

АННОТАЦИЯ

диссертации на соискание степени доктора философии (PhD)
по специальности 6D010800 – Физическая культура и спорт
«Практико-ориентированные технологии оценки и коррекции физических
кондиций студентов вузов»
Отаралы Светланы Жұбатырқызы

Актуальность темы связана с тем, что на сегодняшний день все большее количество авторов указывает на снижение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности молодых людей, ухудшение их здоровья, а также увеличение количества студентов, страдающих от разного рода хронических заболеваний. По данным авторов, около 35-40% учащейся молодежи имеют крайне низкий уровень физического здоровья и отнесены по состоянию здоровья к специальному медицинскому отделению, эта цифра растет из года в год, о чем свидетельствует ретроспективный анализ заболеваемости студентов, проведенный некоторыми исследователями.

По данным многочисленных авторов, среди всего комплекса причин, приводящих к ухудшению физического состояния студентов, наиболее значимым является низкий уровень физической активности, угрожающие масштабы которой недавно были названы пандемией гиподинамии. В связи с этим значимость физического воспитания в учреждениях образования, как важного инструмента пропаганды здорового образа жизни, возрастает. Некоторые исследователи считают, что именно образовательные учреждения должны организовать широкий спектр мероприятий, способствующих повышению у студентов культуры здоровья, формированию здорового стиля жизни в долгосрочной перспективе. В качестве основного способа формирования здорового образа жизни студентов исследователи называют поощрение регулярной физической активности.

Сложившаяся ситуация указывает на актуальность поиска специалистами в области физической культуры эффективных средств и методов организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы в вузах, а также выявления и устранения барьеров на пути использования студентами физических упражнений в повседневной жизни.

Цель исследования - разработать и экспериментально обосновать практико-ориентированные технологии коррекции физических кондиций студентов вузов, основанные на индивидуально-дифференцированном подходе с использованием средств цифровой обратной связи в процессе физического воспитания.

Задачи исследования:

1. Провести ретроспективный анализ уровня и динамики здоровья, физической и функциональной подготовленности студентов КазНУ им. аль-Фараби.

2. Выявить уровень сформированности у студентов навыков и мотивов к ведению здорового образа жизни, их отношение к собственному здоровью и

барьеры на пути использования физических упражнений в повседневной жизни.

3. Теоретически обосновать эффективность применяемых в процессе физического воспитания практических методов комплексной оценки физических кондиций студентов.

4. Экспериментально обосновать эффективность разработанной практико-ориентированной технологии комплексной оценки и коррекции физических кондиций студентов с использованием в процессе физического воспитания средств цифровой обратной связи и индивидуально-дифференцированного подхода.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической, педагогической литературы по теме исследования; анализ документов планирования учебного процесса по физическому воспитанию и документов медицинского кабинета; анализ протоколов сдачи учебных контрольных нормативов по дисциплине «Физическая культура» и Президентских тестов физической подготовленности; соматометрические и физиометрические исследования; педагогическое тестирование; физиологическое тестирование; анкетирование; педагогический эксперимент; методы статистической обработки результатов исследования.

Положения выносимые на защиту:

1. Современные условия обучения в учреждениях образования отрицательно сказываются на здоровье, физической и функциональной подготовленности учащейся молодежи, о чем свидетельствует увеличение из семестра к семестру обучения количества студентов, имеющих хронические заболевания и относящихся к специальной медицинской группе.

2. Условием успешности процесса формирования у студентов ценностного отношения к своему здоровью, формирования установок к ведению здорового образа жизни, повышения мотивации к использованию физических упражнений в повседневной жизни является комплексное решение образовательных, оздоровительных, развивающих и воспитательных задач физического воспитания.

3. Мониторинг физических кондиций студентов вузов, является неотъемлемой частью планирования и организации учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию. Однако, применяемые в вузах Казахстана оценочные инструменты не решают возложенных на них задач.

4. Внедрение в учебный процесс разработанной системы мониторинга физических кондиций студентов и технологии их коррекции положительно влияет на их физическую и функциональную подготовленность, способствует формированию мотивации к использованию физических упражнений в оздоровительных целях, что в конечном счете позволяет повысить эффективность решения задач физического воспитания в вузе.

Основные результаты исследования:

Результат 1. Выявлено, что современные условия обучения в вузе отрицательно влияют на уровень здоровья студентов как девушек, так и юношей, о чем свидетельствуют уровень их физического развития и

функциональной подготовленности; динамика показателей физической подготовленности студентов за период с 2015 по 2018 годы; результаты анализа наполняемости специальных медицинских групп обучающихся в КазНУ им. аль-Фараби и ее положительная динамика от семестра к семестру в течение 5 лет (с 2013-2018 годы).

Результат 2. Выявлен уровень сформированности у студентов установок к ведению здорового образа жизни, основные мотивы использования физических упражнений и барьеры на пути их использования в повседневной жизни, а также интересы и потребности студентов в сфере физической культуры.

Результат 3. На основе контент-анализа выявлена степень эффективности инструментов для оценки параметров физической подготовленности студентов, применяемых в вузах Казахстана.

Результат 4. Научно обоснована разработанная технология комплексной оценки исходных значений физических кондиций студентов вузов с использованием высокоэффективных и надежных инструментов.

Результат 5. Экспериментально обоснована эффективность индивидуально-дифференцированной организации физического воспитания студентов, основанная на формировании теоретической грамотности и предоставлении средств цифровой обратной связи, по сравнению с традиционным предмет-ориентированным подходом; обоснована необходимость комплексного формирования физкультурно-оздоровительных компетенций.

Обоснование новизны и важности полученных результатов.

Впервые в Казахстане систематизирован и применён на практике комплекс педагогических и медико-биологических методов, позволивший выявить снижение в процессе обучения из семестра в семестр уровня здоровья, физической и функциональной подготовленности студентов вузов; впервые в Казахстане применена авторская программа анкетирования студентов с использованием современных социологических методов и пакета статистических программ IBM SPSS Statistics версия 25.0 для определения уровня сформированности у студентов установок к ведению здорового образа жизни и мотивации к занятиям физическими упражнениями; впервые систематизированы и детализированы средства и методы оценки физических кондиций, применяемые в процессе физического воспитания в вузах Казахстана; впервые разработаны и экспериментально обоснованы практико-ориентированные технологии коррекции физических кондиций студентов вузов, основанные на использовании индивидуально-дифференцированного подхода и средств цифровой обратной связи; разработана система мониторинга физических кондиций студентов «Паспорт здоровья» для выявления уровня здоровья обучающихся и повышения эффективности мероприятий по коррекции параметров их физического развития, физической и функциональной подготовленности.

Соответствие исследования направлениям развития науки или государственным программам. Диссертационное исследование связано с реализацией Концепции развития физической культуры и спорта Республики

Казахстан до 2025 года; Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020-2025 года (Проект «Здоровые университеты»); с Планом НИР КазАСТ на 2019-2023 годы (направление 3 «Совершенствование управления отраслью физической культуры и спорта», проблема 3.1.2 «Физическое воспитание в вузе»).

Публикация результатов исследования. Основные результаты по теме исследования представлены в 16 научных публикациях, из них по требованиям Положения – 8, в их числе 1 статья – в журнале, входящем в базу данных Scopus (Q2, *SRJ* – 0,53) и 7 – в изданиях, рекомендованных КОКСОН МОН РК.

Вклад докторанта в подготовку опубликованных статей.

В тексте диссертационной работы были использованы материалы следующих научных статей:

В журнале, входящем в базу данных Scopus – «Sport Mont» (Черногория):

1. Otalary S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Martynenko I., Poteliuniene S. Evaluation of Kazakhstan students' views on health, lifestyle, and physical activity (2020).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание статьи – Отаралы С.; редактирование статьи, научное консультирование – Жуманова А., Потелюнене С.; помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Сабырбек Ж., Мартыненко И.

В журналах, рекомендованных КОКСОН МОН РК:

1 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т. Динамика показателей физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т.

2 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Исследование функциональных возможностей студентов основного учебного отделения (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А.

3 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О. Мотивационная сфера, интересы и потребности студентов в сфере физической культуры (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О.

4 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О., Круговых И.И., Аликей А. Исследование динамики уровня здоровья и структуры заболеваемости студентов КазНУ им. аль-Фараби за период с 2009 по 2018 годы (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Байзакова Н.О., Круговых И.И., Аликей А.

5 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш. Влияние индивидуальной оздоровительно-тренировочной программы на функциональные возможности студентов (2020).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш.

6 Otalary S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Poteliuniene S., Shepetiuk N. Influence of individual health-improving training program on physical and functional preparedness of students (2020).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование статьи, научное консультирование – Жуманова А.С., Потелюнене С; помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Шепетюк Н.

7 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О., Хохлов А.Г., Аликей А. Особенности образа жизни и психо-физиологического состояния студентов 1 курса (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Байзакова Н.О., Хохлов А.Г., Аликей А.

8 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Морфофункциональные характеристики студентов 1 курса (2019).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание статьи – Отаралы С.Ж., редактирование, научное консультирование статьи – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А.

9 Otalary S., Zhumanova A., Alikey A., Dzhamalov D.D., Masimov R.I., Kurbanov Sh.Sh. Influence of individual health-improving training program on the level of master skills for presidential tests of 1st year students' physical fitness (Ankara, 2020).

Вклад авторов: идея, сбор и анализ материалов, подготовка и написание статьи – Отаралы С.Ж.; редактирование статьи, научное консультирование – Жуманова А.С., помощь в проведении исследования, отбор материала для теоретической обработки – Аликей А., Джамалов Д.Д., Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш.

Отаралы Светлана Жұбатырқызының
6D010800 – Дене шынықтыру және спорт мамандығы бойынша
философия докторы (PhD) дәрежесін иелену үшін
«ЖОО студенттерінің физикалық кондицияларын бағалау және түзеудің
практикалық бағыты бар технологиялары» диссертациясының
АҢДАТПАСЫ

Зерттеу тақырыбының өзектілігі студенттердің денсаулық деңгейінің төмендеуімен, ағзасының және функционалды даярлығының нашарлауымен, олардың денсаулықтарының нашарлауымен, созылмалы ауруға шалдыққан студенттердің көбеюімен байланысты. Кейбір авторлардың пайымдауынша білім алушы жастардың 35-40% денсаулық деңгейі төмен болғандықтан арнайы медицина топтарына жатады және бұл цифралар жылдан жылға өсуде. Жекелеген зерттеушілер өткізген ретроспективті талдауды бұған дәлел ретінде көрсетуге болады.

Көптеген авторлардың мәліметі бойынша, студенттер дене қалпының нашарлау себептерінің ең маңыздысы – қауіпті масштабтағы гиподинамия пандемиясы деп аталған қимыл белсенділігінің төмендігі. Сол себептен, білім беру мекемелерінде салауатты өмір салтын насихаттау құралы ретінде пайдаланатын дене тәрбиесінің маңызы арта түсуде.

Жекелеген зерттеушілердің ойынша, білім беру мекемелері студенттердің денсаулық мәдениетін арттыруға, ұзақ уақыттық перспективада салауатты өмір салтын ұстануға бағытталған іс шараларының кең спектрінің ұйымдастыру керек. Студенттерде салауатты өмір салтын қалыптастырудың негізгі құралы, зерттеушілер ойынша, тұрақты түрде ұйымдастырылған қимыл белсенділікке ынталандыруды. Осы ситуация дене шынықтыру саласының мамандарын ЖОО-да дене шынықтыру-сауықтыру жұмыстарын ұйымдастырып жүргізудің тиімді әдіс-тәсілдерін іздестірудің, студенттердің дене жаттығуларын қолдануға кедергілерді жою жолдарын іздестірудің көкейтестілігін айқындайды.

Зерттеу мақсаты – ЖОО дене тәрбиесі барысында студенттер дене кондицияларын түзетудің сандық кері байланыс құралдарын қолдануға негізделген жекебасылық-сараланған практикалық бағытталған технологияларын әзірлеу және тәжірибелік негіздеме беру.

Зерттеу міндеттері:

1. Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ студенттерінің денсаулық деңгейінің, физикалық және функционалды даярлығының деңгейі мен динамикасына ретроспективті талдау жасау;

2. Студенттердің бойында салауатты өмір салтын ұстану дағдылары мен мотивтерінің қалыптасу деңгейін, олардың өз денсаулығына және дене жаттығуларын күнделікті тіршілікті пайдалану жолындағы кедергілерді анықтауға деген көзқарасын айқындау;

3. Дене тәрбиесі барысында заманауи, медицина-биологиялық және педагогикалық әдістерді пайдаланып студенттер ағзасының кондицияларын

жан-жақты бағалаудың практикалық әдістерді әзірлеп, қолданудың тиімділігіне теориялық тұрғыдан негіздеме беру;

4. Дене тәрбиесі барысында студенттердің физикалық кондицияларын жан-жақты бағалау және ақпараттық кері байланыс және жекебасылық-саралауды қолдану арқылы түзетудің әзірленген практикалық- бағытағы технологиясының тиімділігіне эксперименталды түрде негіздеме беру.

Зерттеу әдістері: зерттеу тақырыбы бойынша ғылыми-әдістемелік және педагогикалық әдебиет деректерін талдау, дене тәрбиесі бойынша оқу процесін жоспарлау құжаттарын, медицина кабинетінің құжаттарын талдау, "Дене шынықтыру" пәні бойынша оқу бақылау нормативтерін тапсыру хаттамаларымен дене даярлығының Президенттік сынамалары жинақтау және сараптама жүргізу; соматометрия және физиометрия әдістері; физиологиялық және педагогикалық тестілеу; сауалнама жүргізу; педагогикалық эксперимент; алынған нәтижелерді статистика әдістері көмегімен талдау.

Қорғауға шығарылатын ережелер:

1. Білім беру мекемелеріндегі заманауи оқыту жағдайлары білімгер жастардың денсаулығына, дене шынықтыру және функционалдық даярлығына теріс әсер етеді, бұл туралы созылмалы аурулары бар және арнайы медициналық топқа жататын студенттер санының жылдан жылға ұлғаюы куәландырады.

2. Студенттердің бойында денсаулығына деген құндылық түсінікті қалыптастыру, салауатты өмір салтын ұстануға деген көзқарасты қалыптастыру, дене жаттығуларын күнделікті өмірде қолдануға деген ынтаны арттыру процесінің сәтті болуының шарты дене тәрбиесінің білім беру, сауықтыру, дамыту және тәрбиелік міндеттерін кешенді түрде шешу болып табылады.

3. ЖОО студенттері дене кондицияларының мониторингі дене тәрбиесі бойынша оқу-тәрбие процесін жоспарлау мен ұйымдастырудың ажырамас бөлімі болып табылады. Алайда, Қазақстанның жоғары оқу орындарында қолданылатын бағалау құралдары оларға жүктелген міндеттерді шешпейді.

4. Оқу процесіне студенттер дене кондицияларын бақылаудың мониторинг жүйесі мен олардың дене кондицияларын түзету технологиясын енгізу студенттердің дене және функционалдық даярлығына оң әсер етеді, дене жаттығуларын сауықтыру мақсаттарында қолдануға ынталандыруды қалыптастыруға ықпал етеді, бұл сайып келгенде университеттегі дене шынықтыру міндеттерін шешудің тиімділігін арттыруға мүмкіндік береді.

Зерттеудің негізгі нәтижелері:

Нәтиже 1. ЖОО-да білім алудың заманауи жағдайлары студент - қыздардың да, ұлдардың да денсаулық деңгейіне теріс әсер ететіні анықталды, бұған олардың дене дамуы және функционалды қалпы; дене дайындығының 2015-2018 жылдар аралындағы динамикасы; әл-Фараби атындағы ҚазҰУ-да білім алушылардың арнайы медициналық топтарының толымдылығын талдау нәтижелері және оның 5 жыл ішіндегі (2013-2018 жылдар) семестрден семестрдегі оң динамикасы дәлел бола алады.

Нәтиже 2. Студенттердің салауатты өмір салтын ұстануға деген көзқарастарының қалыптасу деңгейі, дене жаттығуларын қолданудың негізгі себептері мен оларды күнделікті тіршілікті пайдалану жолындағы кедергілер, сондай-ақ студенттердің дене шынықтыру саласындағы қызығушылықтары мен қажеттіліктері анықталды.

Нәтиже 3. Контент-талдау негізінде Қазақстанның жоғары оқу орындарында қолданылатын студенттердің дене даярлығының өлшемдерін бағалауға арналған құралдардың тиімділік дәрежесі анықталды.

Нәтиже 4. Жоғары тиімді және сенімді құралдарды қолдана отырып, университет студенттері ағзасының күйінің бастапқы мәндерін кешенді бағалаудың дамыған технологиясына ғылыми негіздеме берілген.

Нәтиже 5. Теориялық сауаттылықты қалыптастырудың және сандық кері байланыс құралдарын ұсынуға негізделген дене тәрбиесінің жеке-сараланған ұйымдастырудың тиімділігі оқытушыға бағытталған дәстүрлі дене шынықтыруға қарағанда жоғары екендігі дәлелденген және дене шынықтыру-сауықтыру құзыреттіліктерін кешенді қалыптастыру қажеттілігіне эксперименталды түрде негіздеме берілген.

Алынған нәтижелердің жаңалығы мен маңыздылығына негіздеме беру.

Қазақстанда алғаш рет ЖОО студенттерінің денсаулығының семестрден семестрге нашарлауын, физикалық және функционалды дайындығының төмендеуін анықтауға мүмкіндік берген кешенді педагогикалық және медицина-биологиялық әдістер жүйеленіп практика жүзінде қолданылған; Қазақстанда алғаш рет студенттердің салауатты өмір салтын ұстануға деген көзқарастарының қалыптасу деңгейін, дене жаттығуларымен айналысуға деген ынтасын анықтау үшін заманауи социологиялық әдістер мен IBM SPSS Statistics 25.0 версиялы статистикалық бағдарламасы арқылы өңделген сауалнама жүргізудің авторлық бағдарламасы қолданылды; Қазақстанның жоғары оқу орындарында қолданылатын студенттер ағзасының кондицияларын бағалау құралдарының тиімділік дәрежесі дәлелденді; ЖОО дене тәрбиесі барысында студенттер дене кондицияларын түзетудің сандық кері байланыс құралдарын қолдануға негізделген жекебасылық-сараланған практикалық бағытталған технологияларын әзірленді және тәжірибелік негіздеме берілді; студенттердің денсаулық деңгейін анықтауға және олардың дене дайындығын, физикалық және функционалды даярлығын түзетуге бағытталған іс-шараларының тиімділігін арттыруға септігін тигізетін «Денсаулық паспорты (төлқұжаты)» мониторинг жүйесі әзірленді.

Зерттеудің ғылымды дамыту бағыттарына немесе мемлекеттік бағдарламаларға сәйкестігі. Зерттеу тақырыбы Қазақстан Республикасының дене шынықтыру және спортты дамытудың 2025 жылға дейінгі Концепциясын; Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласын дамытудың 2020-2025 жылдарға арналған Мемлекеттік бағдарламасын ("Салауатты университеттер" жобасы); ҚазСТА-ның 2019-2023 жылдарға арналған ҒЗЖ жоспарын (3 бағыт - Дене шынықтыру және спорт саласын басқару; 3.1.2 ЖОО дене шынықтыру) жүзеге асырумен байланысты.

Зерттеу нәтижелерінің жариялануы. Зерттеу тақырыбы бойынша негізгі нәтижелер 16 жарияланымда ұсынылған, оның ішінде 8 - Ережелерге сәйкес, оның ішінде 1 мақала Scopus дерекқорына кіретін басылымдарда (Q2, *SRJ* – 0,53), 7 - ҚР БҒМ БҒССҚК ұсынған басылымдарда.

Диссертациялық зерттеу мәтіні енгізілген негізгі мақалалар:

Scopus дерекқорына кіретін журналда – «Sport Mont» (Черногория):

1. Otaraly S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Martynenko I., Poteliuniene S. Evaluation of Kazakhstan students' views on health, lifestyle, and physical activity (2020).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Otaraly S.; мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А., Потелюнене С.; зерттеуді жүргізуге, теориялық талдауға материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Сабырбек Ж., Мартыненко И.

ҚР БҒМ БҒССҚК ұсынған журналдарда:

1. Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т. Динамика показателей физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., зерттеуді жүргізуге, теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т.

2 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Исследование функциональных возможностей студентов основного учебного отделения (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А.

3 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О. Мотивационная сфера, интересы и потребности студентов в сфере физической культуры (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О.

4 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О., Круговых И.И., Аликей А. Исследование динамики уровня здоровья и структуры заболеваемости студентов КазНУ им.аль-Фараби за период с 2009 по 2018 годы (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Байзакова Н.О., Круговых И.И.

5 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Джамалов Д.Д., Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш. Влияние индивидуальной оздоровительно-тренировочной программы на функциональные возможности студентов (2020).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Джамалов Д.Д., Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш.

6 Otaraly S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Poteliuniene S., Shepetiuk N. Influence of individual health-improving training program on physical and functional preparedness of students (2020).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж.; мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., Потелюнене С; теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Шепетюк Н.

7 Otaraly S., Zhumanova A., Bayzakova N.O., Khoklov A.G., Alikey A. Особенности образа жизни и психо-физиологического состояния студентов 1 курса (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Байзакова Н.О., Хохлов А.Г., Аликей А.

8 Otaraly S., Zhumanova A., Alikey A. Морфофункциональные характеристики студентов 1 курса (2019).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж., мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С., теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А.

9 Zhumanova A., Alikey A., Dzhamalov D.D., Masimov R.I., Kurbanov Sh.Sh. Influence of individual health-improving training program on the level of master skills for presidential tests of 1st year students' physical fitness (Ankara, 2020).

Авторлар үлесі: идея, материалдарды жинақтау және талдау, мақаланы жазу – Отаралы С.Ж.; мақаланы редакциялау, ғылыми кеңес беру – Жуманова А.С.; теориялық талдауға арналған материал жинақтауға атсалысу – Аликей А., Джамалов Д.Д., Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш.

ABSTRACT
of Philosophy Doctor's (PhD) Thesis
in Physical education and Sport (6D010800)
«Practice-Oriented Technologies of Assessment and Correction of Physical
Condition of Students of Higher Educational Institutions»
Otaraly Svetlana Zhubatyrykzy

This work significance is based upon the numerous authors noting the reduction of physical fitness, functional and physical training of youth, deterioration of young people's health and increase in the number of students with various chronic conditions. Such authors estimate that approximately 35-40% of students have extremely poor physical health and are referred to a special medical group. This figure grows each and every year which fact is evidenced by a post-hoc analysis of students' morbidity rate conducted by certain researchers.

According to many authors the low level of physical activity is the top cause of deterioration of students' physical condition and due to its threatening expansion such a situation has recently been qualified a pandemic of hypodynamia. Therefore, the significance of physical training in educational institutions, being an important tool of healthy lifestyle propaganda, has become ever more significant. Certain researchers consider that it is the duty of educational institutions to make a wide range of arrangements promoting their students' health protection and inducing healthy lifestyle over the long term. The researchers deem upholding regular physical activity to be the core method of healthy lifestyle shaping.

The facts on the ground evidence the relevance of the search by physical training specialists for efficient tools and methods of health and fitness work in higher educational institutions as well as identification and elimination of obstacles of use by the students of physical exercise in their day-to-day lives.

Research Goal: This work is aimed at the development and experimental validation of practice-oriented technologies of correction of physical condition of students of higher educational institutions based upon customized approach to use of digital feedback tools in physical education.

Objectives of this Research:

1. A post-hoc analysis of the level of health, physical and functional training of the students of the Kazakh National University named after al-Farabi as well as the dynamics thereof.

2. Identification of maturity of the students' healthy lifestyle skills and inducement, their attitude to their own health and any obstacles to use physical exercise in their daily lives.

3. Development and theoretical justification of the efficiency of practice-oriented methods of comprehensive assessment of students' physical condition in the process of physical education using state-of-the-art and meaningful medical, biological and pedagogical methods.

4. The efficiency of the developed practice-oriented technology of comprehensive assessment and improvement of physical condition of students using

digital feedback tools and case specific approach in the course of physical education have been experimentally validated.

Research Methods: Analysis and collation of scientific and methodological as well as pedagogical literature related to the researched topic; analysis of physical training plans and medical office protocols; analysis of protocols of compliance with qualifying standards in the subject “Physical education” and the President’s tests of physical fitness; somatometry and physiometry; pedagogical testing; physiological testing; surveys, pedagogical experiment; methods of statistical processing of the results of the study.

Provisions to be Defended:

1. Modern educational environment adversely affects students’ health as well as their physical and functional fitness which fact is evidenced by the increase in the number of students having chronic diseases and referred to a special medical group.

2. Integrated approach to resolution of educational, health-improving, developing and upbringing tasks of physical education is a condition of successful shaping of a value-based attitude to health, development of healthy lifestyle mindset, and promotion of motivation to use physical exercises in daily life.

3. Monitoring of students’ physical conditions constitutes an integral part of educational and nurturing process arrangements within physical education. However, the assessment tools used in Kazakhstan higher educational institutions fail to tackle their tasks.

4. The integration of the system of monitoring of students’ physical condition and technology of correcting thereof into the educational process has positive effect on physical and functional fitness creating motivation to use physical exercises to improve health that promotes the efficiency of the performance of physical education tasks in higher educational institutions in the final count.

Core Research Findings:

Finding 1. It has been established that modern learning environment in higher educational institutions adversely affects the health of students thereof (both male and female) which fact is evidenced in the students’ physical development and functional fitness; students’ physical fitness dynamics from 2015 through 2018; results of the analysis of representation in special medical group of students of the Kazakh National University named after al-Farabi and upward trends thereof each and every academic term during 5 years (from 2013 through 2018).

Finding 2. The students’ healthy lifestyle mindsets, core motives to use physical exercise and hurdles on the way of use thereof in daily life as well as students’ interests and needs in the sphere of physical education have been established.

Finding 3. The efficiency of tools assessing the parameters of students’ physical fitness used in Kazakhstan higher educational institutions has been identified based upon content analysis.

Finding 4. We have given scientific credence to the developed technology of comprehensive assessment of source data related to physical condition of students of higher educational institutions using highly efficient and reliable tools.

Finding 5. We have experimentally justified the efficiency of customized physical education arrangements based upon theoretical awareness and digital

feedback tools as compared to traditional subject-focused approach and justified the need in an integrated generation of fitness and health competences.

Novel Nature and Importance of Findings.

For the first time in Kazakhstan we have streamlined and translated into action a system of pedagogical, medical and biological methods permitting identification of deterioration of health, physical and functional fitness of students of higher educational institutions during each and every academic term. For the first time in Kazakhstan a students' survey program developed by the author of this thesis was applied using modern sociological methods and IBM SPSS Statistics (Version 25.0), statistical application package, to determine the existing level of healthy lifestyle mindsets of students and their motivation to use physical exercises; physical conditions assessment tools and the methods used in physical education in Kazakhstan higher educational institutions have been systematized and detailed; the practice-oriented technology of management of physical conditions based upon the use of customized approach and digital feedback tools has been developed and experimentally validated; Health Passport, a system of students' physical conditions monitoring, has been developed to identify the health status of the students and improve the efficiency of measures aimed at their physical development as well as physical and functional fitness.

Compliance with Scientific Development Trends and State Programs. This thesis studies relate to the implementation of the 2025 Kazakhstan Physical Training and Sports Development Concept, 2020-2025 Kazakhstan State Health Care Development Program (Healthy Universities Project); 2019-2023 Scientific Research Plan of the Kazakh Academy of Sports and Tourism (Section 3, "Physical Training and Sports Management Improvement"; Problem 3.1.2, "Physical Education in Higher Educational Institutions").

Publication of Research Findings. The core findings of this research have been included in 16 scientific publications, including 8 publications, that meet requirements, 1 articles in publications within Scopus (Q2, *SRG* – 0.53), 7 articles in journals, recommended by EQAC of the Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan.

This thesis is based upon the following scientific articles:

In the journal included in the Scopus database – "Sport Mont" (Montenegro)

1. Otaraly S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Martynenko I., Poteliuniene S. Evaluation of Kazakhstan Students' Views on Health, Lifestyle, and Physical Activity (2020).

Authors' contribution: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Otaraly S.; article editing, scientific advice – Zhumanova A., Poteliuniene S.; assistance with research, material selection for theoretical processing – Alikey A., Sabyrbek Zh., Martynenko I.

Academic Journals recommended by Education Quality Assurance Committee of the Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan:

1. Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т. Динамика показателей физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения (2019).

Author's contribution: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т.

2 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Исследование функциональных возможностей студентов основного учебного отделения (2019).

Authors' contribution: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Аликей А.

3 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О. Мотивационная сфера, интересы и потребности студентов в сфере физической культуры (2019).

Authors' contribution: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Байзакова Н.О.

4 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О., Круговых И.И., Аликей А. Исследование динамики уровня здоровья и структуры заболеваемости студентов КазНУ им.аль-Фараби за период с 2009 по 2018 годы (2019).

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Байзакова Н.О., Круговых И.И., Аликей А.

5 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш. Влияние индивидуальной оздоровительно-тренировочной программы на функциональные возможности студентов (2020),

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Аликей А. Масимов Р.И., Курбанов Ш.Ш.

6 Otalary S., Zhumanova A., Alikey A., Sabyrbek Zh., Poteliuniene S., Shepetiuk N. Influence of individual health-improving training program on physical and functional preparedness of students (2020).

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Otalary S.; editing, scientific advice – Zhumanova A., Poteliuniene S; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Alikey A., Sabyrbek Zh., Shepetiuk N.

7 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О, Хохлов А.Г., Аликей А. Особенности образа жизни и психо-физиологического состояния студентов 1 курса (2019).

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж.; editing, scientific advice – Жуманова А.С.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Байзакова Н.О, Хохлов А.Г., Аликей А.

8 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А. Морфофункциональные характеристики студентов 1 курса (2019).

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Отаралы С.Ж., editing, scientific advice – Жуманова А.С., assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Аликей А.

9 Otaraly S., Zhumanova A., Alikey A., Dzhamalov D.D., Masimov R.I., Kurbanov Sh.Sh. Influence of individual health-improving training program on the level of master skills for presidential tests of 1st year students' physical fitness (Ankara, 2020).

Authors' contributions: idea, collection and analysis of materials, article drafting – Otaraly S.; editing, scientific advice – Zhumanova A.; assistance with research, selection of materials for theoretical processing – Alikey A., Dzhamalov D.D., Masimov R.I., Kurbanov Sh.Sh.