

<sup>1</sup>Койшыбек Х. <sup>a</sup>, <sup>1</sup>Алимханов Е. <sup>b</sup>, <sup>id</sup> <sup>1</sup>Онгарбаева Д.Т., <sup>1</sup>Мадиева Г.Б., <sup>id</sup>  
<sup>2</sup>Испамбетова Г.А.

<sup>1</sup>Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

<sup>2</sup>Алматы гуманитарлы-экономикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

## ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЖӘНЕ ҚЫТАЙ ХАЛЫҚ РЕСПУБЛИКАСЫ МЕКТЕПТЕРІНДЕГІ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДАҒЫ СЫНАҚ - ТЕСТІЛЕРІ КӨРСЕТКІШТЕРІН САЛЫСТЫРМАЛЫ ЗЕРТТЕУ

Койшыбек Хакім, Алимханов Елемес, Онгарбаева Дамет Туралбаевна,  
Мадиева Галия Баянжановна, Испамбетова Гульдана Аяпбергеновна

**Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасы мектептеріндегі оқушылардың дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ – тестілері көрсеткіштерін салыстырмалы зерттеу**

**Аңдатпа.** Мақалада Қазақстанның Алматы қаласының №124 орта мектебі мен Қытай Халық Республикасы Усу қаласының №1 орта мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ-тестілері көрсеткіштерін салыстырмалы зерттеу іске асырылады. Екі елдің оқу бағдарламалары, оқыту үлгілері, сынақ түрлеріндегі айырмашылықтары көрсетіледі. Қытай Халық Республикасы Усу қаласы мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ-тестілеріне қойылған талаптардың Қазақстан мектептеріндегі талаптарымен салыстырғанда көп және талаптары жоғары екендігі көрсетіліп, оған Қытай Халық Республикасы бойынша қабылданған «Жаңа жоғары білім беруге қабылдау емтиханы» (жаңа Gaokao-жаңа жоғар оқуға түсу емтиханы) бағдарламасы ықпалы арқылы іске асырылып жатқандығы және оны іске асырудың тиімділігі бар деген қорытынды көрсетіледі. Сонымен қатар салыстырылған қалалар мектептеріндегі жерде жатып денені көтеру және кермеге тартылу сияқты іштің және жоғарғы аяқ-қол бұлшықеттерінің күшін өлшейтін көрсеткіштерде оқушылардың нәтижелері сынақ – тестілері талаптарына жетпей жатуы да екі елге ортақ екендігін айқындайды және осы сынақтарды жетілдіруге кеңес беріледі. Жалпы алғанда Қазақстан мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарына арналған сынақ-тестілері ҚХР-мен салыстырғанда жеңілдірек болғанымен аяқ бұлшықеттері күші сияқты көрсеткіштерде орташа нәтижелері төмен екендігі айқындалған. Екі елдің дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ көрсеткіштеріндегі бұл айырмашылықтар әр елдің мектептеріндегі дене тәрбиесі жұмыстарына қойылған бағдарламалардың әртүрлі мақсат міндеттеріне байланысты екендігін көруге болады және ондағы қабылданған сынақ-тестілері үлгілеріндегі талаптардың да әртүрлі екендігін көрсетеді.

**Түйін сөздер:** дене дайындығы, сынақ-тестілер, дене шынықтыру сабақтары, салыстырмалы зерттеу, білім беру бағдарламасы.

Койшыбек Хакім, Алимханов Елемес, Онгарбаева Дамет Туралбаевна,  
Мадиева Галия Баянжановна, Испамбетова Гульдана Аяпбергеновна

**Сравнительное исследование показателей контрольных тестов на уроках физической культуры у школьников Республики Казахстан и Китайской Народной Республики**

**Аннотация.** В статье проводится сравнительное исследование показателей контрольных тестов на уроках физической культуры в средней школе №124 города Алматы, (Казахстан) и в средней школе №1 города Усу (Китай). Показаны различия в учебных программах, моделях обучения и типах тестов в двух странах. Выявлено, что требования к тестам по физической культуре в школах Усу (Китай) более многочисленны и высокими по сравнению с требованиями в школах Казахстана, и сделан вывод о том, что они реализуются под влиянием программы «Новые вступительные экзамены в высшие учебные заведения» (Новый Гаокэо), принятой в Китайской Народной Республике, и что её внедрение эффективно. Кроме того, тот факт, что результаты учащихся по показателям, измеряющим силу мышц живота и верхних конечностей, таким как лежа на полу и подтягивание на перекладине в школах сравниваемых городов также показывают, что обе страны имеют общие черты в выполнении тестов, и рекомендуется улучшить эти тесты. В целом, хотя выполнение тестов по физической культуре в школах Казахстана проще, чем в КНР, средние результаты по таким показателям, как сила мышц ног, значительно ниже. Различия в результатах тестов по физической культуре в двух странах объясняются тем, что программы по физической культуре в школах каждой страны ориентированы на разные цели и задачи, а также различаются требования в принятых моделях контрольных тестов.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, тесты, уроки физкультуры, сравнительное исследование, образовательная программа.

Koishybek Khakim, Alimkhanov Elemes, Ongarbaeva Damet Turalbaevna, Madieva Galiya Bayanzhanovna, Ispambetova Guldana Ayapbergenovna

### **A comparative study of test indicators in physical education classes among school students in the Republic of Kazakhstan and People's Republic of China**

**Abstract.** The article presents a comparative study of the results of physical education control tests at Secondary School No. 124 in Almaty, Kazakhstan, and at Secondary School No. 1 in Wusu City, China. The differences in the curricula, teaching models, and test types of the two countries are shown. It is shown that the requirements for physical education classes in schools of the People's Republic of China, Wusu, are more numerous and higher than those in schools in Kazakhstan, and it is concluded that it is implemented under the influence of the "New Higher Education Entrance Examination" (new Gaokao) program adopted in the People's Republic of China and that its implementation is effective. In addition, it is revealed that the results of students in the indicators measuring the strength of the abdominal and upper limb muscles, such as sit ups and pull ups, in schools of the compared cities are also common to both countries, and it is recommended to improve these tests. In general, the tests for physical education classes in Kazakhstani schools are easier than in the PRC, but the average results for indicators such as leg muscle strength are significantly lower. These differences in the test results in physical education classes in the two countries can be seen from the different goals and objectives of the programs for physical education in schools in each country, as well as the differing requirements of their adopted test models.

**Key words:** physical fitness, tests, physical education classes, comparative research, educational program.

**Кіріспе.** Жастардың денсаулығы елдің болашағы үшін маңызды болып табылады. Мектептегі дене тәрбиесі жастардың дене дайындығын арттырудың негізгі құралы болып саналады. Қазақстан Республикасы мен Қытай Халық Республикасы маңызды көршілес, достас мемлекеттер ретінде олардың білім беру жүйелері оқушылардың жан-жақты дамуына баса назар аударады.

Екі ел мектептеріндегі оқушылардың дене дайындығы деңгейіне қойылатын бағалау талаптарында айтарлықтай айырмашылықтар бар екендіктерін көруге болады. Қазіргі деректер бойынша Қытай Халық Республикасы мектептерінде «Оқушылардың дене дайындығы мен денсаулығын бағалаудың ұлттық стандарттары» [1] бойынша жобалары іске асырылып жатыр.

Қолданыстағы зерттеулер Қазақстандағы дене шынықтыру жүйесінің бағдарламасын іске асырудағы қиындықтарын талдауға [2, 3] немесе Қытай Халық Республикасындағы «Гаокао» реформасы контекстіндегі дене шынықтыруды трансформациялауға [4] бағытталған.

ҚХР мектептеріндегі дене шынықтыру пәні жоғары оқу орындарына түсу емтихандарының жаңа реформаларының әсерінен терең өзгерістерге түскендігін көруге болады. Бұл трансформация келесі бағыттарда көрінісі бар, олар оқыту әдістері: адамның дене қабілеттеріне арналған сынақ тесттерге арналған ғылыми негізделген жаттығу бағдарламалары бар, оған құрал-жабдықпен жаттығу, жоғары қарқынды интервалды жаттығулар және қозғалыс биомеханикасы талдаулары енгізілген [5-7]. Дене шынықтыру сабақтары барлық дене қабілеттерін жетілдіру мәселелерін шешпейді, жаттығушылар арасында дене қабілеттері дайындығы қажетті жақсы сынақ талаптары көрсеткіштерінен төмен, әсіресе

төзімділік қабілеттері деңгейлері төмен екендігін көруге болады [8]. Қазақстанда 2014 жылғы «Дене шынықтыру және спорт туралы» Заңнан 2023–2029 жылдарға арналған «Дене шынықтыру және спортты дамыту тұжырымдамасына» дейін толық бағдарламалық тізбекті құрды [3, б. 52-53], бірақ қабылданған бағдарламалар мақсаттарын іске асыру мен мектеп тәжірибесі арасында “орындау алшақтығы” бар екендігі байқалады. Орта мектептер жүйесінде оқушылардың дене дайындық көрсеткіштері орташа деңгейде болса, төзімділік пен күш қабілеттері жеткіліксіз, сабақ тартымдылығы төмен, құрал-жабдық жетіспеушілігі негізгі шектеу факторлары болып табылады [3, б. 55-56]. Зерттеулер мен тәжірибе әлеуметтік өзара әрекеттесу мен қолдауды шешім ретінде қарастырады, коммуникацияға негізделген оқыту әдістерін енгізу және отбасы мен қауымдастықтың белсенді қатысуы оқушыларды спортқа ынталандырудың негізгі құралы болып табылады [3, б. 55-56]. Бұл Қытай Халық Республикасының жоғары оқу орнына түсу емтихандары жүйесіне ұқсас күшті ынталандырулардың болмауы жағдайында Қазақстанның білім беру жүйесі оқушылардың білім беру процесін қоғамның әлеуметтік-психологиялық ортасына бейімдеу бағытына көбірек сүйенетінін көрсетеді.

Зерттеудің өзектілігі. Қазіргі уақытта ҚР және ҚХР елдері мектептеріндегі оқушылардың дене шынықтыру сынақтарындағы айырмашылық туралы және білім беру жүйесін салыстырмалы тұрғыдан біріктіре отырып талдайтын зерттеулер аз екендігін көруге болады, әсіресе мектеп оқушыларының нақты дене дайындығы деңгейін анықтауға арналған сынақтар түрлерін салыстыратын зерттеулер іс жүзінде жоқ деп санауға болады.

Бұл зерттеу «стандарт» пен «нәтиже» арасындағы алшақтықты анықтаумен шектелмей, сонымен қатар оқушылардың дене дайындығын дамытудағы әртүрлі білім беру үлгілерінің тиімділігі мен шектеулерін зерттеуге бағытталған. Осы арқылы екі елдің дене тәрбиесі саласындағы өзара тәжірибе алмасуды жетілдіру, оған педагогикалық және эмпирикалық талдаулар жасау жұмыстың өзектілігі жоғары екендігін анықтайды.

**Зерттеу мақсаты.** Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасы мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтары бойынша сынақ-тестілерін тапсыру көрсеткіштерін салыстырмалы зерттеу арқылы мектептердегі дене шынықтыру сабақтары сапасын жетілдіру мүмкіндіктерін анықтау.

#### **Зерттеудің міндеттері:**

1. Қазақстан Республикасы мен Қытай Халық Республикасы мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарындағы оқушылардың дене дайындықтары бойынша қабылданған сынақ-тестілерін салыстырмалы талдау.

2. Оқушылардың дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ-тестілерін тапсыру көрсеткіштері бойынша оқушылардың дене шынықтыру сабақтарына деген қазіргі мотивациялар әсерін анықтау;

3. Дене шынықтыру сабақтары бойынша сынақ-тестілерін одан әрі жетілдіруге бағытталған әдістемелік және тәжірибелік ұсыныстар беру.

**Материалдары мен әдістер.** Бұл зерттеу жүйелі салыстыру қағидаттарына негізделіп эмпирикалық және нормативтік тәсілдерді, білім беру экологиясы тұрғысынан өзара оқу мен сындарлылықты, сондай-ақ деректерге негізделген талдауды біріктіреді. Қазақстан Республикасы мен Қытай Халық Республикасындағы дене шынықтыру сабақтарына арналған сынақ-тестілерінің тапсырудағы сандық көрсеткіштерін жеке-жеке бөлек салыстыра отырып, оларды әр елдің білім берудегі оқу бағдарламалары жүйелерінен, оқыту тәжірибелерінен және күнделікті мектеп іс-шараларынан тұратын толық жүйе шеңберінде қарастырылды. Әдістемелік тұрғыдан алғанда Қазақстан Республикасы мен Қытай Халық Республикасында қабылданған дене шынықтыру сабақтарына арналған сынақ-тестілерін мектеп оқушыларының көрсеткіштері нәтижелерімен салыстыру арқылы оқу бағдарламаларымен тәжірибе нәтижелері және оның себептері арасындағы алшақтықты анықтау арқылы, мектептердегі дене шынықтыру сабақтарындағы тиімділікке дейін талдауға қол жеткізуге талпыныс жасал-

ды. Сонымен қатар екі елдің білім беру экологиясы тұрғысынан оқушылардың дене шынықтыру сабақтарындағы дамуына арналған кешенді талаптар, оқыту әдістері, мектеп мәдениеті, бағалау көрсеткіштері және әлеуметтік қолдау сияқты бірнеше факторлардың нәтижесі де ескерілді. Қазақстан Республикасы мен Қытай Халық Республикасы мектептерінде дене тәрбиесіне арналған сәйкесінше әртүрлі бағдарламалық модельдері қалыптасқандығы атап өтіледі. Деректерге сүйене отырып салыстырудың мақсаты жай ғана артықшылықты немесе кемшілікті бағалау емес, айырмашылықтар мен ортақтықты талдау арқылы өзара оқыту тәрбиесінде маңыздылығы бар жетілдіру жолдарын ұсыну орын алады. Зерттеу қорытындыларының дәлдігін қамтамасыз ету үшін бүкіл талдау дене шынықтыру сынақ-тестілерінің деректеріне, мектеп бағдарламалары мақсатындағы мәтіндеріне және тиісті әдебиеттерге негізделген.

#### **Зерттеу әдістері:**

1. Салыстырмалы талдау әдісі. Қазақстан мектептерінде орта білім беру жүйесі 11 жылдық, ал Қытай Халық Республикасында орта білім беру 12 жылдық жүйеге негізделгендігін ескере отырып, екі елдегі мектеп бітірушілердің жас ерекшеліктерінде айырмашылық болуына байланысты зерттеудің салыстырмалы дәлдігін қамтамасыз ету мақсатында сынақ-тестілері тек мектеп бітірушілер арасында өткізілді. Зерттеу нысаны ретінде Алматы қаласының №124 орта мектеп оқушылары арасынан 45 оқушы (25 ұл, 20 қыз), Қытай Халық Республикасынан Шыңжаң Ұйғыр автономиялық ауданы, Тарбағатай аймағы, Усу қаласындағы №1 орта мектептің 12-ші сынып мектеп бітіруші 45 оқушы (25 ұл, 20 қыз) алынды. Екі елдің дене шынықтыру сабақтарына арналған сынақ-тестілерін оқушылардың тапсыру нәтижелерінің орташа мәндерін салыстыру. Екі ел оқушыларының (әр елден 45 оқушы) дене сынақтарының нәтижелері, оның ішінде орыннан тұрып ұзындыққа секіру, жерде жатып денені көтеру (қыздар) және кермеге тартылу (ұлдар) сияқты жобалардың орташа мәндері (X), стандартты ауытқуы (σ) және Қытай Халық Республикасы стандарттары бойынша нормаға сәйкестік деңгейлерін анықтау. Қазақстан елі мен Қытай Халық Республикасының дене шынықтыру бағдарламалары арасындағы тиімді әрекеттесу жолдарын қарастыру.

2. Әдебиеттерді талдау әдісі. Қазақстан мен Қытай Халық Республикасының мектептеріндегі дене шынықтыру бойынша ресми бағдарламалар мен оқыту әдістемелері бойынша әдебиеттерді талдау.

3. Статистикалық талдау әдісі. Қазақстан және ҚХР оқушыларының дене шынықтыру сабағы бойынша сынақ-тестілерін тапсыру көрсеткіштеріне өзара салыстырмалы статистикалық-математикалық талдау жүргізу арқылы, оқушылардың дене дайындықтарын жетілдіру бағыттарын анықтау.

4. Логикалық талдау әдісі. Қазақстан және ҚХР оқушыларының дене шынықтыру сабағы бойынша сынақ-тестілерін тапсыру көрсеткіштері бойынша деректерді салыстыру, біріктіру, жалпылау арқылы өзара айырмашылықтардың пайда болу себептері мен екі ел жүйелеріндегі тиімділіктер мен кемшіліктер себептеріне логикалық талдау жүргізу.

### Нәтижелер.

Кесте 1 – Қазақстан және Қытай Халық Республикасының жоғары сынып ұлдарының кермеде тартылу саны бойынша дене дайындығын бағалау стандарттарының салыстырмалы сипаттамасы

№	Сынақтар түрлері	Қазақстан ҚХР бағалау	Бағалау стандарттары			
			5 90-100%	4 80-89%	3 60-79%	2 бағалау 10-59%
1	Кермеде тартылу, саны	Қазақстан	≥15	12-14	7-11	≤ 4
		ҚХР	≥16	14-15	9-13	≤ 8

*Ескертпе: Қазақстанда бес балдық бағалау жүйесі қабылданған, ал ҚХР-да 100% пайыздық бағалау қолданылады.*

Кесте 1 бойынша қорытынды кермеде тартылуға арналған сынақ-тестілеудің көрсеткіштері ҚХР стандартына қарағанда:

– «5» баға, тең 16 ретке, ал Қазақстанда -15 рет;

– «4» бағаны ҚХР да жоғары сынып оқушылары 14-15 рет орындаған, ал Қазақстанда 12-14 ретке тең;

– «3» баға, ҚХР жоғары сынып оқушыларын бағалау бойынша 9-13 ретке тең, ал Қазақстандық оқушылар көрсеткіштері 7-11 рет;

– «2» тең бағада ҚХР оқушылары 8 ретке және одан төмен, ал Қазақстандық оқушыларға көрсеткіштері 4 рет және одан аз болған.

Алынған мәліметтерге сүйене отырып жоғары сынып ұлдарының кермеге тартылу дайындығын бағалау ҚХР мектептерінде Қазақстанмен салыстырғанда бағалау стандарттары талаптары жоғары болып саналады. ҚХР мектептерінде стандарттардың талаптары Қазақстанмен салыстырғанда кермеге тартылу саны 2-4 рет жоғары екендігін көреміз.

Кесте 2 – Қазақстан және ҚХР жоғары сынып ұлдардың орында тұрып ұзындыққа секіру көрсеткіштерінің салыстырмалы сипаттамасы

№	Сынақ- тест	Қазақстан ҚХР бағалау	Бағалау стандарттары			
			5 90-100%	4 80-89%	3 60-79%	2 бағалау 10-59%
2	Орында тұрып ұзындыққа секіру (см.)	Қазақстан	≥245	233-244	218-232	≤ 217
		ҚХР	≥260	245-259	205-244	≤204

Кесте 2 бойынша қорытынды. Қазақстан мектептерінде бағалау талаптары ҚХР мектептерімен салыстырғанда:

– «5» бағада Қазақстан мектептері бағалау талаптарында ҚХР мектептерінен 15 сантиметр төмен;

– «4» бағада Қазақстан мектептері бағалау талаптарында ҚХР мектептерінен 12 сантиметр төмен;

– «3» бағада Қазақстан мектептері бағалау талаптарында ҚХР мектептерінен 12 сантиметр төмен;

– «2» бағасы Қазақстан мектептері бағалау талаптарында ҚХР мектептерінен 13 сантиметр жоғары.

Қорытынды. Қазақстан жоғары сынып ұлдардың орында тұрып ұзындыққа секіру

көрсеткіштерінің «5-4-3» бағалауы ҚХР мектеп-терімен салыстырғанда 12-15 см төмен, ал «2» бағасы 13 см жоғары болғандығын көреміз.

Кесте 3 – Қазақстан және ҚХР мектептеріндегі жоғары сынып қыздарының 1 минуттағы денені жерден көтеру саны көрсеткіштері

№	Сынақ түрі	Қазақстан ҚХР	Бағалау стандарттары			
			5 90-100%	4 80-89%	3 60-79%	2 бағалау 10-59%
3	1 минуттағы денені көтеру саны (рет).	Қазақстан	≥44	39-43	32-38	≤ 31
		ҚХР	≥51	45-50	23-44	≤ 22

Кесте 3 бойынша қорытынды. Қыздардың 1 минуттағы денені жерден жатып көтеру сынақтарының салыстырмалы көрсеткіштері бойынша – «5» баға ҚХР мектеп стандартында ≥51, Қазақстан мектеп стандартында ≥44, ҚХР мектебі стандарты талабы 7 рет жоғары;

– «4» баға – ҚХР мектеп стандартында 45-50, Қазақстан мектеп стандартында 39-43 – ҚХР мектебінің стандарты талабы 6-7 рет жоғары;

– «3» баға – ҚХР мектеп стандартында 23-44, Қазақстан мектеп стандартында 32-38, – ҚХР мектебі стандартының аралығы кең, бірақ төменгі шегі 9 рет төмен;

– «2» баға – ҚХР мектеп стандартында ≤22, Қазақстан мектеп стандартында ≤31 – ҚХР мектебінің стандарты талабы 9 рет төмен. ҚХР мектептерінде қыздардың 1 минуттағы денені жерден көтеру стандарттары талаптары Қазақстанмен салыстырғанда 6-7 рет жоғары.

Кесте 4 – Қазақстан және ҚХР мектептеріндегі жоғары сынып қыздарының орында тұрып ұзындыққа секіру стандарттарының салыстырмалы көрсеткіштері (см)

№	Сынақ түрі	Қазақстан, ҚХР	Бағалау стандарттары			
			5 90-100%	4 80-89%	3 60-79%	2 10-59%
4	Орында тұрып ұзындыққа секіру (см.)	Қазақстан	≥190	178-189	163-177	≤ 151
		ҚХР	≥194	180-193	150-192	≤149

Кесте 4 бойынша орында тұрып ұзындыққа секіру (см.) бағалау стандарттарының қорытындысы:

– «5» баға - ҚХР ≥194 см, Қазақстан ≥190 см – ҚХР мектебінің стандарты талабы 4 см жоғары.

– «4» баға - ҚХР 180-193 см, Қазақстан 178-189 см – ҚХР мектебінің стандарты талабы 2-4 см жоғары.

– «3» баға - ҚХР 150-192 см, Қазақстан 163-177 см – ҚХР мектеп стандартының аралығы кең, төменгі шегі 13 см төмен.

– «2» баға - ҚХР ≤149 см, Қазақстан ≤151 см – ҚХР мектебінің стандарты талабы 2 см төмен.

Мектептердегі жоғарғы сынып оқушылары бойынша дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ- тест стандарттары айырмашылықтарын салыстырмалы талдау бойынша Қытай Халық Республикасында сынақ-тест тапсырмаларының «өте жақсы» және «жақсы» деңгейлеріне жоғары көрсеткіштер белгілегенін көруге болады. Мысалы ұлдар үшін кермеде тартылу, «өте жақсы» стандарты ҚХР да 16 рет, ал Қазақстанда 15 рет, ал ұлдар үшін орында тұрып ұзындыққа секірудің «өте жақсы» баға талабы ҚХР-да 260 см, бұл талап Қазақстандағы стандарттан 15 см жоғары. Бұл айырмашылықтар ҚХР оқушылардың

дене шынықтыру дайындығына қатысты ресми сынақ-тестілері талаптары айтарлықтай жоғары [1, б. 35]. Стандарттардағы айырмашылықтар екі елдің білім беру тәжірибелері талаптарында түбегейлі айырмашылықтардың бар екендігін көруге болады. Бұл Қытай Халық Республикасы мектептеріне арналған мақсаттарға бағытталған жүйелі тәжірибенің «Жаңа жоғары оқу орны-

на түсу емтиханы» сияқты дене шынықтыруды міндетті бағалау енгізілген мақсатқа сай келеді [4, б. 174].

Қазақстанның дене шынықтыру мектеп бағдарламаларында жоғары оқу орнына түсу емтихандарын өткізуге ынталандырудың болмауы, мектеп деңгейінде дене дайындығын жеткілікті мөлшерде көтеруге мотивация бермейді деп санаймыз.

Кесте 5 – Қазақстан және ҚХР мектептерінің жоғары сынып оқушылары арасындағы қыздар және ұлдардың орында тұрып ұзындыққа секіру сынақ-тестілерінің салыстырмалы көрсеткіштері және орындау көрсеткіштері (см)

ҚЫЗДАР								
Сынақ-тесті	Мемлекет	X	$\sigma$	V, %	Қытайдың білім стандартын меңгеру деңгейі, %			
					«5»	«4»	«3»	«2»
Орында тұрып ұзындыққа секіру см.	Қазақстан n=45.	172 см.	12	7	5,0	45,0	50,0	-
	ҚХР n=45.	183 см.	7.5	4.1	20,0	40,0	40,0	-
ҰЛДАР								
Орында тұрып ұзындыққа секіру см.	Қазақстан n=45.	219 см.	12.1	6	0,0	20,8	79,2	-
	ҚХР n=45.	237 см.	15.4	7	25,1	41,6	33,3	-

Кесте 5. бойынша қорытынды. Жоғары сынып оқушыларының орында тұрып ұзындыққа секіру көрсеткіштері Қазақстандық оқушы қыздардың орташа нәтижесі 172 см ал ҚХР 183 см салыстырмалы қарағанда Қазақстандық оқушы қыздардың көрсеткіштері 11 см төмен. Сонымен қатар ҚХР қыздардың нәтижелері біртектірек ( $\sigma=7.5$ ,  $V=4.1\%$ ). Бұл ҚХР оқушылардың орында тұрып ұзындыққа секіру көрсеткіштері деңгей айырмашылығы аз екенін көрсетеді. Бағалау бойынша Қазақстандық қыздардың тек 5%-ы ғана «5»-тік баға ала алса,

ҚХР қыздар 20%-ы жоғары бағаға ие болған. Ұлдар арасындағы айырмашылық ҚХР мектептері ұлдардың орташа нәтижесі 237 см, Қазақстандықтар 219 см, ҚХР мектептері ұлдарды көрсеткіштері 18 см жоғары. Көрсеткіштерді бағалау айырмашылықтары бойынша Қазақстандық ұлдардың ешқайсысы «5» бағасын ала алмаған, ал ҚХР ұлдардың төрттен бірі (25.1%) «5» көрсеткішіне тең болған. Бұл көрсеткіштер ҚХР мектептерінде сынақ-тестілері талаптарының жоғары деңгейге қойылғандығын білдіреді.

Кесте 6 – Қазақстан және ҚХР жоғары сынып қыздарының 1 минуттық уақыт аралығында жатып денені жерден көтеру нәтижелерінің салыстырмалы көрсеткіштері

ҚЫЗДАР								
Тест	Мемлекет	X	$\sigma$	V, %	Қытайдың білім стандартын меңгеру деңгейі, %			
					«5»	«4»	«3»	«2»
1 минуттағы денені көтеру, саны	Қазақстан	34	3.2	9.32	0,0	0,0	40,0	60,0
	ҚХР	37	4.3	11.62	0,0	0,0	45,0	55,0

Кесте 6 бойынша қорытынды. Бұл кестеде оқушы қыздардың 1 минут уақыттағы жатып денені көтеру нәтижелері келтірілген. Қазақстандық оқушы қыздардың орташа көрсеткіштері 34 рет, ал ҚХР оқушы қыздардың орташа нәтижелері 37 рет. Екі елдің оқушыларының ешқайсысы «5» немесе «4» баға ала алмаған, яғни жоғары деңгейге жете алмаған. Алайда ҚХР

оқушы қыздардың «3»-ке тең баға алғандары үлесі 45%, Қазақстандық оқушылар көрсеткіштері 40% тең. Бұл көрсеткіштер екі ел оқушы қыздарының 1 минут уақыттағы жатып денені көтеру сынақ талаптарыны бойынша жаттықтыру әдістемесін немесе жалпы сынақтың осы түрін өзгерту немесе қайта қарастыру қажеттігі туындайды деп санаймыз.

Кесте 7 – Қазақстан және ҚХР жоғары сынып оқушыларының кермеде тартылу саны бойынша салыстырмалы көрсеткіштері

ҰЛДАР								
Тест	Мемлекет	X	$\sigma$	V, %	Қытайдың білім стандартын меңгеру деңгейі, %			
					«5»	«4»	«3»	«2»
Кермеде тартылу, саны	Қазақстан	12	3	25	16,0	4,0	80,0	-
	ҚХР	12	1.53	13	0,0	20,0	80,0	-

Кесте 7 бойынша қорытынды. Бұл кестеде кермеде тартылу саны бойынша екі елдің ұлдарының орташа көрсеткіші бірдей 12 рет, бірақ бағалау бойынша үлкен айырмашылық бар. Қазақстанда 16% оқушы «5» деген баға алған, ал ҚХР ұлдары көрсеткіштері 0% - тең, ешкім жоғары баға ала алмаған. Керісінше ҚХР ұлдарының «4» сай баға алғандардың үлесі 20%, Қазақстан ұлдары 4% тең, ҚХР ұлдарының көрсеткіштері әлдеқайда жоғары. Бұл ҚХР дағы мектеп сынақ тестілерінің жоғары баға «5» үшін қойған стандартының өте қатаң екенін анық көрсетеді. Кермеде 12 рет тартылу Қазақстанда «5» болса, ҚХР-да бұл «4» пен «3» деген бағаның арасы болып саналады. Бұдан шығатын жалпы қорытынды ҚХР мектептерінде жоғары бағалар алу стандарттары талаптары жоғары екендігін көруге болады.

**Талқылау.** Бұл зерттеу «сынақ-тестілері» мен «нәтиже» арасындағы алшақтықты анықтаумен қатар оқушылардың дене дайындығын дамытудағы әртүрлі білім беру Бағдарламалары ҚР [10, 11]. және ҚХР [1, б. 21] үлгілерінің тиімділігі мен кемшіліктерін талдап анықтауға да мүмкіндік береді және осы көрсеткіштер арқылы екі елдің дене шынықтыру саласындағы өзара тәжірибелер алмасуы мен сабақтарды жетілдіру жолдарына эмпирикалық негіздеме жасауға бағытталған.

Қазіргі уақыттағы ҚХР-дағы «Оқушылардың дене дайындығы мен денсаулығын бағалаудың ұлттық стандарттары» бойынша кермеге тартылу (Кесте-1), орнынан ұзындыққа секіру (Кесте-2) сынақтары бойынша талаптары Қазақстан

мектептері сынақтарына карағанда кермеге тартылу саны 2-4 рет жоғары екенін көрсетеді. Бұл айырмашылықтар оқыту бағдарламаларындағы талаптар көрінісі ме, әлде оқытудың нәтижелілігінің шынайы көрінісі ме, бұл көрсеткіштердің артында қандай білім беру логикасы мен тәжірибелік әдістемелері бар? деген сұрақтарды анықтау болашақ зерттеулерде орын алады деп санаймыз.

Мектептердегі жоғарғы сынып оқушылары бойынша дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ-тест стандарттары айырмашылықтарын салыстырмалы талдау бойынша Қытай Халық Республикасында сынақ-тест тапсырмаларының «өте жақсы» және «жақсы» деңгейлеріне жоғары көрсеткіштер белгілегенін көруге болады. Мысалы ұлдар үшін кермеде тартылу, «өте жақсы» стандарты ҚХР да 16 рет, ал Қазақстанда 15 рет, ал ұлдар үшін орында тұрып ұзындыққа секірудің «өте жақсы» баға талабы ҚХР-да 260 см, бұл талап Қазақстандағы стандарттан 15 см жоғары. Бұл айырмашылықтар ҚХР оқушыларының дене шынықтыру дайындығына қатысты ресми сынақ-тестілері талаптары айтарлықтай жоғары [1, б. 32]. Стандарттардағы айырмашылықтар екі елдің білім беру тәжірибелері талаптарында айырмашылықтардың бар екендігін көруге болады. Бұл Қытай Халық Республикасы мектептері дене шынықтыру сабақтары мақсаттарына бағытталған тәжірибенің «Жаңа жоғары оқу орнына түсу емтиханы» сияқты дене шынықтыруды міндетті бағалау сынақтарын енгізілген мақсатқа сай келеді [4, б. 174].

Қазақстанның дене шынықтыру мектеп бағдарламаларында оқушылардың жоғары оқу орнына түсу емтихандарын тапсыру барысында мектеп деңгейінде дене дайындығын есепке алмау жағдайы, дене тәрбиесін көтеруге мотивация бермеу ынталандырудың болмауы деп санаймыз. Ал Қытай Халық Республикасында қазіргі талаптары бойынша мектеп бітіргеннен кейінгі оқушыларды жоғары оқу орындарына

қабылдау емтихандарын (Гаокао-жаңа жоғары оқуға түсу емтиханы) реформалау аясында дене тәрбиесін оқытудың өзгеруіне байланысты болуы ықтималдығы жоғары болып отыр деп санаймыз [4, б. 175]. Оған қосымша Қазақстандағы дене тәрбиесіне арналған Бағдарламалардағы көрсетілген сынақтар талаптры ерекшеліктері де себеп болуы ықтимал деп санауға негіз береді [10, 11].

Кесте 8 – Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасының жоғары сынып оқушылары дене дайындығын бағалау стандарттарының салыстырмалы көрсеткіштері

Бағасы (балл)	Қазақстан Республикасы (ұпай)	Қытай Халық Республикасы (пайыз)
5	85-100%	90-100%
4	65-84%	80-89%
3	40-64%	60-79%
2	0-39%	10-59%

Кесте 8 бойынша қорытынды. 5 (өте жақсы) баға бойынша Қытай Халық Республикасы стандарты, Қазақстан Республикасы стандартынан 5% жоғары; 4 (жақсы) баға бойынша Қытай Халық Республикасы стандарты, Қазақстан Республикасы стандартынан 15% жоғары; 3 (қанағаттанарлық) баға бойынша Қытай Халық Республикасы стандарты, Қазақстан Республикасы стандартынан

20% жоғары; 2 (нашар) баға бойынша Қытай Халық Республикасы стандарты, Қазақстан Республикасы стандартынан 10% жоғары. Бұл көрсеткіштер жоғары сынып оқушылары дене дайындығын бағалаудың Қытай Халық Республикасы стандарттарында бағалау көрсеткіштері Қазақстан Республикасы мектептері талаптарымен салыстырғанда жоғары екендігін көрсетеді.

Кесте 9 – Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасының негізгі оқу бөлімінің жоғары сынып оқушылары дене дайындығын бағалаудың сипаты мен мақсаты

Өлшемі	Қазақстан Республикасы (ресми құжаттарға негізделген)	Қытай Халық Республикасы (ресми құжаттарына негізделген)
Бағалау атауы	«Дене шынықтыру оқу пәні бойынша сынақ талаптар»	Дене шынықтыру сынағы (оқушылардың дене шынықтыру бойынша ұлттық стандарты)
Негізгі мақсат	Бағалау оқушылардың оқу бағдарламасының мазмұнын меңгеруін, сыныптағы іс-шараларға қатысуын және дене шынықтыру бойынша білімі мен дағдыларын жан-жақты бағалайды. Онда «өту», «өтпеу» баса көрсетіледі.	Оқушылардың дене шынықтыру дайындығы мен денсаулық жағдайын сандық бағалау колледжге түсу емтиханын (Гаокао) реформалаумен байланысты және колледжге түсу емтиханын бағалау жүйесінің бөлігі болып табылады.
Ұсынылған форма	«Өту» (есептелінді) немесе «Сәтсіз» (есептелінген жоқ). Күнделікті тәжірибеде 2-5 баллдық формативті бағалау береді.	Оны пайыздық балға немесе бағаға (мысалы, өте жақсы, жақсы, өтті, өтпеді) айналдыруға болады және үміткердің оқу тарихына енгізілуі немесе жоғары оқу орнына түсуіне әсер етуі мүмкін.
Мектепке қабылдауға байланысты	Бұл тікелей байланысты емес. Құжатта дене шынықтыру сабақтарында аралық/қорытынды емтихандар болмайтыны және тек «өту», «өтпеу» бағалары жазылатыны көрсетілген.	Нәтижелер тікелей және тығыз байланысты. Зерттеулер қытайлық стандарттар «жаңа жоғары оқу орнына түсу емтиханы» реформасы аясында енгізілгенін және дене шынықтыру көрсеткіштері оқушылардың жан-жақты қасиеттерін бағалау және олардың жоғары оқу орнына түсуіне әсер ету үшін маңызды көрсеткішке айналғанын көрсетеді.

Кесте 10 – Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасының жоғары сынып оқушылары дене дайындығын бағалау мазмұны мен әдістері

Өлшемі	Қазақстан Республикасы (ресми құжаттарға негізделген)	Қытай Халық Республикасы (ресми құжаттарына негізделген)
<b>Бағалау ауқымы</b>	Жан-жақты және көпқырлы: 1. Теориялық білім: Ережелерді, қауіпсіздік туралы білімді және денсаулық теорияларын меңгеруі. 2. Қимыл-қозғалыс дағдылары: Техникалық қозғалыстардың сапасы. 3. Дене шынықтыру: Күш, жылдамдық, төзімділік, икемділік және т.б. (бірақ нақты сандық стандарттары жоқ). 4. Сабаққа қатысу және көзқарас: Қатысу, киім кию, күш салу және командалық жұмыс. 5. Ұйымдастырушылық және төрешілік қабілеттер: Іс-шараларды ұйымдастыруға көмектесу және төреші ретінде қызмет ету.	Дене шынықтыру көрсеткіштеріне назар аудару: Бағалаудың негізгі стандартталған дене шынықтыру сынақтарының нәтижелері болып табылады.
<b>Курстан босатылған/ауру демалысындағы оқушылары үшін</b>	Ережелер: Теориялық оқуға қатысу, қазылар алқасына немесе ұйымдастыру жұмыстарына қатысу және балама теориялық тапсырмаларды (мысалы, жазбаша есептер немесе арнайы есептер) орындау міндетті. Бағалау тиісінше беріледі.	Ережелер: Қысқа мерзімді ауру демалысы: Тестті кейінге қалдыруға өтініш беруге болады. Процедураларды аяқтау үшін жарамды медициналық анықтама қажет және сынақ тест келісілген мерзімде өтелуі мүмкін. Қосымша тесттің бағасы нақты нәтижеге негізделеді. Ұзақ мерзімді босату үшін босату туралы өтініш беруге болады. Белгіленген рәсімдер арқылы мақұлданғаннан кейін баға әдетте өтті деп саналады (мысалы, 60 балл). Ерекше жағдайлар жан жақты түрде қарастырылады.
<b>Бағалау әдістері</b>	Өртаптаңдыру: Бақылау, сұрақ қою, тестілеу, тапсырма беру, құрдастардың бағалауы және прогресті бақылау. Сапалық және сандық бағалауды біріктіруге баса назар аударылады.	Стандартталған тестілеу: негізінен объективті өлшеу деректеріне (саны, қашықтығы, уақыты) негізделген біріккен жобаларды жергілікті жерде тестілеуді қолданады.

Қазақстан Республикасы және Қытай Халық Республикасы жоғары сынып оқушыларының дене шынықтыру сабақтарында сынақ алу бағалаулары бойынша қорытынды:

– Қазақстан Республикасы мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарына арналған бағдарламалар жүйесі ішкі мотивация мен спорттық кешенді дамуға негізделген, жеке оқушының білім беру үрдісі мен жеке тұлғаның өсу тәжірибесіне қызмет етуге басым көңіл бөледі;

– Қазақстан Республикасындағы дене шынықтыру сабақтарындағы бағалау жеке тұлғаның жан-жақты жетілуі және білім беру процесіне бағытталған, бұл инклюзивті, эндогенді ынталандыру моделін білдіреді.

– Қытай Халық Республикасының дене шынықтыру сабақтары жүйесі сыртқы стандарттармен жалпы сәйкестікке негізделген, ұлттық деңгейдегі жастар денсаулығын нығайту стратегиясына қызмет етуге жете көңіл бөледі;

– Қытай Халық Республикасы нормативтік, экзогенді қозғаушы модельді білдіретін ұлттық денсаулықты сақтау мен стандарттарға қол

жеткізуге бағытталған, ол бірінші «спорт адамдар үшін», ал екіншісі – «спорт денсаулық үшін» бұл бағыттар екі түрлі білім беру философиясы мен практикалық тәсілдердің бар екендігін көрсетеді.

#### **Қорытынды:**

1. Қытай Халық Республикасы мектептеріндегі оқушылардың дене шынықтыру сабақтарындағы сынақ-тестілері көрсеткіштерін салыстырмалы зерттеу оның тиімділігін және кедергілерін анықтауға мүмкіндік берді. Сонымен қатар Қытай Халық Республикасында қазіргі мектеп оқушыларын «Жаңа жоғары білім беруіне қабылдау емтиханы» атты қабылданған мемлекеттік тапсырмалар іске асырылып жатқандығының көрінісі деген қорытынды жасауға болады.

2. Қазақстандағы мектеп бағдарламалары оқушылардың әлеуметтік ортаға өзара әрекеттесуге кеңірек мазмұн мен мүмкіндік беріп отыр және оған оқушылардың қатысуына көбірек көңіл бөлетіндігін көреміз. Сондай-ақ Қазақстандық бағдарламаларда оқушының әлеуметтік ортаға бейімделуін бағалау критерийлері ыңғайлы

болғанымен, оқушылардың дене шынықтыру сабақтарына арналған сынақ-тестілерін тапсыру талаптары азайтылғандығын, ол өз кезегінде оқушылардың дене дайындықтары бойынша арнайы сынақтардан өтуге жеткіліксіз болып отыр деген қорытынды шығаруға негіз береді.

3. Екі елдің мектеп оқушыларына арналған дене дайындығын бағалаудағы сынақтар айырмашылықтары оқу бағдарламаларындағы негізгі қызмет көрсету мақсаттарында және дене тәрбиесін бағалаудың негізгі логикасында жатыр деп санаймыз. Оқушылардың дене дайындығын бағалаудағы айырмашылықтар бір-біріне кедергі келтірмейді және қайшылықтары жоқ деп санаймыз, бұл салыстырмалы зерттеулер әр ел мектептеріндегі дене шынықтыру жұмыстарының сапалы жетілуіне, өзара әдістемелік, тәжірибелік алмасуларына мүмкіндік береді.

### Тәжірибелік ұсыныстар:

1. Қазақстандық мектептердің дене шынықтыру сабақтарына қарқыны жоғары, жүйелі түрде орындалатын дене жаттығуларын енгізудің тиімділігі жоғары және оған қажетті сынақтарды енгізу тиімді болады деп санаймыз.

2. Қазақстандық оқушы мектеп бітіргеннен кейін жоғары білім алуға түсуі барысында оның мектептегі дене тәрбиесіне қатысты көрсеткіштерінің емтиханынан өтуіне ықпалы болуын енгізу ұсынылады, ол өз кезегінде оқушылардың мектептегі дене шынықтыруға деген мотивацияларының жақсаруына ықпалы зор болады деп санаймыз.

3. Болашақта екі ел мектептеріндегі дене шынықтыру сабақтарындағы инновациялық тиімді бағыттарды, мектептердегі оқытуды ұйымдастыру, сабақ жүргізу әдістемелерін пайдалану ұсынылады.

### Әдебиеттер тізімі

- 1 Ministry of Education of the People's Republic of China, National Administration of Physical Education and Sports of the People's Republic of China. National Standard of Physical Fitness for Students (2014 edition) Electronic resource [http://www.moe.gov.cn/s78/A17/twys\\_left/moe\\_938/moe\\_792/s3273/201407/t20140708\\_171692.html](http://www.moe.gov.cn/s78/A17/twys_left/moe_938/moe_792/s3273/201407/t20140708_171692.html) (өтінім күні: 28.01.2026).
- 2 Mukhambet Zh.S., Avsiyevich V.N., Sinkov D.V. Comparative analysis of the organization of physical education and sport of students in universities of foreign countries and Kazakhstan // Theory and methodology of physical education. – 2021. – №2 (64). – pp. 28-36. – DOI 10.48114/2306-5540\_2021\_2\_28.
- 3 Бекнурманов Н.С., Байкулова А.М., Шалабаева Л.И., Темірбай Н.М., Шокпаров А.Ж. Қазақстан Республикасының жалпы білім беретін мектептерінің орта сынып оқушыларының дене дайындығын зерттеу // Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. – 2025. – №2 (80). – Б. 52-57. - DOI: 10.48114/2306-5540\_2025\_2\_52.
- 4 Shi Lei. High School Physical Education and Health Teaching Strategies under the Background of College Entrance Examination. - 2025. - №34. - pp.174-176.
- 5 Jiang Jingjing. Practice methods to improve pull-up performance in high school boys // Chinese School Sports. - 2025. - №6. – pp. 53-55.
- 6 Yao Yanhong. A Study on Strength Training for Standing Long Jump in High School Physical Education // Interdisciplinary Studies. – 2024. - №15. - pp. 81-83.
- 7 Jiang Xiaoyan. An Analysis and Reflection on the Effectiveness of Sit-up Practice among High School Girls., - 2020, - №8. - pp.39.
- 8 Wang Baohong, Xie Hongbing, Chang Jianwei. A Study on the Implementation of Outcome-Oriented Precision Improvement of Students' Physical Fitness in Xinjiang Universities: A Case Study of the Second Medical College of Xinjiang // Research on Innovation in Ice and Snow Sports. - 2025, - №6(21). – pp. 58-60.
- 9 «Дене шынықтыру» оқу пәні бойынша сынақтан өтуге қойылатын талаптар. Әдістемелік ұсыныстар. – Астана: ДШҰҒПО, 2023. – 23 б.
- 10 «Дене шынықтыру» пәнінің 10-11 (12) сыныптар (жалпы орта білім беру деңгейі, жаратылыстану-математика бағыты, әлеуметтік-гуманитарлық бағыт) бойынша үлгілік оқу бағдарламасы. Тақырып ҚР Білім министрінің 05.03.2024 ж. №54 Бұйрығымен өзгертілген (01.0.2024 ж. бастап күшіне енеді).
- 11 Қазақстан Республикасының жалпы білім беретін оқу орындарының оқушыларына арналған дене шынықтыру пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы (Бастауыш, негізгі орта және жалпы орта білім деңгейлері бойынша жалпы білім беретін пәндер мен таңдау курстарының үлгілік оқу бағдарламаларын бекіту туралы Қазақстан Республикасы Білім министрінің 2022 жылғы 16 қыркүйектегі №399 Бұйрығы.

### References

- 1 Ministry of Education of the People's Republic of China, National Administration of Physical Education and Sports of the People's Republic of China. National Standard of Physical Fitness for Students (2014 edition) Electronic resource [http://www.moe.gov.cn/s78/A17/twys\\_left/moe\\_938/moe\\_792/s3273/201407/t20140708\\_171692.html](http://www.moe.gov.cn/s78/A17/twys_left/moe_938/moe_792/s3273/201407/t20140708_171692.html) (өтінім күні: 28.01.2026).
- 2 Mukhambet Zh.S., Avsiyevich V.N., Sinkov D.V. Comparative analysis of the organization of physical education and sport of students in universities of foreign countries and Kazakhstan // Theory and methodology of physical education. – 2021. – №2 (64). – pp. 28-36. – DOI 10.48114/2306-5540\_2021\_2\_28.
- 3 Beknurmanov N.S., Bajkulova A.M., SHalabaeva L.I., Temirbaj N.M., SHokparov A.ZH. Қазақстан Respublikasynың жалпы білім беретін мектептерінің орта synып оқushыларының дене дайындығын зерттеу // Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. –

2025. – №2 (80). – В. 52-57. - DOI: 10.48114/2306-5540\_2025\_2\_52.
- 4 Shi Lei. High School Physical Education and Health Teaching Strategies under the Background of College Entrance Examination. - 2025. - №34.- pp.174-176.
  - 5 Jiang Jingjing. Practice methods to improve pull-up performance in high school boys // Chinese School Sports. - 2025. - №6. – pp. 53-55.
  - 6 Yao Yanhong. A Study on Strength Training for Standing Long Jump in High School Physical Education // Interdisciplinary Studies. – 2024. - №15. - pp. 81-83.
  - 7 Jiang Xiaoyan. An Analysis and Reflection on the Effectiveness of Sit-up Practice among High School Girls., - 2020, - №8. - pp.39.
  - 8 Wang Baohong, Xie Hongbing, Chang Jianwei. A Study on the Implementation of Outcome-Oriented Precision Improvement of Students' Physical Fitness in Xinjiang Universities: A Case Study of the Second Medical College of Xinjiang // Research on Innovation in Ice and Snow Sports. - 2025, - №6(21). – pp. 58-60.
  - 9 «Дене шынықтыру» оқу рәні бойынша сынақтан өтуге қойылатын талаптар. Әдістемелік ұсынстар. – Астана: ДСНҰҒҒО, 2023. – 23 б.
  - 10 «Дене шынықтыру» рәнінің 10-11 (12) сыныптар (zhалпы орта bilim беру деңгежі, zharatylystanu-matematika бағыты, әлеуметтік-гуманитарлық бағыт) бойынша үлгілік оқу бағдарламасы. Тақырып ҚР Білім министрінің 05.03.2024 ж. №54 Бұйрығымен өзгертілген (01.0.2024 ж. bastap kyshine enedi).
  - 11 Қазақстан Республикасының zhалпы bilim беретін оқу орындарының оқушыларына арналған дене шынықтыру рәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы (Bastauysh, negizgi орта zhәне zhалпы орта bilim деңгежleri бойынша zhалпы bilim беретін рәндер мен таңдау курстарының үлгілік оқу бағдарламаларын bekitu туралы Қазақстан Республикасы Білім министрінің 2022 жылғы 16 қыркүйектегі №399 Бұйрығы.

#### АВТОРЛАР ТУРАЛЫ АҚПАРАТ // ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ // INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

##### «Бірінші автор

**Койшыбек Хакім** – «Дене шынықтыру және спорт» мамандығы бойынша магистранты, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

##### «Первый автор

**Койшыбек Хакім** – магистрант по специальности «Физическая культура и спорт», Казахский Национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан.

##### «The First Author

**Koishybek Khakim** – Master student in «Physical Education and Sport», al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** koishybek\_khakim@live.kaznu.kz

##### «Хат-хабарларға арналған автор

**Алимханов Елемес** – педагогика ғылымдарының докторы, профессор, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, Дене шынықтыру және спорт кафедрасы, Алматы қ, Қазақстан.

##### «Автор для корреспонденции

**Алимханов Елемес** – доктор педагогических наук, профессор, Казахский Национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан.

##### «The Author for Correspondence

**Alimkhanov Yelemes** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** elemes2050@gmail.com

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-0167-9911>

**Онгарбаева Дамет Туралбаевна** – педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, профессор ассистенті, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университет, Алматы қ., Қазақстан.

**Онгарбаева Дамет Туралбаевна** – кандидат педагогических наук, доцент, ассистент профессора, Казахский Национальный университет им. аль-Фараби, г.Алматы, Казахстан.

**Ongarbaeva Damet Turalbaevna** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Assistant of Professor, al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** satekova52@mail.ru

**Мадиева Галия Баянжановна** – педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университет, Алматы қ., Қазақстан.

**Мадиева Галия Баянжановна** – кандидат педагогических наук, профессор, Казахский Национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан.

**Madieva Galiya Bayanzhanovna** – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** galiya.madiyeva@kaznu.kz

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-5827-8927>

**Испамбетова Гульдана Аяпбергеновна** – PhD, аға оқытушы, Алматы гуманитарлы-экономикалық университеті, Алматы қ, Қазақстан.

**Испамбетова Гульдана Аяпбергеновна** – PhD, старший преподаватель, Алматинский гуманитарно-экономический университет, г. Алматы, Казахстан.

**Ispambetova Guldana Ayapbergenovna** – PhD, Senior Lecturer, Almaty Humanitarian and Economic University, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** capricorn227887@gmail.com

Мақала түскен күні: 05.02.2025

Мақала басылымға қабылданған күні: 20.02.2026