Если сами родители регулярно посещают спорт зал, выполняют по утрам зарядку, правильно питаются и ведут здоровый образ жизни, то и их дети будут расти здоровыми и крепкими. Но есть семьи, в которых спорт играет незначительную роль как для родителей, так и для их детей. Многие подростки большее предпочтение отдают компьютерным играм, социальным сетям и просмотру телепередач, вместо того чтобы выйти во двор и побегать, поиграть в футбол с друзьями, покататься на велосипеде, или покататься на роликах.

Регулярная физическая активность необходима всем людям независимо от возраста и пола. Регулярные тренировки укрепляют мышечную систему, в том числе и миокард, служат профилактикой застойных явлений в легких, улучшают циркуляцию крови в сосудах. Люди, регулярно занимающиеся физическими упражнениями, имеют хорошую память, высокую работоспособность и хороший иммунный статус. Но многие дети не желают заниматься физическими упражнениями регулярно и симулируют головную боль, боль в животе, тошноту и т.д. и многие родители сразу же обращаются к врачам за освобождением, наказывая при этом ребенка, чтобы тот не занимался на уроках физической культуры, не прыгал, не бегал, не делал резких движений. Дети охотно выполняют наказ родителей, сидя за компьютером дома. Родители сами того не осознавая наталкивают ребенка на малоподвижный образ жизни. По статистике уже в подростковом возрасте многие страдают от гиподинамии.

Гиподинамия – это состояние, которое сопровождается огромным количеством симптомов, большинство из которых – это и есть следствие недостаточной физической активности. Можно выделить следующие основные признаки: вялость, сонливость; плохое настроение, раздражительность; общее недомогание, усталость; снижение аппетита; нарушение сна, снижение работоспособности. Поэтому при появлении таких признаков

следует задуматься, достаточно ли времени вы уделяете физическим тренировкам. Длительное снижение физической активности приводит к атрофическим изменениям в мышцах, костной ткани, нарушается обмен веществ, снижается синтез белка. [2]

Привлечь на занятие в спортивную секцию не трудно, а вот воспитать в детях любовь к систематическим занятиям физкультурой и спортом очень сложно. Часто можно слышать изречение от уже взрослых людей: "Почему же я не занимался раньше спортом?", «Какие же причины могли помешать, мне заняться физической культурой и спортом в своё время?» Может быть, виноваты преподаватели, которые не смогли вовлечь ребёнка в спортивную секцию, когда он нуждался в большой двигательной активности, или родители, которые не поддерживали его в этих помыслах, или же друзья, с которыми лучше и интересней общаться, а не испытывать больших физических нагрузок, как на спортивных тренировках. На этот вопрос однозначного ответа, нет. Но если учесть все факторы, которые могут отвлекать ребёнка от занятий спортом, можно достичь хороших результатов. Иногда даже при желании родителей водить своего ребёнка на ту или иную спортивную секцию возникает ситуация, когда сам ребёнок отказывается тренироваться. В этом случае тренер должен поддержать, уговорить ребенка заниматься спортом. Очень плохо, что в наше время много тренеров «самоучек», которые не способны решать проблемы оздоровления детей. Конечно, ребята идут с большим рвением на первые тренировки в те секции, где можно научиться постоять за себя. Но с каждой последующей тренировкой желание посещать секцию у многих ребят исчезает, а вместе с этим и пропадает охота заниматься спортом и физкультурой вообще. Любая спортивная команда- это дружный коллектив, в котором вырабатываются такие качества, как сплоченность, уважение друг к другу, честность, справедливость. Роль тренера в этом процессе - дать возможность каждому ребёнку развиваться индивидуально, а это огромный, кропотливый труд. Одной из причин не желания родителей отдавать своих детей в спортивные секции это проблема травматизма. Дети, особенно в подростковом возрасте, способны переоценивать свои возможности, что приводит к переутомлению, перегрузке организма и нежеланию заниматься или, что еще хуже, к травмам. Ведь ребенок может травмироваться не только на спортивной площадке или в спортзале. Травма может произойти где угодно и когда угодно. Этому способствует неправильное поведение детей и отсутствие необходимых знаний и умений по технике безопасности, или же соответствующие условия для занятий. Иногда, в спортзалах и на спортивных площадках нет необходимого оборудования. Но и даже те ребята, которые соблюдают технику безопасности, в редких случаях могут получить травму. [4]

Основную роль в организации любого педагогического процесса играет правильное ведение занятий. В процессе работы с детьми в классе часто оказываются дети одного возраста, но разные по интеллектуальному, волевому и физическому развитию. Чаще всего в этих классах есть дети слабые как в учебе, так и в физическом развитии. При работе с такими детьми необходимо проводить занятия «поддерживающего» обучения, давать индивидуальные задания мотивировать на самостоятельность их проведения. Все это должно способствовать повышению самооценки учащихся. во время занятий необходимо иметь «обратную» связь с учениками, своевременно применять метод поощрения, подробно разбирать новые темы и вместе с учениками проверять домашние задания и проводить работу над ошибками. Тренеру необходимо создавать положительные эмоции у учеников. Очень сложно заинтересовать и удержать в группе тех учеников, у которых все получается сразу и лучше всех. Для этого необходимо предлагать им более сложные упражнения, выполняя которые ученик должен осуществлять самооценку.

Что и кто может побудить в ребенке желание заниматься физкультурой и спортом регулярно и систематически? Конечно же родители, считающие своих детей здоровыми, думают, что детей не надо отдавать на спортивные секции. Но ведь дети, а также подростки с ослабленным здоровьем с огромным удовольствием идут в спорт. Их родители отдают их в различные секции для того, чтобы они росли крепкими, здоровыми, развитыми, общительными людьми. Но до того, как отдать своего ребёнка в спортивную секцию,

необходимо его немного подготовить хотя бы в моральном плане. Ведь приходя в спортивную секцию, ребёнок сталкивается, с рядом проблем.

Так как же помочь ребенку выбрать спортивную секцию?

В ходе тренировок организм человека постепенно приспосабливается к выбранному виду нагрузок. Поэтому подросткам лучше обратить внимание на виды физической активности, которые действуют на организм общеукрепляюще, чтобы в более старшем возрасте можно было переносить самые разнообразные нагрузки.

Одним из лучших видов общеукрепляющего спорта для подростков считается плавание. Движение в воде хорошо влияет на состояние опорно-двигательного аппарата и развитие сердечно-сосудистой системы. Особенно, если занятия проходят регулярно, но перед подростком не ставятся задачи по быстрому достижению серьезных результатов.

Для детей и подростков полезны занятия игровыми видами спорта, потому что они дают возможно получить и физическую подготовку, и социальную адаптацию. Такие занятия позволяют ребятам выработать самодисциплину и внутренний контроль, которых так не хватает в подростковом возрасте.

Гимнастику и акробатику нельзя в полной мере отнести к общеукрепляющим видам спорта. Иногда во время акробатических тренировок делается акцент на силовые упражнения, и к таким занятиям стоит относиться осторожно. Но те навыки, которые ребенок приобретает, занимаясь акробатикой, можно впоследствии успешно использовать в любых видах спорта.

При занятиях спортом дети и подростки расходуют больше энергии, чем взрослые, и быстрее устают. Кроме того, их организм еще растет и не готов переносить серьезные силовые нагрузки. Поэтому при выборе секции для занятий родителям стоит обратить внимание на общеукрепляющие виды спорта: плавание или командные игры. [3]

Главное в приучении подростка к спорту – это доказать, что нужно стремиться не к рекордам, а к физическому развитию и поддержанию хорошей физической формы. Объясните подростку, что занятия спортом – это залог счастливой, здоровой, успешной и долгой жизни.

Список использованных источников

1. <http://paidagogos.com/?p=7780#hcq=NadZLGp>
2. <http://myfamilydoctor.ru/gipodinamiya-simptom-ee-posledstviya-i-profilaktika/>
3. <http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-vybrat-sport-dlya-podrostka/>
4. <http://text.ru/rd/aHR0cDovL3N0YXJ0anVuaW9yLnJlL2Jsbn2dzL3JhenZpdGll>
5. Бальсевич В.К Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теор. и практ. физ. культ. 1995,
6. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теор. и практ. физ. культ. 1997,

ӘОЖ: 782.16:476.10

ҚАЗАҚ КҮРЕСІНІҢ ДӘСТҮРЛІ ЖАУЫҢҒЕРЛІК ӨНЕРДІ МЕҢГЕРУДЕГІ РӨЛІ. ҚАЗАҚ КҮРЕСІ – ҰЛТТЫҚ САНА ЖАҢҒЫРЫҒЫ

Төреғалиев Бауыржан Төреғалиұлы

bauyrzhann.t@gmail.com

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Сәулет-құрылыс факультетінің 1-курс студенті, Астана,
Қазақстан

Ғылыми жетекші - И.Б. Иманғаликова

Қазақстан—мәңгілік ел. Оның айқын дәлелі - кәрі еменнің тереңге жіберген тамыры іспетті мол тарихы мен ұлттық дәстүрі. Сол ұлттық дәстүрмен сабақтаса жатқан ұлттық ойындары, түбі, тегі. Көнеден бері санамызда жаңғырып, ертеңге қол бұлғап тұрған ұлттық