

ориентироваться в профессиональной деятельности, осуществлять поиск и анализ информации в изучении технической литературы.

Совершенствование всех видов речевой деятельности и использование их на практике достигается при эффективном освоении изучаемого языка. Эффективное усвоение иностранного языка в профессиональной сфере требует всестороннего подхода, который включает совершенствование всех видов речевой деятельности и их применение на практике. Таким образом, необходимо предлагать обучающимся целостный метод в усвоении материалов по специальности.

Выводы. Основные принципы инновационного образования направлены на развитие у будущего специалиста навыков освоения новых знаний. Они способствуют формированию таких свойств, как профессионализм, способность к обучению и креативное мышление. По Новиковой М. Л. «Профессионализация содержания языкового обучения имеет глубокое лингвометодическое обоснование в связи с тем, что ориентация образовательного процесса на будущие коммуникативные потребности специалиста заметно повышает мотивацию изучения предмета» [2].

Следовательно, предлагаемые указания рассматривают содержание обучения русскому языку в техническом вузе как совокупность знаний и навыков, которых студенты должны освоить в ходе учебного процесса. В этом плане важно, чтобы уровень владения языком соответствовал их потребностям, образовательным целям и задачам данного этапа обучения. Отбор учебного материала направлен на всестороннее развитие личности студента и подготовку его как квалифицированного специалиста в выбранной профессиональной сфере.

Литература:

1. Вайсбург М. Л. Использование учебно-речевых ситуаций при обучении устной речи на иностранном языке [Текст]. Обнинск: Титул, 2001. – 127 с.
2. Новикова М. Л. Инновационная парадигма образовательного процесса и ее роль в унификации и совершенствовании процесса преподавания // [Текст]. Вестник РУДН. Серия «Вопросы образования. Языки и специальность». – 2012. - № 3. – С.165-173.

УДК 378.14:53

Маматова Мира Жанибековна, ОшТУнун доценти,
ORCID 0009-0005-9634-3407
Маданбекова Жылдызкан Амиракуловна, окутуучу,
ORCID 0009-0005-3287-1163
Ош технологиялык университети
E-mail: mira.mamatova@m

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРЫНЫН ОКУТУУЧУЛАРЫНЫН КЕСИПТИК ЧАРЧООСУНУН СЕБЕПТЕРИ, КЕСЕПЕТТЕРИ ЖАНА АНЫ ЧЕЧҮҮНҮН ЖОЛДОРУ

Макалa жогорку окуу жайларынын окутуучуларынын кесиптик чарчоосунун көйгөйлөрүнө арналган. Окутуунун жогорку жүгү, маалыматтын ашыкча жүктөлүшү, көнүмүш бюрократиялык тапшырмалар, колдоонун жана таанылуунун жоктугу сыяктуу негизги себептери каралат. Сапаттуу окутуунун жана квалификацияны жогорулатуунун маанилүүлүгүнө өзгөчө көңүл бурулат. Бул көйгөйдү жеңүү жана алдын алуу жолдору, анын ичинде квалификацияны жогорулатуу, тапшырмаларды оптималдаштыруу жана эмгек шарттарын жакшыртуу сунушталган.

Ачык сөздөр: кесиптик чарчоо, университеттин окутуучулары, жогорку жүктөм, күнүмдүк милдеттер, квалификацияны жогорулатуу, стресс, чарчоону алдын алуу, эмоционалдык чарчоо.

Маматова Мира Жанибековна, доцент ОшТУ,
Маданбекова Жылдызкан Амиракуловна, преподаватель,
Ошский технологический университет.

ПРИЧИНЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ И ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Статья посвящена проблеме профессионального выгорания педагогов высших учебных заведений. Рассматриваются основные причины, такие как высокая учебная нагрузка, информационная перегрузка, рутинные бюрократические задачи, а также недостаток поддержки и признания. Особое внимание уделено значимости качественного преподавания и профессионального развития как главных средств профилактики выгорания. Предложены пути преодоления и предотвращения данной проблемы, включая повышение квалификации, оптимизацию задач и улучшение условий труда.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, преподаватели вуза, высокая нагрузка, рутинные задачи, повышение квалификации, стресс, профилактика выгорания, эмоциональное усталость.

Mamatova Mira Zhanibekovna, docent of OshTU
Madanbekova Jyldyzkan Amirakulovna, lecturer,
Osh technological university

CAUSES, CONSEQUENCES AND WAYS TO SOLUTIONS OF PROFESSIONAL EXHAUSTMENT OF TEACHERS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

The article is devoted to the problem of professional burnout among teachers of higher educational institutions. Root causes such as high teaching loads, information overload, routine bureaucratic tasks, and lack of support and recognition are examined. Particular attention is paid to the importance of quality teaching and professional development as the main means of preventing burnout. Ways to overcome and prevent this problem are proposed, including advanced training, optimization of tasks and improvement of working conditions.

Key words : professional burnout, university teachers, high workload, routine tasks, advanced training, stress, burnout prevention, emotional exhaustion.

Киришүү. Кесиптик чарчоо - бул узакка созулган стресстен же жумуштагы ашыкча жүктөмдөрдөн келип чыккан адамдын физикалык, эмоционалдык жана психикалык чарчоо абалы. Жогорку окуу жайлардын (ЖОЖ) окутуучуларынын кесиптик чарчоосу учурда өзгөчө актуалдуу көйгөйгө айланды, анткени бул кесип окутуучудан чоң энергияны талап кылат. Окутуучунун негизги милдети болгон сапаттуу билим берүүдөн башка, аны алагды кылган документтер менен иштөөнү да өз ичине алат. Университеттин окутуучуларынын ишмердүүлүгү окуу жайда окутуу жараянын уюштуруу, студенттер менен өз ара иш- аракеттерди аткаруу гана эмес, илимий изилдөөлөрдү жүргүзүүнү, башкаруу процесстерине катышууну жана окуу жайдын ичиндеги күнүмдүк маселелерди чечүүнү да камтыйт. Мындан сырткары

алардан үзгүлтүксүз профессионалдык өнүгүүсү, окуу материалдарын жаңыртуусу жана жаңы билим берүү технологияларына ыңгайлашуусу талап кылынат. Мунун баары мугалимдердин кесиптик жана жеке туруктуулугуна жогорку талаптарды жаратат. Эгерде бул кысымдар ашыкча болуп кетсе же сырттан колдоого алынбаса, психикалык жактан чарчоо коркунучу жаралат. Натыйжада бул окутуучуларга гана эмес, жалпы билим берүү процессине да таасирин тийгизет. Бул макалада кесиптик чарчоонун негизги себептери, анын белгилери, кесепеттери жана аны алдын- алуунун натыйжалуу ыкмалары талкууланат. Негизги басым мугалимдерди өнүктүрүү жана колдоо, о.э. алардын эмоционалдык жана физикалык бакубаттуулугун сактоо үчүн шарттарды түзүүгө багытталган.

Изилдөөнүн актуалдуулугу. Заманбап окуу процессинин шарттарында жогорку окуу жайлардын окутуучулары окутуучулук жана административдик жүктөмдөрдүн көбөйүшүнө, дайыма квалификациясын жогорулатууга жана жаңы технологияларды колдонууга байланышкан көптөгөн кыйынчылыктарга туш болушат. Бул факторлор стресс деңгээлинин жогорулашына жана кесиптик чарчоо коркунучуна алып келет. Бул көйгөй мугалимдердин психоэмоционалдык абалына жана алардын ишинин сапатына түздөн-түз таасир этет. Жогорку сапаттагы билим берүү кызматын камсыз кылуу - окутуучунун ишмердүүлүгүнө, эмоционалдык абалына, активдүүлүгүнө жараша болот. Кесиптик чарчоонун себептерин, симптомдорун жана алдын- алуунун ыкмаларын изилдөө, окуу-тарбия процессинин эффективдүүлүгүн сактоого, кадрлардын алмашуусун кыскартууга жана мугалимдердин эмгек шарттарын жакшыртууга карай маанилүү кадам болуп саналат. Бул көйгөйлөрдү чечүү, билим берүү мекемелеринин туруктуу өнүгүүсүн жана педагогикалык жамааттын бакубаттуулугун түшүнүүнүн өзөгүндө турат.

Изилдөөнүн максаты - Жогорку окуу жайларынын окутуучуларынын кесиптик чарчоосунун себептерин аныктоо, анын симптомдорун жана кесепеттерин талдоо, ошондой эле бул көйгөйлөрдүн алдын алуунун жана жоюунун натыйжалуу ыкмалары боюнча сунуштарды иштеп чыгуу; Окутуучулардын эмоционалдык жана физикалык жактан бакубаттуулугу үчүн шарттарды түзүүгө өзгөчө көңүл бурулуу зарыл экендигин, бул окуу процессинин сапатын жогорулатуунун негизги фактору болоорун баса белгилейт.

Изилдөө ыкмалары. Жогорку окуу жайлардын окутуучуларынын кесиптик чарчоосун изилдөөнүн алкагында төмөнкүдөй ыкмалар колдонулган:

Адабияттарга анализ. Кесиптик чарчоонун себептерин, симптомдорун жана кесепеттерин аныктоо үчүн психология, педагогика жана менеджмент боюнча илимий-методикалык адабияттарга анализ жүргүзүлдү.

Салыштырмалуу анализ. Чарчоонун алдын алуу жана жеңүү боюнча ар кандай ыкмаларды, анын ичинде чет элдик жана ата мекендик тажрыйбаны изилдөө жана салыштыруу жүргүзүлдү.

Жалпылоо жана системалаштыруу ыкмасы. Мүмкүн болгон чечимдерди жана көйгөйлөрдү объективдүү кароо үчүн талдоодон өткөн маалыматтар тизмектелип жалпыланды.

Мазмунуна анализ жүргүзүү. Мугалимдердин кесиптик ишмердүүлүгүнүн уюштуруучулук, башкаруучулук жана социалдык-психологиялык аспектилерине арналган материалдарга талдоо жүргүзүлдү.

Изилдөөнүн жыйынтыгы. Жогорку окуу жайларынын окутуучуларынын кесиптик чарчоосунун себептери:

1. Жумуштагы ашыкча жүктөмдөр, колдоонун жоктугу. Жумуштун көптүгүнөн улам мугалимдер жеке жашоосунда убакыттын жетишсиздигине туш болушат. Административдик колдоонун жоктугу жүктү андан да оорлотот.

2. *Милдеттердин монотондуулугу жана кесиптик жактан өсүп- өнүгүүнүн жоктугу.* Көндүмдөрдү жана илимий прогрессти өнүктүрүүгө мүмкүнчүлүк болбостон, бир эле тапшырмаларды узак убакыт аткаруу зеригүүнү жана нааразычылыкты жаратат.

3. *Кадимки бюрократиялык милдеттер.* Документтерди, отчетторду жана башка формалдуу милдеттенмелерди дайыма жүргүзүү “кагаз жүзүндө” иштөө сезимин жаратат, түздөн-түз педагогикалык функцияларды аткарууга мотивацияны азайтат.

4. *Маалыматтын ашыкча жүктөлүшү.* Жаңы маалыматтардын көптүгү жана окуу материалдарын дайыма жаңыртуу зарылдыгы стресске алып келет.

5. *Коллективдеги баарлашуу көйгөйлөрү.* Администрация же кесиптештердин ортосундагы келишпестиктер, чыр-чатактар терс эмоционалдык фонду жаратат.

6. *Эмгектин жетишсиз таанылышы.* Жоопкерчилик көп болгондо, олуттуу пикирлердин же мактоолордун жоктугу мотивацияны төмөндөтүшү мүмкүн.

Кесиптик чарчоонун натыйжасында окутуучуларда төмөндөгүдөй белгилер пайда болушу мүмкүн:

- Дем алуудан кийин да дайыма чарчай берүү;
- Жумушка болгон кызыгуунун жоголушу, анын ичинде аудитория менен өз ара аракеттенүүнү каалабоо;
- Кыжырдануунун жана эмоционалдык туруксуздуктун күчөшү;
- Когнитивдик жөндөмдүүлүктөрдүн төмөндөшү: эс-тутумдун начарлашы, ойлоонун чаржайыттыгы;
- Баш оору жана уйкусуздук сыяктуу физикалык көйгөйлөр;

7. *Кесиптик чарчоонун кесепеттери:* Кесиптик чарчоонун кесепеттери мугалимдин өзү үчүн да, жалпы билим берүү процесси үчүн да кыйратуучу болушу мүмкүн:

- Окутуунун сапатынын төмөндөшү;
- Кесиптештер жана студенттер менен мамиленин начарлашы;
- ЖОЖдордо кадрлардын жумуштан кетүүсүнө чейин алып келип, башка квалификациялуу адистерди табууда көйгөйлөр жаралат.

Кесиптик чарчоонун алдын алуу жана күрөшүү ыкмалары:

1. *Квалификацияны жана адистикти жогорулатуу.* Үзгүлтүксүз билим берүү курстарынан өтүү, тренингдерге, илимий конференцияларга катышуу жана карьера үчүн чөйрөнү түзүү-кесиптик чарчоонун алдын алуунун ачкычы. Мугалимдер жеке жашоосуна жана кесиптик ишмердүүлүгү үчүн убакыт жана ресурстарга ээ болуусу зарыл.

2. *Администрациялык колдоо.* Жүктөмдөрдү азайтуу үчүн шарт түзүү маанилүү: ийкемдүү графиктер, тапшырмаларды кайрадан туура бөлүштүрүү жана үзгүлтүксүз тыныгуулар.

3. *Күнүмдүк тапшырмаларды оптималдаштыруу.* Бюрократиялык иш кагаздарды жөнөкөйлөштүрүү жана автоматташтыруу, мугалимдерге өз ишинин маңыздуу жактарына көңүл бурууга мүмкүндүк берет.

4. *Кесиптик көндүмдөрдү өнүктүрүү.* Кесиптик өзүн-өзү өнүктүрүүгө басым жасоо, мугалимдерге өзүн өзү баалоого жана актуалдуу сезүүгө көмөктөшөт.

5. *Жеке өнүгүү.* Үзгүлтүксүз көнүгүүлөр, хобби жана стрессти башкаруучу психологиялык курстар эмоционалдык балансты калыбына келтирүүгө жардам берет.

6. *Коллективде баарлашууну жакшыртуу.* Коомдун колдоосу, командада иштөө жана чыр-чатактарды чечүү, терс эмоцияларды азайтууга көмөк берет.

7. *Кесиптик жардам.* Психологдор жана тренерлер менен болгон консультациялар стресстин себептерин түшүнүүгө жана өнүгүүгө жардам берет.

Корутунду. Жогорку окуу жайларынын окутуучуларынын кесиптик чарчоосу системалуу мамилени талап кылган олуттуу көйгөй. Квалификацияны жогорулатууга жана өнүктүрүүгө, администрациянын колдоосуна, милдеттерди оптималдаштырууга жана инсандык өнүгүүгө артыкчылык берилген комплекстүү мамиле гана

окутуучулардын бакубаттуулугунун жана студенттердин билим берүү процессинин жогорку сапатын сактоонун ачкычы боло алат.

Адабияттар:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других [Текст] / В. В. Бойко // - М.: Фолиум, 2006.
2. Маслач К. Преодоление выгорания: научный подход к избавлению от стресса [Текст] / К. Маслач, М.Лейтер // - СПб. Питер, 2010.
3. Грановский Г. И. Психология педагогического труда [Текст] / Г. И. Грановский. / - М. Просвещение, 2004.
4. Лазарус Р. М. Эмоциональный стресс и его значение для психологии [Текст] / Р. М. Лазарус // Апрель-Пресс, 2001.
5. Шахова А. Г. Профессиональное выгорание: пути предупреждения и преодоления [Текст] / А.Г.Шахова // Вестник образования и науки. №5. 2015.
6. Фрейденберг Г. Burnout: The Cost of Caring McGraw-Hill Education, [Текст] / Г.Фрейденберг Г. // 2000.
7. Васильева Е. В. Особенности профессионального выгорания у педагогов высшего образования [Текст] / Е. В. Васильева // Психологическая наука и образование. 2020.

УДК 378.016

Жусупов Алибай Алдырахманович, ОшТУнун доценти,
ORCID 0009-0004-4791-400X
Ош технологиялык университети
E-mail: Ali2901@mail.ru

ГРАФИКАЛЫК САБАКТАРДЫ ОКУТУУДА КОМПЬЮТЕРДИК ТЕСТИРЛӨӨНҮН ОҢ ЖАНА ТЕРС ЖАГДАЙЛАРЫ

Окуу процессинин негизги элементтеринин бири-бул, студенттердин билим деңгээлин текшерүү болуп саналат жана аны туура уюштуруу окутуунун эффективдүү жүрүшүнө шарт түзөт. Бул макалада графикалык сабактарды окутууда компьютердик тестирилөөнүн оң жана терс жагдайлары каралды.

Ачкыч сөздөр: компьютердик тестирилөө, графика, сызма геометрия, инженердик графика, технология, модуль, ЕСКД, ГОСТ, резьба.

Жусупов Алибай Алдырахманович, доцент ОшТУ,
Ошский технологический университет

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ КОМПЬЮТЕРНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГРАФИКЕ

В процессе обучения основным элементом считается проверка знаний студентов и их правильная организация. В этой статье рассмотрены положительные и отрицательные стороны компьютерного тестирования.

Ключевые слова: компьютерное тестирование, графика, технология, начертательная геометрия, инженерная графика, технология, модуль, ЕСКД, ГОСТ, резьба.