

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ**

**«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ**

**Студенттер мен жас ғалымдардың  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»  
XIX Халықаралық ғылыми конференциясының  
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ  
XX Международной научной конференции  
студентов и молодых ученых  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»**

**PROCEEDINGS  
of the XX International Scientific Conference  
for students and young scholars  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»**

**2025  
Астана**

УДК 001(06)  
ББК 72я631  
F96

**«ǴYLYM JÁNE BILIM – 2025» студенттер мен жас ғалымдардың  
XX Халықаралық ғылыми конференциясы = XX Международная  
научная конференция студентов и молодых ученых «ǴYLYM JÁNE  
BILIM – 2025» = The XX International Scientific Conference for  
students and young scholars «ǴYLYM JÁNE BILIM – 2025». – Астана:  
– 3813 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.**

ISBN 978-601-08-5373-7

**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.**

УДК 001(06)  
ББК 72я431  
F96

ISBN 978-601-08-5373-7

Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия  
ұлттық университеті, 2025

322.	Рамазанова Ж, Нұрлан А, Жайсанбаева А. «Бұлтты технологияларды пайдалану кезіндегі тәуекелдер мен қауіпсіздік шараларын зерттеу»	1430
323.	Сахатбекқызы Т., Бахтиярқызы Т.А. «IoT құрылғыларының желідегі қауіпсіздігін қалай қамтамасыз етуге болады: стратегиялар және packet tracer көмегімен модельдеу»	1434
324.	Серғазы М. «Повышение производительности разработчиков с помощью интегрированных искусственных интеллектов и соображения кибербезопасности»	1440
325.	Султанов А.М. «Стеганография в кибербезопасности казахстана»	1443
326.	Танатаров Е., Іргебай С., Султанов А. «WI-FI желісінде шақырылмаған қонақтарды автоматты түрде анықтау жүйесі»	1447
327.	Таубай М.Е. Рамагуллаев Ә.А. «Фишинг: желідегі beef әдісі арқылы алдау және одан сақтану»	1452

### СЕКЦИЯ 3 ЕСТЕСТВЕННЫЕ НАУКИ

		ПОДСЕКЦИЯ 3.1 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ БИОЛОГИИ	
328.	Акимкара А.Б.	Гербарийдің ботаникалық зерттеулерде қолданылуы және гербарий қорындағы кеппе шөптің қалыптасу ерекшеліктері	1457
329.	Ақылбек А.	Астана қаласындағы ботаникалық бағының ландшафттағы <i>geranium sanguineum</i> биологиялық ерекшеліктеріне сипаттама беру	1459
330.	Әділхан Ж.	Мобильді байланыс пен қолданбалардың адамның мінез-құлқына әсерін анықтау	1463
331.	Базарбаева Қ.	Жасөспірімдерде девиантты мінез-құлықтың даму қаупі	1467
332.	Байдосова А.Б.	Методика использования игровых технологий на уроках биологии	1471
333.	Байдосова А.Б.	Актуальные проблемы современной биологии с использованием игровых технологий в образовании	1474
334.	Ғазизова Ә.	Сәулеленген егеуқұйрықтардың бүйректеріндегі морфофункционалдық өзгерістерді салыстырмалы бағалау	1477
335.	Еркін З.Б.	Биология сабақтарында оқушылардың сыни ойлау қабілетін жетілдіруде блум таксономиясын пайдалану	1482
336.	Жанабергенова	Кенеттен жүрек өлімі: генетикалық аспектілері	1486

	А.Ә.	және алдын алу шаралары	
337.	Жанакулова Н.А.	Өсімдіктердің әртүрлі орта жағдайларына байланысты экологиялық топтарға бөлінуі	1491
338.	Жумагалиева Н.Б.	Ақмола облысы көлдері балықтарының салыстырмалы морфологиялық талдауы	1494
339.	Жұмахан Г.Ж.	Егеуқұйрықтардағы радиацияға жауап ретінде митохондриялық ақуыздардың өзгеруін зерттеу	1497
340.	Ибрагимова М.А.	Mir-29a-3p в качестве перспективного неинвазивного биомаркера радиационного поражения	1501
341.	Калапбергенова Д.Б.	Биология студенттеріне жоғарғы математиканы оқытудың ерекшеліктері	1506
342.	Калиева А.Б.	Жатақханада тұратын бірінші курс студенттерінің психикалық денсаулығын зерттеу	1509
343.	Куанышев С.Н.	Солтүстік қазақстан облысыны (Уәлиханов ауданы) өсімдік жамылғысының ерекшеліктері	1513
344.	Кутинбаева С.Б.	Орта мектеп оқушыларының биология сабақтарында инновациялық технологияларды пайдаланудың ерекшеліктерін зерттеу	1516
345.	Кушурова А.А.	Сравнение психофизиологических особенностей развития учащихся частной и общеобразовательной школы	1520
346.	Қанибайқызы Е.	Агробион препаратының жаздық бидай өсімдігінің өсуі мен дамуына әсері	1524
347.	Қойлыбай А.С.	Ақмола облысындағы далалық сәлбенді ( <i>salvia stepposa</i> ) мәдениеттендіру жағдайында өсіп - даму ерекшеліктерін зерттеу	1527
348.	Минуар С.М.	Жамбыл облысы перспективті құрамында эфир майы бар дәрілік өсімдіктер <i>tanacetum vulgare</i> және <i>achilleamille folium</i> дамуының биологиялық ерекшеліктері	1530
349.	Молдабаева Т.Е.	Vinom school мектептерінің биология сабақтарында upgrade технологияларын пайдалану тиімділігін зерттеу	1533
350.	Мұратқызы С.	Жамбыл облысының ландшафтарындағы қалампырлар ( <i>caryophylloideae juss</i> ) тұқымдасының өсуіне диатомиттің әсерін зерттеу	1537
351.	Мырзагелді Е.Қ.	Мектеп оқушыларының морфологиялық және психофизиологиялық ерекшеліктеріне білім беру мамандығының әсері	1540
352.	Назым Ә.Ж.	Актуальные проблемы лабораторных и практических работ по биологии в школах республики казахстан	1543
353.	Ниетуллаева А.А.	Биология сабақтарында STEM технологиясын қолданудың маңызы	1546
354.	Сальменова А.А.	Қоршаған ортаға бейімделуіне байланысты <i>fragaria vesca</i> l. анатомиялық ерекшеліктері	1551
355.	Сейпулла А.С.	Современные подходы к стимулированию хондрогенеза	1556
356.	Соломко Л.Р.	Митохондриальная дисфункция как молекулярная основа клеточного старения	1560

357.	Стамқұлова Б.А.	Көкшетау қаласы урбанофлорасының таксономиялық анализі	1565
358.	Султан А.А.	Әртүрлі спорт түрлерімен айналысатын студенттердің физикалық даму көрсеткіштерін зерттеу	1569
359.	Товкумова А.С.	Бронх демікпесі және созылмалы обструктивті өкпе ауруы айқас синдромы кезіндегі иммуноглобулин е деңгейін зерттеу	1573
360.	Тоқтасын Н.М.	Биология сабағында танымдық қызығушылықты белсендірудің жолы ретінде виртуалды зертханаларды пайдаланудың тиімділігі	1577
361.	Хажайхан А.	Экологиялық және климаттық факторлар контекстінде ақмола облысы фитомасса қорлары мен өнімділігінің өзгеруі	1581
362.	Хусаинов А.Т., Адырбек Ә.С., Дурмекбаева Ш.Н.	Гуминдік препараттардың жаздық бидай тұқымдарындағы физиологиялық-биохимиялық процестерге және морфологиялық өзгерістерге әсері	1584
363.	Nursagat A.	Cognitive and physiological foundations of visual perception: the role of infographics in education	1587
364.		ПОДСЕКЦИЯ 3.2 СОВРЕМЕННЫЕ ВОПРОСЫ БИОТЕХНОЛОГИИ И БИОМЕДИЦИНЫ	
365.	Арғынғазина А. Б., Картаева А. Б.	Балықтарды өсіру кезіндегі судың физика-химиялық құрамын салыстырмалы талдау	1592
366.	Бекболат Б., Самат А. Т., Слепкова Н. Н., Курманбаева А. Б.	Аудандастырылған арпа сорттарына сипаттама	1595
367.	Берікова М.С., Тулегенова Ж.А.	Алма ағашының цитоспороз ауруын анықтау	1598
368.	Билялов Ә. Р.	Особенности подготовки различных органов <i>Clarias gariepinus</i> для оценки содержания МО-ферментов	1601
369.	Дробова В. А.	Сравнительный анализ использования пероксида кальция и дубильной кислоты для улучшения выхода выклева жаброного рачка <i>Artemia parthenogenetica</i>	1604
370.	Ергазы Б.	Антагонистическая активность штаммов <i>Bifidobacterium bifidum</i> , выделенных из фекалий семидневного младенца, в отношении <i>Staphylococcus aureus</i>	1608
371.	Ерлан Қ.Е., Тауекел Ж.К.	Балықтардың әртүрлі қоректендіру жағдайларындағы өсу параметрлерін бақылау	1611
372.	Жұмабек А.Б., Базарбаева К. Ж., Акбасова А. Ж.	Отандық бидайдың өсуіне салицил қышқылы мен топырақтағы молибденнің әсерін зерттеу	1615
373.	Камали А. С.	Жарма негізіндегі таңғы құрғақ асты өндіру	1619

		технологиясында қолдануға арналған пробиотикалық қасиетке ие микроағзаларды зерттеу	
374.	Қамиден А.А., Молдабай М.Ж.	Изучение состава активного ила в биологической очистке сточных вод	1622
375.	Калиева А. Б.	Солодка как источник фармакологически активных соединений: традиционные и биотехнологические подходы	1625
376.	Құдайбергенова Н.Қ.	Физиологические функции кремния в диатомите и особенности его взаимодействия вместе с кормами рыб	1628
377.	Машан З., Жарылқап А.	Құлаққаптың адам денсаулығына әсері	1630
378.	Маликова А. Ж., Бейсенбаев Р. А.	Изучение влияния гипоксических условий воды на содержание МО-ферментов в различных органах рыб	1634
379.	Мұрат Қ.С.	Тилапияны тиімді азықтандыру стратегиясының негізі	1637
380.	Нургазиева Ж.Н., Тулегенова Ж.А.	Пробиотикалық микроорганизмдер көмегімен ешкі сүті мен сиыр сүтінің комбинациясынан био-йогурт жасау және оның тағамдық құндылығын анықтау	1640
381.	Нұрбекова А.А, Қалауиева Н.Қ.	Роль хелатных комплексов микроэлементов в составе диатомита в повышении питательной ценности мяса рыб	1645
382.	Сағидолдина Н. К., Базарбаева Қ. Ж., Акбасова А. Ж.	Гидропоникалық жағдайда бидай мен арпаның өсуіне ауыр металдардың әсерін зерттеу	1648
383.	Сағидолда Н. Е.	Балық шаруашылығы өнімдерінің сапасына қоректендіру ерекшеліктерінің әсері	1652
384.	Сағынбаева Д. А.	Современные вызовы и перспективы биотехнологии и биомедицины: от генного редактирования до персонализированной медицины	1655
385.	Тәжібай Д. Б., Талгатбекова Д. С.	Балықтарды әртүрлі жағдайларда өсіру кезіндегі азотты қосылыстардың құрамын салыстырмалы талдау	1657
386.	Уалихан А. С., Тулегенова Ж.А.	Әр түрлі сүттерден зең саңырауқұлағы көмегімен ірімшік технологиясын жасау және салыстырмалы зерттеу	1662
387.	Узбеков А.Б., Масалимов Ж. К.	Связь между антиоксидантной активностью и пигментным составом микрорезелени бобовых культур, выращенных гидропонным способом.	1667
388.	Alpamys A., Aldibay S.	Genetically engineered modified microorganisms in the food industry	1670
389.	Dairov A.K.	Efficacy of preconditioned human umbilical cord blood mesenchymal stem cells in a mouse model of psoriasis	1674
390.	Meshtayev D.T.	Variant calling of <i>M. tuberculosis</i> samples	1679

391.		ПОДСЕКЦИЯ 3.3 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОХРАНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ	
392.	Анатолий Р.Қ.	Жайық өзені жайылмасындағы <i>Populus l.</i> туысына биоморфологиялық талдау және сыртқы әсер етуші факторлар	1683
393.	Ашиков М.М.	Анализ пространственного распределения гидрохимических классов качества поверхностных вод в Казахстане с 2019 по 2023 год	1686
394.	Ашиков М.М.	Расчет индекса загрязнения р. Сырдария на территории республики Казахстан с 2019 по 2023 год	1689
395.	Байдаулетов Д.С.	Оптимизация и моделирование выбора деревьев для высадки в северных регионах республики Казахстан с целью достижения углеродной нейтральности	1692
396.	Беляева Д.А.	Возможности применения в бальнеологических целях сточных вод доменного цеха	1695
397.	Болат А.Б.	Каркаралы ұлттық табиғи паркіндегі беталыс көлінің су құстарының алуан түрлілігі	1698
398.	Елепберген М.Е.	Влияние энергоэффективности зданий на рост плесени и микроклимат помещений	1703
399.	Жалгасбаев К.Ж.	Өнеркәсіптік суларды тазарту жолдары	1708
400.	Жиналинова А.С.	Современные подходы к изучению, классификации и применению сапропеля: обзор отечественных и зарубежных исследований	1710
401.	Жұмабекова М.М.	Астана қаласында қатты тұрмыстық қалдықтардың жинақталуы және оны залалсыздандырудың барысы	1713
402.	Калиев Н.С.	Определение ПДВ газов для снижения воздействия на окружающую среду на примере ТОО ГРЭС "Kazakhmys energy"	1718
403.	Марчук Е.В.	Сравнительный анализ накопления тяжелых металлов в различных почвенных горизонтах агроэкосистем с. Егиндыколь, Акмолинской области	1721
404.	Нургожина А.Е.	Сценарная оценка потенциала сокращения выбросов парниковых газов в регионах Казахстана	1724
405.	Пак А.Е.	Сравнительный анализ методов экологического обучения учащихся младших классов	1729
406.	Пак А.Е., Калиева Г.Т.	Фиторемедиация как способ очистки почвы в районах теплоэлектростанций: сравнительный анализ растений-гипераккумуляторов	1734
407.	Хабдразаков А.К., Ислямов Э.Н.	Влияние Tiktok-видео на экологическое обучение: перспективы микрообучения	1739
408.	Daribayev A.Zh.	Melafen: innovative plant growth regulator	1744
409.	Ibrayeva A.	Phytoremediators as a basis for the production of fuel	1746

		pellets: ecological and technological aspects	
410.	Mirzabekova M.Zh.	Bioecological features of representatives of the nightshade family ( <i>Solanaceae</i> Juss.)	1749
411.	Yelesizova A.B.	Issues of ecological stability of natural pastures	1753
412.		ПОДСЕКЦИЯ 3.4 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ О ЗЕМЛЕ	
413.	Абдрашова Т. А.	Астана агломерациясының жасыл белдеуін зерттеудің теориялық негіздемесі	1756
414.	Адирбай С., Аябекова М.	Маңғыстау облысы геожүйелерінің құрылымдық ерекшеліктері	1759
415.	Алдашова А. Ж.	Шідерті өзен алабы геожүйесінің құрылымдық ерекшеліктері	1763
416.	Аманжолова А. Б.	Солтүстік Қазақстан облысының тамақ өнеркәсібінің даму жағдайы	1767
417.	Ахметбекова Г. С.	Теоретические основы районирования территорий туристических зон	1772
418.	Аябекова М., Адирбай С.	Қызылорда қаласындағы атмосфералық ауасының ластануы	1779
419.	Әмірханова Ж. А.	Арал ауданының әлеуметтік-экономикалық даму перспективаларын бағалау	1783
420.	Болатбекқызы Ж.	Абай облысының қазіргі заманғы демографиялық мәселелері	1788
421.	Дабылбаева А.	2018-2024 жылдар аралығындағы Ақтөбе қаласының жерді пайдалану өзгерістерінің динамикасы	1792
422.	Даметова Г. Н.	Терісаққан өзені алабындағы NDVI негізінде С-факторды анықтау	1798
423.	Дастанбекова Ж. Р.	Талдықорған қаласының қазіргі экономикалық-географиялық әлеуеті	1803
424.	Елшатқызы Н.	Табиғатты қорғау әрекеттерін реттеу үшін қашықтықтан зондтауды қолданудың артықшылықтары	1808
425.	Ералы А. А.	Шығыс Қазақстан облысының ауылшаруашылық алқаптарын ГАЗ технологиясы арқылы анықтау	1813
426.	Есмуханова М. Т.	Оценка антропогенной нагрузки на геосистемы Карагандинской области	1816
427.	Кудайбергенова А. Р.	Геоэкологическая оценка деградации почв и агроландшафтов Северо-Казахстанской области: диагностика, мониторинг и пути устойчивого восстановления	1819
428.	Қуаныш А. Р.	Ақтөбе облысының табиғи-ресурстық әлеуетін бағалау	1824
429.	Қуанышбек А., Мукатов Д.	Қазақстанның бірыңғай уақыт белдеуіне ауысуы. Әлеуметтік, экономикалық және медициналық аспектілер	1828
430.	Құттымұратова А. Қ.	RUSLE теңдеуі негізінде Аса өзені алабында С факторын анықтау	1832
431.	Матаева А. Т.	Жамбыл облысының ерекше қорғалатын аумақтарындағы экологиялық туризм	1836

432.	Мокиенко А. В.	Исследование особенности синантропной флоры районов города Астаны	1840
433.	Муратова А. Б.	Қаратал өзені алабы геожүйесінің құрылымдық ерекшеліктері	1844
434.	Мустозяпова Н. И.	Влияние разработки Экибастузского угольного бассейна на ландшафт и экологическое состояние региона	1848
435.	Мухамеджанов М. Е.	Қостанай қаласының ландшафттарына су тасқының әсері	1856
436.	Мұрат А. М.	SAVI индексі негізінде Зеренді ауданының өсімдік жамылғысын зерттеу	1863
437.	Мұратбек А. Е.	Алматы қаласының қызмет көрсету саласының географиясы	1869
438.	Омаров М. К.	Павлодар облысының аумағында өрттердің таралу ерекшеліктері	1874
439.	Орынбасар Р. А.	Жамбыл облысы халқының қазіргі жағдайдағы көші-қон үдерістері	1877
440.	Оспан Н. М.	Солтүстік Қазақстандағы орман алқаптарының табиғи таралуы және олардың қазіргі кездегі жағдайы	1881
441.	Рахманова А. Ә.	Қазіргі кезеңде Ақтөбе облысының кешенді демографиялық типологиясы	1885
442.	Сағынғали С. А.	Алматы облысындағы өнеркәсіптің басымдылық салаларының қазіргі жағдайы мен болашағы	1890
443.	Саметханова А. Т.	Шығыс Қазақстан облысы көлдер геожүйесінің құрылымдық ерекшеліктері	1895
444.	Сәулет Е.	Шығыс Қазақстан облысы геожүйелеріне антропогендік жүктемені бағалау	1899
445.	Темірханова Н. Ә.	Денсаулық сақтауға бағытталған урбозкожүйелік қызметтердің әлемдік тәжірибелерінің географиялық ерекшеліктері	1904
446.	Токбаева А. Е.	Қазақстанның дала зонасының ерекше қорғалатын табиғи аумақтарының биоәртүрлілігін кеңістік талдау.	1909
447.	Төлегенова Т. Қ.	Ойыл өзені алабы геожүйесінің физикалық-географиялық ерекшеліктері	1914
448.	Төлеуова Р. Қ.	Маңғыстау мен Үстірттің киелі үңгір атауларын зерттеу және қалпына келтірудің географиялық мәселелері	1918
449.	Тілеухан Д. Ғ.	Дала экожүйелеріндегі биоалуантүрлілікті мониторингілеуде жасанды интеллектті қолдану: орнықты даму перспективалары	1923
450.	Тілеухан Д. Ғ.	Жасанды интеллектті қолдану арқылы Қазақстандағы шөлейттену процесін бақылау	1929
451.	Ұзақбаев Б. А.	Қызылорда облысы өнеркәсіптік кешенінің даму географиясы	1936
452.	Черепанова Ю. В.	Региональные исследования накопления углерода в лесных экосистемах на примере Алтайского края	1939
453.	Shukirkhan A., Orynassarova G.	Research of geoecosystems of the geomorphological structure of the Chingirlau district of the West Kazakhstan region	1943

454.		ПОДСЕКЦИЯ 3.5 МЕТОДЫ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГЕОГРАФИИ	
455.	Азимбай Н.С.	Мектеп географиясын оқытуда геоақпараттық технологияларды қолдану арқылы зерттеушілік құзіреттілікті қалыптастыру	1949
456.	Айтқұл А. Ж.	Мектеп географиясын оқытуға арналған гаж бағдарламалары: салыстырмалы талдау және мүмкіндіктері	1952
457.	Баймухамедова А.Ж.	10 сынып география пәні бойынша «Астана қаласының экологиялық мәселелері» атты факультативтік курс бағдарламасының маңыздылығы	1957
458.	Балпекова Д.А.	География пәні бойынша факультативтік курстардың маңыздылығы	1961
459.	Беспалинов Н.М.	SMART-технологияларын 10-11 сыныптарда географияны оқытуда кіріктіру	1966
460.	Бигалим С.	География сабақтарында белсенді оқыту әдістерін қолдану арқылы оқушылардың құзыреттілік қабілеттерін арттыру	1971
461.	Джумабаева С.Е.	Заманауи картографиялық әдістер	1975
462.	Жамбул Г.Б.	Использование ролевых игр на уроках географии	1979
463.	Жумабаев Д.С.	География сабағында экологиялық тәрбие беру әдістемесі	1983
464.	Карпета В.Г., Маклюк Р.Р., Молдыбаев С.З., Уразбаева Р.С.	Реализация школьного проекта «Изучаем географию Казахстана».	1986
465.	Қасым Е.Ж.	Мектеп оқушыларының табиғат қорғау құзыреттілігін қалыптастыру жолдары	1990
466.	Құнаш А.А.	Мектеп географиясында оқушылардың мәдени-географиялық құзыреттілігін қалыптастырудың теориялық-әдіснамалық негіздері	1994
467.	Мененбай А.Н.	«Қазақстан географиясы сабақтарында білім алушыларға экологиялық білім берудің теориялық негіздері»	1999
468.	Набидоллаева А.А.	География сабақтарында оқушылардың оқу-танымдық белсенділігін арттыру формалары мен технологиялары	2003
469.	Накыпова Ә.Қ.	География пәні сабақтарында оқушылардың шығармашылық қабілетін дамыту	2008
470.	Сәндібай Н.А.	Изучение геополитических проблем центральной азии в школьной географии	2011
471.	Солтанғазина А.С.	География сабақтарында экологиялық білім қалыптастырудың маңыздылығы	2015
472.	Таған Ә.С.	Түркістан облысының ауыл шаруашылығы географиясы» атты факультативтік курс бағдарламасының маңыздылығы	2022
473.	Тілеужан Б.Н.	Географияны оқытуда заманауи сандық әдістер мен интерактивті технологияларды қолдану	2026

474.	Ширенова Ж.С.	Өлкетану қағидаты негізінде 7 сынып географиясын оқытуға қатысты тәжірибелік-эксперименттік жұмыстың нәтижесі	2031
475.		ПОДСЕКЦИЯ 3.6 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ГИДРОЛОГИИ	
476.	Айтенова Ә.Н.	Водный кризис в засушливых регионах Казахстана: последствия и пути решения	2036
477.	Алдинов Р.Б.	Наводнения в Казахстане: причины, последствия и методы борьбы	2040
478.	Габдулла Н.М.	Arcgis бағдарламасында гидрографиялық желіні құру әдістері	2043
479.	Дәулеткелді А.С.	Дефицит пресной воды в казахстане	2048
480.	Дүйсен А.Е.	Подземные воды и их распределение по регионам Казахстана	2051
481.	Жаманқұл А.М.	Новые экологические конструкции гидротехнических сооружений	2053
482.	Құрманғалиева А.Қ.	Каспий теңізінің солтүстік-шығыс бөлігіндегі желкөтерме және желшегерме құбылыстарын модельдеу	2057
483.	Кулатаева К.Д.	Оценка влияния антропогенных факторов на озеро Балкаш	2060
484.	Ноғайбек А.	Қазақстандағы су тасқыны мен су тасуын болжау жүйелеріндегі гаж технологиялары	2065
485.	Өтегенұлы А.	Физико-химическое исследование процессов солеобразования воды озера балкаш и влияние на него реки иле	2070
486.	Рымбаева Р.Б.	Современное экологическое состояние озера Балкаш	2075
487.	Ташева Е.А.	Применение нейросетевой модели lstm для прогнозирования стока реки Сырдарья в южных регионах Казахстана	2079
488.	Таурбаева Н.К.	Моделирование изменений стока реки Ертис в условиях маловодных лет	2081
489.	Тлеуғабыл Ж.А.	Применение искусственного интеллекта в прогнозировании паводков	2087
490.	Толыбаева Д.Б.	Моделирование речного стока с использованием модели hbv: прогнозирование и валидация	2089
491.	Торбаева А.У.	«Иртыш – трансграничная водная артерия: вызовы, перспективы и управление ресурсами»	2092
492.	Baizhigit T.Y.	Mapping Tien Shan Glaciers and Their Impact on the Ile River	2095
493.	Otegenuly A.	River basin mapping methods and identification of river basin sections in the arc gis programme	2099
494.	Satbekova A.B.	The use of gis technologies for flood risk analysis and modeling in Kazakhstan	2105
495.	Satbekova A.B.	Hydrological analysis and water balance of the Kalzhyr river basin	2108
496.	Tolybayeva D.B.	Modeling of river flow formation processes	2111

497.	Тоханбайева С.Т.	Microplastic – a macroproblem of the world ocean	2113
498.		ПОДСЕКЦИЯ 3.7 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ХИМИЧЕСКОЙ НАУКИ	
499.	Адылканова А.А.	Мұнай-су жүйесін бөлуге арналған PMS-BC-қапталған меламинады спонж негізіндегі сорбент	2117
500.	Айтбайұлы Н.	Химия сабақтарында кәсіби бағдарлауды қалыптастыру	2119
501.	Асан Н.Ә.	STEM – білім беру аясында ұлттық педагогика элементтерін қолдану	2123
502.	Әзілхан Т.Ә.	Заманауи мектепте химияны оқытудың экологиялық аспектілері	2128
503.	Бахытжанова Ж.Б.	Жұқа пленкалы литий-ионды аккумуляторларға арналған SnO <sub>2</sub> анодты материалды синтездеу және электрохимиялық қасиеттерін зерттеу	2131
504.	Бекмаханова А.С.	LATP қатты электролитін синтездеу және электрохимиялық қасиеттерін зерттеу	2135
505.	Биктасова А.С.	Минералды сорбенттердегі диспрозий иондарының адсорбциялық процестерін зерттеудегі кинетикалық модельдерді талдау	2140
506.	Болатбек М.	Биологиялық ыдырайтын полимерлердің синтезі мен экологиялық және өнеркәсіптік маңыздылығы	2143
507.	Бөкенова А.Б.	Мыс қорытпалы катализаторымен антрахинонды гидрлеу процесін зерттеу	2149
508.	Ғұбайдолла З.Қ.	Химия сабағында оқушылардың белсенділігін арттырудағы модульдік оқытудың рөлі	2154
509.	Еримбет Б.Д.	Химияны оқытудағы инновациялық әдістердің білім алушылардың оқу жетістіктеріне ықпалы	2157
510.	Жетенова М.С., Дәуметова С.Т.	Биоорганоминеральные пестициды: разработка и исследование их свойств	2161
511.	Жұмағұл А.А.	Куркуминнің флуоресценттік қасиеттері: еріткіштің спектрлік сипаттамаларға әсері	2164
512.	Кароматов С.А., Ганиев Б.Ш.	Потенциальная биологическая активность оснований Шиффа, основанных на бензалацетоне и бензалацетофеноне	2169
513.	Қалау А.Қ.	Химия сабағында білім алушылардың функционалдық сауаттылығын дамытудағы контекстік тапсырмалардың рөлі	2171
514.	Қожамұратова Ұ.М.	Өңдеу нәтижесінде алынған көміртекті адсорбенттердің физико-химиялық негіздерін зерттеу	2176
515.	Қойшыбайқызы Т.	ZnO@PC және Cu/ZnO@PC композициялық трек мембраналарын норфлоксацинді жою үшін синтездеу	2179
516.	Молдалиева А.	Квантово-химическое исследование производных бензимидазола	2183
517.	Муканов М.К.	Определение массовой доли подвижных соединений фосфора в почве по методу Мачигина с использованием автоматического анализатора сегментированного потока SKALAR SAN++	2186

518.	Мұрат М.Ж.	Координациялық қосылыстар химиясы бойынша зертханалық курсты әдістемелік қамтамасыз етудегі онлайн материалдардың рөлі	2188
519.	Нұралина А.Ж.	Химия сабағында білім алушылардың функционалдық сауаттылығын қалыптастыру	2192
520.	Пармантай Қ.Е.	Химияны оқу барысында оқушылардың өзіндік іс-әрекетін олардың интеллектуалдық дамуының құралы ретінде ұйымдастыру	2197
521.	Пердеханова А.А.	Дәрілік өсімдіктерді зерттеу барысында студенттердің зерттеушілік құзыреттілігін қалыптастыру	2202
522.	Сарсенғалиева А. Н.	Актуальные проблемы в химическом образовании для инженерных специальностей и предлагаемые решения	2206
523.	Серікбай А.М.	Мектеп оқушыларының химияға қызығушылығын қалыптастырудың тиімді жолдары	2209
524.	Сыздық А.Ф.	Полимерлер мен ауыр мұнай қалдықтарын қолданып, битумның қасиеттерін жақсарту	2213
525.	Ташманова Ж.А.	Химияны оқытуда STEM технологиясын пайдалану	2217
526.	Тобжанова А.Р.	Мыс(II) галогенидтері – ацетамид – қышқыл жүйесі негізінде координациялық қосылыстар: синтездеу және физика-химиялық қасиеттерін зерттеу	2222
527.	Тұрсынәлі Қ.	Қазіргі мектепте «Жаңа заттар мен материалдарды өндіру» элективті курсын оқыту: тәжірибе және нәтижелер	2227
528.	Хамит А.Ж.	PASS ONLINE пайдалана отырып N-бензоилпиперидин туындыларының биологиялық белсенділігін болжау	2232
529.	Шаихова Ж.Е., Калимолдина Л.М.	Целлюлозалық сорбенттер арқылы шарап материалдарын сорбциялық тазартуды зерттеу	2237
530.	Шатлыкова А.Т.	WOLFRAM ALPHA жасанды интеллект құралын химияны оқыту процесінде қолдану мүмкіндіктері	2241
531.	Adil K.Y.	Using the getcourse online platform for the unified national test in chemistry	2245
532.	Bazhikova Z.	Research of biologically active compounds from plants of the genus ACHILLEA L.	2249

#### СЕКЦИЯ 4.

#### МАТЕМАТИКА, МЕХАНИКА И МАТЕМАТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ

#### ПОДСЕКЦИЯ 4.1 МАТЕМАТИКА

Көкшетау қаласы флорасын зерттеу жалғасуда, бұдан әрі зерттеу барысында осы аймақ үшін өсімдіктердің жаңа түрлері анықталатыны сөзсіз.

Стратегия – 2050" 2012 жылғы жарлығы бойынша, Қазақстан Республикасының "жасыл экономикаға" көшуі жөніндегі тұжырымдама – бұл халықтың өмір сүру сапасы жоғары, табиғи ресурстарды қазіргі және болашақ ұрпақтың мүддесі үшін ұқыпты және ұтымды пайдаланатын экономика.

"Жасыл экономикаға" көшу Қазақстанға әлемнің ең дамыған 30 елінің қатарына кіру бойынша қойылған мақсатқа қол жеткізуді қамтамасыз етуге мүмкіндік береді[13].

### Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. <https://stat.gov.kz/> Ұлттық статистика бюросы Қазақстан Республикасы Стратегиялық жоспарлау және реформалар агенттігі 04.09.2024г, 16:54
2. Матенов Е.Т., Усманова А.С. Управления природных ресурсов и регулирования природо-пользования Акмолинской области// Алматы. 2021, 7 с.
3. Канитаева К.П., Абдрахманова Г.А., Шалагинова Р.А. Природные условия и исторические процессы социально-экономического развития города Кокшетау//Аналитический обзор. Кокшетау, ЦНТИ, 2009. <https://kokshetau.online/prirodnye-usloviya-istoricheskie-protsessy-sotsialno-ekonomicheskogo-razvitiya-goroda-kokshetau-2009/>
4. Кубентаев С.А., Алибеков Д.Т., Мухтубаева С.К., Хапилина О.Н. Предворительный анализ флоры Акмолинской области// 2024 , 30с.
5. Куприянов А.Н Конспект флоры казахского мелкосопочника//Новосибирск Академическое издательство «Гео» 2020, 30с.
6. Баймуханбетов С.С., Матенов Е.Т., Усманова А.С., Коммунального государственного учреждения «Букпа»// Управления природных ресурсов и регулирования природо-пользования Акмолинской области. 2021г, 1 Том, 38с.
7. Толмачев А.И. Методы сравнительной флористики и проблемы флорогенеза// Новосибирск.: Наука, 1986, 196 с.
8. Скворцов А.К. Гербарий. Пособие по методике и технике. – М.: Наука, 1977, 199с.
9. Флора Казахстана. Т.Т. I - I X., 1956-1966.
10. <https://www.plantarium.ru/>
11. Иллюстрированный определитель растений Казахстана: (в 2т.). – Алма-Ата: Наука, Т.1. – 1969. – 644 с.: ил.; Т.2. – 1972, 571 с.
12. Cherepanov S. K. Vascular plants of Russia and adjacent states (the former USSR). 1995. – 516 p.
13. Zhanbolat A. Концепция по переходу Республики Казахстан к «зеленой экономике».- 2013г, 3с.

ӘОЖ 57.017

### ӘРТҮРЛІ СПОРТ ТҮРЛЕРІМЕН АЙНАЛЫСАТЫН СТУДЕНТТЕРДІҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДАМУ КӨРСЕТКІШТЕРІН ЗЕРТТЕУ

Султан Амангүл Айсақызы

[amoniasultanova@mail.ru](mailto:amoniasultanova@mail.ru)

7М05107-Биология білім беру бағдарламасының 2 курс магистранты

Л. Н. Гумилев атындағы ЕҰУ, Астана, Қазақстан

Ғылыми жетекші – Мукатаева Ж.М.

Бүгінгі таңда студенттердің физикалық дамуы қоғамдағы жалпы денсаулық деңгейінің маңызды көрсеткіштерінің бірі болып табылады. Өртүрлі спорт түрлерімен айналысу студенттердің дене шынықтыру деңгейін жақсартып қана қоймай, оларды өмір сүру салты мен жалпы денсаулығына оң әсер етеді. Спорттық іс-әрекеттердің өртүрлілігі мен студенттердің жеке ерекшеліктері физикалық даму көрсеткіштерінің динамикасына айтарлықтай әсер етеді. Мұнда жасы, жынысы, дене белсенділігі мен өмір сүру салты сияқты факторлар маңызды рөл атқарады. Студенттердің дене шынықтыруы мен физикалық қабілеттерінің дамуы өртүрлі спорт түрлерінің жиілігі, қарқындылығы және ұзақтығына байланысты өзгеріп отырады.

Бұл мақаланың мақсаты- өртүрлі спортпен айналысатын студенттердің физикалық даму көрсеткіштерін анықтап, олардың спорттық жүктеме деңгейіне байланысты айырмашылықтарын сипаттау. Осы мақсатқа жету үшін келесі міндеттер қойылды: Өртүрлі спорт түрлерімен айналысатын студенттердің морфологиялық көрсеткіштерін (бой, салмақ, бұлшықет массасы) зерттеу, жүрек-өкпе жүйесінің ерекшеліктерін анықтау, және спортпен шұғылданбайтын студенттердің физикалық жағдайымен салыстыра отырып, айырмашылықтарды талдау. Сонымен қатар, эксперимент жүргізу арқылы спорттың студенттердің физикалық жағдайына әсерін дәлелдеу.

Зерттеудің әдіснамалық негізі антропометриялық және функционалдық талдауларға сүйенеді. Бұл талдауларға дене ұзындығы мен салмағын, кеуде шеңберін, қол динамометриясын өлшеу, сондай-ақ спирометрия әдісі арқылы өкпенің тіршілік сыйымдылығы өлшеніп, пульсометрия көмегімен жүрек соғу жиілігі мен қан қысымы есептелді. Сонымен қатар, Руфье сынамасын жүргізу арқылы студенттердің жүрек-қан тамырлары жүйесінің денсаулығы бағаланса, Кетле индексі арқылы студенттердің дене салмағы мен бойының арақатынасы анықталды.

Зерттеу экспериментіне 80 студент қатысты, олар үш түрлі топқа бөлінді: бірінші топқа дзюдомен және күреспен айналысатын студенттер, екінші топқа жүзумен айналысатын студенттер, ал үшінші топқа спортпен айналыспайтын, яғни дене белсенділігі төмен студенттер жатқызылды. Зерттеуге қатысушылардың жасы-18-20 жас.

Талқылау.

Зерттеу нәтижелері студенттердің физикалық даму көрсеткіштері бойынша маңызды айырмашылықтарды көрсетті. Өртүрлі спорт түрлерімен айналысатын студенттер мен спортпен шұғылданбайтын студенттердің денсаулық жағдайы мен физикалық дамуы арасында айтарлықтай айырмашылықтар анықталды.

Кесте 1 Оқушылардың антропологиялық көрсеткіштері

Зерттелушілердің сипаттамасы	Дене ұзындығы (см)	Дене салмағы (кг)	Кеуде шеңберінің ұзындығы (см)	Қол күші	
				Оң	Сол
1) Дзюдомен және күреспен айналысатын студенттер	173.7±3.55	67.36±7.91	101.8±8.60	57.5±2.77	57.0±3.16
2) Жүзумен айналысатын студенттер	180.55±2.74	76.04±3.28	96.95±3.14	54.25±2.45	49.75±3.43
3) Спортпен айналыспайтын студенттер	176.25±7.66	79.84±12,6	93.9±7.25	46.75±5.68	42.75±4.44

1.1. Дене ұзындығы (ДҰ) өлшенген кезде бой өлшегіш құрал (ростомер) қолданылды. 1-кестеге сәйкес дене ұзындығының орташа мәні мен стандарттық ауытқуы спорт түріне байланысты өзгеретінін байқауға болады. Дзюдо және күреспен айналысатын студенттердің орташа бой ұзындығы  $173.7 \pm 3.55$  см, бұл көрсеткіш олардың бой ұзындығы бойынша біркелкі топтасқанын және дене ұзындығының өзгергіштігі салыстырмалы түрде аз екенін

көрсетеді. Жүзумен айналысатын студенттердің орташа бойы  $180.55 \pm 2.74$  см, ал стандарттық ауытқуы ең төмен (2.74 см). Бұл жүзумен айналысатын студенттерде дене ұзындығының біркелкі екендігін және орташа мәннің жоғары екенін көрсетеді. Бұл факт жүзудің бойдың өсуіне әсер етуі мүмкін деген болжамды қолдайды. Спортпен айналыспайтын студенттердің орташа бойы  $176.25 \pm 5.66$  см. Олардың стандарттық ауытқуы ең жоғары (7.66 см), бұл топ ішінде дене ұзындығының айтарлықтай өзгеретінін және біркелкіліктің төмен екенін көрсетеді.

1.2. Дене салмағы (кг). Адамның дене массасын өлшеу үшін көбінесе вага (дәлірек айтқанда, таразы) қолданылады. Дене салмағы адамның физикалық дайындығының, бұлшықет және май массасының, дене құрамы мен жалпы физиологиялық жағдайының маңызды көрсеткіштерінің бірі болып табылады. Жоғарыдағы кестенің нәтижелері бойынша әртүрлі спорт түрлерімен айналысатын студенттердің дене салмағы әртүрлі болатыны байқалады, бұл олардың дене жүктемесіне бейімделуімен және спорттық спецификамен байланысты. Дзюдо және күреспен айналысатын студенттердің орташа дене салмағы  $67.36 \pm 7.91$  кг құрады. Бұл спортшылардың дене салмағы арасында айтарлықтай өзгергіштік бар екенін көрсетеді. Дзюдо мен күрес салмақтық категорияларға бөлінетін спорт түрлері болғандықтан, кейбір спортшылар салмағын төмендетуге немесе сақтауға тырысады. Жүзумен айналысатын студенттердің орташа дене салмағы  $76.04 \pm 3.28$  кг, ал стандарттық ауытқуы ең төмен (3.28 кг). Бұл көрсеткіш жүзумен айналысатын студенттердің дене салмағы бойынша біркелкілігі жоғары екенін және дене массасының тұрақты екенін көрсетеді. Спортпен айналыспайтын студенттердің орташа дене салмағы  $79.84 \pm 12.6$  кг, ал стандарттық ауытқуы ең жоғары (12.6 кг). Бұл дене салмағының біркелкі емес таралуын және топ ішіндегі жеке айырмашылықтардың айтарлықтай жоғары екенін көрсетеді. Әртүрлі өмір салты, тамақтану әдеттері және физикалық белсенділіктің төмен болуы дене салмағының үлкен диапазонда ауытқуына себепші болуы мүмкін.

1.3. Кеуде шеңберінің ұзындығы бұлшықет дамуы мен тыныс алу жүйесінің функционалды мүмкіндіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіш болып табылады. 1-кестеге назар аударсақ, дзюдо және күреспен айналысатын студенттерде бұл мән  $101.8 \pm 8.60$  см, бұл олардың күштік жүктемелерге байланысты дамыған кеуде бұлшықеттерін көрсетеді, ал жүзумен айналысатын студенттерде  $96.95 \pm 3.14$  см, стандарттық ауытқудың төмендігі бұлшықет құрылымының біркелкілігін дәлелдейді. Спортпен айналыспайтын студенттерде көрсеткіш  $93.9 \pm 7.25$  см, бұл олардың физикалық белсенділігінің төмендігінен кеуде бұлшықеттерінің аз дамығанын және нәтижелердің өзгергіштігі жоғары екенін көрсетеді.

1.4. Қол күші көрсеткіштері спорт түріне байланысты бұлшықет дамуы мен физикалық жүктемеге бейімделу деңгейін сипаттайды. Жоғарыдағы сынамалардың қорытындысына мән берсек, дзюдо және күреспен айналысатын студенттердің оң қолдағы күші  $57.5 \pm 2.77$  кг, сол қолдағы күші  $57.0 \pm 3.16$  кг, бұл олардың екі қолының да күшті әрі тең дамығанын көрсетеді, себебі күрес түрлері екі қолдың да үйлесімді жұмысын талап етеді. Жүзумен айналысатын студенттердің оң қолдың күші  $54.25 \pm 2.45$  кг, сол қолы  $49.75 \pm 3.43$  кг, бұл олардың жаттығулар кезінде қолдың асимметриялы жүктелуін білдіреді, ал спортпен айналыспайтын студенттерде көрсеткіштер  $46.75 \pm 5.68$  кг (оң) және  $42.75 \pm 4.44$  кг (сол), бұл олардың бұлшықет күші әлсіз екенін және өзгергіштігі жоғары екенін көрсетеді.

Кесте 2 Оқушылардың морфологиялық көрсеткіштері

Зерттелушілердің сипаттамасы	Жүрек соғу жиілігі	Қан қысымы		Руфье индексі
		Систола	Диастола	
1) Дзюдомен және күреспен айналысатын студенттер	$61.00 \pm 3.38$	$111.75 \pm 1.52$	$70.75 \pm 1.52$	$7.4 \pm 1.2$
2) Жүзумен айналысатын студенттер	$55.00 \pm 3.16$	$111.75 \pm 1.52$	$70.75 \pm 1.52$	$5.0 \pm 0.8$
3) Спортпен айналыспайтын студенттер	$75.00 \pm 3.10$	$126.00 \pm 2.79$	$82.95 \pm 2.09$	$13.8 \pm 1.5$

Жүрек соғу жиілігі (ЖСЖ) спорт түріне байланысты айтарлықтай өзгереді. Жүзумен айналысатын студенттерде ЖСЖ  $55.00 \pm 3.16$  соққы/мин, бұл жүрек-тамыр жүйесінің тиімділігінің жоғары екенін және аэробты төзімділіктің жақсы қалыптасқанын көрсетеді. Дзюдомен және күреспен айналысатын студенттерде  $61.00 \pm 3.38$  соққы/мин, бұл қалыпты деңгейде, бірақ қарқынды жүктемелерге байланысты жүрек соғысының салыстырмалы түрде жоғары екенін білдіреді. Спортпен айналыспайтын студенттерде ЖСЖ  $75.00 \pm 3.10$  соққы/мин, бұл жүрекке түсетін жүктеменің жоғары екенін және аэробты төзімділіктің төмендігін көрсетеді.

Зерттеу нәтижелері бойынша дзюдошылардың орташа Руфье индексі  $7.4 \pm 1.2$  құрап, стандартты ауытқу 16.2% болды. Бұл олардың жүрек-тамыр жүйесінің төзімділігі жоғары және тұрақты екенін көрсетеді. Жүзумен айналысатын студенттердің орташа Руфье индексі  $5.0 \pm 0.8$ , ал стандартты ауытқуы 16.0% деңгейінде анықталды. Бұл көрсеткіштер олардың жүрек жұмысының тиімділігі жоғары екенін және қалпына келу уақытының жылдам екенін дәлелдейді. Ал спортпен айналыспайтын қатысушылардың Руфье индексі  $13.8 \pm 1.5$ , стандартты ауытқу 10.9% құрады, бұл жүрек-тамыр жүйесінің төзімділігі айтарлықтай төмен екенін көрсетеді. Жалпы алғанда, жүзумен айналысатын студенттерде ең жақсы физиологиялық көрсеткіштер байқалды, дзюдошыларда жүрек төзімділігі қалыпты деңгейде, ал спортпен айналыспайтындарда жүрек-тамыр жүйесінің қызметі әлсіз екені анықталды.

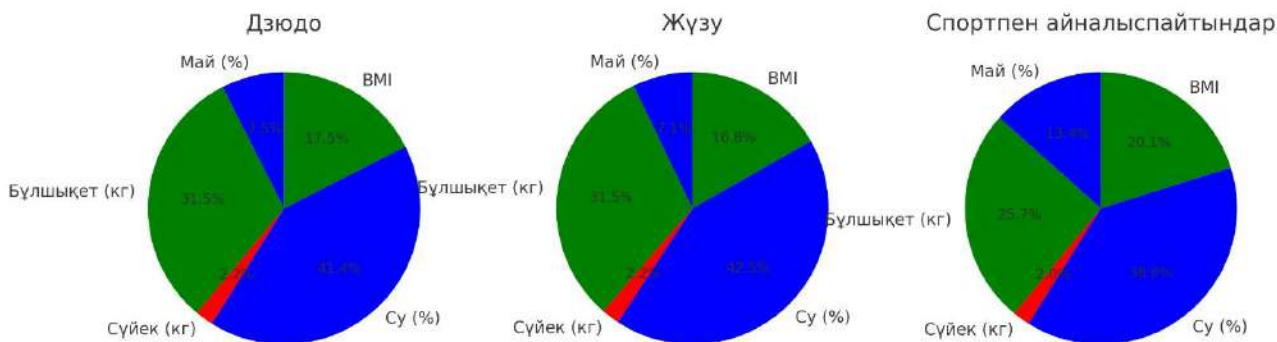
Кетле индексі (Quetelet индексі) – дене салмағының (кг) дене ұзындығының (м) квадраттарына қатынасы ретінде есептеледі, яғни:

$$\text{BMI} = \text{дене салмағы (кг)} / (\text{дене ұзындығы (м)})^2$$

Дзюдо спортымен шұғылданатындар орташа Кетле индексі (BMI): шамамен 22.61. Бағалау нормасы 18.5–24.9 аралығында болғандықтан, қалыпты деңгейге жатады.

Жүзу спортымен шұғылданатындар орташа Кетле индексі (BMI): шамамен 23.33. Бағалау: қалыпты салмақ аясында.

Спортпен шұғылданбайтын студенттер орташа Кетле индексі (BMI): шамамен 23.46. Бағалау: қалыпты.



Сурет 1 Биоимпеданстық анализінің көрсеткіштері

Жоғарыда көрсетілген диаграмма бойынша ұсынылған нәтижелер 18-20 жас аралығындағы студенттердің биоимпеданстық анализінің нақты нәтижелерін қамтиды. Зерттеуге үш топ қатысты: дзюдомен айналысатын спортшылар, жүзумен айналысатын спортшылар және спортпен шұғылданбайтын ер адамдар.

Биоимпедансометриялық анализ қорытындысына сүйене отырып, төмендегідей орташа мәнге ие болдық.

- Дзюдо: Май 11.0%, Бұлшықет 46.4 кг, Сүйек 3.2 кг, Су 61.0%, BMI 25.78
- Жүзу: Май 10.4%, Бұлшықет 46.0 кг, Сүйек 3.14 кг, Су 62.0%, BMI 24.48
- Спортпен айналыспайтындар: Май 19.0%, Бұлшықет 36.4 кг, Сүйек 2.9 кг, Су 55.0%, BMI 28.58

Бұдан бізге берілетін қорытынды:

- Жүзумен айналысатын студенттерде ең төменгі май пайызы (10.4%) және ең жоғары су пайызы (62%) байқалады, бұл олардың дене құрамының теңгерімді екенін көрсетеді.

- Дзюдошыларда бұлшықет массасы ең жоғары (46.4 кг), бірақ май пайызы жүзумен айналысатын студенттерден сәл жоғары (11.0%).

- Спортпен айналыспайтындарда май пайызы өте жоғары (19.0%) және бұлшықет массасы ең төмен (36.4 кг), бұл денсаулыққа кері әсер етуі мүмкін.

Қорытынды және ұсыныстар

Жүргізілген зерттеу студенттердің физикалық дамуына спорттың оң әсерін айқын көрсетті. Әсіресе, кәсіби спортпен айналысатын студенттердің физикалық және психологиялық көрсеткіштері жоғары болды. Осыған байланысты, университеттерде студенттердің денсаулығын жақсарту үшін келесі ұсыныстар беруге болады:

- Университет ішінде спорт секцияларын көбейту және спорттық іс-шараларды жиі өткізу;

- Барлық студенттерге спортпен айналысуға жағдай жасау, тегін спорт залдары мен алаңдарды қолжетімді ету;

- Физикалық белсенділікті арттыру үшін мотивациялық бағдарламалар енгізу, мысалы, спорттық жарыстарға ынталандыру, арнайы марапаттар тағайындау;

Бұл ұсыныстар студенттердің тек физикалық денсаулығын емес, жалпы өмірлік белсенділігін арттыруға және олардың болашақ өмір салтына оң әсер етуге көмектеседі. Спорт – тек денені шынықтыру ғана емес, сонымен қатар адамның жалпы дамуына ықпал ететін маңызды фактор. Өртүрлі спорт түрлерімен айналысатын студенттерде денсаулық көрсеткіштері, физикалық төзімділік, психологиялық тұрақтылық және академиялық үлгерім жоғары болатыны дәлелденді. Сондықтан әрбір студентке дене белсенділігін арттыруға көңіл бөлу, өз денсаулығын нығайту және спортты өмір салтына айналдыру ұсынылады.

### Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Астраханцев В. А., Медико-биологические основы физической культуры и спорта. — Москва: Академия, 2019.

2. Брумель В. М., Физиология спорта: Учебное пособие. — Санкт-Петербург: Питер, 2021.

3. Глушко Е. А., Воздействие физических нагрузок на сердечно-сосудистую систему. — Новосибирск: СибАК, 2020.

4. Карпов И. В., Влияние регулярных физических нагрузок на пульс и индекс Руфье у студентов // Журнал спортивной медицины. — 2022. — №3. — С. 45-52.

5. Петров С. А., Сравнительный анализ антропометрических показателей у спортсменов и лиц, не занимающихся спортом // Вестник физиологии человека. — 2021. — №2. — С. 30-37.

ӘОЖ 571.27

## БРОНХ ДЕМІКПЕСІ ЖӘНЕ СОЗЫЛМАЛЫ ОБСТРУКТИВТІ ӨКПЕ АУРУЫ АЙҚАС СИНДРОМЫ КЕЗІНДЕГІ ИММУНОГЛОБУЛИН Е ДЕЦГЕЙІН ЗЕРТТЕУ

Товкумова Алтынай Серікқызы

*atovkumova@gmail.com*

Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті,

Биология білім беру бағдарламасының 4 курс білім алушысы, Астана, Қазақстан

Ғылыми жетекшісі – PhD, аға оқытушы Арипова А.А.