

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



ЖАС ҒАЛЫМДАР КЕҢЕСІ



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/](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

- рефлексия, өзін-өзі бақылау мен түземе процесін және педагогикалық іс-әрекет нәтижелерін жүзеге асыру.

*құзыреттілігі болуы тиіс:*

- балалардың, жеткіншектер мен жастардың түйінді құзыреттілігін (мінез-құлықтық, жалпымәдени, танымдық, коммуникативтік, тұлғалық) қалыптастыруда;

- балалардың, жеткіншектер мен жастардың шығармашылық қабілеттері мен қызығушылықтарын айқындау мен дамытуда;

- ақпараттық және жаңа педагогикалық технологияларда;

- әр түрлі ақпараттық дерекнамалардан білім алудың тәсілдерін игеруге негізделген жеке танымдық қызмет аясында, проблемаларды альтернативтік тұрғыда шешуде және оңтайлы таңдауды жүзеге асыруда;

- еңбек нарқында жағдайларды талдау іскерлігіне негізделген әлеуметтік-еңбек іс-әрекеттері аясында, өзінің кәсіптік мүмкіндіктерін бағалау, еңбекке өзара қарым-қатынастарында нормаларға және этикаға сүйенуде;

- салауатты өмір салтын, жеке денсаулығын қамтитын тұрмыстық салада [2].

Сонымен, егер болашақ маман ең алдымен «Өзінің кім, демек қандай маман иесі болатындығын саналы түрде қабылдаса, мамандығының ерекшелігін меңгерсе, мемлекетіміздің оған артқан жауапкершілігін сезінсе, оны орындауға бағыт-бағдар алса, онда ол маман кәсіби функционалды тұрғыда сауатты болмақ. Өйткені, кәсіби сауаттылық – тіршілікте жинақталған білімді, іскерлікті, дағдыны адами іс-әрекеттің әртүрлі сферасында, қарым-қатынаста, қоғамдық қатынаста кең көлемдегі маңызды өмірлік міндеттерді шешу қабілеті, сауаттылық компоненттерінің кеңеюі мәселен, білім, іскерлік, дағды, іс-әрекет тәсілдері, мінез-құлықтық пен дүниеге көзқарастық сапалар.

#### **Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:**

1. Сламбекова Т.С. Педагогикалық психология. Оқу құралы. Семей, 2009, 182 бет.
2. ҚРМЖМБС Жоғары білім. Бакалавриат, мамандығы 5B012300 – «Әлеуметтік педагогика жəғне өзін-өзі тану» 6.08.058 – 2010
3. 2012-2016 ж. аралығында мектеп оқушыларының функционалды сауаттылығын дамытудың ұлттық жоспары, 25 маусым, 2012 ж..

**УДК 796.038**

### **РОЛЬ СПОРТИВНОЙ КАФЕДРЫ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

**Ахметов Ислам Асланович**

Islam\_4499@mail.ru

студент 3 курса специальности физическая культура и спорт

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

Научный руководитель: Испандиярова А.М.

Кафедра является учебно-научным структурным подразделением высшего учебного заведения и осуществляет учебную, методическую, научную, физкультурно-оздоровительную, спортивную, пропагандистско-идеологическую и воспитательную работу. Деятельность кафедры направлена на формирование у студентов теоретических знаний в области физической культуры и спорта, внедрение здорового образа жизни, укрепление здоровья средствами физической культуры и спорта, совершенствование двигательных умений и навыков, воспитание высокого уровня физической культуры и моральных качеств.

Основной формой учебного процесса по физическому воспитанию в высшем учебном заведении являются учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебной

программой по физической культуре для непрофильных специальностей (далее – учебная программа), утверждаемой в установленном порядке Министерством образования [1].

Физическая культура и спорт — средства созидания гармонично развитой личности. Они помогают сосредоточить все внутренние ресурсы организма на достижении поставленной цели, повышают работоспособность, позволяют втиснуть в рамки короткого рабочего дня выполнение всех намеченных дел, вырабатывают потребность в здоровом образе жизни. Физическая культура — часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на поддержание здоровья, развитие физических способностей человека и использование их в соответствии с потребностями общественной практики.

Физическая культура — самое широкое, собирательное понятие. Она включает все достижения, накопленные в процессе общественно-исторической практики: уровень здоровья, спортивного мастерства, науки, произведений искусства, связанных с физическим воспитанием, а также материальные (технические) ценности (спортивные сооружения, инвентарь и т.д.). Под физической культурой понимают совокупность всех присущих данному обществу целей, задач, средств, форм мероприятий, способствующих физическому развитию и совершенствованию людей. Физическое воспитание — это педагогический процесс, который направлен на совершенствование форм и функций организма человека, формирование двигательных навыков, умений, связанных с ними знаний, а также на воспитание физических качеств. Физическое воспитание связано с другими сторонами воспитания — нравственной, эстетической, производственной, трудовой. Спорт доминирующая форма проявления физической культуры, это слово часто употребляют в качестве синонима к понятию «физическая культура». Спорт может рассматриваться как система результатов физической культуры, поскольку этот термин обозначает стремление к физическим достижениям на основе норм и правил, тренировок и соревнований [2]. Физическая культура объективно является сферой массовой самодеятельности. Она служит важнейшим фактором становления активной жизненной позиции в высших учебных заведениях. В ряде исследований установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается развитие «престижных установок, высокий жизненный тонус. Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики, у них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость», выдержка, им в большей степени свойствен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых, решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. Этой группе студентов в большей степени присущи чувство долга, добросовестность, собранность. Они успешно взаимодействуют в работе, требующей постоянства, напряжения, свободнее вступают в контакты, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры, им легче удается самоконтроль. Эти данные подчеркивают основательное положительное воздействие систематических занятий физической культурой и спортом на характерологические особенности личности студентов. Занятия проводятся с широким использованием разнообразных средств физического воспитания и включают виды легкой атлетики, плавания, лыжного спорта, гимнастики, входящие в комплекс ГТО, а также общеразвивающие физические упражнения, бег на коньках, подвижные и спортивные игры и др. Реализация программы занятий может осуществляться последовательно, когда занятия одним видом физических упражнений через некоторое время сменяются другим видом, или комплексно, когда в одном занятии присутствуют различные виды физических упражнений. Практический опыт показывает, что комплексные занятия более эффективны. С помощью целесообразно подобранных для каждого занятия упражнений и применения соревновательно-игрового метода можно повысить эмоциональность занятий, что позволяет добиться от занимающихся максимального проявления их физических способностей [3]. Конкретные направления и организационные формы использования массовых

оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий в условиях высших учебных заведений зависят от пола, возраста, состояния здоровья, уровня физической и спортивной подготовленности занимающихся, а также от имеющейся спортивной базы, традиций вуза и других условий. Можно выделить гигиеническое, оздоровительно-рекреативное (рекреация—восстановление), обще подготовительное, спортивное, профессионально-прикладное, лечебное направления. Гигиеническое направление предполагает использование средств физической культуры для восстановления работоспособности и укрепления здоровья как в условиях общежития, так и дома: утренней гигиенической гимнастики, закаливающих процедур, правильного режима труда, отдыха и питания в соответствии с требованиями гигиены, оздоровительных прогулок, бега, спортивных игр, плавания, ходьбы на лыжах и других физических упражнений. Оздоровительно-рекреативное направление предусматривает использование средств физической культуры и спорта при коллективной организации отдыха и культурного досуга в выходные дни и в период каникул в целях после рабочего восстановления и укрепления здоровья. К средствам этого направления относятся туристские походы, экскурсии, подвижные игры, спортивные мероприятия, которые могут быть организованы на базе студенческих общежития, в домах отдыха, оздоровительно-спортивных лагерях, строительных отрядах, во время учебной практики и т. Обще подготовительное направление обеспечивает всестороннюю физическую подготовленность и поддержание ее в течение многих лет на уровне требований и норм комплекса ГТО соответствующей возрастной ступени. Средствами подготовки по этому направлению являются виды упражнений, входящих в комплекс ГТО: утренняя гигиеническая гимнастика, легкая атлетика, плавание, лыжный спорт, туризм, игры и др. Для планомерной работы по этому направлению организуются группы ГТО и специальные секции, проводятся спортивные соревнования. Спортивное направление предполагает специализированные систематические занятия одним из видов спорта в учебных группах спортивного совершенствования, в спортивных секциях спортивного клуба или индивидуально; участие в спортивных соревнованиях с целью повышения или сохранения определенного уровня спортивного мастерства. Профессионально-прикладное направление определяет использование средств физической культуры и спорта в системе НОТ и для подготовки к работе по избранной специальности с учетом особенностей получаемой профессии. Лечебное направление заключается в использовании физических упражнений, закаливающих факторов и гигиенических мероприятий в системе лечебных мер по восстановлению здоровья или отдельных функций организма, сниженных или утраченных в результате заболеваний или травм. Средствами являются рациональный режим жизнедеятельности, естественные факторы природы, закаливающие процедуры, лечебный массаж, механотерапия, трудотерапия и широкий круг разнообразных физических упражнений. Применение средств физической культуры в лечебных целях должно сопровождаться систематическим врачебным контролем и строгим учетом индивидуальных особенностей, занимающихся [4].

Целью физического воспитания в вузах является содействие подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов. В процессе обучения в вузе по курсу физического воспитания предусматривается решение следующих задач:

- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств, готовности к высокопроизводительному труду;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения; всесторонняя физическая подготовка студентов;
- профессионально – прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности; приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей; совершенствования спортивного мастерства студентов

- спортсменов; воспитание у студентов убеждённости в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом.

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности студентов, их спортивной квалификации, а также с учётом условий и характера труда их предстоящей профессиональной деятельности. Физическая подготовка студентов является одной из главных задач высших учебных заведений. Общее руководство физическим воспитанием и спортивно-массовой работой среди студентов, а также организация наблюдений за состоянием их здоровья возложены на ректора, а конкретное их проведение осуществляется административными подразделениями и общественными организациями вуза. Непосредственная ответственность за постановку и проведение учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию студентов в соответствии с учебным планом и государственной программы возложена на кафедру физического воспитания вуза. Массовая оздоровительная, физкультурная и спортивная работа проводится спортивным клубом совместно с кафедрой и общественными организациями. Роль спортивной кафедры в высших учебных заведениях очень велика и является неотъемлемой частью.

#### Список использованных источников:

1. <http://www.busel.org>.
2. Лях В.А., Зданевич И.М. Учебное пособие. Физическая культура, 2012, 225с.
3. <http://www.km.ru>.
4. <http://zakonbase.ru>.

ӘОЖ 616-072;87:371

### БІР СӘТТІК ЭМОЦИЯЛАРҒА ТОСҚАУЫЛ ҚОЯЙЫҚ!!!

Әбдірашева Перизат

Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік мемлекеттік университеті,  
Орыс тілінде оқытылмайтын мектептердегі орыс тілі мен әдебиеті  
мамандығының 2 курс студенті Ақтөбе, Қазақстан  
Ғылыми жетекшісі: Б. Мұхамеджанова

Қарым-қатынастағы әр түрлі жағдайларда пайда болып түсінісуге кедергі болатын тосқауылдарды жеңіп шығу оңай емес. Ол үшін адамдардың психологиясының кемшіліктерін де, сонымен қатар өзіңнің кемшіліктерін толық білу қажет.

Адам өмірі эмоцияға толы. Эмоциялар адамды жаңа белесті бағындыруға тәуекелге итермелейді, реніштен жылатады, махаббат үшін өзінді құрбан еткізеді. Эмоциямызды сыртқа шығаруға ойларымыз ғана емес, ақылдың оңтайлы ұстанымдарын жеңіп шығатын ниет пен әрекеттеріміз де еріксіз мәжбүрлейді. Ашу, өкпе, қызғаныш сынды жағымсыз эмоциялар көбіне бақылаудан шығып, өмірімізді қиындатып жіберетін кездері болады. **Бір сәттік эмоцияларға тосқауыл қояйық** Көбіне адамдар қандайда бір әрекетке, сөзге, оқиғаға қатысты алғашқы, бір сәттік эмоцияларына өкініп жатады. Мұны психологтар «триггерлер» деп атайды.

Қайта өрлеу дәуірінің гуманисі, философ, жазушы, педагог Эразм Роттердамскийдің айтқанын келтіретін болсақ, «бақытқа барар бір-ақ жол бар: олең негізгісі өзінді тану, одан соң, құмарлықтың етегіне кетпей, ақылдың шешіміне бағыну».

Рейковскийдің пікірі бойынша эмоция ақылдың үстінен басқарып тұрмауы қажет.

Философ Марк Аврелий эмоцияны ақылға жеңдіруге шақырады, басқа да ғалымдар табиғи қозуда, еріксіз шығып жатқан эмоциямен күресуге шақырады, ондай күйде, ешқандай әрекеттер жасамауды ұсынады.