

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Taguchi N. *Teaching pragmatics: Trends and issues* // *Annual Review of Applied Linguistics*. 2011. Vol. 31. 289–310 p.
2. Taguchi N. *Comprehending implied meaning in english as a foreign language* // *Modern Language Journal*. 2005. Vol. 89, № 4.
3. Taguchi N. *Pragmatic performance in comprehension and production of English as a second language*. 2003.
4. Taguchi N. *The role of learning environment in the development of pragmatic comprehension* // *Stud Second Lang Acquis*. 2008. Vol. 30, № 4.
5. Taguchi N. *Cognition, language contact, and the development of pragmatic comprehension in a study-abroad context* // *Lang Learn*. 2008. Vol. 58, № 1.
6. Taguchi N. *The effect of L2 proficiency and study-abroad experience on pragmatic comprehension* // *Lang Learn*. 2011. Vol. 61, № 3.
7. Taguchi N. *Pragmatic Development as a Dynamic, Complex Process: General Patterns and Case Histories* // *Modern Language Journal*. 2011. Vol. 95, № 4.
8. Taguchi N. *“Contextually” speaking: A survey of pragmatic learning abroad, in class, and online* // *System*. 2015. Vol. 48.
9. Taguchi N. *‘Game-based instruction of pragmatics: Learning request-making through perlocutionary effects,’* // *Language Learning & Technology*. 2023. Vol. 27, № 1.
10. Taguchi N. *Immersive Virtual Reality for Pragmatics Task Development* // *TESOL Quarterly*. 2022. Vol. 56, № 1.
11. Taguchi N. *Development of speed and accuracy in pragmatic comprehension in english as a foreign language* // *TESOL Quarterly*. 2007. Vol. 41, № 2.
12. Taguchi N., Kim Y. *Collaborative dialogue in learning pragmatics: Pragmatic-related episodes as an opportunity for learning request-making* // *Appl Linguist*. 2016. Vol. 37, № 3.
13. Taguchi N. *Instructed pragmatics at a glance: Where instructional studies were, are, and should be going* // *Language Teaching*. 2015. Vol. 48, № 1.
14. Taguchi N., Dixon D.H. *Game-Informed Approach to Teaching Request-Making in English: A Comparison of Feedback Mechanics* // *CALICO Journal*. 2023. Vol. 40, № 2.
15. Taguchi N. *Technology-enhanced language learning and pragmatics: Insights from digital game-based pragmatics instruction* // *Language Teaching*. 2023. Vol. 24, № 2.

МРНТИ 14.77.03

<https://doi.org/10.51889/2959-5762.2024.82.2.008>

Б.Омаров¹, Б. Қуанышбаев^{2*}, А.Исаев¹

¹Халықаралық туризм және меймандостық университеті, Түркістан қ., Қазақстан

²Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті
Түркістан қ., Қазақстан

ЖОҒАРЫ ОҚУ ОРНЫ БІЛІМгерлерінің САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҰСТАНУ ЖАҒДАЙЫ МЕН ӨМІР СҮРУ САПАСЫН АНЫҚТАУ

Аңдатпа

Бұл мақалада «Дене шынықтыру және спорт мұғалімдерін дайындау», «Туризм», «Педагогика және психология» және «Математика» сынды білім беру бағдарламаларында білім алушы жоғары оқу орны білімгерлерінің қатысуымен жүргізілген зерттеу нәтижесі жайында баяндалған.

Ғылыми жұмыста Түркістан қаласындағы Халықаралық туризм және меймандостық университеті мен Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ түрік университетінде білім алатын жоғары оқу орнының студенттерінің пәнаралық байланыстарын назарға алу негізінде анықталған нәтижелер қарастырылған.

Мақалада жоғарыда көрсетілген білім беру бағдарламалары студенттерінің салауатты өмір салтын ұстану жағдайы мен олардың өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейін анықтауға байланысты жасалынған статистикалық талдаулар баяндалады.

Респонденттердің салауатты өмір салты мен өмірге қанағаттану деңгейлерін анықтау мақсатында, Динер, Эммонс, Ларсен және Гриффин әзірлеген (1985) «Өмір сүру сапасы» шкаласы қолданылды. Ғылыми зерттеу жұмысына жалпы саны 195 (оның ішінде 106 ер бала, 89 әйел) респондент қатыстырылды. Ғылыми зерттеу жұмысында респонденттердің шкалалардан алынған қорытындылары көрсетілген. Зерттеу жұмысына

катысушы респонденттерден алынған мәліметтер SPSS 20 бағдарламасында талданып, кестелер түрінде енгізілді және талдау жасалынды.

Түйін сөздер: жоғары оқу орны, білім беру, білім алушы, дене дайындығы, салауатты өмір салты, өмір сүру сапасы, шкала, пәнаралық байланыс.

Омаров Б.,¹ Куанышбаев Б.,^{2} Исаев А.¹*

¹*Международный университет туризма и гостеприимства, г. Туркестан Казахстан*

²*Международный казахско-турецкий университет имени Ходжа Ахмеда Ясави
г. Туркестан Казахстан*

ОПРЕДЕЛЕНИЕ УСЛОВИЙ ВЕДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВУЗА

Аннотация

В данной статье рассматривается результат исследования с участием обучающихся вузов по образовательным программам «Подготовка учителей физической культуры и спорта», «Туризм», «Педагогика и психология» и «Математика».

В научной работе рассмотрены результаты, выявленные на основе принятия во внимание междисциплинарных связей студентов вуза, обучающихся в Международном университете туризма и гостеприимства г. Туркестан и Международном казахско-турецком университете им. Ходжи Ахмеда Ясави.

В статье излагаются статистические анализы, проведенные в связи с определением состояния здорового образа жизни и уровня удовлетворенности студентов вышеуказанных образовательных программ качеством их жизни.

С целью определения здорового образа жизни и уровня удовлетворенности жизнью респондентов использовалась шкала «Качество жизни», разработанная Динером, Эммонсом, Ларсеном и Гриффином (1985). В научно-исследовательской работе приняли участие 195 респондентов (из них 106 мужского пола, 89 женского пола). В научно-исследовательской работе отражены выводы респондентов из шкал. Данные, полученные от респондентов, участвующих в исследовательской работе, были проанализированы в программе SPSS 20, введены в виде таблиц и проанализированы.

Ключевые слова: высшее учебное заведение, образование, обучающийся, физическая подготовка, здоровый образ жизни, качество жизни, шкала, межпредметная коммуникация.

Omarov B.,¹ Kuanyshbayev B.,^{2} Issayev A.¹*

¹*International University of Tourism and Hospitality. Turkistan, Kazakhstan.*

²*Khoja Akhmet Yassawi International Kazakh-Turkish University.
Turkistan, Kazakhstan.*

DETERMINING THE CONDITIONS FOR A HEALTHY LIFESTYLE AND THE QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

This article examines the result of a study with the participation of university students on educational programs "Training of teachers of physical culture and sports", "Tourism", "Pedagogy and Psychology" and "Mathematics".

The scientific work considers the results identified on the basis of taking into account the interdisciplinary connections of university students studying at the International University of Tourism and Hospitality of Turkistan and the International Kazakh-Turkish University named after Khoja Ahmed Yasawi.

The article presents statistical analyses conducted in connection with determining the state of a healthy lifestyle and the level of satisfaction of students of the above educational programs with the quality of their lives.

In order to determine a healthy lifestyle and the level of life satisfaction of respondents, the "Quality of Life" scale developed by Diener, Emmons, Larsen and Griffin (1985) was used. 195 respondents took part in the research work (106 male, 89 female). The research paper reflects the conclusions of the respondents from the scales. The data obtained from the respondents participating in the research work were analyzed in the SPSS 20 program, entered in the form of tables and analyzed.

Keywords: higher education institution, education, student, physical fitness, healthy lifestyle, quality of life, scale, interdisciplinary communication.

Негізгі ережелер. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы сарапшыларының жариялаған дерегі бойынша әлемдегі халық денсаулығының 49-50 %-ы өмір сүру салтына, яғни адамның өз денсаулығына қалай қарайтынына тәуелді, ал 17-20 %-ы қоршаған орта ерекшеліктеріне байланысты қалыптасады [1].

Өмір сапасы - бұл жеке адамдардың немесе қоғамның әл-ауқатының жалпы деңгейін және қолжетімділігін білдіретін термин [2].

Өмір сапасы туралы мәліметтер; Ол халықаралық даму, денсаулық сақтау, саясат және жұмыспен қамтуды қоса алғанда, кең ауқымда қолданылады. Өмір сапасын өмір сүру деңгейі ұғымымен шатастырмау керек.

Өмір сапасының стандартты көрсеткіштері көптеген көрсеткіштер болып табылады, оның ішінде тек байлық пен жұмыспен қамту ғана емес, сонымен қатар салынған қоршаған ортаның жағдайы, физикалық және психикалық денсаулық, білім беру, демалыс, бос уақыт және әлеуметтік қатыстылық [3].

Өмір сүру сапасы келесі қосалқы домендерді қамтиды:

- Жеке тұлға және жауапкершілік;
- Шығармашылық және демалыс;
- Ақыл және жоспарлау;
- Сенімдер мен идеялар;
- Жыныс және ұрпақ;
- Сұрау және білім алу;
- Амандық пен денсаулық [4].

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы 70% жағдайда жұқпалы емес аурулар мезгілсіз өлімнің себебі болып табылатынын, сондықтан денсаулықты нығайту, оның маңызды бөлігі салауатты өмір салты болып табылады және ДДҰ адамдардың қажеттіліктеріне бағытталған алғашқы медициналық-санитарлық көмек қызметтерін орналастыруды қарастырады, бұл медициналық көмек көрсетуден басқа, бірінші кезекте салауатты өмір салтын қалыптастыруға және жұқпалы емес аурулардың алдын алуға бағытталған [5].

Салауатты өмір салтының маңызды аспектілері:

- Темекі шегуден бас тарту;
- Алкоголь мен басқа да есірткілерден бас тарту;
- Рационалды тамақтану;
- Дене белсенділігі, аз қимылдау өмір салтынан бас тарту [6].

Альфимов, Евсеев, Шашкин сынды ғалымдар салауатты өмір салтына кері әсер етуші, сонымен бірге жұқпалы емес аурулардың қаупін арттыратын факторларға мыналар жатады: дұрыс тамақтанбау, отырықшы өмір салты (физикалық белсенділіктің төмен деңгейі), темекі шегу, алкогольді теріс пайдалану, кофеинді шамадан тыс пайдалану, тұрақты емес ұйқы режимі, сондай-ақ бейімделмеген стрессті жеңу [7].

Кіріспе. Салауатты өмір салты - бұл әртүрлі анықтамалар мен бақыт, сәттілік ұғымы, бұл байлық, денсаулық және қанағаттану сияқты жағымды ұғымдармен байланысты.

Сонымен қатар, жеке адамдардың өміріне жалпы қанағаттану, эмоционалды әл-ауқат және бұл оның функционалдығына әсер ететін күрделі құрылым. Өмір сүру сапасына жанама болса да, алғашқы қозғаған адам Аристотель болып табылады. Адамдардың өмірдегі соңғы мақсатын Аристотель «Эудамания» деп атады және бұл түсінікті «Жақсы энергиямен өмір сүре бастау» деп түсіндірді [8]. Термин ретінде өмір сүру сапасы алғаш рет Medical Times-те жарияланған Лонг (1960) «Өмір саны мен сапасы туралы» мақаласында айтылды. Сонымен қатар, өмір сүру сапасының орны мен маңыздылығы «Медицина және өмір сүру сапасы» мақаласында талқылана бастады [9].

Зерттеу аясындағы әдебиеттерде өмір сүру сапасына қатысты мәліметтердің көптігіне қарамастан, «өмір сүру сапасы (салауатты өмір салты)» ұғымы жайлы жалпылама қабылданған анықтама жоқ. Бұл анықтамалардың кейбіреулері өмір сүру сапасының экологиялық

ерекшеліктерін, ал кейбіреулері экономикалық ерекшеліктерді түсіндірсе, басқалары оларды әлеуметтік және психологиялық ерекшеліктермен түсіндіреді.

Өмір сүру сапасы адамның субъективті игілігімен байланысты. Онда адамның өз өмірімен қандай дәрежеде күресетіні көрсетіледі. Патрик пен Эриксон өмір сүру сапасын өлім мен өмір сүру кезеңін, мүгедектікті, функционалдық мәртебесін, әлеуметтік, психологиялық немесе дене денсаулығын, сондай-ақ әлеуметтік-мәдени кемшіліктерді қабылдауды қамтитын базалық тұжырымдама ретінде айқындаған [10]. Кальман өмір сапасын адамдардың алатын табыстары мен олардың жеке мүдделері арасындағы алшақтық теориясы ретінде анықтайды [11]. Басқа анықтамада өмір сүру сапасы адамның қоршаған ортасы, мектеп және өзінің жеке тұрғын үйінде жұмыс істеу және оларды іске асыру сияқты негізгі қажеттіліктерге қалай қол жеткізуге қатысты басқалармен бірдей мүмкіндіктерге ие екендігі ретінде сипатталады [12]. Көптеген зерттеулерде өмір сүру сапасы бақыт, қанағаттану, консистенция ретінде анықталды, ал өмір сапасы ұғымы өмірге қанағаттанудың, өмір мазмұнының және бақыттың синонимі ретінде пайдаланылды.

Өмірді, сапа және сан (мөлшер) деп екі өлшеммен бағалауға болады. Тіршіліктің мөлшері өмірдің ұзақтығы ретінде анықталуы мүмкін, бірақ сапасы физикалық орта және әлеуметтік жағдай, экономикалық ерекшелік сияқты бірнеше факторларды қамтитын көп өлшемді ұғым [13].

Адам өмірінің сапасы туралы әдебиеттерді зерттеу барысында олар келесі анықтамаларға көз жеткізді:

– Адам өмір сүретін мәдениет пен құндылықтар жүйесінде олардың қасиеттері, қойылған мақсаттар, қойылған армандар, өмірдегі мүдделер мен ұстанымдар жиынтығы;

– Адам денсаулығы, психологиялық жағдайы, әлеуметтік жағдайы қоршаған орта мен қоршаған ортаның өзара байланысына әсер ететін кең түсінік [14];

– Өмір бойы қол жеткізуге болатын жеке қанағаттану, Денсаулық олардың жағдайына әсер ететін ауруларға және олардың күнделікті физикалық, психикалық және әлеуметтік әсерлеріне өзіндік әсерін көрсететін тұжырымдама. Адамның мәдениеті, құндылықтары, ұстанымы мен мақсаттары осы ұғымға енуі мүмкін [15].

Жасты ұлғайту процесі салауатты өмір салтының деңгейіне теріс әсер етеді. Денсаулық проблемалары және оның өзгергіштігі өмір сапасының төмендеуінің негізгі себептері болып табылады. Дегенмен, адамның өмір сапасына әсер ететін көптеген себептер бар. Біз бұл себептерді келесі ретпен топтастыра аламыз:

– Жеке сипаттамалары: жынысы, жасы және кейбір тұқым қуалайтын белгілері;

– Әлеуметтік ерекшеліктер: бұл қоғамның әлеуметтік қолдауын көрсететін ерекшеліктер. Бұл адам өзінің жеке басының қауіпсіздігін сезінеді, өзі өмір сүретін қоғамда оқшаулануды сезінбейді және өзінің қадір-қасиетін қамтамасыз етеді.

– Экономикалық ерекшеліктері: мысалы, зейнеткерлік жастағы адамның адам табиғаты, қажеттіліктерді қанағаттандыру үшін кірістің болуы және осы кірістің үздіксіздігі.

– Психологиялық сипаттамалары: Бұл бақыт пен адам өмірінің сапасына қатысты қанағаттану сезімі пайда болатын ерекшеліктердің бірі.

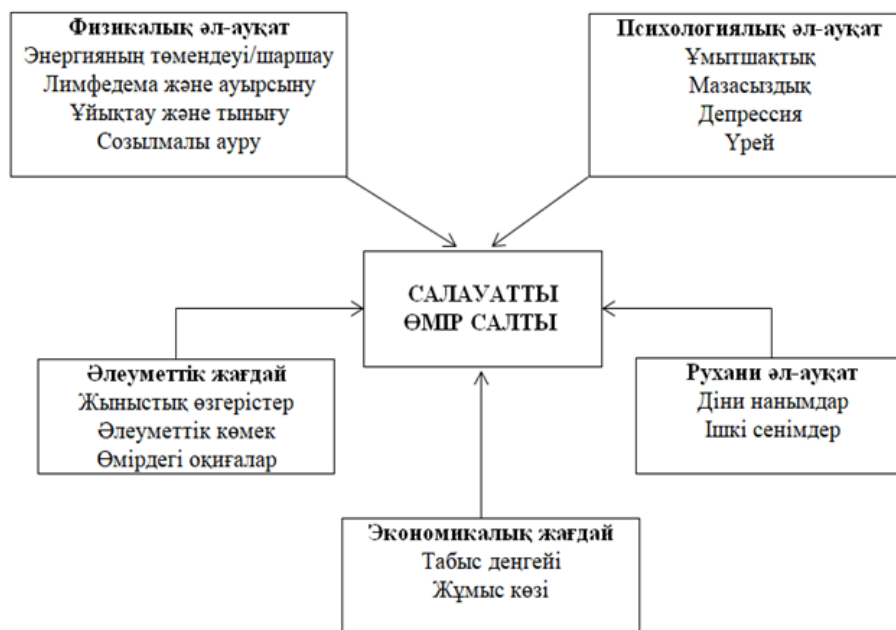
– Денсаулық жағдайы: бұл адам денсаулығына қатысты шағымдар, туғаннан берілетін аурулардың түрлері, дененің әлсіздігінен туындаған жағдайлар жиынтығы.

– Әлеуметтік жағдайлар: адам өмір сүретін физикалық ортада адамның қозғалысы және денсаулық жағдайы, айналасында болып жатқан жағымды немесе жағымсыз жағдайлар [16].

Иетім тұжырымдамасына сәйкес, салауатты өмір салты – бұл табыс, қоршаған орта жағдайлары және еркіндік сияқты көптеген сипаттамаларды қамтитын ауқымды тұжырымдама. Салауатты өмір салтының маңызды факторларының бірі денсаулық [17].

Саксенаның қажеттіліктер иерархиясында бірінші орын алатын физикалық қажеттіліктерден (тамақ, су, баспана және т. б.) қарсы алудан басқа, денсаулық сақтау, білім беру, тұрғын үй, көлік және т. б. экономикалық жағдайларға сәйкес мүмкіндіктердің болуы байланысты [18].

Леунг пен Уонг сын.ды ғалымдардың жүргізген зерттеулері нәтижесінде «экономикалық жағдайды анықтайтын ең маңызды фактор болып табылатын адамдардың физикалық, эмоционалдық, әлеуметтік денсаулығы, бизнестегі және қоғамдық өмірдегі жетістік және олардың қанағаттануы олардың өмір сүру сапасының ең маңызды көрсеткіші болып табылады. Дегенмен, бұл деректер табыс, өмір сапасы екенін көрсетеді. Негізінде, табысы жоғары, бірақ уақыты, тілегі, энергиясы жоқ адам адамның өмір сүру сапасы төмен болуы мүмкін. Денсаулықты дұрыс сақтамау және қауіпсіздік деңгейінің жеткіліксіздігі, жалпы қылмыс санының көптігі, жасыл желектердің аздығы, қоршаған ортаның ластануы, жол қозғалысы және адам табысына тәуелсіз өмір сүретін адамдар сияқты мәселелер бұл өмір сүру сапасын төмендетеді», – делінген [19].



Сурет 1. Саксена, Чандирамани және Бхаргава тұжырымдамасы бойынша Салауатты өмір салты моделі [18].

Материалдар мен әдістер. Бұл зерттеу жұмысына «Өмір сүру сапасы шкаласы» қолданылды.

Өмір сүру сапасы шкаласы: Аталмыш шкаланы Эммонс, Динер, Ларсен және Гриффин (1985) әзірледі. Бұл шкаланың түрік тіліндегі нұсқасын Көкер және Иетим (1991) жасады. Жалпы бес бөліктен тұратын шкала 7-лік Likert түрінде есептеледі және (1) «мүлдем келіспеймін», (5) «толық келісемін» деген жауаптар аралығында бағаланады [20].

Зерттеу барысында респонденттердің демографиялық жағдайы жиілік және пайыздық кестелермен көрсетілген. Студенттердің «Өмір сүру сапасы» жағдайына қанағаттану шкаласын Факторлық талдау әдісі, Негізгі компоненттер әдісі және Varimax, ал сенімділікті анықтау үшін Cronbach's Alpha әдісі қолданылды. Өмірге қанағаттану деңгейі ең төменгі, ең жоғары, орташа және стандартты ауытқу сипаттамасынан құралған Дескриптивті статистикамен көрсетілген.

Респонденттердің салауатты өмір салты мен өмір сүру сапасы деңгейін жынысына қарай, мамандығының болашағынан күткен ерекшеліктерін анықтау үшін T-test-імен, студенттердің қаржылық жағдайы, ай сайынғы шығын мөлшері және оқыған бөлімі сынды ерекшеліктерін салыстыру мақсатында бір жақты Varjans нализі жасалынды. Бөлімдер арасындағы ерекшеліктерді анықтау үшін LSD Post Hoc-тесті қолданылды. Мәндік деңгейі 0,05 ($p < 0,05$) деп көрсетілді.

Зерттеу жұмысына қатысқан білімгерлердің салауатты өмір салтын назарда ұстауға қатысты сұрақтарға берген жауаптарын анықтау мақсатында Lykert категориялық деңгейлер үшін аралық интервал математикалық әдісі қолданылды.

Нәтижелер мен талқылау. Респонденттердің өмір сүру сапасына қанағаттану шкаласына факторлық талдау жасалынды (Кесте 1).

Кесте-1. Респонденттердің өмір сүру сапасына қанағаттану шкаласының факторлық талдау нәтижелері

	Фактор
Alfa көрсеткіштері	0,850
Жалпы дисперсия Varjans-ы	0,412
Өмір сапасына қанағаттану шкаласы	Фактор жүктемесі
Өмірдегі жағдайлар өз ойыма тұспа-тұс келеді	0,587
Өмірлік жағдайым өте жақсы	0,625
Алға қойған мақсаттарыма қол жеткіздім	0,984
Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын	0,658
Салауатты өмір салтын ұстанамын	0,515

Кесте-2. Респонденттердің демографиялық ерекшеліктері

Демографиялық ерекшеліктері		n	%
Жынысы	Ер бала	106	54,4
	Әйел	89	45,6
Бөлімі	Дене шынықтыру және спорт мұғалімдерін даярлау	53	27,2
	Туризм	49	25,1
	Педагогика және психология	45	23,1
	Математика	48	24,6
Мамандығының болашағы	Оқитын мамандығымның келешегіне сенемін	125	64,1
	Мамандығымның келешегіне күманмен қараймын	70	35,9
Отбасы табысы	Төмен	4	2,1
	Орта	131	67,2
	Жоғары	60	30,7
Ай сайынғы жеке шығын мөлшері	30 000 ға дейін	31	15,9
	30 000 мен 50 000 арасы	69	35,4
	50 000 мен 80 000 арасы	91	46,7
	80 000 мен 120 000 арасы	48	24,6
	130 000 теңге және одан жоғары	26	13,3

Зерттеу жұмысына қатыстырылған білімгерлердің 106-сы (54,4%) ерлер, 89-ы (45,6%) әйелдер (қыз бала) қауымынан құралды. Білімгерлердің оқитын бөлімдеріне келер болсақ,

53-і (27,2%) «Дене шынықтыру және спорт мұғалімдерін даярлау» мамандығының студенттері, 49-ы (25,1%) «Туризм» мамандығы, 45-і (23,1%) «Педагогика және психология» мамандығынан, қалған 48-і (24,6%) «Математика» білім беру бағдарламаларынан қатысқан респонденттер құрайды.

«Оқитын мамандығымның келешегіне сенемін» деген сауалды таңдаған респонденттер саны 125 (64,1%), «Мамандығымның келешегіне күманмен қараймын» деген студенттер саны 70, (35,9%). Респонденттердің отбасылық табысына (ата-анасының бір айлық табыс көрсеткіші) келер болсақ, айлық табысын «жоғары» деп көрсеткендердің саны 60 (30,7%), 131 студент (67,2%) «орта», қалған 4 білімгер (2,1%) «төмен» деп көрсеткен.

Білімгерлердің өмір сүру сапасына қатысты пікірлерін анықтау мақсатында олардың ай сайынғы жеке басының қажеттіліктеріне жұмсайтын шығындарының статистикалық анализі де жасалынды. шығындарының статистикалық анализі де жасалынды. Зерттеу нәтижесі көрсеткендей, сауалнамаға қатысқан ізденушілер келесідей жауаптарын берді: 31 қатысушы яғни (15,9%)-ы «30 000 ға дейін», 69-ы (35,4%) білімгер «30 000 мен 50 000 арасы» екендігі, 91 студент (46,7%)-ы «50 000 мен 80 000 арасы», қалған 26-сы яғни (13,3%) респондент әр айда жобамен 130 000 теңге және одан жоғары шығын жұмсайтындығы анықталды.

Кесте-3. Респонденттердің салауатты өмір салты мен өмір сапасына қанағаттану деңгейі мен қойылған сұрақтардың сипаттамалық статистикасы

Сұрақтар	X	SS	Min	Max
Салауатты өмір салты өмір сүру сапасын арттыруға ықпал етеді	3,12	1,68	2	9
Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын	4,66	1,67	2	9
Ұялы смартфондың зиянды тұстары да бар	7,20	2,69	2	9
Зиянды әдеттерден өзінді алыс ұстаймын	2,56	1,76	2	9
Денсаулық жағдайым салауатты өмір салтын ұстанумен байланысты	3,73	2,10	2	9
Салауатты өмір салтын ұстанамын	5,43	1,28		

Зерттеу жұмысына қатысқан білімгерлердің салауатты өмір салтын назарда ұстауға қатысты сұрақтарға берген жауаптары Лукерт бойынша ең жоғары ұпай $Max=9$, ең төменгі ұпай $Min=2$ болғандығы назарға алынып, ұпайлар арасының $9-2=7$ деп есептелді және категориялық деңгейлердің интервалы $7,20/1,28 = 5,625$ болып анықталды.

3-кестедегі респонденттердің салауатты өмір салты мен өмір сапасына қанағаттану деңгейі мен сауалдардың статистикасындағы максималды көрсеткіш $(X*7,20 / SS*2,69 / Min*2)$ «Ұялы смартфондың зиянды тұстары да бар» сұрағына берілген жауаптар есептелді.

Кесте-4. Зерттеу жұмысына қатысқан респонденттердің өмір сапасы мен салауатты өмір салтын ұстану жағдайларын білім беру бағдарламалары арасында салыстыруға бағытталған Varyans анализінің нәтижесі

Білім беру бағдарламасы	n	χ	SS	F(0,629)	p	LSD Post Hoc
A-Дене шынықтыру және спорт мұғалімдерін даярлау	53	5,65	9,38	0,211	0,335	
B--Туризм	49	5,10	9,60			
C---Педагогика және психология	45	4,70	9,57			
D---Математика	48	4,99	9,61			

4-кестеге сәйкес, білімгерлердің өмір сапасы мен салауатты өмір салтын ұстану жағдайларын білім беру бағдарламалары арасында салыстыруға бағытталған бір жақты Varyans анализінің талдаудың нәтижесі көрсеткендей, респонденттердің білім беру

бағдарламасы арасында мәнді ерекшелік анықталмағанмен, «Дене шынықтыру және спорт мұғалімдерін даярлау» мамандығы білімгерлерінің «Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын» деген 3-кестеде келтірілген жауаптары сәйкес мәнді айырмашылық байқалып отыр. Демек, екі кесте арасындағы студенттердің мамандығы мен Varjans анализінің нәтижесі келесідей нәтижені көрсетеді: Фактор интервалы $0,658 = (F(0,629)=0,546; p>0,05)$.

Кесте-5. Зерттеу нысаны саналатын арнайы таңдалған оқу орындарына жүргізілген шкалаға қатысушы респонденттердің жыныс жағдайын байланысты t-Test-інің нәтижелері

Жынысы	n	χ	SS	Sd	t	p
Ер бала	106	6,65	2,65	195	-1,839	3,30
Қыз	89	4,78	1,28			

5-кестеде көрсетілгендей, Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық Қазақ-Түрік университеті мен Халықаралық туризм және меймандостық университетінен респондент ретінде қатысқан ұлдар мен қыз балалардың өмірсапасына қанағаттанушылық жағдайына қатысты мәні арасында мәнді айырмашылық анықталмады ($t= -1,839; p>0,05$).

Кесте-6. Зерттеудің негізгі құралы саналатын «Өмір сүру сапасы шкаласы» өлшемінің сенімділік (сәйкестік) коэффициенті

Ішкі өлшемдер	Альфа Кронбах (α)
Өмір сапасына қанағаттану	0.65
Өмірдегі жағдайлар өз ойыма тұспа-тұс келеді	0.52
Өмірлік жағдайым өте жақсы	0.25
Алға қойған мақсаттарыма қол жеткіздім	0.56
Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын	0.58
Салауатты өмір салтын ұстанамын	0.58
Өмір сапасына қанағаттану шкаласы	0.89
Салауатты өмір салты өмір сүру сапасын арттыруға ықпал етеді	0.98
Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын	0.87
Ұялы смартфонның зиянды тұстары да бар	0.78
Зиянды әдеттерден өзімді алыс ұстаймын	0.12
Денсаулық жағдайым салауатты өмір салтын ұстанумен байланысты	0.74
Жалпы ішкі консистенция коэффициенті	7.52/12=0,62

6-кестеде көрсетілгендей, зерттеулерде қолданылуы мүмкін бағалау құралдары үшін болжанған «Өмір сүру сапасы шкаласы» мен салауатты өмір салтын ұстануға қатысты ауалдар өлшемінің сенімділік коэффициентінің сәйкестік корреляция деңгейі 0.62. Яғни «Ішкі өлшемдер» мен «Жалпы ішкі консистенция коэффициенті» арасында мәнді байланыс бар екендігі анықталып отыр.

Шкаланың сенімділігін анықтау мақсатында ішкі сәйкестік коэффициентін талдағаннан кейін бұл мәндер «Өмір сапасына қанағаттану» ($\alpha=0.65$), «Өмірдегі жағдайлар өз ойыма тұспа-тұс келеді» ($\alpha=0.52$), «Өмірлік жағдайым өте жақсы» ($\alpha=0.25$), «Алға қойған мақсаттарыма қол жеткіздім» ($\alpha=0.56$), «Салауатты өмір сүрудің негізгі қағидаларын назарда ұстаймын» ($\alpha=0.58$), «Салауатты өмір салтын ұстанамын» ($\alpha=0.58$) ал «Өмір сапасына

қанағаттану шкаласы» Альфа Кронбах $\alpha=0.89$ мәніне тең деген нәтижеге қол жеткізілді. Өлшемдер мен сенімділік коэффициенті 0.12 мен 0.98 мәндерін көрсетті.

Қорытынды. Өмір сүру сапасын өлшеу кезінде бірнеше фактор ескеріледі. Салауатты өмір салтын ұстану және қауіпсіз өмір сүру ортасын қамтамасыз ету, қажетті қызметтерге қол жеткізудің мүмкіндігі, физикалық қажеттіліктерді жеткілікті түрде қанағаттандыру (тамақ, сусын, ұйқы, баспана және т. б.), денсаулық жағдайы күнделікті өмірдің талаптарына қайшы келмейтіндігі, әлеуметтік қолдаудың болуы, қысымсыз тыныш өмір сүру кеңістігі, өмірдің мәнін табу, бизнеспен, өндіріспен және сенімді материалдық жағдайлармен айналысу мүмкіндігі өмір сапасын жақсартатын факторлар болып табылады.

Дені сау болып өмір сүру, дені сау болуға ұмтылу – адам баласының ең негізгі мақсаттарының біріне жатады. Салауатты өмір сүру үшін уақытылы ұйықтау, дұрыс тамақтану, дене шынықтыру жаттығуларымен шұғылдану, уақытылы тынығу, тазалықты сақтау, зиян әдеттерден аулақ болу сынды өмірлік қағидаларды орындауымыз қажет.

Дене жаттығуларын жүйелі әрі дұрыс жасау денсаулықты жақсартуға көмектеседі, өмір сапасын жақсартады, өмір сүру мерзімін ұзартады. Ерте жастан физикалық белсенділікпен айналысатындар және спортпен шұғылданып, спорттық іс-шараларға қатысатындар егде жаста да физикалық белсенді өмір сүреді.

Өмір сапасының әмбебап мақсат болуының себебі мұны қажеттіліктер иерархиясымен түсіндіруге болады. Бұл теорияға сәйкес адамның қажеттіліктері олардың басымдықтарына сәйкес олар бес рубрикада келтірілген:

1. Физикалық қажеттіліктер (тамақ, су, баспана...)
2. Қауіпсіздік талаптары (қауіпсіздік, қорғану, денсаулық...)
3. Әлеуметтік қажеттіліктер (қоғамдастық сезімі, шынайылық...)
4. Сыйластық қажеттілігі (қоғамда маңызды болу, әлеуметтік мәртебе...)
5. Жеке мүдделерді/идеяларды білдіру қажеттілігі (өзін-өзі көрсету жеке өмірді дамыту, байыту, жеке мақсаттарды іске асыру...).

Қорыта келгенде, жоғары оқу орны білімгерлерінің салауатты өмір салтын ұстану жағдайы мен өмір сүру сапасына қатысты мәселелер әрдайым назарда болуы қажет. Жоғары оқу орны білімгерлерінің салауатты өмір салты мен өмір сапасына қатысты бұл зерттеу еліміздегі спорт ғылымының бұдан әрі дамуына аз да болса ықпалын тигізер еңбек болады деген ойдамыз.

Зерттеу жұмысы тақырып пен салаға қатысты ғылыми жұмыстарға, ғылым адамдары мен ізденушілердің қолдануы үшін құнды әрі қажетті жұмыс болатынына сеніміміз мол. Бұл зерттеу болашақта жүргізілетін басқа зерттеулер үшін айтарлықтай дереккөз болар еді деп есептелінеді.

Мақала Қазақстан Республикасы Ғылым және жоғары білім министрлігінің «Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы шкаласы ((WHOQOL-BREF) KAZ) көрсеткіштерін талдау негізінде жоғары оқу орны білімгерлерінің салауатты өмір салтын қалыптастыру» (жеке тіркеу номері: AP19676522) тақырыбындағы гранттық қаржыландыру жобасын жүзеге асыру аясында орындалды.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Berlim M.T., Pavanello D.P., Caldieraro A.K. and Fleck P.A. Reliability and validity of the sample of Brazilian outpatients with major depression. *Qual Life Res*, –2005, 14: 561-564.
2. World Health Organization. *The world health organization quality of life instruments (The whoqol-100 and the whoqol-bref). Whoqol Measuring Quality of Life, Programme on Mental Health Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse.* – 1997
3. Conrad I., Matschinger H., Riedel-Heller S., Gottberg C. and Kilian R. *The psychometric properties of the German version of the WHOQOL-OLD in the German population aged 60 and older. Health and Quality of Life Outcomes*, – 2014, 12:105.
4. Hasanah C.I., Naing L. and Rahman A. *World Health Organization Quality of Life Assessment: Brief Version in Bahasa Malaysia. The Medical journal of Malaysia*, –2003, 58:1.

5. Izutsu T., Tsutsumi A., Islam A., Matsuo Y., Yamada H.S., Kurita H. and Wakai, S. Validity and reliability of the Bangla version of WHOQOL-BREF on an adolescent population in Bangladesh. *Quality of Life Research*, –2005, 14: 1783-1789.
6. Berlim M.T., Pavanello D.P., Caldieraro A.K. and Fleck P.A. Reliability and validity of the WHOQOL BREF in a sample of Brazilian outpatients with major depression. *Qual Life Res*, –2005, 14: 561-564.
7. Альфимов Н.Н., Евсеев С.П., Шашкин Г.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании (пособие для студентов, аспирантов и препод. ин-тов физ. культуры). – М.: Физкультура и спорт, – 1999. – 223 с.
8. Shafer C.S., Koo L.B., Turner S. “A Tale of Three Greenway Trails: User Perceptions Related To Quality of Life”, *Landscape and Urban Planning*.– 1993. –Vol.49, No:3, s:163-178.
9. Long Al-Attiyah A., Nasser R. Gender and Age Differences in Life Satisfaction Within A Sex-Segregated Society: Sampling Youth in Qatar, *International Journal of Adolescence and Youth*. –Qatar. – 2013.
10. Patric M., Ericson D. Egget DL. Health-Related variables and academic performace among first-year college students: implications for sleep and other behaviors. *J Am Coll Health*. –2000; 49: 125-131.
11. Saygin Ö, Mengütay S. Kız ve erkek çocukların fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel aktivite uygunluklarının değerlendirilmesi. *Spor ve Tıp*. –2004; 12(1):13-16.
12. Saygılı S, Akıncı A, Arıkan H, Dereli E. Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesi ve yorgunluk. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, December/Aralık –2011: 88-94.
13. Табаюов Н.У. Одиночество и удовлетворенность жизнью у подростков с разведенными и неразведенными родителями. *Конгресс образования в теории и практике*. Москва, - 2012. -9(2), стр. 493-525.
14. Каравин А. Подростковое одиночество и удовлетворенность жизнью: средства и значение игры на музыкальном инструменте и общения. *Онлайн-конгресс «Начальное образование»*. Мурманск, - 2012. -11 (3):738-747.
15. Дарин Е., Ковалев С. Влияние уровня удовлетворенности на качество жизни и уровень депрессивности на самоформирование подростков. *Клиническая психиатрия*. Рубинск, - 2013.-18-27
16. Скалий И.Д. Взаимосвязь между карьерой подростка и развитием таланта, метакогнитивным сознанием, удовлетворенностью жизнью и воспринимаемой социальной поддержкой в качестве друзей. *Магистерская диссертация*. Мурманск, –2011, 5:103-107.
17. Ietim D., Suh E. Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research* –2010, 58:1. 33-39. (Scopus)
18. Saxena S., Chandiramani K. and R. Bhargava R. A questionnaire for assessing quality of life in health care settings in India. *The National Medical Journal Of India*, –1198, 11:4. (Scopus)
19. Leung K.F., Wong W.W., Tay M.S.M., Chu M.M.L. and Ng S.S.W. Development and validation of the interview version of the Hong Kong Chinese. *Quality of Life Research*, –2005, 14: 1413-1419. (Scopus)
20. Emmons R.A., Diener E., Larsen R.J., Griffin S. The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*. – 1985. – 49 (19), 71-75.

References:

1. Berlim M.T., Pavanello D.P., Caldieraro A.K. and Fleck P.A. Reliability and validity of the sample of Brazilian outpatients with major depression. *Qual Life Res*, –2005, 14: 561-564. [in English].
2. World Health Organization. The world health organization quality of life instruments (The whoqol-100 and the whoqol-bref). *Whoqol Measuring Quality of Life, Programme on Mental Health Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse*.– 1997. [in English].
3. Conrad İ., Matschinger H., Riedel-Heller S., Gottberg C. and Kilian R. The psychometric properties of the German version of the WHOQOL-OLD in the German population aged 60 and older. *Health and Quality of Life Outcomes*, – 2014, 12:105. [in English].
4. Hasanah C.İ., Naing L. and Rahman A. World Health Organization Quality of Life Assessment: Brief Version in Bahasa Malaysia. *The Medical journal of Malaysia*, –2003, 58:1. [in English].
5. Izutsu T., Tsutsumi A., Islam A., Matsuo Y., Yamada H.S., Kurita H. and Wakai, S. Validity and reliability of the Bangla version of WHOQOL-BREF on an adolescent population in Bangladesh. *Quality of Life Research*, –2005, 14: 1783-1789. [in English].
6. Berlim M.T., Pavanello D.P., Caldieraro A.K. and Fleck P.A. Reliability and validity of the WHOQOL BREF in a sample of Brazilian outpatients with major depression. *Qual Life Res*, –2005, 14: 561-564. [in English].
7. Альфимов Н.Н., Евсеев С.П., Шашкин Г.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании (пособие для студентов, аспирантов и препод. ин-тов физ. культуры). – М.: Физкультура и спорт, – 1999. – 223 с. [in Russian].
8. Shafer C.S., Koo L.B., Turner S. “A Tale of Three Greenway Trails: User Perceptions Related To Quality of Life”, *Landscape and Urban Planning*.– 1993. –Vol.49, No:3, s:163-178.
9. Long Al-Attiyah A., Nasser R. Gender and Age Differences in Life Satisfaction Within A Sex-Segregated Society: Sampling Youth in Qatar, *International Journal of Adolescence and Youth*. –Qatar. – 2013. [in English].

10. Patric M., Ericson D. Egget DL. Health-Related variables and academic performace among first-year college students: implications for sleep and other behaviors. *J Am Coll Health*. –2000; 49: 125-131. [in English].
11. Saygın Ö, Mengütay S. Kız ve erkek çocukların fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel aktivite yoğunluklarının değerlendirilmesi. *Spor ve Tıp*. –2004; 12(1):13-16. [in Turkish].
12. Saygılı S, Akıncı A, Arıkan H, Dereli E. Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesi ve yorgunluk. *Electronic Journal of Vocational Colleges, December/Aralık* –2011: 88-94. [in Turkish].
13. Табауов Н.У. Одиночество и удовлетворенность жизнью у подростков с разведенными и неразведенными родителями. *Конгресс образования в теории и практике. Москва, - 2012.-9(2), стр. 493-525.* [in Russia].
14. Каравин А. Подростковое одиночество и удовлетворенность жизнью: средства и значение игры на музыкальном инструменте и общения. *Онлайн-конгресс «Начальное образование». Мурманск, - 2012. -11 (3):738-747.* [in Russia].
15. Дарин Е., Ковалев С. Влияние уровня удовлетворенности на качество жизни и уровень депрессивности на самоформирование подростков. *Клиническая психиатрия. Рубинск, - 2013.-18-27.* [in Russia].
16. Скалий И.Д. Взаимосвязь между карьерой подростка и развитием таланта, метакогнитивным сознанием, удовлетворенностью жизнью и воспринимаемой социальной поддержкой в качестве друзей. *Магистерская диссертация. Мурманск, –2011, 5:103-107.* [in Russia].
17. Ietim D., Suh E. Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research* –2010, 58:1. 33-39. (Scopus). [in English].
18. Saxena S., Chandiramani K. and R. Bhargava R. A questionnaire for assessing quality of life in health care settings in India. *The National Medical Journal Of India, –1198, 11:4.* (Scopus). [in English].
19. Leung K.F., Wong W.W., Tay M.S.M., Chu M.M.L. and Ng S.S.W. Development and validation of the interview version of the Hong Kong Chinese. *Quality of Life Research, –2005, 14: 1413-1419.* (Scopus). [in English].
20. Emmons R.A., Diener E., Larsen R.J., Griffin S. The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment.* – 1985. – 49 (19), 71-75.

МРНТИ 14.35.09

<https://doi.org/10.51889/2959-5762.2024.82.2.009>

Sugurzhanova G.,^{1*} Mambetakunov E.,² Nurtayeva G.³

¹Kazakh-Russian Medical University, Almaty, Kazakhstan

²Zhusup Balasagyn Kyrgyz National University, Bishkek, Kyrgyzstan,

³Asfendiyarov Kazakh National Medical University, Almaty, Kazakhstan

IMPLEMENTATION OF INTERDISCIPLINARY CONNECTIONS OF PHYSICS, MATHEMATICS, COMPUTER SCIENCE IN A PEDAGOGICAL UNIVERSITY AND SCHOOL

Abstract

The article discusses the general problems of using information technologies in physics and mathematics lessons in pedagogical universities and schools. The stages of the development of modern science are characterized by the interrelation of sciences. Therefore, the importance of interdisciplinary and intra-subject connections in the educational process becomes an urgent problem. They contribute to the systematization and deepening of students' and students' knowledge and the formation of skills of independent cognitive activity. Therefore, interdisciplinary and intra-subject connections are an important condition and result of an integrated approach in teaching and educating schoolchildren and students. The advantages and disadvantages of some educational programs in natural and mathematical disciplines based on information technologies and digital educational resources are analyzed, which make it possible to implement a competence-based approach in education in order to introduce interdisciplinary classes into the methodological foundations and diversify and integrate means of pedagogical influence on the student. This article emphasizes that the importance of using interdisciplinary connections in teaching physics is very high.

The article also discusses the definition of interdisciplinary connections in the courses of physics, mathematics, computer science for deep assimilation of knowledge, their approach, the unity of the material world, and the relationship of natural phenomena and society.

Keywords: information technologies, integration, educational process, internet resources, classes, professional activity, competence approach, historical approach.