



ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ЖУРНАЛ

**ДЕНЕ  
ТӘРБИЕСІНІҢ  
ЖАРШЫСЫ**

**ВЕСТНИК  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ**

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

2014  
№ 1

**ЖУРНАЛ**  
**«ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» №1 (34) 2014**  
**Научно-практическое издание**

**Редакционная коллегия**

**Главный редактор:**

Кульназаров Анатолий Кожекенович – руководитель лаборатории научного и учебно-методического обеспечения, д.п.н., профессор;

**Заместитель главного редактора:**

Абишев Асылхан Рахимжанович – руководитель службы организационно-аналитической работы, к.б.н.;

Семушкин Анатолий Федорович – почетный профессор КазАСТ, заслуженный работник физической культуры РК.

**Редакционный совет:**

Рамазанов Бауржан Найманханович – Заместитель генерального директора по спорту, Заслуженный тренер РК;

Касымбекова С.И. – Заместитель генерального директора по науке, д.п.н., профессор;

Жахин Калкен Елеукенович – главный эксперт департамента дошкольного и среднего образования МОН РК, к.п.н.,

Мухамеджанов Эмиль Копеевич – руководитель лаборатории медико-биологического обеспечения спортивного резерва и профпитания, д.м.н., профессор;

Таймазов Владимир Александрович – д.п.н., профессор, г. Санкт-Петербург Россия;

Горелов Александр Александрович – д.п.н., профессор, г. Москва, Россия;

Мамытов Абакир Мамытович – д.п.н., профессор, г. Бишкек Кыргызстан;

Лях Владимир Иосифович – д.п.н., профессор, Польша;

Шукан Виктор Иосифович – к.п.н., профессор, г. Минск Белоруссия;

Сухов Сергей Васильевич – заместитель руководителя лаборатории медико-биологического обеспечения спортивного резерва и профпитания, д.м.н.;

Жунусбеков Жаксыбек Ибрагимович – руководитель лаборатории учебно-спортивной работы и проведения спортивных мероприятий, к.п.н., доцент, Заслуженный тренер РК;

Арещенко Анатолий Иванович – заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Казахского Национального Университета им. Аль-Фараби, профессор, Заслуженный тренер Каз.ССР.;

Утегенов Ерлан Казбекович – заведующий кафедрой физической культуры и спорта Жетысуйского Государственного университета им. И. Жансугурова, к.п.н., доцент.;

Интин Тусипхан Кимұлы – учитель физического воспитания ШГ. №175,

**Ответственный секретарь:**

Койбагаров Талап Каримович – пресс секретарь;

Шалбарбаев Данияр Куанышевич – консультант.

**Корректоры:**

Укиртай Куляш Бектенкызы – руководитель группы документационного обеспечения

Туманова Людмила Александровна

**Издается**

с 07.02.2001 г.

**Учредители издания:**

Министерство образования и науки Республики Казахстан  
Национальный научно-практический центр физической культуры

Свидетельство о постановке на учет периодического печатного издания и (или) информационного агентства журнала

№10053 Ж от 14 апреля 2009г.

**Выходит 4 раза в год**

**Дене тәрбиесінің жаршысы / Вестник физической культуры**

Ғылыми-практикалық журнал / научно-практический журнал

**2014, №1**

**Адрес:** 050051, г.

Алматы, пр. Достык, 124.

**Телефоны:**

262-01-15;

264-44-69;

264-39-33

Заказ № 76

Тираж 230 экз

Отпечатано в типографии ТОО

«Полиграфсервис».

050050, г. Алматы,

ул. Зеленая, 13 «А».

Тел.: 8 (727) 233-32053

**III. ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕПТЕРДЕГІ, ОРТА ЖӘНЕ ЖОҒАРҒЫ ОҚУ  
ОРЫНДАРЫНДАҒЫ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ  
III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ,  
СРЕДНИХ И ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

- Байзақова Н.О., Фролова Т.М., Сеницына И.М.**  
СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНСАУЛЫҚ ДЕҢГЕЙІН БАҒАЛАУ.....73.
- Ж.М.Есіркепов, Б.Қ.Қалдыбеков**  
БОЛАШАҚ ПЕДАГОГТАРДЫ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ЖҮЙЕСІН ЖҮЗЕГЕ  
АСЫРУҒА ДАЙЫНДАУДЫҢ НЕГІЗІ.....75.
- Ж.М.Есіркепов, Б.Ж. Көпжасар**  
ЗАМАНАУИ АҚПАРАТТЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ САБАҒЫНДА  
ҚОЛДАНУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ.....78.
- Ж.К. Утепбергенов**  
РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ.....80.
- Т.А. Баёва**  
ИНТЕГРАЦИЯ УЧЕБНОЙ И ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ  
ВОСПИТАНИЮ.....85.
- И.И Мартыненко, Н.П. Вишнякова**  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» КАЗНУ ИМ. АЛЬ-ФАРАБИС  
УЧЕТОМТРЕБОВАНИЙСОВРЕМЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА.....88.
- Х.И Исмаилова**  
РОЛЬ ПЕДАГОГА В ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ.....90.
- В.М. Кожевникова, И.А. Курбатова, В.В. Полбин, С.К. Иргинбаев**  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗНАЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР И ИХ ХАРАКТЕРИСТИКА В СВЯЗИ  
С ВОЗРАСТНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.....92.
- Г.А.Ниязова, Н.Т.Оразбекова, Д.А.Тауасарова**  
ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ.....95.
- А.И.Арещенко, Ғ.Б.Мәдиева, Г.А. Испамбетова, Е.М.Үсейн, Л.А. Шабарбек**  
СТУДЕНТ ЖАСТАР АРАСЫНДАҒЫ ЖАЗҒЫ УНИВЕРСИАДА.....98.
- Е. Сепбосынов, Ә. Байғалиев, К. Әлікенова**  
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН ОЙ ШЫНЫҚТЫРУ ӨРІСТЕРІ.....102.
- Ж.М. Есіркепов, Т.А.Досмамбетов**  
ИННОВАЦИЯЛЫҚ САУЫҚТЫРУ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ ЖОО-Ы СТУДЕНТТЕРІНІҢ  
САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ҚҰРАЛЫ РЕТІНДЕ.....105.

**II. ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕПТЕРДЕГІ, ОРТА ЖӘНЕ ЖОҒАРҒЫ ОҚУ  
ОРЫНДАРЫНДАҒЫ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ**  
**III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ,  
СРЕДНИХ И ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

**СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНСАУЛЫҚ ДЕҢГЕЙІН БАҒАЛАУ**

**Байзақова Н.О. – аға оқытушы**

**Фролова Т.М. – аға оқытушы**

**Синицына И.М. – аға оқытушы**

**Дене тәрбиесі және спорт кафедрасы**

**әл – Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ.**

**Түйінді сөздер:** дене шынықтыру, патологиялық үрдіс, профилактикалық, денсаулық деңгейі.

Қазіргі таңда қоғамның білімділігі, интеллекті, рухани байлығы мен денсаулығы өсетін дамуының аса маңызды факторына айналды. Студенттерге қатысты бұл мәселенің өте тіпті жағы айқындалды: сыртқы көзқараспен қоғамның ең сау бөлігі болып көрінетін ардың денсаулық динамикасы жылдан-жылға төмендеп кетуде. Бұған дәлел – әр жыл өткен сайын студенттердің арнайы медициналық бөлімдерге қабылдануының көбеюі.

Дене шынықтыру – денсаулықты сақтап отыратын қозғалысты үйрету педагогикалық жүйесінде басты орын алып тұр. Білім беру үрдісінің әдістемелік аспектінің маңызды компоненті ретінде арнайы білім алуы, жеке денсаулық паспортының жүргізілуі, дене шынықтыруға деген ұмтылысы мен қызығушылықтың артуы болып табылады [2].

Күндізгі бөлім студенттерінің өз денсаулық деңгейін бағалауы әдістемелік-тәжірибелік тәсілдерінің бірі тақырыбы болып табылады. Адамның денсаулығы – өмірдегі басты байлық. Оны ешқандай ақшаға сатып алуға болмайды, оны жас кезінен сақтау керек.

Денсаулық деген түсініктің көп түрі бар. Олардың көбісі денсаулық тек аурулардың жоқтығы ғана емес, сонымен бірге дене саулығы, рухани және қоғамдық байлығы деп есептеледі.

Денсаулықтың диагностика мәселесі қазіргі қоғамның даму кезінде аса өзекті болып табылады. Қазіргі медицина көбінесе бар ауруларды тіркейді, алайда, денсаулық деңгейін бағалай алмайды.

Өз денсаулық деңгейін білу қажет, өйткені оның көрсеткіштерін жасқа, ауа райына, өмірлік жағдайына, жетіспеушілігіне қарамастан жақсартуға деген ұмтылыс, күнделікті дене шынықтыру әдістерімен айналысу үшін мықты мотив қажет. Сонымен бірге, денсаулық деңгейін үнемі бақылап жүруі жаттығуларға түзетулерді енгізіп, дәрігерге уақытында көрініп тұруға мүмкіндік береді.

Денсаулық министрлігі балалар мен жасөспірімдер гигиенасы ғылыми-зерттеу институты ұсынылған студенттің денсаулық деңгейін кешенді бағалау әдістемелік тәжірибеде қолданылып жүргізілген. Бұл кешенді бағалау студент медициналық бақылау барысында төрт көрсеткіштер негізінде берілген:

1. Денсаулықтың бірінші көрсеткіші – тексеру барысында созылмалы аурулардың бар жоқ болуы.
2. Денсаулықтың екінші көрсеткіші – ағзаның және ағза жүйесінің функционалды қалпын сақтау (қан ағынының тін соғуы, тыныс алуы, артериалдық қысымы, геммограммасы).
3. Денсаулықтың үшінші көрсеткіші – ағзаның тұрақтылығы, адам басынан өткен аурулардың саны және олардың қысқа мерзімде айқындалуы.
4. Денсаулықтың төртінші көрсеткіші – дене және психикалық дамуының деңгейі, денсаулықтың үйлесімділігі [2].