

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР НАУЧНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА
«НАУКА И ПРОСВЕЩЕНИЕ»**



КОНКУРС ЛУЧШИХ СТУДЕНЧЕСКИХ РАБОТ

**СБОРНИК СТАТЕЙ XXIV МЕЖДУНАРОДНОГО НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО КОНКУРСА,
СОСТОЯВШЕГОСЯ 10 АПРЕЛЯ 2025 Г. В Г. ПЕНЗА**

**ПЕНЗА
МЦНС «НАУКА И ПРОСВЕЩЕНИЕ»
2025**

УДК 001.1
ББК 60
К64

Ответственный редактор:
Гуляев Герман Юрьевич, кандидат экономических наук

К64

КОНКУРС ЛУЧШИХ СТУДЕНЧЕСКИХ РАБОТ: сборник статей XXIV Международного научно-исследовательского конкурса. – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». – 2025. – 154 с.

ISBN 978-5-00236-824-2

Настоящий сборник составлен по материалам XXIV Международного научно-исследовательского конкурса «**КОНКУРС ЛУЧШИХ СТУДЕНЧЕСКИХ РАБОТ**», состоявшегося 10 апреля 2025 г. в г. Пенза. В сборнике научных трудов рассматриваются современные проблемы науки и практики применения результатов научных исследований.

Сборник предназначен для научных работников, преподавателей, аспирантов, магистрантов, студентов с целью использования в научной работе и учебной деятельности.

Ответственность за аутентичность и точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законодательства об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов.

Полные тексты статей в открытом доступе размещены в Научной электронной библиотеке Elibrary.ru в соответствии с Договором №1096-04/2016К от 26.04.2016 г.

УДК 001.1
ББК 60

© МЦНС «Наука и Просвещение» (ИП Гуляев Г.Ю.), 2025
© Коллектив авторов, 2025

ISBN 978-5-00236-824-2

Ответственный редактор:

Гуляев Герман Юрьевич – кандидат экономических наук

Состав редакционной коллегии и организационного комитета:

- Агаркова Любовь Васильевна – доктор экономических наук, профессор
Ананченко Игорь Викторович – кандидат технических наук, доцент
Антипов Александр Геннадьевич – доктор филологических наук, профессор
Бабанова Юлия Владимировна – доктор экономических наук, доцент
Багамаев Багам Манапович – доктор ветеринарных наук, профессор
Баженова Ольга Прокопьевна – доктор биологических наук, профессор
Боярский Леонид Александрович – доктор физико-математических наук
Бузни Артемий Николаевич – доктор экономических наук, профессор
Буров Александр Эдуардович – доктор педагогических наук, доцент
Васильев Сергей Иванович – кандидат технических наук, профессор
Власова Анна Владимировна – доктор исторических наук, доцент
Гетманская Елена Валентиновна – доктор педагогических наук, профессор
Грицай Людмила Александровна – кандидат педагогических наук, доцент
Давлетшин Рашит Ахметович – доктор медицинских наук, профессор
Иванова Ирина Викторовна – кандидат психологических наук
Иглин Алексей Владимирович – кандидат юридических наук, доцент
Ильин Сергей Юрьевич – кандидат экономических наук, доцент
Искандарова Гульнара Рифовна – доктор филологических наук, доцент
Казданян Сусанна Шалвовна – кандидат психологических наук, доцент
Качалова Людмила Павловна – доктор педагогических наук, профессор
Кожалиева Чинара Бакаевна – кандидат психологических наук
Колесников Геннадий Николаевич – доктор технических наук, профессор
Корнев Вячеслав Вячеславович – доктор философских наук, профессор
Кремнева Татьяна Леонидовна – доктор педагогических наук, профессор
Крылова Мария Николаевна – кандидат филологических наук, профессор
Кунц Елена Владимировна – доктор юридических наук, профессор
Курленя Михаил Владимирович – доктор технических наук, профессор
Малкоч Виталий Анатольевич – доктор искусствоведческих наук
Малова Ирина Викторовна – кандидат экономических наук, доцент
Месеняшина Людмила Александровна – доктор педагогических наук, профессор
Некрасов Станислав Николаевич – доктор философских наук, профессор
Непомнящий Олег Владимирович – кандидат технических наук, доцент
Оробец Владимир Александрович – доктор ветеринарных наук, профессор
Попова Ирина Витальевна – доктор экономических наук, доцент
Пырков Вячеслав Евгеньевич – кандидат педагогических наук, доцент
Рукавишников Виктор Степанович – доктор медицинских наук, профессор
Семенова Лидия Эдуардовна – доктор психологических наук, доцент
Удут Владимир Васильевич – доктор медицинских наук, профессор
Фионова Людмила Римовна – доктор технических наук, профессор
Чистов Владимир Владимирович – кандидат психологических наук, доцент
Швец Ирина Михайловна – доктор педагогических наук, профессор
Юрова Ксения Игоревна – кандидат исторических наук

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ	7
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОНСТРУКЦИЙ РЕЖУЩИХ МЕХАНИЗМОВ МЯСОРУБОК МУРСАЛЫКОВА МАЙГУЛЬ ТАУРЖАНОВНА, ШУЛЕНОВА АСЕМ МАНАРБЕКОВНА, КУАНЫШЕВА ЗАРУ КАДРХАНКЫЗЫ	8
БОЛЬШИЕ ЯЗЫКОВЫЕ МОДЕЛИ В КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ: ОБЗОР МОДЕЛЕЙ И ИХ ПРАКТИЧЕСКИХ ПРИМЕНЕНИЙ ЯЛТОНСКАЯ ЕКАТЕРИНА МАКСИМОВНА	11
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОИЗВОДСТВА КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕТРАДИЦИОННОГО РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ НАРМАНДАХ ЖУПАРГУЛ, МЫРЗАХМЕТОВА РАТМИНА КАНАТОВНА, АЛДОЖАНОВА АСЕЛ МЕЙРАМКЫЗЫ	17
СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ НАУКИ	24
ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ОПАР ДЛЯ ХЛЕБНОГО ТЕСТА ЛОПАЕВА НАДЕЖДА ЛЕОНИДОВНА, ПАВЛЕНКОВА ЕЛЕНА ЛЕОНИДОВНА, ПРОХОРОВА МАРИЯ АНДРЕЕВНА	25
ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА УРБЕЧА ЛОПАЕВА НАДЕЖДА ЛЕОНИДОВНА, ПАВЛЕНКОВА ЕЛЕНА ЛЕОНИДОВНА, ПРОХОРОВА МАРИЯ АНДРЕЕВНА	29
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ	33
ОЦЕНКА НЕОТЬЕМЛЕМОГО РИСКА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ АУДИТА ФОРМИРОВАНИЯ РЕЗЕРВА ПО СОМНИТЕЛЬНЫМ ДОЛГАМ КУМУШБАЕВА АРИНА ДИМОВНА	34
ПОВЫШЕНИЕ ИНВЕСТИЦИОННОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ЗА СЧЕТ РАЗВИТИЯ ГОСУДАРСТВЕННО-ЧАСТНОГО ПАРТНЕРСТВА СОЛОМЫКИНА АНГЕЛИНА ЕВГЕНЬЕВНА	39
ВНЕДРЕНИЕ КОРПОРАТИВНОГО УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОМПАНИИ МАРТЫНОВ И.М.	43
ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	49
ОСОБЕННОСТИ ПОВТОРА КАК ЭКСПРЕССИВНОГО СРЕДСТВА В АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ (НА ПРИМЕРЕ XVIII СОНЕТА УИЛЬЯМА ШЕКСПИРА) ЗЫЗА АЛИНА СЕРГЕЕВНА	50
ЛОКАЛЬНАЯ ТЕОРИЯ ЭВОЛЮЦИИ КИТАЙСКОЙ ПИСЬМЕННОСТИ (РЕГИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ) МАКАРЕНКО АННА АЛЕКСЕЕВНА	55

ЮРИДИЧЕСКИЕ НАУКИ	59
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПОЛИЦЕЙСКИХ СТРУКТУР В АМЕРИКЕ И В РОССИИ КУРЫНДИНА ОЛЬГА РУСЛАНОВНА, ШЛЫЧКОВА ВАЛЕРИЯ ЮРЬЕВНА	60
НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ПРАВОВОГО СТАТУСА «РЕБЕНОК-ИНВАЛИД»: ИСТОРИКО-ПРАВОВОЙ АНАЛИЗ ЕЛЬКИНА АНАСТАСИЯ АНДРЕЕВНА	63
ГОСУДАРСТВО КАК СУБЪЕКТ ПРАВА СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ КАРПОВА ЕЛЕНА АЛЕКСЕЕВНА.....	67
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕТОДИКИ РАССЛЕДОВАНИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЙ ГОРСКАЯ ДАРЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА, СОРОКИНА АНАСТАСИЯ ОЛЕГОВНА	70
ЭВОЛЮЦИЯ СМИ В ЮРИСПРУДЕНЦИИ: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЮРИСТОВ СО СМИ ВОРОБЬЕВА ОЛЕСЯ ДМИТРИЕВНА, КУДРЯШОВА ЕЛИЗАВЕТА ВЛАДИМИРОВНА, ЛАРИНА АРИНА АНДРЕЕВНА, КРОВОТА ВИКТОРИЯ АЛЕКСЕЕВНА	73
НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ КАК ОБЪЕКТ КОНСТИТУЦИОННО-ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ СТЕПАНОВ МИХАИЛ ДМИТРИЕВИЧ.....	77
ПРИМИРИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕХАНИЗМ РАЗРЕШЕНИЯ ГРАЖДАНСКО-ПРАВОВЫХ СПОРОВ МАРТИШИН ДАНИИЛ ВАЛЕРЬЕВИЧ	84
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	87
ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНИКИ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ НАВЫКОВ АУДИРОВАНИЯ МАТСАПАЕВА ОЗОДА АЛИМБАЕВНА	88
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ВИРЯСОВ АРТЕМ ПАВЛОВИЧ.....	93
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ ЗЕЗЕГОВА АУРИКА ИВАНОВНА, ГАРИБЯН АРТУР ЭДУАРДОВИЧ	98
ТЕХНИКА РЫВКА ГИРИ АНДРИЯКИН ДАНИИЛ ВИКТОРОВИЧ	102
АДАПТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ МОТОРНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЯРОВЫХ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ.....	105
ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ ПОСРЕДСТВОМ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА КУЛЬМУХАМЕТОВА А. М., ШАЯНОВА М. К.	109

РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО МЫШЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ТЕАТРАЛИЗОВАННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НАЗАРОВА АРИНА СЕРГЕЕВНА	112
РЕАЛИЗАЦИЯ ДИДАКТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ХИМИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА В СТАРШЕЙ ШКОЛЕ ЯНДЮК ВАЛЕРИЯ ВЛАДИМИРОВНА	115
РАЗВИТИЕ СЛУХА И РИТМА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИВЛЕВА АНАСТАСИЯ НИКИТИЧНА	121
МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ	124
ГЕНЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ САХАРНОГО ДИАБЕТА 2 ТИПА, АССОЦИИРОВАННОГО ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ МУБОРАКОВ ХАСАНХОН МУХРИДДИНХОН УГЛИ	125
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ОСАНКУ ТИТОВА ЕВГЕНИЯ ЕВГЕНЬЕВНА, СУХАНОВ ЕВГЕНИЙ ЛЕОНИДОВИЧ	129
АЛЛЕРГИЯ К КЛЕЩАМ ДОМАШНЕЙ ПЫЛИ У ЖИТЕЛЕЙ РЕСПУБЛИКИ САХА ИВАНОВА И.С.	133
ПРОФИЛАКТИКА И ОБЛЕГЧЕНИЕ СИМПТОМОВ САХАРНОГО ДИАБЕТА С ПОМОЩЬЮ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАЧАШЕВА АСТА АЛЕКСАНДРОВНА	134
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ ВРАЧА-СТОМАТОЛОГА МАМАДОВ МУХАММАДЖОН ХАМДАМАЛИЕВИЧ	138
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЙОГОЙ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА ОРУДЖОВА РУЗИЯ ВАГИФ КЫЗЫ, ЩЕРБАКОВ МАКСИМ ВИКТОРОВИЧ	142
ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ ДЛЯ БОРЦОВ СМЕШАННЫХ ЕДИНОБОРСТВ РАТУШНЯК ТАТЬЯНА ДЕНИСОВНА, СУХАНОВ ЕВГЕНИЙ ЛЕОНИДОВИЧ	146
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	150
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ В РЕШЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ ПОДРОСТКОВ АРШЕВСКАЯ ВАЛЕНТИНА ВАСИЛЬЕВНА, РЕМОРЕНКО МАКСИМ ИВАНОВИЧ	151

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 520

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОНСТРУКЦИЙ РЕЖУЩИХ МЕХАНИЗМОВ МЯСОРУБОК

МУРСАЛЫКОВА МАЙГУЛЬ ТАУРЖАНОВНА

доктор PhD

ШУЛЕНОВА АСЕМ МАНАРБЕКОВНА

докторант

КУАНЫШЕВА ЗАРУ КАДРХАНКЫЗЫ

студент

НАО «Казахский агротехнический исследовательский университет имени С. Сейфуллина»

Научный руководитель: Мустафаева Аяулым Какеновна*к.т.н., ассоциированный профессор**НАО «Казахский агротехнический исследовательский университет имени С. Сейфуллина»*

Аннотация: в данной статье рассмотрено теоретическое исследование совершенствования конструкций режущих механизмов мясорубок. В современной промышленности измельчение сырья занимает значительное место и является одним из важнейших технологических процессов. В настоящее время на малых мясоперерабатывающих предприятиях, в мини-колбасных цехах и на предприятиях общественного питания используются волчки и мясорубки различной конструкции. Существующее оборудование позволяет получать фарш с низким качеством, с большими потерями мясного сырья и потребляет огромное количество электроэнергии. Исследование и оптимизация процесса, осуществляемого в данных машинах является актуальной научной задачей.

Ключевые слова: оборудование, мясорубка, режущие механизмы, мясо, измельчение.

IMPROVEMENT OF DESIGNS OF CUTTING MECHANISMS OF MEAT GRINDERS

**Mursalykova Maigul Taurzhanovna,
Shulenova Asem Manarbekovna,
Kuanysheva Zaru Kadrkhankyzy***Scientific supervisor: Kaskenova Mustafayeva Ayaulym*

Одним из важных технологических процессов в любой мясоперерабатывающей организации является измельчение мясного сырья. Для этой цели используют мясорубки разных видов и модификаций.

В куттерах для измельчения мяса используется режущий механизм, состоящий из ножа и решетки. Ножи различаются по конструкции: они могут иметь две или более лопастей, быть цельными или состоять из нескольких частей. Наиболее распространены крестообразные ножи. Однако, увеличение числа лопастей не всегда приводит к повышению эффективности, так как уменьшение пространства между ними может снизить производительность измельчителя. Помимо крестообразных существуют ножи с криволинейными, зубчатыми режущими кромками, а также с лопастями, расположенными под углом [1,2].

Крестовидные ножи обычно изготавливаются методом штамповки. Форма режущей кромки ножей с криволинейной геометрией может быть представлена эвольвентой, архимедовой спиралью или

серповидной формой. Зубчатые ножи имеют две лопасти с криволинейными режущими кромками, снабженными зубьями, которые отсекают измельчаемый продукт по концентрическим окружностям. В процессе измельчения, взаимодействие зубчатой криволинейной режущей кромки ножа с решеткой приводит к разделению измельчаемого мяса на концентрические слои. Максимальное усилие резания возникает в области радиуса ножа, расположенных ближе к ступице, где линейная скорость минимальна. Это повышенное усилие приводит к интенсивному износу четырехгранного хвостовика шнека [3].

В сфере общественного питания распространены ручные и электрические измельчители, имеющие идентичный принцип действия исполнительного механизма. Рабочая камера, расположенная в корпусе измельчителя, представляет собой неподвижный цилиндр, предназначенный для обработки продукта. Внутри камеры расположены ребра, препятствующие вращению продукта относительно стенок цилиндра. Ребра могут иметь винтовую (спиральную) или продольную (параллельную оси цилиндра) конфигурацию. Направление винтовых ребер противоположно направлению витков шнека [4].

В измельчителях для общепита чаще всего используются ребра с правым направлением, поскольку шнеки, толкающие мясо, имеют левую навивку. Угол наклона этих ребер варьируется в широком диапазоне – от 37 до 48°. Эффективность торможения, создаваемого ребрами, определяется их числом, высотой, формой и расстоянием между ними.

Основная функция шнека – перемещение продукта внутри мясорубки, его подача к ножам и проталкивание через решетки. Для этого шнек имеет витки, шаг которых постепенно уменьшается по направлению к выходному отверстию.

Шнек в измельчителе выполняет функцию создания давления, необходимого для проталкивания продукта через режущий узел, при этом важно, чтобы жидкая фракция продукта не отделялась. Степень сжатия продукта шнеком, определяемая как отношение объемов между витками в начале и конце шнека, составляет от 2,25 до 2,4. Угол наклона последнего витка шнека варьируется от 7 до 11 градусов.

Транспортировка продукта в измельчителе осуществляется шнеком, вращающимся внутри рабочего цилиндра, который может быть расположен горизонтально или под углом.

Длина шнека оказывает существенное влияние на производительность измельчителя. Слишком короткий шнек с небольшим количеством витков приводит к увеличению обратного потока продукта. Оптимальная длина шнека, обеспечивающая 2-4 витка, снижает обратный поток и повышает производительность. Дальнейшее увеличение длины шнека не приводит к значительному увеличению производительности, но увеличивает энергопотребление. Скорость вращения шнека зависит от назначения измельчителя, типа и состояния сырья, а также размера кусков сырья.

Шнеки классифицируются по следующим признакам: 1) форма – цилиндрические или конические; 2) шаг винта – постоянный или переменный; 3) число витков; 4) число заходов; 5) профиль витка; 6) наличие или отсутствие торцовки.

Производительность шнека и характеристика фарша определяются следующими параметрами:

1. Конструкция шнека: количеством заходов винта, изменением угла наклона винтовой линии по его длине, формой и объемом пространства между витками, а также общим числом витков.
2. Режим работы шнека: частотой его вращения и общей длиной.
3. Параметры последнего витка: углом его подъема и углом профиля.

Режущий механизм измельчителя включает в себя неподвижную решетку и вращающийся шнек. Решетка представляет собой диск с отверстиями, и вместе с вращающимся ножом они образуют пару режущих элементов.

Ключевой характеристикой решеток, используемых в режущих механизмах, является форма и размер их отверстий, которые выполняют роль режущих кромок. Диаметр этих отверстий напрямую влияет на скорость прохождения сырья и степень его измельчения. Существует множество форм отверстий (круглые, квадратные, овальные и т.д.), а наиболее распространенные диаметры варьируются от 2 до 25 мм. Для повышения эффективности измельчения необходимо максимально увеличить долю площади решетки, занятой отверстиями, что зависит от их расположения, диаметра и плотности заполнения. Решетки изготавливаются из мягкой стали с последующей обработкой для повышения твердости (цементация и закалка).

Затяжка ножей и решеток оказывает значительное влияние на работу измельчителя. Чрезмерная затяжка увеличивает трение, вызывая перегрев деталей и продукта, а также риск заклинивания. Слишком большие зазоры между ножами и решетками приводят к некачественному измельчению: сырье не получает необходимой поддержки, соединительная ткань не разрезается, а наматывается, и увеличивается расход энергии. Для обеспечения оптимальной работы режущего механизма необходимо тщательно регулировать затяжку. Рекомендуется затягивать гайку до упора, а затем ослаблять ее на 0,25-0,33 оборота, чтобы обеспечить правильный баланс между прижимом и свободой вращения [5,6].

Для предотвращения проскальзывания внутри цилиндра измельчителя, его внутренняя поверхность может иметь ребра, расположенные вдоль оси или по спирали.

Анализ показывает, что одним из перспективных направлений улучшения мясорубок является разработка режущих механизмов с парными режущими элементами, что позволит повысить эффективность измельчения. Кроме того, исследование и оптимизация процесса измельчения, осуществляемых в данных машинах является актуальной научной задачей.

Список источников

1. Benjamin M. Bohrer. Review: Nutrient density and nutritional value of meat products and non-meat foods high in protein. *Trends in Food Science & Technology*. Volume 65, July 2017, Pages 103-112.
2. Stefaan De Smet. Meat: The balance between nutrition and health. A review. *Meat Science*. Volume 120, October 2016, Pages 145-156.
3. S. De Smet. Meat, poultry, and fish composition: Strategies for optimizing human intake of essential nutrients. *Animal Frontiers*, Volume 2, Issue 4, October 2012, Pages 10–16.
4. Пелеев А.И. Технологическое оборудование предприятий мясной промышленности. - М.: Пищевая промышленность, 1971. - 519 с.
5. Чижикова Т.В. Машины для измельчения мяса и мясных продуктов. - М.: Легкая и пищевая промышленность, 1982. - 302 с.
6. Оборудование предприятий общественного питания. В 3-х т. Т.1: Механическое оборудование: Учеб. для студентов вузов, обуч. по спец. 1011 «Технол. и орг. обществ. питания»/ Б.Д. Елхина, А.А. Журин, А.А. Проникина, М.К. Богачев. – 2-е изд., перераб.- М.: Экономика, 1987. – С.448.

УДК 004.056

БОЛЬШИЕ ЯЗЫКОВЫЕ МОДЕЛИ В КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ: ОБЗОР МОДЕЛЕЙ И ИХ ПРАКТИЧЕСКИХ ПРИМЕНЕНИЙ

ЯЛТОНСКАЯ ЕКАТЕРИНА МАКСИМОВНА

студент,
«Московский государственный технический университет гражданской авиации»

Научный руководитель: Матьюк Сергей Петрович

*к.т.н., доцент
«Московский государственный технический университет гражданской авиации»*

Аннотация: сегодня LLM интегрируются в инструменты защиты, помогают анализировать угрозы, но также используются злоумышленниками. В настоящем обзоре рассматриваются ключевые области использования LLM в кибербезопасности, даётся характеристика существующих моделей – от универсальных до специализированных проектов.

Ключевые слова: информационные технологии, большие языковые модели, кибербезопасность, искусственный интеллект, информационная безопасность.

LARGE LANGUAGE MODELS IN CYBERSECURITY: OVERVIEW OF MODELS AND THEIR PRACTICAL APPLICATIONS

Yaltonskaya Ekaterina Maksimovna

Scientific adviser: Matyuk Sergey Petrovich

Abstract: Today LLMs are integrated into security tools, they help analyze threats, but they are also used by intruders. This review examines the key areas of LLM use in cybersecurity, and describes existing models ranging from universal to specialized projects.

Key words: information technology, large language models, cybersecurity, artificial intelligence, information security.

Большие языковые модели (Large Language Models, LLM) за последние годы совершили качественный скачок и привлекли к себе внимание не только исследователей искусственного интеллекта (ИИ), но и специалистов по информационной безопасности (ИБ). Появление доступных систем вроде ChatGPT в 2023 году показало, что ИИ способен обрабатывать сложный естественный язык, писать программный код и рассуждать на профессиональные темы, что сразу вызвало интерес к их применению в кибербезопасности [1].

В оборонительной кибербезопасности LLM выступают как интеллектуальные ассистенты, способные анализировать большие объемы данных, находить скрытые паттерны атак и помогать специалистам быстро реагировать на инциденты. Далее будут рассмотрены ключевые направления применения в задачах defensive security (оборонительной безопасности).

Обнаружение уязвимостей и анализ исходного кода. Языковые модели, обученные на данных по уязвимостям и программному коду, могут автоматически просматривать исходный код на наличие ошибок безопасности и даже предлагать исправления [2]. В экспериментальных исследованиях показано, что крупные модели программного кода (например, OpenAI Codex, CodeLlama и др.) способны исправлять уязвимые фрагменты кода в режиме zero-shot (без примеров). Коммерческие Code-LLM (GPT-4, Codex) на простых уязвимостях показывают хорошие результаты, хотя эффективность сильно зависит от качества подсказки и сложность уязвимости. Кроме того, LLM применяются для поиска уязвимостей в бинарном коде и инфраструктуре – например, модель WhiteRabbitNeo предназначена для анализа конфигураций облачных сервисов, выявления ошибок IAM и других уязвимостей инфраструктуры [3].

Анализ инцидентов, журналов и угроз. Генеративные модели упрощают разбор больших объемов логов и оповещений систем мониторинга (SIEM, IDS/IPS). Они могут суммировать последовательность событий, выделять ключевые аномалии и предположительно указывать на возможные причины инцидента. Примером является продукт Microsoft Security Copilot, который сочетает LLM GPT-4 с внутренней моделью безопасности Microsoft и встроенной базой глобальных угроз. Copilot позволяет аналитикам на естественном языке запрашивать сведения об инциденте, список подозрительных IP-адресов, анализ файлов и кода, и получает развернутый ответ с аналитическими выводами [4]. LLM также применяются для обнаружения фишинговых атак – например, показано, что ChatGPT (GPT-3.5/4) способен классифицировать URL на фишинговые с высокой точностью, а также генерировать пояснения к тревогам IDS, делая их более понятными для операторов [5].

Разработка защитных политик и обучение персонала. Модели наподобие GPT-4 помогают автоматически разрабатывать документы политики безопасности, планы реагирования и рекомендации по лучшим практикам. В работе GPT-4 использовался для генерации политики противодействия вымогательским атакам (Ransomware) в формате GRC (Governance, Risk, Compliance). LLM способны отвечать на вопросы специалистов, выступая в роли консультанта. Также они решают тестовые задачи и вопросы сертификаций по безопасности (например, экзаменационные вопросы Cisco, задачи CTF) – исследования показывают, что языковые модели уверенно справляются с тестами на знание фактов, хотя могут ошибаться в концептуальных вопросах без контекста. Тем не менее, такие технологии уже используются для обучения: например, платформа ZySec AI Security Copilot предлагает ИИ-ассистента на мобильном устройстве, дающего советы по безопасности, предупреждения о новых угрозах, обучающие карточки и т.п [6].

Усиление SOC и автоматизация рутинных операций. Инструменты на базе LLM позволяют автоматизировать рутинные задачи оперативных центров безопасности (SOC): разбор типовых фишинговых писем, фильтрацию ложных срабатываний, формирование KQL-запросов для SIEM и др. В Microsoft Security Copilot, например, реализованы агенты для разбора фишинга, которые берут на себя обработку типовых инцидентов и разгружают аналитиков [7]. LLM могут выступать в роли чат-бота, который «включается» в конвейер реагирования: принимает отчет от сканера уязвимостей или антивируса и сразу формирует задачу на исправление, либо уточняет у администратора детали. LLM способны ускорить анализ и улучшить детектирование, хотя требуют правильной настройки и наличия актуальных данных. Также следует учитывать ограничения: закрытые коммерческие модели (GPT-4, Claude и др.) могут фильтровать часть технического контента (например, описание эксплойта) по этическим причинам, а открытые модели могут ошибаться (галлюцинировать) в незнакомых ситуациях или давать неполные рекомендации.

LLM используются не только для защиты – они могут выступать и как «цифровой хакер», помогающий выполнять наступательные действия. В контексте легитимного пентестинга и Red Team операций такие инструменты позволяют автоматизировать поиск точек входа, разработку эксплойтов и проведение социального инжиниринга. Однако те же возможности могут быть применены злоумышленниками, что порождает этические вопросы.

Рассмотрим основные сценарии offensive security (наступательной безопасности) с участием LLM.

Автоматизированный пентестинг и исследование уязвимостей. Языковая модель может

стать виртуальным помощником специалиста по тестированию на проникновение. В одной из работ рассматривались два подхода [8]:

- 1) LLM как «спарринг-партнер» в формате вопросов-ответов для подсказки шагов атаки;
- 2) LLM как автономный агент, подключенный к взломанной виртуальной машине для эскалации привилегий.

В режиме советчика LLM универсального назначения давали реалистичные рекомендации по исследованию цели, хотя встроенные фильтры иногда мешали (модель отказывалась советовать злонамеренные действия). В полностью автоматическом режиме модель выполняла команды на машине-жертве и сумела несколько раз получить root-доступ, хотя столкнулась с проблемами на многошаговых эксплуатациях и иногда пыталась запускать несуществующие команды (галлюцинации).

Тем не менее результаты показали, что современные LLM при правильной настройке способны успешно проводить отдельные этапы проникновения. Появляются фреймворки вроде PentestGPT, где объединили несколько ролей (модули reasoning, exploitation, parsing) на базе GPT-4 для прохождения задач CTF; такая система показала лучшие результаты по сравнению с одиночной моделью.

Генерация эксплойтов и вредоносного кода. Одно из наиболее обсуждаемых применений – использование LLM для разработки эксплойтов нулевого дня, вредоносных программ и обфускации кода. Открытые и нецензурированные модели позволяют получать на выходе потенциально опасный код без блокировок. В 2023 году в теневом сегменте сети Интернет появились специальные боты WormGPT и FraudGPT, основанные на модели GPT-J (6 миллиардов параметров, 2021 г.) и дообученные на данных по разработке вредоносного программного обеспечения [9]. За плату они предоставляли киберпреступникам функциональность ChatGPT, но без каких-либо этических ограничений. В рекламных примерах WormGPT генерировал полноценный вредоносный скрипт на Python по запросу злоумышленника. Также было показано, что WormGPT способен писать убедительные фишинговые письма, например, от лица директора компании. Эти случаи демонстрируют, что LLM могут существенно снизить порог входа в киберпреступную деятельность, предоставив неподготовленным злоумышленникам инструменты для создания эксплойтов и вирусов. С другой стороны, для легитимных целей LLM ускоряют разработку и тестирование эксплойтов, помогая генерировать варианты атак для проверки устойчивости систем. Специализированные модели безопасности часто умышленно делают нецензурированными ответы на технические запросы: так, WhiteRabbitNeo позиционируется как «uncensored AI model». Это необходимо, чтобы Red Team-аналитики могли получить от модели максимальную пользу при симуляции действий злоумышленников.

Социальная инженерия и фишинг. Генеративные модели превосходно пишут связные тексты, что нашло применение в имитации фишинга. Исследование в 2023 году продемонстрировало, что LLM дают возможность значительно масштабировать кампании целевого фишинга (spear phishing) по качеству и количеству писем. Более того, модели могут адаптировать стиль общения под жертву, используя наводящие данные (например, профиль в соцсетях) – такая возможность представляет опасность, поскольку автоматизирует ранее трудоемкий процесс создания правдоподобных мошеннических сообщений. С защитной стороны, те же технологии могут применяться и во благо: например, LLM помогают обучать сотрудников распознаванию фишинга, генерируя реалистичные учебные письма для тренировок.

Атаки на основе данных и интерактивные эксплуатация. Помимо генерации статички (кода, текста), LLM могут участвовать в реальном времени в развитии атаки. К примеру, концепция LLM-агентов, которые взаимодействуют с окружением (файловой системой, сетью) на основе подсказок, может быть использована злоумышленниками. При наличии достаточного контекста модель может подсказывать следующие шаги: например, обнаружив на машине конфигурационный файл, LLM предложит извлечь из него пароли и продолжить горизонтальное перемещение. Подобные агентные подходы пока находятся в стадии экспериментов, но быстро прогрессируют. Существуют открытые проекты, интегрирующие LLM в инструменты атаки (например, объединение фреймворка Metasploit с ChatGPT для подсказок по эксплуатации уязвимости). Стоит отметить фреймворк PentAGI – систему полностью автономных AI-агентов, способную выполнять сложные задачи по тестированию на проникновение в автоматическом режиме, интегрировать новые модули и адаптироваться под специфические требова-

ния пользователей [10].

Следует подчеркнуть, что применение LLM в наступательных целях сталкивается с рядом ограничений. Во-первых, этические фильтры в коммерческих API (OpenAI, Google и др.) затрудняют прямое использование их моделей для «запрещенных» запросов – это побуждает исследователей обращаться к открытым или самодельным моделям. Во-вторых, модели могут совершать ошибки, опасные для оператора: например, предложить удалить не тот файл или пропустить явный индикатор атаки. Поэтому полностью автономному «ИИ-хакеру» пока доверять нельзя – требуется надзор человека. Тем не менее, уже сейчас ясно, что LLM становятся мощным усилителем для Red Team: они генерируют множество идей и вариантов атак за считанные секунды и могут частично выполнять черновую работу, в то время как эксперт концентрируется на стратегически важных шагах.

Универсальные большие языковые модели, такие как GPT, DeepSeek, Gemini и GigaChat, находят широкое применение в кибербезопасности. Они в том числе используются для автоматизации процессов обнаружения угроз, анализа уязвимостей и реагирования на инциденты. Тем не менее, их использование ограничено из-за закрытого API и встроенных фильтров, что затрудняет применение для некоторых задач offensive security.

В ответ на специфические потребности отрасли стали появляться узкотематические модели, обученные именно на данных по кибербезопасности. Такие LLM обладают более глубоким знанием уязвимостей, атак и защитных мер «из коробки», что повышает их эффективность на соответствующих задачах. Сравнение универсальных и специализированных LLM приведено ниже (табл. 1).

Таблица 1

Сравнение универсальных и специализированных LLM

Параметр/Аспект	Универсальные LLM	Специализированные LLM для ИБ
Обучающая выборка	Обширные, разнообразные данные	Дообучение на узкоспециализированных корпусах ИБ
Гибкость применения	Широкий спектр задач (общий чат, генерация кода, перевод и пр.)	Высокая точность в узких задачах (обнаружение уязвимостей, анализ кода, threat intelligence)
Контекст и масштаб	Большие контекстные окна, мультимодальность	Ограниченный, но адаптированный контекст для ИБ задач
Этические ограничения	Имеют фильтры, ограничивающие генерацию опасного контента	Могут быть настроены без жестких ограничений для исследований

Универсальные и узкотематические LLM имеют свои сильные стороны, и выбор между ними зависит от конкретных задач кибербезопасности. Ниже рассмотрены наиболее известные представители этого направления (2023–2025 гг.), их происхождение и особенности (табл. 2).

Таким образом, большие языковые модели стремительно проникают в сферу кибербезопасности, трансформируя привычные подходы к защите и атаке. Проведенный обзор показал, что LLM уже находят применение как в оборонительных задачах, так и в наступательных – причём примеры существуют не только в лабораториях, но и в реальных продуктах.

Развитие специализированных моделей подтверждает: одной лишь универсальностью LLM не ограничатся. Появление таких моделей, как WhiteRabbitNeo, LLaMA-Primus, ZySec, демонстрирует запрос отрасли на более точечные решения с глубоким знанием предметной области. Универсальные LLM лидируют в мощности рассуждений и качестве генерируемого текста, но могут страдать нехваткой актуальных данных по кибербезопасности и излишними этическими ограничениями. Специализированные модели заполняют эти пробелы, хотя зачастую уступают флагманам ИИ в гибкости и масштабируемости.

Таблица 2

Специализированные LLM для задач ИБ

Семейство моделей	Базовая архитектура	Основное назначение	Особенности
WhiteRabbitNeo	Qwen 2.5, LLaMA 3.1	DevSecOps, поиск уязвимостей, Red Team	Обучена на ИБ-данных (malware, CTF, эксплойты); нецензурированная, подходит для defsec и offsec задач
SenecaLLM [11]	LLaMA 3.1 (Meta), Qwen, QwQ, Gemma	Многофункциональный ассистент по ИБ	Архитектура с длинным контекстом, enhanced positional embeddings; корпус: все направления ИБ, включая malware analysis
LLaMA-Primus [12]	LLaMA 3.1 (Meta)	Анализ уязвимостей, решение CTF, диалог по ИБ	Семейство (Base/Instruct/Reasoning), модели обучены на датасетах Primus-Seed and Primus-FineWeb [13], создатели – Trend Micro
ZySec	Zephyr-7B	Повседневный ассистент специалиста SOC, SecOps	Дообучение на корпусе из 30+ доменов кибербезопасности. Применяется метод DPO (для alignment)

Подводя итог, LLM уже стали неотъемлемой частью ландшафта кибербезопасности. Их грамотное использование способно повысить эффективность как защиты, так и атак. Специалисты по безопасности должны идти в ногу с этими технологиями: изучать возможности LLM, но при этом осознавать риски, связанные с ИИ.

Список источников

1. Cyber Swarm: the rise of the machines. Potential application of AI agents in offensive and defensive cybersecurity [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://eviden.com/publications/digital-security-magazine/ai-and-cybersecurity/ai-agents-system-2-thinking>. (30.03.2025)
2. A Survey of Large Language Models in Cybersecurity [Электронный ресурс] / G. de J. Coelho da Silva, C. B. Westphall. – Режим доступа: URL: <https://arxiv.org/abs/2402.16968> (30.03.2025)
3. WhiteRabbitNeo [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://www.whiterabbitneo.com/> (30.03.2025)
4. Heaton, M. Revolutionizing Security with AI: An Introduction to Microsoft Security Copilot [Электронный ресурс] / M. Heaton. – Режим доступа: URL: <https://www.bluevoyant.com/blog/an-introduction-to-microsoft-security-copilot> (30.03.2025)
5. A Survey of Large Language Models in Cybersecurity [Электронный ресурс] / G. de J. Coelho da Silva, C. B. Westphall. – Режим доступа: URL: <https://arxiv.org/abs/2402.16968> (30.03.2025)
6. ZySec-AI/SecurityLLM [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://huggingface.co/ZySec-AI/SecurityLLM> (30.03.2025)
7. Microsoft unveils Microsoft Security Copilot agents and new protections for AI [Электронный ресурс] / V. Jakkal. – Режим доступа: URL: <https://www.microsoft.com/en-us/security/blog/2025/03/24/microsoft-unveils-microsoft-security-copilot-agents-and-new-protections-for-ai/> (30.03.2025)
8. Getting pwn'd by AI: Penetration Testing with Large Language Models [Электронный ресурс] / A. Happe, J. Cito. – Режим доступа: URL: <https://arxiv.org/abs/2308.00121> (30.03.2025)

9. WormGPT and FraudGPT – The Rise of Malicious LLMs [Электронный ресурс] / A. Erzberger. – Режим доступа: URL: <https://www.trustwave.com/en-us/resources/blogs/spiderlabs-blog/wormgpt-and-fraudgpt-the-rise-of-malicious-llms/> (30.03.2025)
10. PentAGI: Advanced AI-Powered Penetration Testing [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://pentagi.com/> (30.03.2025)
11. Kiraz, A. AicanKiraz0/SenecaLLM-Q4_K_M-GGUF [Электронный ресурс]. – Hugging Face, 2024. – Режим доступа: URL: https://huggingface.co/AicanKiraz0/SenecaLLM-Q4_K_M-GGUF (30.03.2025)
12. Trend Micro (AI Lab) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://huggingface.co/trendmicro-ailab> (30.03.2025)
13. Primus: A Pioneering Collection of Open-Source Datasets for Cybersecurity LLM Training [Электронный ресурс] / Y.-C. Yu, T.-H. Chiang, C.-W. Tsai, C.-M. Huang, W.-K. Tsao. – Режим доступа: URL: <https://arxiv.org/abs/2502.11191> (30.03.2025)

© Е.М. Ялтонская, 2025

УДК 664.68

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОИЗВОДСТВА КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕТРАДИЦИОННОГО РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ

НАРМАНДАХ ЖУПАРГУЛ

магистр, ассистент

**МЫРЗАХМЕТОВА РАТМИНА КАНАТОВНА,
АЛДОЖАНОВА АСЕЛ МЕЙРАМКЫЗЫ**

студенты

АО «Казахский университет технологии и бизнеса им. К. Кулажанова»

Научный руководитель: Есиркеп Гулмира Есиркеповна

кандидата технических наук, асс. профессор (доцент)

АО «Казахский университет технологии и бизнеса им. К. Кулажанова»

Аннотация: в статье рассматривается усовершенствование технологии производства кондитерских изделий с использованием вязкой жидкости, полученной при варке бобовых культур, в качестве заменителя яиц и молочных продуктов. Исследованы пищевая ценность, химический состав и технологические свойства этого компонента. Разработанная технология способствует созданию диетической и функциональной выпечки, расширяя ассортимент продукции для людей с пищевой аллергией и приверженцев здорового питания.

Ключевые слова: бобовые культуры, нут, пищевая ценность, вязкая жидкость, заменитель белка, кондитерские изделия, пищевая аллергия, здоровое питание, функциональная выпечка.

IMPROVEMENT OF CONFECTIONERY PRODUCTION TECHNOLOGY USING UNCONVENTIONAL PLANT-BASED RAW MATERIALS

Narmandakh Zhupargul,

Myrzakhmetova Ratmina Kanatovna,

Aldozhanova Assel Meyramkyzy

Scientific Advisor: Yesirkep Gulmira Yesirkepovna

Abstract: The article examines the improvement of confectionery production technology using a viscous liquid obtained from boiling legumes as a substitute for eggs and dairy products. The nutritional value, chemical composition, and technological properties of this component have been studied. The developed technology contributes to the creation of dietary and functional baked goods, expanding the range of products for people with food allergies and adherents of healthy eating.

Key words: legumes, chickpeas, nutritional value, viscous liquid, protein substitute, confectionery, food allergy, healthy eating, functional baked goods.

В настоящее время, в связи с происходящими в мире научными, экономическими, социальными и демографическими изменениями, защита здоровья населения стала одной из актуальных задач. Особое внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни и рационального питания, полезного для организма человека, для чего проводится всесторонняя работа. В этом контексте пищевая промышленность также стремится не отставать от общего процесса развития, а наоборот — быть на шаг впереди, предлагая на рынок разнообразные продукты. Однако остаётся нерешённой проблема ограниченного ассортимента продуктов для людей, которые по состоянию здоровья не могут употреблять определённые виды пищи, и их производства. В связи с этим в данной работе рассматривается пищевой компонент, который может быть использован при производстве хлебобулочных изделий для данной категории потребителей, исследуется его пищевая ценность, макро- и микроэлементный состав, а также обсуждаются возможности его применения.

В последнее время среди взрослых и детей всё чаще встречаются аллергические заболевания, в том числе аллергия на глютен пшеничной муки, молочные продукты коровьего происхождения и такие животные белки, как яйца. Поскольку эти продукты широко используются в пищевой промышленности, их заменители встречаются не так часто, а ассортимент таких альтернативных продуктов зачастую ограничен. В данной работе предлагается использовать в качестве заменителя животных белков растительный компонент — вязкую жидкость, остающуюся после варки бобовых культур. При этом доказано, что её применение никак не влияет на вкусовые, питательные и эстетические свойства продукта, а наоборот, становится отличным решением для тех, кто не может употреблять указанные продукты. Поэтому актуальность выбранной темы является весьма значимой.

Цель работы — разработка новых технологий приготовления пищевых продуктов с использованием полезных белковых ингредиентов на основе вязкой жидкости, полученной в результате варки бобовых культур, в качестве замены яичного белка и молочных продуктов для людей с аллергией на эти компоненты.

В технологии производства хлеба при ускоренном способе замеса теста используется закваска или сыворотка. Длительность брожения теста составляет 40–70 минут. По сравнению с другими хлебобулочными изделиями, такие продукты обладают низкой энергетической ценностью, а отруби мелко измельчены. Эти хлебобулочные изделия полезны не только при воспалительных заболеваниях кишечника, но и при других заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Тесто для диетических хлебобулочных изделий готовят исключительно ускоренными, заквасочными или бездрожжевыми методами.

В семенах бобовых культур содержится 20–30% и более белка. При этом белковые вещества являются полноценными по составу аминокислот, легко растворимы и хорошо усваиваются организмами человека и животных. В семенах и плодах бобовых также сосредоточено значительное количество углеводов (крахмала) и различных витаминов (А, В, С и др.) [18].

Таблица 1

Химический состав бобовых культур

Бобовые культуры	Жиры	Белки	Углеводы	Ккал	Минеральные вещества
Нут	6,4 г	20,47 г (27,3%)	62,95 г	309 ккал	Витамины А, Е, К, С, группы В. Минералы: Mn (Марганец), Cu (Медь), Zn (Цинк), Fe (Железо), P (Фосфор), Mg (Магний) и другие.
Фасоль	2 г	19,87 г (26,5%)	62,90 г	298 ккал	Витамины А, группы В. Минералы: Mn (Марганец), Cu (Медь), Zn (Цинк), Fe (Железо), P (Фосфор), Mg (Магний) и другие.

По сравнению с другими бобовыми культурами, такими как фасоль, чечевица и горох, коэффициент усвояемости белков нута выше — 80–89%, а его биологическая ценность составляет 78%.

Нут обладает отличными вкусовыми и питательными свойствами, являясь превосходным диетическим продуктом. Его белок по составу аналогичен белку мяса, но, в отличие от животного белка, он легче, быстрее усваивается и содержит полезные аминокислоты. Пищевая ценность нута в 1,5–2 раза выше, чем у картофеля [19].

Таблица 2

Пищевая ценность

Пищевая ценность	Фасоль	Горох	Нут
Калорийность	298 кКал	364 кКал	309 кКал
Белки	20,47 гр	34,9 гр	20,1 гр
Жиры	2 гр	17,3 гр	6,4 гр
Углеводы	62,90 гр	17,3 гр	62,95 гр
Пищевые волокна	11,2 гр	13,5 гр	9,9 гр
Вода	14 гр	12 гр	14 гр
Моно- и дисахариды	4,6 гр	5,7 гр	3,2 гр
Крахмал	44,9 гр	11,6 гр	43,8 гр
Зола	2,8 гр	5 гр	3,6 гр
Насыщенные жирные кислоты	0,2 гр	2,5 гр	0,2 гр
Ненасыщенные жирные кислоты	1,39 гр	14,35 гр	-

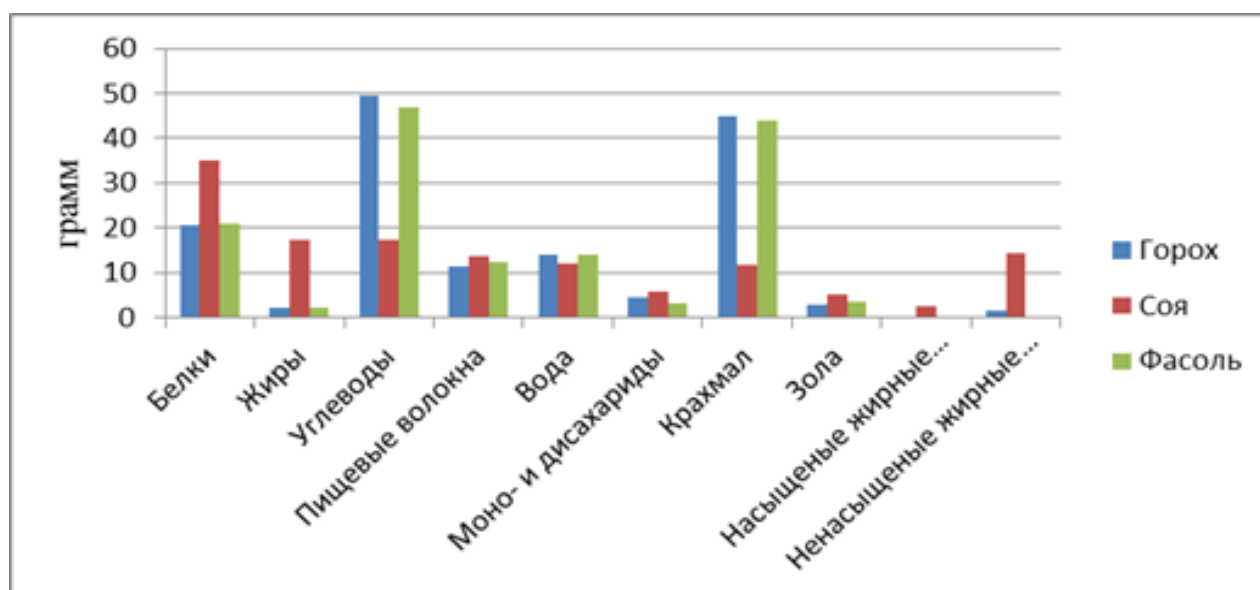


Рис.1. Пищевая ценность

Таблица 3

Минеральные вещества в составе гороха, фасоли и сои

Микроэлементы	Фасоль	Горох	Соя
Железо	5900 мкг	6800 мкг	9700 мкг
Цинк	3210 мкг	3180 мкг	2010 мкг
Йод	12,1 мкг	5,1 мкг	8,2 мкг
Медь	580 мкг	750 мкг	500 мкг
Марганец	1340 мкг	1750 мкг	2800 мкг

Микроэлементы	Фасоль	Горох	Соя
Селен	24,9 мкг	13,1 мкг	-
Хром	10 мкг	9 мкг	16 мкг
Фтор	44 мкг	30 мкг	120 мкг
Молибден	39,4 мкг	84,2 мкг	99 мкг
Бор	490 мкг	670 мкг	750 мкг
Ванадий	190 мкг	150 мкг	-
Кремний	92000 мкг	83000 мкг	177000 мкг
Кобальт	18,7 мкг	13,1 мкг	31,2 мкг
Алюминий	640 мкг	1180 мкг	700 мкг
Никель	173,2 мкг	246,6 мкг	304 мкг
Титан	150 мкг	181 мкг	-
Олово	-	16,2 мкг	-
Стронций	-	80 мкг	67 мкг
Цирконий	-	11,2 мкг	-
Макроэлементы			
Кальций	150 мг	115 мг	348 мг
Магний	103 мг	107 мг	226 мг
Натрий	40 мг	33 мг	6 мг
Калий	1100 мг	873 мг	1607 мг
Фосфор	480 мг	329 мг	603 мг
Хлор	58 мг	137 мг	64 мг
Сера	159 мг	190 мг	244 мг
Витамины			
Витамин PP	2,1 мг	2,2 мг	2,2 мг
Бэта-каротин	-	0,01 мг	0,07 мг
Витамин А (РЭ)	-	0,002 мг	0,012 мг
Витамин В1 (тиамин)	0,5 мг	0,81 мг	0,94 мг
Витамин В2 (рибофлавин)	0,18 мг	0,15 мг	0,22 мг
Витамин В6 (пиридоксин)	0,9 мг	0,27 мг	0,85 мг
Витамин В9 (фолиевая)	0,09 мг	0,016 мг	0,2 мкг
Витамин Е (ТЭ)	0,6 мг	0,7 мг	1,9 мг
Витамин PP	60,4 мг	60,5 мг	90,7 мг

Все перечисленные выше бобовые культуры можно отварить, процедить оставшуюся жидкость и, храня её в течение нескольких (1–4) дней, получить вязкую жидкость. Во время варки, благодаря высокому содержанию крахмала в бобовых, он впитывает воду, набухает, а затем разрывается и распадается, образуя амилозу и амилопектин, при этом некоторые белки и сахара растворяются в воде. Это придаёт жидкости вязкость.

Данная вязкость позволяет использовать эту жидкость в производстве кондитерских хлебобулочных изделий в качестве замены яиц и молочных продуктов. Однако её пищевая ценность не превосходит продукты, которые она заменяет, такие как яйца и молочные изделия. Поэтому эта жидкость является незаменимым компонентом именно для производства диетических хлебобулочных изделий.

В лаборатории, после успешного приготовления диетических сладких булочек с использованием вязкой жидкости из бобовых культур, возник вопрос о химическом составе этой жидкости. Чтобы найти ответ, первым шагом было выяснить, содержится ли в ней белок.

Для этого была выбрана биуретовая реакция — один из качественных химических тестов на белки, изученный в курсе биохимии. Для подтверждения наличия белков в составе исследуемой жидкости

из варёной фасоли, в лабораторных условиях была проведена биуретовая реакция.

Эта реакция основана на выявлении пептидных связей в белках. В пробирку добавлялись:

Белок (жидкость) + NaOH + CuSO₄ → *раствор окрашивался в фиолетовый цвет.*

Таким образом, по результатам реакции было установлено, что в вязкой жидкости из бобовых культур действительно содержатся белки.



Рис.2. Биуретовая реакция

Проведение качественного анализа на белок показало, что раствор окрасился в фиолетовый цвет (Рисунок 3.), что свидетельствует о наличии белка в его составе.



Рис.3. Результат биуретовой реакции, полученный в химической лаборатории.

Целью работы было заменить яйца и молочные продукты на вязкую жидкость из бобовых культур. Однако для расширения круга потенциальных потребителей в качестве подсластителя использовался сироп из фиников, который отличается низким гликемическим индексом. При этом данный компонент можно легко заменить обычным сахаром.

Кроме того, для дополнительной сладости в тесто добавлялись изюм и арахис, однако эти ингредиенты не являются обязательными.

Технологический процесс приготовления булочек включает следующие этапы: подготовка сырья, взбивание массы и определение её готовности, замес теста, формирование заготовок, выпечка.

1. Подготовка сырья. Этот этап включает растворение, очистку, просеивание и фильтрацию компонентов, измельчение, темперирование, размягчение, растворение и набухание (рисунки 4, 5).



Рис.4. Вязкая жидкость, взятая за основу зольного остатка



Рис.5. Консистенция с добавлением сиропа фиников

Сравнительный анализ традиционной булочки и булочки с добавлением вязкой жидкости из бобовых продуктов можно увидеть в следующих таблицах.

Таблица 4

Рецептурная модель булочки

Расход сырья на 100 г готового продукта, г	Булочка на основе вязкой жидкости из нута.	Булочка, приготовленная по традиционному рецепту (на основе яиц и молока).
Пшеничная мука	51,3	51,3
Растительное масло	18,7	18,7
Белок яйца	0,0	24,0
Вязкая жидкость из нута (белок)	0,2	0,0
Молоко	0,00	17,1
Сахар	0,0	37,5
Финиковый сироп	5,7	0,00
Арахис	09,6	09,6
Изюм	10,05	10,05

Таблица 5

Сравнительный анализ полученных образцов

Исследуемые образцы	Показатели качества					
	Щелочность, град	Массовая доля влаги, %	Массовая доля общего сахара, %	Массовая доля золы, %	Водопоглощение, %	Удельный объем, см ³ /г
Булочка на основе вязкой жидкости из нута	1,6	8,0	29,0	0,07	114,0	1,93
Булочка, приготовленная по традиционному рецепту (на основе яиц и молока)	1,9	9,0	30,0	0,08	112,0	1,63

Таким образом, при выбранном соотношении реологические свойства теста и основные показатели качества изделий не уступают контрольному образцу, а в некоторых случаях даже превосходят его. Вязкая жидкость, полученная в результате варки бобовых культур, может заменить яичный белок. Разработанная жидкость позволяет получить пищевой белок, обогащённый витаминами и минеральными веществами. Это делает её отличным компонентом для производства диетической и функциональной выпечки. Использование данной технологии способствует расширению ассортимента продуктов для людей с пищевой аллергией и тем, кто придерживается здорового питания. Таким образом, инновационный подход позволяет создать полезные и доступные хлебобулочные изделия.

Список источников

1. Послание Президента Республики Казахстан народу Казахстана «Обновление и развитие через кризис». Астана, 2023. 64 с.
2. М.С. Маршак. Диетическое питание. М.: Медицина, 2021. 30 с.
3. Популярно о питании. Под ред. А.И. Столмаковой, И.О. Мартынюка. Киев: «Здоровье», 2019. 150 с.
4. Н.И. Ковалев, М.Н. Куткина, В.А. Кравцова. «Технология приготовления пищи». М.: «Деловая литература, Омега – Л», 2013. 254 с.
5. Изтаев А.И., Маемаров М.М., Якиева М.А., Изтаев Б.А., Бутин С.А., Молдабекова Н. Влияние ионно-озонной кавитации на семейные свойства зернобобовых и масличных культур. // Международная научная конференция: «Пищевые науки для устойчивого развития региональной пищевой промышленности». Бишкек, 2015. С. 46–49.
6. Физико-химические методы контроля качества хлеба. [Электронный ресурс]: <https://znaytovar.ru>
7. Факторы, формирующие качество хлебобулочных изделий. [Электронный ресурс]: <https://znaytovar.ru>
8. Дефекты хлебобулочных изделий. [Электронный ресурс]: <https://znaytovar.ru>

СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ НАУКИ

УДК 664.653.05

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ОПАР ДЛЯ ХЛЕБНОГО ТЕСТА

ЛОПАЕВА НАДЕЖДА ЛЕОНИДОВНА

к.б.н., доцент

ПАВЛЕНКОВА ЕЛЕНА ЛЕОНИДОВНА,

ПРОХОРОВА МАРИЯ АНДРЕЕВНА

студенты

ФГБОУ ВО «Уральский государственный аграрный университет»

Научный руководитель: Неверова Ольга Петровна

к.б.н., доцент

ФГБОУ ВО «Уральский государственный аграрный университет»

Аннотация: опара играет важную роль в приготовлении теста, значительно влияя на конечный результат. Она способствует улучшению текстуры будущего хлеба, придаёт уникальный аромат, а также обеспечивает равномерное распределение газов, что делает тесто лёгким и воздушным. В статье рассмотрены различные способы приготовления разных видов опар.

Ключевые слова: тесто, приготовление, замес, густая опара, большая густая опара, большая густая опара повышенной влажности, жидкая опара, большая жидкая опара, жидкая опара пониженной влажности, жидкая солёная опара, малая жидкая опара.

TECHNOLOGY OF PREPARATION OF VARIOUS TYPES OF OPAR FOR BREAD DOUGH

Lopaeva Nadezhda Leonidovna,

Pavlenkova Elena Leonidovna,

Prokhorova Maria Andreevna

Scientific adviser: Neverova Olga Petrovna

Annotation: sourdough plays an important role in the preparation of the dough, significantly affecting the final result. It helps to improve the texture of the future bread, gives a unique flavor, and also ensures an even distribution of gases, which makes the dough light and airy. The article discusses various methods of cooking different types of sourdough.

Keywords: dough, preparation, kneading, thick sourdough, large thick sourdough, large thick sourdough of high humidity, liquid sourdough, large liquid sourdough, liquid sourdough of low humidity, liquid salted sourdough, small liquid sourdough.

Традиционными методами приготовления теста являются опарный и безопарный способы. Выбор подходящего метода зависит от типа и сорта используемой муки, её хлебопекарных характеристик, а также имеющегося оборудования [1].

Опарный способ является наиболее распространенным способом приготовления теста для хлеба из пшеничной муки.

Опара - это смесь муки и воды, которая используется для приготовления теста. Она делается

заранее и оставляется на несколько часов или даже на ночь, чтобы смесь начала бродить и стала активно работать. Хлеб в результате такого процесса получается более ароматным, отличается сочной текстурой и лучшей усвояемостью организмом. Этот способ заключается в последовательном приготовлении двух фаз: сначала готовится опара, а затем из неё замешивается тесто. Опара готовится из части муки, необходимой для теста, воды и всей порции дрожжей. Хлебопекарные дрожжи служат основной бродильной микрофлорой в опаре, и именно они запускают процесс спиртового брожения, который становится основой для дальнейшего формирования теста и выпечки [2].

Благодаря развитию в России технологии хлебопечения было разработано и применяются достаточно много различных видов опар, которые отличаются составом, количеством используемой муки, консистенцией, различными параметрами, такими как брожение и др. Опары делятся на густые (влажностью 41-55 %), жидкие (влажностью 65-75 %) и большие густые. Все они готовятся с использованием всего необходимого количества воды (но не берут в учёт ту, что необходима для приготовления солевых и сахарных растворов). Эти опары получили название "большие". К группе больших опар относятся большая густая опара и большая жидкая опара. Воду не используют при замесе теста из них. Густые и жидкие опары дополнительно делят на: большая густая опара повышенной влажности, большие жидкие опары, опары пониженной влажности, жидкие солёные опары, малая жидкая опара. Жидкая опара, приготовленная с применением соли, называется солёной опарой [1,3].

Разберём приготовление каждой из них.

Чтобы **приготовить густую опару** необходимо взять половину муки, и воды в количестве 2/3 от общего объема, необходимого для теста. Количество дрожжей, которое нужно взять для теста из густой опары составляет 20-25% от массы муки. Процесс замешивания такой опары включает две основные стадии: формирование опары и замес теста. Опара готовится влажностью 44-48%, а количество муки должно быть 45-55% от общего объема, предназначенного для теста, с добавлением воды и дрожжей. Количество муки в опаре может изменяться в зависимости от хлебопекарных свойств используемой муки и условий её переработки. Необходимо учитывать и знать, какой сорт муки использовать, поскольку её хлебопекарные качества будут влиять на процент влажности опары. Начальная температура, которая необходима в этот момент для процесса брожения будет составлять 25-29°C, а продолжительность варьироваться от 180 до 270 минут. Подъемная сила: 13-15 минут. Так же сорт муки влияет на кислотность конечного продукта: для высшего сорта она составляет 2,5-3,5 градуса, для первого — 3-4 градуса, для второго — 4-5 градусов, а для обойной — 8-9 градусов. Машины, предназначенные для замешивания густой опары, называют тестомесильные. Их используют специально для этих целей [3].

Что бы в итоге получить тесто, в густую опару добавляют оставшееся количество муки, соли, воды и других ингредиентов, следуя рецептуре.

Тесто на густых опарах обычно используется для выпекания таких изделий, как: хлеб, ржаной и пшеничный; булочки; пироги; пиццы; калачи [4].

При приготовлении **большой густой опары** следует учитывать несколько ключевых аспектов. Влажность опары должна быть примерно 41-45%, при этом используется 60-70% муки от общего объема, необходимого для теста. Продолжительность брожения опары варьируется от 180 до 270 минут, а начальная температура теста находится в пределах 28-33°C. Брожение теста длится 20-40 минут, кислотность конечного продукта не должна превышать 0,5 градуса. Подъемная сила опары может составлять от 20 до 60 минут.

Приготовление теста с использованием большой густой опары может осуществляться как периодическим, так и непрерывным способом. Эта разновидность опары подходит для создания разнообразных булочных изделий, включая сдобные дрожжевые. Она не только усиливает вкус и аромат хлеба, но и способствует улучшению структуры мякиша [4].

Большая густая опара повышенной влажности используется в трёхфазном способе приготовления теста. Сначала из равных частей жидких дрожжей и водно-мучной смеси формируют малую опару с влажностью 86-88%. Продолжительность ее брожения составляет 3,5-4 часа при температуре 27-28°C, конечная кислотность достигает 6,5-7,5 градусов, а подъемная сила колеблется от 15 до 20 минут. После завершения брожения малой опары начинают замешивать большую густую опару. Для этого

к ней добавляют муку и воду. Процесс заключается в использовании 25-30% малой опары от общего количества муки, предусмотренной для теста. Благодаря этому способу опара имеет более высокую влажность — 53-55%. Она состоит из 70% муки, предназначенной для теста, и вымешивается в течение 3-3,5 часов при той же температуре (27-28°C) до достижения кислотности: 6,0-6,5 градуса для муки 2го сорта и 7,0-7,5 градуса для обойной муки. В случае переработки муки из проросшего зерна кислотность можно увеличить на 1,0-1,5 градуса. После кратковременного брожения тесто отправляется на разделку.

Использование такой опары способствует повышению эластичности мякиша, улучшению его вкусовых качеств и аромата, а также увеличивает влажность готового изделия [3].

Для приготовления **жидкой опары** используется от 25% до 35% от общего количества муки, необходимого для замеса теста. Для всех типов таких опар расход жидких дрожжей должен составлять 25% от общей массы муки. Время брожения может колебаться от 210 до 270 минут, а брожение самого теста занимает от 30 до 60 минут. Тесто замешивают, используя усиленную механическую обработку на специальных машинах, в течение 20-25 минут. В этот момент начальная температура теста должна находиться в диапазоне 29-30°C.

Влажность опары должна быть на 0,5-1,0% выше, чем влажность мякиша готового хлеба, а конечная кислотность теста при этом должна превышать кислотность самого хлеба на 0,5-1,0 градуса [3,5]. Для замеса жидкой опары используются специальные устройства, предназначенные именно для создания жидких полуфабрикатов. Это, в свою очередь, обеспечивает удобное перекачивание по трубопроводам и значительно снижает риск переокисления, что важно для конечного качества изделия.

Жидкие опары способствуют укреплению клейковины, что важно для приготовления качественного хлеба.

Большая жидкая опара наиболее популярна в южных регионах и используется для приготовления изделий из пшеничной муки. Эта разновидность опар готовится из 28-35% муки, с использованием всей воды (но не берут во внимания ту, которая нужна для приготовления растворов, состоящих из соли и сахара), а также жидких дрожжей. Влажность такой опары составляет 70-72%. Брожение длится - 4 часа. В процессе замеса теста дополнительно вода не добавляется. Что касается расхода большой жидкой опары на замес теста, то он может достигать 80-100% от общей массы муки. В этом случае продолжительность брожения теста существенно сокращается и составляет всего 50-75 минут. Это позволяет ускорить процесс приготовления и сэкономить время на производстве. Начальная температура, влажность и кислотность теста аналогичны показателям жидкой опары. Подъемная сила: 17-25 минут [5].

Жидкая опара пониженной влажности отличается повышенной скоростью размножения дрожжей, улучшенной подъемной силой и усиленным кислотонакоплением. Она готовится с влажностью 60-63% и с использованием 33-48% муки от общего объема, предназначенного для приготовления теста. При создании опары мука и вода сначала смешиваются, после чего осуществляется её замес в смесительном устройстве. Процесс осуществляется в две стадии: первая стадия длится 2-2,5 часа и проходит в корытообразной секции, в то время как вторая стадия, которая длится 1-1,5 часа, происходит в цилиндрической секции. Начальная температура, влажность и кислотность как у жидкой опары. Общая продолжительность брожения составляет 1,5 часа, а подъемная сила — от 16 до 25 минут [3,5].

Жидкую солёную опару готовят для снижения вязкости, уменьшения пенообразования и контроля уровня кислотности в тесте. Этот тип опары используется преимущественно для приготовления массовых сортов хлеба из пшеничной муки. Необходимо использовать поваренную соль в дозировке 30-50% от её общего количества по рецептуре. Чтобы замешать такую опару с добавлением всего рецептурного количества соли замешивают её с влажностью, равной 68%, с использованием 30% от общего количества муки и 80% воды, необходимой для приготовления теста. Начальная температура для опары устанавливается в пределах 32-33°C, что является оптимальным диапазоном для её активного брожения. Продолжительность этого процесса составляет примерно 4 часа. В результате, конечная кислотность опары может колебаться от 4 до 5 градусов, что свидетельствует о её зрелости и готовности к использованию в дальнейшем производстве теста. Продолжительность брожения теста до достижения кислотности в 3,5-4,0 градуса, составляет примерно 1,5 часа. Подъемная сила при этом состав-

ляет 17-25 минут [3,5].

Если готовят малую жидкую опару, то используют 20-25% жидких дрожжей от общего объема муки, которая идёт для теста для теста, а также используют такое же количество водно-мучной смеси. Влажность такой опары, соответствующая влажности жидких дрожжей, варьируется в пределах 75-78%. Брожения продолжается 4 часа при температуре 27-29°C, что приводит к тому, что конечная кислотность достигает 8-9 градусов. Важно отметить, что подъемная сила опары составляет от 16 до 18 минут. Малая жидкая опара может быть использована не только для замеса теста, но и для создания большой густой опары в качестве альтернативы жидким дрожжам. При этом расход опары на замес теста составляет 40-50% к общей массе муки. Так же в тесто дополнительно к опаре вносят 12-15% общего количества перерабатываемой муки, что, в итоге, способствует получению более качественного продукта. Брожения теста длится от 2,5 до 3,5 ч [5]. Тесто, замешанное на малой жидкой опаре, выбирают для приготовления хлеба, багетов, чиабатты, пиццы, а также другой выпечки с неравномерно пористым мякишем.

Разнообразие видов опары играет ключевую роль в процессе замешивания теста и производства хлеба. Каждый вид опары по-разному влияет на готовое изделие. Влажность, продолжительность брожения и другие параметры влияют на текстуру и вкус готового хлеба. Понимание этих различий позволяет правильно подбирать подходящий тип опары в зависимости от необходимого результата. Правильная технология приготовления опар способствует достижению в приготовлении высококачественного хлеба.

Список источников

1. Прокопенко, И. А. Технология обработки, хранения и производства продуктов питания из сырья растительного происхождения : учебно-методическое пособие / И. А. Прокопенко. — Севастополь : СевГУ, 2023. — ISBN 978-5-6049083-6-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/417317> (дата обращения: 24.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 69

2. Опарный и безопарный способы приготовления теста [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: https://vk.com/wall-215898195_850 (дата обращения: 24.01.2025).

3. Современные технологии приготовления теста на хлебопекарных предприятиях : учебное пособие / А. С. Романов, Л. И. Кузнецова, О. А. Савкина, Г. В. Терновской. — Кемерово : КемГУ, 2015. — ISBN 978-5-89289-890-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/72025> (дата обращения: 24.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 106

4. Демченко, Н. И. Выполнение работ по профессии «Тестовод» : учебное пособие / Н. И. Демченко. — Брянск : Брянский ГАУ, 2018. — 154 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/133045> (дата обращения: 24.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 77

5. Приготовление теста на жидких опарах [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://hlebsobor.ru/приготовление-теста-на-жидких-опарах/> (дата обращения: 24.01.2025).

УДК 5995

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА УРБЕЧА

ЛОПАЕВА НАДЕЖДА ЛЕОНИДОВНА

к. б. н., доцент

ПАВЛЕНКОВА ЕЛЕНА ЛЕОНИДОВНА,

ПРОХОРОВА МАРИЯ АНДРЕЕВНА

студенты

ФГБОУ ВО Уральский ГАУ

*Научный руководитель: Неверова Ольга Петровна – к. б. н., доцент
ФГБОУ ВО Уральский ГАУ*

Аннотация: в данной статье рассматривается такой функциональный продукт как урбеч. Особое внимание уделяется его истории происхождения, традиционной и современной технологии производства, а также питательной ценности. В последнее время популярность на урбеч значительно возросла, так как потребители все больше внимания уделяют вопросам здорового питания и отдают предпочтение пищевым продуктам, изготовленным с использованием натуральных и полезных ингредиентов.

Ключевые слова: урбеч, семена, орехи, каменные жернова, традиционный продукт Дагестана.

URBECH PRODUCTION TECHNOLOGY

Lopaeva Nadezhda Leonidovna,

Pavlenkova Elena Leonidovna,

Prokhorova Maria Andreevna

Scientific adviser: Neverova Olga Petrovna

Abstract: This article discusses such a functional product as urbech. Special attention is paid to its history of origin, traditional and modern production technology, as well as nutritional value. Recently, the popularity of urbech has increased significantly, as consumers pay more and more attention to healthy eating and prefer food products made using natural and healthy ingredients.

Key words: urbech, seeds, nuts, stone millstones, a traditional product of Dagestan.

Урбеч – это паста, изготавливаемая путем перетирания обжаренных или высушенных семян, таких как лен, конопля, подсолнечник, тыква, а также абрикосовых косточек и орехов. Свойства конечного продукта существенно зависят от типа используемого сырья. Визуально урбеч представляет собой плотную, маслянистую массу. В традиционной кухне дагестанских народов он издавна применяется для приготовления одноименного сладкого блюда с добавлением меда и масла. Это блюдо служило для восстановления сил, повышения энергетического уровня и даже в качестве лечебного средства [1].

Широкий выбор видов урбеча позволяет каждому найти свой любимый вкус, соответствующий личным предпочтениям и потребностям. Сегодня урбеч начинают использовать не только как самостоятельный продукт, но и в качестве ингредиента в кондитерских изделиях и разнообразных десертах.

Урбеч берет свое начало на Кавказе, в XVIII веке. В сложных условиях горной жизни, с ограниченным рационом, урбеч, быстро восстанавливающий энергию даже в малых дозах, стал незаменимым продуктом, помогавшим горцам выживать. Важно отметить, что он не только питателен, но и обладает приятным вкусом и полезными свойствами. Кроме того, простота его изготовления делала его

доступным для небогатых семей.

Создание урбеча – процесс незамысловатый, но требующий внимания к деталям. Исходные ингредиенты, если нужно, подвергались предварительной подготовке. Хотя предки не владели термином "цианогенные гликозиды", их многолетний опыт позволял получать безопасный продукт. Например, абрикосовые косточки выдерживали в мешках в проточной горной воде не менее месяца. Длительное нахождение в чистой воде помогало избавиться от амигдалина, опасного вещества в ядрышках. Затем семена обжаривали или высушивали.

Далее следовал самый важный этап. Подготовленное сырье медленно перетирали вручную каменными жерновами до выделения масла и образования густой массы. Иногда, для лучшего отделения масла, семена слегка увлажняли.

В современных условиях практически невозможно воспроизвести урбеч дома, используя, например, кофемолку или блендер. Быстрая обработка не позволяет маслу выделиться, и семена превращаются в порошок. Поэтому современные производители урбеча придерживаются традиционной технологии, используя мельницы с каменными жерновами. [3].

Изучив данные по технологии производства урбеча, была составлена технологическая схема, представленная на рис. 1.



Рис. 1. Технологическая схема производства урбеча

Приемка сырья осуществляется с требованиями ГОСТ на каждый вид сырья – семена или орехи, из которых будет изготовлен урбеч.

Очищение подразумевает промывание чистой водой семян или орехов.

Сушка производится в специализированных сушильных камерах при температуре от 30°C до 60°C в течение не более 16 часов.

Термическая обработка сырья осуществляется при температуре. Данный этап способствует улучшению вкуса и аромата. Однако некоторые производители специализируются на сыроедческой продукции, поэтому они этот этап не производят.

Далее следует *охлаждение* сырья и *удаление шелухи*. Благодаря этому урбеч становится светлее, а текстура однороднее.

Измельчение. Для производства урбеча традиционно используются специализированные мельницы. Эти мельницы могут быть как каменными, так и металлическими, в зависимости от желаемого результата. При традиционном способе используется ручная мельница с каменными жерновами. Этот способ позволяет сохранить максимум полезных веществ и придает урбечу особую текстуру. Однако в промышленных масштабах применяют и современное оборудование.

Для *фасовки* урбеча используют автоматические или полуавтоматические линии, обеспечивающие точный вес и герметичную упаковку. Это позволяет сохранить свежесть продукта и продлить срок его годности. Некоторые производители также добавляют в процесс вакуумную дегазацию, чтобы удалить из урбеча лишний воздух и предотвратить его окисление. Это особенно важно для продуктов с высоким содержанием жиров.

Хранение. Ключевым фактором является защита от воздействия прямых солнечных лучей, которые могут вызвать окисление масел и прогорклость продукта. А также влияет и температурный режим. Хранить урбеч рекомендуется не выше 24°C [2].

Правильно есть урбеч тоже нужно уметь - в чистом виде этот продукт непривычен на вкус. Сначала пасту нагревают на водяной бане, добавляют в неё топленое масло, а затем мед или сахар. Можно не класть в урбеч сладкого и разбавить его водой. В этом случае получается соус для кюрге — дагестанских пельменей. Современная кулинария разнообразила способы употребления урбеча. Хозяйки смешивают урбеч со сладкими творожными муссами и сырами, добавляют в него шоколад. В урбеч можно макать кусочки хлеба, тосты, фрукты и ягоды. На основе этой пасты можно делать кремы для пропитки бисквитов, тортов, использовать её в качестве топинга для блинов, оладий и сырников.

Как можно видеть, технология приготовления урбеча подразумевает использование процессов, несущественно влияющих на изменение содержания пищевых веществ - белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов. При этом практически не образуется нежелательных для здоровья веществ.

Ранее уже было указано, что биологическая ценность урбеча во многом определяется свойствами ингредиентов, входящих в его состав. Так, арахисовый урбеч содержит значительное количество белка – более 26%. Жиров в этом продукте 45,2%, в том числе почти 37% ненасыщенных жирных кислот, а вот углеводов относительно немного – около 10%. Такой состав делает этот вид продукта незаменимым блюдом в рационе людей, придерживающихся низкоуглеводной диеты - например, для больных сахарным диабетом. При этом арахис содержит существенные количества фосфора, магния, калия и железа, богат витамином В1 и ниацином.

Урбеч из кунжута содержит 19,4% белка, 42% ненасыщенных жирных кислот и 10,2% углеводов, очень много кальция, магния, железа; значимое количество витамина В1. Регулярный приём кунжутного урбеча также позитивно влияет на метаболизм углеводов и оказывает антитромботическое действие, способствует формированию устойчивости организма к онкологическим патологиям, влияет на липидный обмен, снижает риск развития остеопороза и кариеса.

В целом можно отметить, что популярность урбеча в современном обществе в последние годы стремительно растет. Этому способствуют низкое содержание углеводов наряду с высокой питательной ценностью блюда, широкий спектр биологически активных веществ в составе пасты, а также натуральность продукта. Все эти качества делают урбеч очень привлекательным для поклонников здорового питания и суперфуда, для приверженцев альтернативных теорий питания (сыроедения, вегетарианства, веганства и т.п.), а также для людей, вынужденных ограничивать в рационе углеводы по медицинским показателям. Неудивительно поэтому, что рынок урбечей переживает в настоящее время настоящий подъем. Задача технологов пищевой промышленности – детально изучить все характеристики этого уникального продукта, чтобы использовать его полезные свойства в полной мере [1].

Список источников

1. Белевская, И. В. Урбеч: Новейшая история старинного блюда / И. В. Белевская, М. Р. Бетмерзаева, Н. В. Прохорова // Качество продукции, технологий и образования: Материалы XIII Междуна-

родной научно-практической конференции, Магнитогорск, 30 марта 2018 года. – Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2018. – С. 86-89. – EDN UWQQBY.

2. Как чистят орехи в промышленных условиях: этапы, технологии, оборудование – URL: https://foodbay.com/wiki/it_is_interesting/2022/10/14/kak-chistyat-orehi-v-promyshlennyh-usloviyah-etapy-tehnologii-oborudovanie/ - Текст: электронный.

3. Ибрагимова З. Б. Урбеч - традиционный дагестанский продукт питания // АСТА HISTORICA: труды по историческим и обществоведческим наукам. 2018. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/urbech-traditsionnyy-dagestanskiy-produkt-pitaniya>

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДКУ 2664

ОЦЕНКА НЕОТЪЕМЛЕМОГО РИСКА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ АУДИТА ФОРМИРОВАНИЯ РЕЗЕРВА ПО СОМНИТЕЛЬНЫМ ДОЛГАМ

КУМУШБАЕВА АРИНА ДИМОВНА

студент

ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный университет»

Научный руководитель: Сергеева Олеся Владимировна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный университет»

Аннотация: данная статья посвящена вопросам оценки неотъемлемого риска при проведении аудита формирования резерва по сомнительным долгам. В статье рассматриваются особенности применения корреляционно-регрессионного анализа в аудите резерва по сомнительным долгам, анализ оценки неотъемлемого риска при формировании резерва по сомнительным долгам; исследование проблем отсутствия единой методики аудита оценочных значений; разработка рекомендаций по проверке обоснованности резерва.

Ключевые слова: риски существенного искажения, неотъемлемый риск, оценочные значения, аудит резерва по сомнительным долгам.

ASSESSMENT OF THE INHERENT RISK IN CONDUCTING AN AUDIT OF THE FORMATION OF A RESERVE FOR DOUBTFUL DEBTS

Kumushbaeva Arina Dimovna*Scientific adviser: Sergeeva Olesya Vladimirovna*

Abstract: This article is devoted to the assessment of inherent risk during an audit of the formation of a reserve for doubtful debts. The article discusses the specifics of using correlation and regression analysis in the audit of the reserve for doubtful debts, the analysis of the assessment of inherent risk in the formation of a reserve for doubtful debts; the study of the problems of the lack of a unified methodology for auditing estimated values; the development of recommendations for verifying the validity of the reserve.

Keywords: audit risk, inherent risk, estimated values, allowance for doubtful debts.

Формирование резерва по сомнительным долгам относится к оценочным значениям с высокой степенью неопределенности, это создает существенные риски искажения финансовой отчетности, что требует особого внимания аудитора при проверке.

Стандарт 315 «Выявление и оценка рисков существенного искажения» требует от аудитора оценивать риски существенного искажения, возникшие в результате ошибки и мошенничества:

- на уровне отчетности в целом;
- на уровне утверждений в отношении классов операций;
- сальдо счетов;
- раскрытий информации.

Одним из элементов рисков существенного искажения является неотъемлемый риск.

Неотъемлемый риск в аудите формирования резерва по сомнительным долгам – это вероятность того, что предпосылки в отношении представления и раскрытия информации о резерве могут быть искажены еще до рассмотрения средств контроля, он возникает из-за неопределенности оценки величины и сроков погашения долгов, что может привести к существенным искажениям финансовой отчетности [1].

Актуальность вопроса оценки неотъемлемого риска при аудите резерва по сомнительным долгам обусловлена тем, что этот риск напрямую влияет на достоверность финансовой отчетности. При формировании резерва возникают неопределенности, которые могут привести к существенным искажениям в учете. Оценка такого риска позволяет аудитору определить необходимые процедуры проверки и убедиться в обоснованности формирования таких резервов.

Целью написания данной статьи является рассмотрение особенностей применения методов корреляционно-регрессионного анализа и имитационного моделирования при оценке неотъемлемого риска в рамках аудита резерва по сомнительным долгам.

Для достижения поставленной цели необходимо рассмотреть решение следующих задач:

- 1) рассмотрение особенностей применения методов корреляционно-регрессионного анализа и имитационного моделирования при оценке неотъемлемого риска в рамках аудита резерва по сомнительным долгам;
- 2) анализ оценки неотъемлемого риска в формировании резерва по сомнительным долгам;
- 3) исследование проблем отсутствия единой методики аудита оценочных значений;
- 4) разработка рекомендаций по проверке обоснованности резерва.

При оценке неотъемлемого риска в аудите резерва по сомнительным долгам эти методы применяются следующим образом:

- корреляционно-регрессионный анализ позволяет выявить зависимость между финансовыми показателями, помогает выявить факторы, влияющие на формирование резерва, дает возможность прогнозировать величину резерва на основе исторических данных;

- имитационное моделирование позволяет построить модель формирования резерва, помогает оценить различные сценарии изменения дебиторской задолженности, дает возможность проверить обоснованность созданных резервов.

Оба метода помогают аудитору оценить разумность формирования резерва и выявить потенциальные риски существенного искажения.

Для применения корреляционно-регрессионного анализа при оценке неотъемлемого риска в аудите резерва по сомнительным долгам необходимо:

- 1) собрать данные о дебиторской задолженности, величине, сроках просрочки, истории платежей;
- 2) рассчитать коэффициенты корреляции между сроком просрочки и вероятностью невозврата долга;
- 3) построить регрессионную модель для оценки потенциального взыскания долгов;
- 4) на основе полученных коэффициентов оценить степень риска формирования резервов, адекватность существующей оценки резервов, вероятность возникновения дополнительных убытков;
- 5) сделать вывод о проведении дополнительных процедур.

Оценивать неотъемлемый риск методом корреляционно-регрессионного анализа, предложила Егорова И.С., доцент кафедры корпоративных финансов и корпоративного управления Финансового университета [2].

В ходе аудита формирования резерва по сомнительным долгам ОАО «Свет» для оценки рисков были применены аналитические процедуры. На 1 января 2023 года общая сумма дебиторской задолженности компании составляла 9716160 рублей, распределённых между 20 контрагентами. Анализ проводился поэтапно, с использованием статистических методов и экспертных оценок.

Первый этап включал в себя ранжирование дебиторов ОАО «Свет» по величине их задолженности в порядке возрастания. Это позволило визуализировать распределение долгов и выявить наиболее крупных должников, представляющих наибольший риск (Таблица 1)

Следующим шагом было определение оптимального интервала для построения вариационного ряда. Выбор интервала – ключевой момент, влияющий на точность дальнейших расчётов.

Таблица 1

Ранжирование дебиторов

№	Наименование дебитора	Сумма, руб.
1	ООО "Хлеб"	10256
2	ООО "Радость"	12345
...
20	ОАО "Дом"	1456789

Для расчёта интервала определялось: максимальное, минимальное значение, определялся размах вариации, число групп и тем самым рассчитывалась величина интервала. В нашем примере она равна 291601 (Таблица 2).

Таблица 2

Определение величины интервала

а)	Определяется максимальное значение интервала (X_{max})	1456789
б)	Определяется минимальное значение интервала (X_{min})	10256
в)	Размах вариации (R), $R = X_{max} - X_{min}$	1446533
г)	Рассчитывается число групп (n) $n = 1 + 1,3231 + \text{Ln}(N)$, где N – общее число групп	5
д)	Величина интервала (i), руб $i = \frac{R}{n}$	291601

После определения интервала был построен вариационный ряд, графически представляющий распределение дебиторской задолженности по группам (Таблица 3)

Таблица 3

Вариационный ряд

Количество дебиторов	Размер задолженности, руб.	Удельный вес группы (по количеству дебиторов)	Удельный вес группы (по сумме задолженности)
11	10256-301857	0,55	0,42
6	301857-593458	0,30	0,31
1	593458-885059	0,05	0,09
1	885059-1176660	0,05	0,01

На четвертом этапе проводилось изучение мнений экспертов относительно вероятности поступления денежных средств от каждого дебитора. Это крайне важный шаг, так как экспертная оценка учитывает факторы, которые сложно формализовать статистически, например, специфические условия контрактов, финансовое состояние отдельных контрагентов, историю взаимоотношений с компанией и другие качественные характеристики.

Для количественного анализа были рассчитаны два ключевых статистических показателя: среднеквадратическое отклонение поступления денег по погашению дебиторской задолженности и средне-

квадратическое отклонение по ставке доходности. Среднеквадратическое отклонение характеризует разброс данных вокруг среднего значения, отражая степень неопределённости в поступлениях.

Далее, с учётом данных, полученных на предыдущих этапах, было определено математическое ожидание размера дебиторской задолженности. Этот показатель представляет собой средневзвешенное значение возможных сумм непогашенной задолженности, с учётом вероятностей, полученных на основе экспертных оценок и статистического анализа. Этот показатель учитывает как средние значения, так и их отклонения. Именно он лежал в основе дальнейшего анализа риска.

На заключительном этапе, используя результаты всех предыдущих шагов – ранжирование, вариационный ряд, экспертные оценки, среднеквадратические отклонения и математическое ожидание – аудитор определил вероятную величину невозврата дебиторской задолженности. Это сложный процесс, требующий комплексного анализа всех имеющихся данных и понимания специфики деятельности организации.

На основе этой оценки и была рассчитана необходимая величина резерва по сомнительным долгам, которая должна быть отражена в бухгалтерской отчётности ОАО «Свет» в соответствии с принятыми стандартами бухгалтерского учёта. Величина резерва напрямую зависит от вероятности невозврата, и, следовательно, от точности всех предыдущих расчетов и оценок.

Таким образом, применение комплексного подхода, включающего как количественные, так и качественные методы анализа, позволило получить более обоснованную и объективную оценку риска невозврата дебиторской задолженности.

Методика Егоровой применяется потому что, она:

- 1) учитывает специфику формирования резерва по сомнительным долгам;
- 2) позволяет качественно оценить риски неплатежей;
- 3) учитывает срок давности дебиторской задолженности;
- 4) обеспечивает наглядность расчетов;
- 5) соответствует риск-ориентированному подходу в аудите.

Для решения второй задачи «анализ оценки неотъемлемого риска при формировании резерва по сомнительным долгам» необходимо:

- 1) отсортировать дебиторов по сумме задолженности;
- 2) исследовать возможность получения денежных средств от каждого дебитора;
- 3) проверить правильность определения величины обесценения;
- 4) оценить корректность формирования резерва;
- 5) учесть факторы, влияющие на вероятность неполучения платежей.

При исследовании проблем отсутствия единой методики аудита оценочных значений анализ существующих подходов к определению оценочных значений показал, что в ПБУ 21/2008 «Изменение оценочных значений» отсутствует само определение оценочного значения, однако пункт 3 ПБУ говорит о том, что резерв по сомнительным долгам является оценочным значением [3]. В Стандарте 540 (пересмотренный) «Аудит оценочных значений и соответствующего раскрытия информации» дано определение оценочных значений, которые представляют собой «денежные суммы».[4].

Проблема заключается в том, что отсутствует единое определение «оценочного значения» как отдельной категории, при этом происходит смешение понятий «оценочное значение» и «оценочное обязательство», при этом организации самостоятельно разрабатывают методики расчета оценочных значений, что затрудняет проведение аудита.

Основные методики аудита оценочных значений включают: анализ обоснованности управленческих суждений, изучение постбалансовых событий, проведение независимой оценки, сравнение фактических результатов с прошлыми оценками, проверку методологии и исходных данных, проверку последовательности применения методов.

Основные разногласия аудиторов касаются оценки степени предвзятости руководства при расчете оценочных значений, методов определения наиболее вероятного результата, способов проверки адекватности используемых допущений, критериев существенности отклонений от фактических результатов.

Для решения четвертой задачи «разработка рекомендаций по проверке обоснованности резерва» необходимо:

- 1) изучить учетную политику и выбранные методы формирования резерва по сомнительной задолженности;
- 2) проверить документы по дебиторской задолженности;
- 3) провести арифметический пересчет резерва;
- 4) сверять данные учета с первичными документами;
- 5) контролировать данные резерва и его движение в учете.

Таким образом, отсутствие единого определения «оценочное значение» как отдельной категории, приводит к смешению понятий «оценочное значение» и «оценочное обязательство», при этом организации самостоятельно разрабатывают методики расчета оценочных значений, что затрудняет проведение аудита, однако возможно для оценки неотъемлемого риска оценочных значений использование корреляционно-регрессионного анализа.

Список источников

1. "Международный стандарт аудита 315 (пересмотренный, 2019 г.) "Выявление и оценка рисков существенного искажения" (введен в действие на территории Российской Федерации Приказом Минфина России от 27.10.2021 N 163н) (ред. от 16.10.2023) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024)

2. Егорова, И. С. Оценка неотъемлемого риска при осуществлении отдельных видов аудиторской деятельности / И. С. Егорова // Аудитор. – 2019. – Т. 5, № 7. – С. 3-15. – DOI 10.12737/article_5d396ab3b6d463.18672918.

3. *Положение по бухгалтерскому учету «Изменения оценочных значений» (ПБУ 21/2008) (утверждено приказом Министерства финансов Российской Федерации от 06.10.2008 № 106н, с изменениями от 25.10.2010 № 132н)*

4. Международный стандарт аудита 540 «Аудит оценочных значений, включая оценку справедливой стоимости, и соответствующего раскрытия информации» (введен в действие на территории Российской Федерации Приказом Минфина России от 09.11.2016 № 207н)

УДК 330

ПОВЫШЕНИЕ ИНВЕСТИЦИОННОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ЗА СЧЕТ РАЗВИТИЯ ГОСУДАРСТВЕННО-ЧАСТНОГО ПАРТНЕРСТВА

СОЛОМЫКИНА АНГЕЛИНА ЕВГЕНЬЕВНА

студент

ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет»

Научный руководитель: Бюллер Елена Александровна

к.э.н., доцент

ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет»

Аннотация: инвестиционная привлекательность является одним из самых важных критериев развития регионов, потому что позитивно влияет на его конкурентоспособность. Оценивая показатели инвестиционной привлекательности, можно получить ответ, как же добиться достижения наиболее эффективной инвестиционной поддержки со стороны государства, также с помощью государственно-частного партнерства. Каждый регион безусловно обладает набором наиболее выгодных показателей, в некоторых регионах это расположение, климат, богатство почвы, в других преобладает развитие сельского хозяйства и животноводства, в третьих опору совершают в сторону развития инфраструктуры и модернизации, и именно благодаря государственно-частному партнерству происходит наибольшая аккумуляция ресурсов для достижения максимального успеха.

Ключевые слова: государственно-частное партнерство, инвестиционная привлекательность, ресурсы, развитие, конкурентоспособность.

INCREASING THE INVESTMENT ATTRACTIVENESS OF MUNICIPALITIES THROUGH THE DEVELOPMENT OF PUBLIC-PRIVATE PARTNERSHIPS

Solomykina Angelina Evgenievna

Scientific supervisor: Buller Elena Aleksandrovna

Abstract: Investment attractiveness is one of the most important criteria for the development of regions, because it positively affects its competitiveness. By evaluating the indicators of investment attractiveness, one can get an answer on how to achieve the most effective investment support from the state, also through public-private partnerships.

Each region certainly has a set of the most advantageous indicators, in some regions it is the location, climate, richness of the soil, in others the development of agriculture and animal husbandry prevails, in others they rely on infrastructure development and modernization, and it is thanks to public-private partnership that the greatest accumulation of resources occurs to achieve maximum success.

Keywords: public-private partnership, investment attractiveness, resources, development, competitiveness.

Участие государственных и региональных органов власти в системе ГЧП позволяет повысить эффективность использования ресурсов государственного и частного секторов экономики, что с точки зрения концепции эффективного государства имеет фундаментальное значение в условиях глобализации для повышения уровня региональной конкурентоспособности. В случае оценивая инвестиционной привлекательности, безусловно, необходимо грамотно проанализировать сильные стороны региона, чтобы в дальнейшем выработать и распланировать действия, для достижения максимального успеха. Инвестиционная привлекательность оказывает положительное влияние на экономику регионов в целом и по отдельности на каждую сферу деятельности, что в совокупности повышает уровень жизнедеятельности населения.

Инвестиционная привлекательность – совокупность, включающая различные объективные признаки, привлекающие потенциальных инвесторов.

Инвестиционная привлекательность состоит из:

1. Инвестиционный потенциал;
2. Инвестиционный риск;

Инвестиционный потенциал – способность региона посредством собственных экономических и социальных показателей привлекать активные инвестиции, для реализации запланированных целей. Он суммируется из таких показателей как:

- Природно-ресурсный потенциал;
- Потребительский потенциал;
- Инновационный потенциал;
- Инфраструктурный потенциал;
- Производственный потенциал;
- Финансовый потенциал;
- Туристский потенциал;
- Трудовой потенциал;

Инвестиционный риск – некая вероятность, отражающая возможные утраты или потерю капитала, за счет непредсказуемости факторов окружающей экономической среды. Он включает в себя такие показатели как:

- Экономический риск;
- Управленческий риск;
- Финансовый риск;
- Социальный риск;
- Экологический риск;

Все эти компоненты обуславливают и характеризуют инвестиционную привлекательность региона. При наиболее благоприятном сочетании данных компонентов, несомненно, инвестиционная привлекательность региона, значительно возрастает, что благоприятно влияет и на общую конкурентоспособность отдельных регионов в общей характеристике.

Благоприятное сочетание определенных факторов, влияния государственно-частного партнерства на объекты бизнеса региона способствуют устойчивому развитию инвестиционной привлекательности. К ним относятся:

- Развитость инфраструктуры- инфраструктура является одним из важнейших показателей экономического состояния региона и очевидно, способствует увеличению инвестиционной привлекательности. Так как инфраструктура является совокупностью структур и объектов, которые обеспечивают функционирование всей системы управления. Благодаря помощи государственно-частного партнерства, активно развивается инфраструктурная сфера региона, строятся новые объекты разных назначений;

- Условия хозяйствования субъекта – к основным условиям хозяйствования субъекта обычно относят его численные возможности, отражающие человеческий и природный потенциал. Такие как людские ресурсы (общее количество людей, их образование, квалификация), физические ресурсы (ко-

личество полезных ископаемых, лесов, электроэнергии, водоемов и тд.), капитальные ресурсы (общий объем капитала региона), инфраструктура, объем знаний (учебные и образовательные программы). С помощью государственно-частного партнерства организовываются различные форумы, строятся площадки, что позволяет активно развиваться кадровому потенциалу;

- Обеспеченность сырьевой базы – наличие богатой сырьевой базы дает большой толчок в развитии и продвижении региона, как объекта для привлечения крупных инвестиций. Сырье считается одним из наиболее потенциально прибыльных сегментов рынка и регионы с наибольшей развитостью сырьевой базы однозначно привлекают инвесторов, так как являются хорошим стартом для крупномасштабных проектов. Одна из основных целей государственно-частного партнерства, обеспечить максимальным сырьевым запасом все нуждающиеся единицы бизнеса;

- Прогрессивность инновационной и новаторской деятельности - всегда являются притягательными факторами для инвесторов, так как инновационная сфера подразумевает под собой разработку и создание новых и интересных для потребителя проектов. Активное потребление товаров и услуг означает активное увеличение прибыльности, что соответственно позитивно проецируется и на сфере инвестирования;

- Коррупция - это злоупотребление своим служебным положением для извлечения личной выгоды, как правило развитость коррупции в регионе создает негативное впечатление для заинтересованных инвесторов, так как ставит под большой вопрос наличие в таком регионе достаточного уровня безопасности. Это может препятствовать желанию инвестора во вложении своих средств, по причине увеличения инвестиционного риска и в дальнейшем потери своего капитала. Данный критерий развития является важным пунктом контроля государственно-частного партнерства, в рамках которого тщательно отслеживают данное явление и борются с его искоренением;

- Показатели политической устойчивости - показатель отражающий возможность региона незначительно уходить от нормальных, стабильных показателей, в случае воздействия внешних и внутренних факторов. Данный показатель также отражает возможность инвесторов государственно-частного партнерства быть уверенным в наличии минимального риска для собственных вложенных средств;

- Социальные - к основным социальным факторам можно отнести такие как: показатели защиты прав человека, охрана окружающей среды, разработка мер по решению наиболее важных острых проблем населения, решение экологических проблем, контроль за соблюдением условий труда человека. Факторы, обеспечивающие удовлетворенность населения своим регионом, ярко демонстрируют отношение местных властей к своим жителям, на основе этой оценки инвестору более понятен социальный климат внутри региона и расположенность власти к помощи населения;

- Уровень инвестиционной безопасности- определяется как способность воспроизводственных процессов региона для эффективного функционирования экономики в режиме расширенного воспроизводства.

Оценка данных факторов в регионе помогает инвестору государственно-частного партнерства отобрать наиболее привлекательные варианты для него, поэтому их оценка важна, для повышения инвестиционного потенциала. Чтобы внедрить наиболее крупномасштабные и прибыльные объекты необходимо наличие устойчивой инвестиционной базы. В целом, для поддержки и развития государственно-частного партнерства в целях стимулирования инвестиций в настоящее время необходимо добиться сочетания финансовых и экономических интересов государства и хозяйственных структур.

Список источников

1. Андреев В. Д. Инвестиционная привлекательность региона: параметры и тенденции // Образование и наука без границ: социально-гуманитарные науки. 2019. № 12. С. 65-70.
2. Агаева Л.К., Анисимова В.Ю. Инвестиционная привлекательность региона: учеб. пособие. Самара: Издательство Самарского университета. 2020. 72 с.

3. Государственно-частное партнерство: общее понятие и стандарты национального регулирования. URL: <https://www.dentons.com/ru/insights/articles/2018/october/4/a-public-private-partnership-general-concept-and-standards-of-national-regulation> (дата обращения: 01.05.2022).
4. Куриков В.М., Ташланова Ю.В. Методология оценки инвестиционной привлекательности региона // Вестник Алтайской академии экономики и права. 2019. № 5 (часть 1). С. 99-103.
5. Инвестиции и бизнес в Московской области. URL: <https://invest.mosreg.ru/>
6. Новиков И.В. Роль МСЭ в стандартизации умных устойчивых городов // Вестник Московского университета им. С.Ю. Витте. Серия 1: Экономика и управление № 3 (18). 2016. С. 74-79
7. Руденко Л.Г., Механизм инновационной инфраструктуры поддержки развития малого предпринимательства. Вестник Московского университета им. С.Ю. Витте. Серия 1: Экономика и управление. 2019. № 1. С. 64-71.
8. Сергеева Н.В. Цифровизация государственных услуг: кейс пенсионного фонда РФ // Вестн. Московского университета им. С.Ю. Витте. Серия 1: Экономика и управление. 2021. № 2 (37). С. 7-14.

УДК 330

ВНЕДРЕНИЕ КОРПОРАТИВНОГО УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОМПАНИИ

МАРТЫНОВ И.М.

студент: ст. гр. НДб-23-8,
Тюменский индустриальный университет

*Научный руководитель: Неживых Дмитрий Андреевич
ассистент кафедры МТЭК,
Тюменский индустриальный университет*

Аннотация: в настоящее время принципы концепции устойчивого развития присутствуют практически во всех сферах жизни, играя ключевую роль в усилиях по защите окружающей среды, деятельности в интересах общества и экономического развития. Одним из "бенефициаров" этой концепции являются предприятия, как небольшие местные, так и те, которые имеют глобальный охват.

Ключевые слова: Корпоративное устойчивое развитие, внедрение устойчивого развития, принципы устойчивого развития, стратегии устойчивого развития, корпоративная социальная ответственность, бизнес и устойчивое развитие.

IMPLEMENTATION OF CORPORATE SUSTAINABLE DEVELOPMENT IN THE COMPANY'S ACTIVITIES

Martynov I.M.

Scientific supervisor: Nezhivykh Dmitry Andreevich

Abstract: Today, the principles of sustainable development are present in virtually all spheres of life, playing a key role in environmental protection, community action and economic development. One of the 'beneficiaries' of this concept are businesses, both small local ones and those with a global reach.

Key words: Corporate sustainable development, sustainable development implementation, sustainable development principles, sustainable development strategies, corporate social responsibility, business and sustainable development.

ВВЕДЕНИЕ

Устойчивое развитие изначально не является бизнес-концепцией, а скорее вписывается в социально-политический дискурс о сохранении жизненно важных природных ресурсов и обеспечении межпоколенческой и внутрипоколенческой справедливости. На этом фоне возникает вопрос о том, как устойчивость может быть концептуализирована применительно к компании. Анализ восприятия и интерпретации корпоративной устойчивости в компаниях, ассоциациях, науке и политике показывает две вещи: во-первых, интерпретация руководящего принципа устойчивого развития применительно к компании как субъекту значительно изменилась и расширилась с середины 1990-х годов.

После конференции в Рио-де-Жанейро в 1992 году и многочисленных последующих мероприятий в последние годы в контексте устойчивого развития наряду с экологическими вопросами были заново открыты социальные вопросы деятельности корпораций, а центральные экономические функциональные механизмы, такие как рынок и инновации, были переосмыслены с учетом требований устойчивого развития. Во-вторых, дискурс корпоративной устойчивости в настоящее время распадается на различ-

ные субдискурсы и тематически различные специализированные сообщества.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Определение устойчивого развития обычно представляет собой набор правил, соблюдение которых обеспечит дальнейшее развитие будущих поколений в целях бережного отношения к окружающей среде. Следует подчеркнуть, что концепция устойчивого развития ориентирована не только на нынешнее поколение, но и уделяет большое внимание будущим поколениям и их неустановленным потребностям. Это наблюдение отсылает к концепции Дж. Элкингтона, который сказал, что успех предприятия складывается именно из этих трех составляющих. Он также был первый человек, предложивший параллельное их рассмотрение и уравнивание - так называемый. «Тройной Итог». В этой перспективе концепция устойчивого развития, с точки зрения предприятий, это не только действия по защите окружающей среды путем, например, снижения уровня выбросов и обеспечения надлежащего уровня безопасности для своих сотрудников, но и концепция является основой для интеллектуального управления предприятия.[4]

Исходя из предположения, что в процессе поиска потенциала создания стоимости компания преследует в первую очередь цели стратегии экономического успеха, возникает вопрос, какие предпринимательские мотивы действий говорят в пользу управления устойчивым развитием. Диллик отмечает, что обычно решающим для компании в решении вопроса устойчивого развития является сочетание политико-этических и стратегических мотивов успеха. Это означает, что решающую роль может играть как сознательное соответствие фундаментальным корпоративным ценностям, так и создание экономической ценности для акционеров и клиентов. В связи с этим можно выделить шесть основных конкурентных стратегических причин устойчивого корпоративного поведения:

1. Снижение затрат: принцип экологической эффективности с последовательным движением материалов и ориентацией на нулевой выброс ведет к облегчению экологической ситуации и снижению затрат с возможным развитием беспроектных потенциалов.

2. Минимизация рисков: за счет превентивного анализа и предотвращения рисков безопасности, снижения рисков ответственности и штрафов

3. Безопасность планирования: снижение неопределенности за счет сотрудничества с конкурентами, научными партнерами и общественными деятелями

4. Обеспечение признания и легитимности: конфликты с заинтересованными сторонами, отсутствие признания и легитимности в социальной среде, а также плохое освещение в СМИ значительно снижают экономический успех.

5. Завоевание и закрепление доли рынка: признание дифференциации и рыночного потенциала ведет к приобретению новых клиентов или удержанию существующих.

6. Освоение новых рынков, сфер деятельности и источников дохода: Использование сценариев будущего, связанных с устойчивым развитием, в рамках мультифрейминга для выявления потенциала создания устойчивой стоимости и развития новых сфер бизнеса и источников дохода.[7]

Корпоративные действия, связанные с устойчивым развитием, осуществляются на разных уровнях. Можно выделить пять уровней устойчивой корпоративной деятельности. Они варьируются от отдельных областей деятельности внутри компании (логистика, производство и т. д.) до всей организации компании, уровня закупок и рынков сбыта, на которых компания работает со своими продуктами и услугами, до комплексных систем использования (например, транспортных или информационных систем) и социального уровня, на котором рассматривается вопрос нужд и потребностей. На каждом уровне субпозиция и инструментальные правила корпоративной устойчивости обеспечивают ориентацию для действий, хотя они относятся к различным областям деятельности в зависимости от уровня.

Например, применение принципа экологической эффективности на уровне производства

Причины действий, указанные Гминдером, здесь дополнены мотивами «снижение затрат», «минимизация рисков» и «развитие новых сфер бизнеса и источников дохода».

Помимо сокращения потребления энергии и материалов или уменьшения количества отходов на единицу продукции (эффективность процесса), на уровне компании основное внимание уделяется со-

кращению потребления энергии и материалов. На уровне компании основное внимание уделяется повышению операционной эффективности (например, добавленной стоимости на годовое количество произведенной продукции), на уровне продукта - нагрузке на функциональную единицу (эффективность продукта), а на уровне функции - нагрузке на единицу потребности (эффективность функции).[2]

Масштаб воздействия предпринимательской деятельности увеличивается с повышением уровня деятельности. Поэтому можно предположить, что на уровне продуктов и функций можно достичь более значительного потенциала оптимизации или экологического облегчения, чем на уровне отдельных производственных процессов. Однако в то же время непосредственное влияние и управляемость на более высоких уровнях действия также снижаются, поскольку компании приходится действовать уже не в одиночку, а совместно с партнерами и даже в условиях напряженности между различными группами интересов. Это означает, что внутренние процессы и меры на уровне всей компании по-прежнему могут в значительной степени контролироваться самой компанией.

В случае рыночного сотрудничества в рамках цепочек закупок и производства продукции поставщики и клиенты привносят свои собственные взгляды и интересы, что делает необходимым процессы координации и, в некоторых случаях, компромиссы. А компания, как правило, может помочь в формировании процессов отражения потребностей только в качестве участника отраслевых или общих социальных дискурсов.[3]

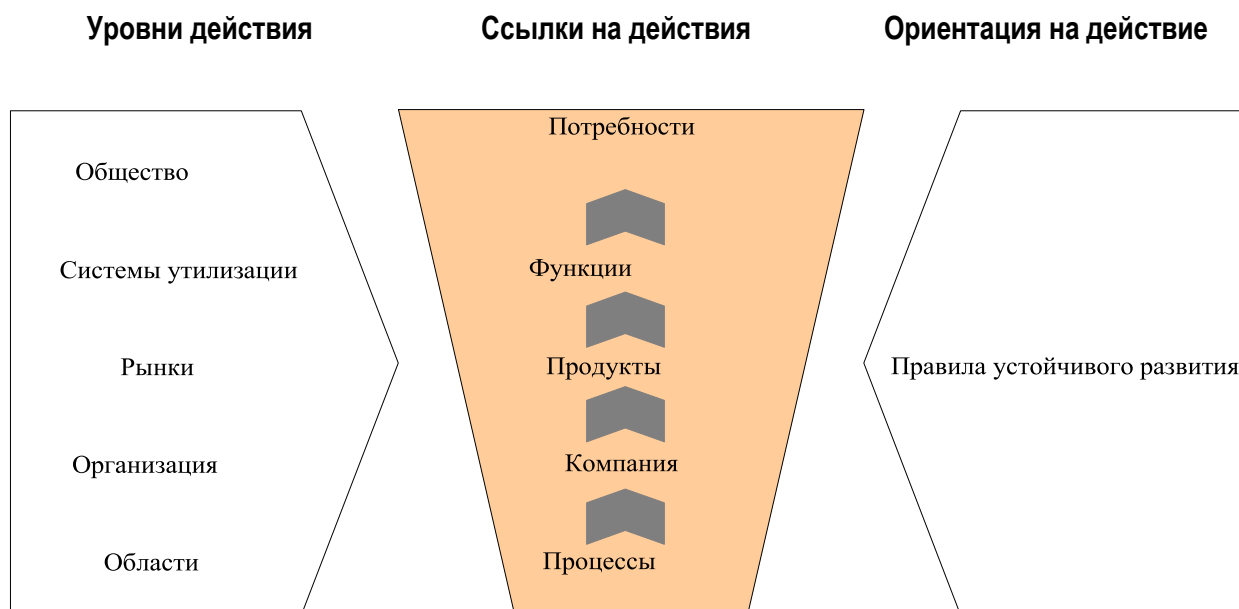


Рис. 1. Уровни действия, ориентиры и направления устойчивого, корпоративного развития компании

Компания может внести вклад в устойчивое развитие только в том случае, если она способна постоянно гарантировать достаточный денежный поток, обеспечивающий ликвидность и постоянное получение доходов, превышающих расходы (прибыль). Кроме того, экологическая устойчивость требует, чтобы природные ресурсы использовались только в рамках безопасных минимальных стандартов. Таким образом, компания является устойчивой только в том случае, если она использует природные ресурсы только в пределах их естественного воспроизводства или ниже уровня развития заменителей. Аналогичным образом, она не должна создавать выбросы, которые выходят за пределы способности природных систем к поглощению и ассимиляции и, следовательно, накапливаются таким образом, что наносят вред окружающей среде и здоровью людей. Наконец, деятельность компании не должна способствовать нарушению функций общей экологической системы (стабильность климата и т. д.). Что касается социального капитала, то компания вносит вклад в устойчивое развитие, если она создает добавленную стоимость для местной или региональной среды, способствуя сохранению и развитию человеческого капитала внутри компании и у деловых партнеров (обучение, управление знаниями и т.д.) и принимая во вни-

вание влияние на социальный капитал. Последнее не означает, что компания должна и может одновременно удовлетворять все ожидания и требования заинтересованных сторон. Однако с этой точки зрения перед ней стоит задача сделать причины принятия социально значимых решений (таких как закрытие заводов и увольнение сотрудников) прозрачными и понятными для заинтересованных сторон и обеспечить широкое признание корпоративных решений. Как и в случае с общими правилами социальной устойчивости, ниже проводится различие между существенными и инструментальными правилами. Если содержательные правила формулируют минимальные требования к результатам деятельности компании, то инструментальные правила относятся к корпоративным процессам, принципам и руководящим принципам управления, то есть к тому, как разрабатываются корпоративные цели и стратегии, принимаются решения, определяются информационные потоки, устанавливаются и регулируются социальные отношения.[5]

Определяя правила устойчивого развития применительно к компании как субъекту, необходимо также уточнить, какую функцию они должны выполнять. Во-первых, правила и принципы выполняют роль критериев проверки. Они призваны привлечь внимание заинтересованных сторон компании к соответствующим аспектам устойчивого развития и обеспечить соответствующее обсуждение. Принципы устойчивого развития также формируют нормативную базу, которая должна служить ориентиром для действий и процессов обучения. Наконец, принципы должны позволять обоснованно критиковать существующие условия и изменения.[1]

На фоне основных правил устойчивого развития, можно выделить семь принципов корпоративной устойчивости, связанных с результатами и требующих создания стоимости при одновременном сохранении капитала. Их можно классифицировать следующим образом в соответствии с фундаментальными треугольными отношениями между бизнесом, природой и обществом:[3]

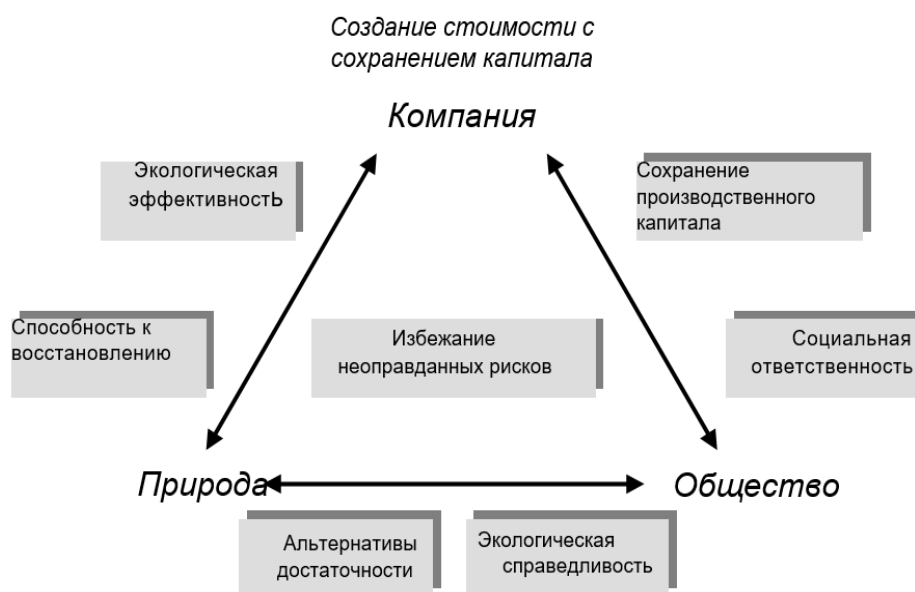


Рис. 2. Основные правила и принципы корпоративного устойчивого развития

Взаимоотношения между бизнесом и окружающей средой необходимо рассматривать в свете того, что индустриальные страны не имеют достаточной экологической составляющей в своей деятельности и структурах и имеют такой уровень потребления ресурсов и выбросов, который не может быть перенесен ни в глобальном масштабе, ни в будущем. Таким образом, нарушается принцип справедливости внутри и между поколениями. С макроэкономической точки зрения это приводит к необходимости отделить увеличение создания стоимости (экономический рост) от потребления ресурсов. Ключевой стратегией для этого является повышение производительности ресурсов.[8]

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Необходимость повышения производительности ресурсов и снижения расхода материалов и энергии до приемлемого уровня порождает первый принцип корпоративной устойчивости - повышение экологической эффективности. Это правило направлено на дематериализацию процесса создания стоимости и использования продукции путем сокращения использования ресурсов и воздействия на окружающую среду в расчете на единицу продукции, функции или потребности. Облегчение экологической ситуации и снижение затрат обычно идут рука об руку и позволяют развивать бесприоритетные потенциалы.

2. Исходя из принципа экологической эффективности, компания может внести важный вклад в устойчивое развитие. Тем не менее, этого первого существенного правила недостаточно для обеспечения сохранности жизненно важных «критических природных активов». Помимо сокращения использования ресурсов и снижения воздействия на окружающую среду в расчете на единицу продукции, функции или потребности, важно также обеспечить общий материальный цикл и нетронутость экосистем, а значит, экоэффективность и согласованность. Она измеряет степень абсолютной экологической совместимости, т. е. насколько хорошо достигнута политическая цель минимизации загрязнения окружающей среды или соответствия безопасным минимальным стандартам. Второе правило корпоративной устойчивости основано на требовании абсолютной экологической совместимости и обозначается здесь как обеспечение возможности вторичной переработки продукции и материалов. Хокен/Ловинс, также называют это «биомимикрией». Это означает подражание «экономическому стилю» биосферы и обеспечение экологической и медицинской совместимости материалов и материальных потоков. Регулятивная идея замкнутых циклов направлена на то, чтобы все материалы, образующиеся в процессе производства и потребления, могли быть либо повторно использованы, либо подвергнуты биоразложению, так что вредные выбросы и отходы практически исключены. Возобновляемое сырье, экологически чистые и биоразлагаемые материалы и стратегии вторичной переработки⁴⁶ имеют в этом контексте центральное значение.

3. В последние годы в качестве причины загрязнения окружающей среды все чаще рассматриваются не только производство, но и потребление и поведение потребителей. Причиной этого было и остается наблюдение, что, хотя постепенно становится возможным производить товары более экологично, достигнутое таким образом сокращение потребления ресурсов и выбросов сводится на нет ростом спроса и производства. На этом фоне стратегии достаточности имеют огромное значение для устойчивого развития. Достаточность означает «довольствоваться тем, чего достаточно». Логика достаточности обычно заключается в том, чтобы не максимизировать ни одну из нескольких целей, все из которых важны, а искать правильный баланс для каждой из них (например, баланс между работой и личной жизнью). Своими продуктами, услугами и маркетингом компании оказывают прямое или косвенное влияние на поведение потребителей, модели потребления и образ жизни. Поэтому с точки зрения устойчивого развития перед компаниями также стоит задача продвижения устойчивого поведения потребителей и пространственно и временно переносимых моделей потребления и образа жизни. С точки зрения корпоративной устойчивости это означает разработку привлекательных альтернатив достаточности, то есть создание продуктов, услуг и бизнес-моделей, которые снижают общее воздействие на окружающую среду по сравнению с существующими моделями потребления и использования.

4. Требование независимых средств к существованию, сформулированное в общих правилах социальной устойчивости, предполагает обеспечение доступа к необходимым ресурсам. Минимальным условием для этого является справедливое распределение возможностей использования глобальных экологических благ (атмосферы Земли, океанов, воды и т. д.). Принцип использования окружающей среды в соответствии с принципами справедливости при честном участии всех, кого это касается, важен не только для компаний, занимающихся добычей сырья (горнодобывающая промышленность), лесным хозяйством, сельским хозяйством или рыболовством, но и для сырьевой промышленности или обрабатывающего сектора. Такие примеры, как программа лесного партнерства бразильского производителя целлюлозы Aracruz, которая способствует устойчивому землепользованию и выращиванию эвкалипта в сотрудничестве с примерно 2500 мелкими фермерами, показывают, что принцип экологиче-

ской справедливости может быть реализован и в рамках конкурентных рыночных структур и может привести к экономическим выгодам.

5. Если основные правила корпоративной устойчивости, представленные до сих пор, относятся к природной среде и сохранению жизненно важных природных активов, то принципы социальной ответственности, сохранения и развития социального производственного капитала касаются отношений с заинтересованными сторонами компании и социальной средой в целом. Правило сохранения и развития социального производственного капитала напрямую связано с экономическими показателями компании. С одной стороны, социальный производственный капитал включает в себя человеческий капитал и капитал знаний компании и ее партнеров по сотрудничеству. Это означает, что вопросы обучения и повышения квалификации, управления знаниями, передачи технологий, охраны труда и техники безопасности имеют центральное значение в контексте устойчивого развития. С другой стороны, он также включает в себя социальный капитал в виде доверия, признания и поддержки со стороны граждан, властей, СМИ и политиков. Таким образом, социальный производственный капитал — это, прежде всего, потенциал поддержки, и его сохранение и развитие отвечает интересам самой компании.

6. Последнее существенное правило корпоративной устойчивости касается принципа предосторожности. Если предыдущие правила, связанные с охраной окружающей среды и здоровья, в большей или меньшей степени ориентированы на «бесперебойную нормальную работу», то седьмое правило касается возможности сбоев, аварий и непредвиденных побочных эффектов и последствий. В этом отношении многочисленные проблемы устойчивого развития - не что иное, как побочные эффекты предыдущих решений в условиях неопределенности. Основное правило здесь таково: необходимо избегать технических рисков с потенциально катастрофическими последствиями для людей и окружающей среды. Как правило, компания не может самостоятельно определять оправданность, а только в научном и общественном дискурсе. При реализации этого основного правила необходимо учитывать, что «разрыв в знаниях и ответственности», обусловленный техническим воздействием или глубиной вмешательства, постоянно растет и не может быть ликвидирован только исследованиями воздействия технологий и анализом рисков.

Список источников

1. Аширова Г.Т. Устойчивое развитие и корпоративная социальная ответственность // Проблемы современной экономики. – 2013. – №2 (46). – С. 262-265.
2. Бабина Ю.В., Козлова О.А. Устойчивость бизнеса как основа стратегического управления предприятием // Менеджмент в России и за рубежом. – 2008. – №4. – С. 16-22.
3. Гладких И.В., Кетова Н.П. Корпоративная социальная ответственность и устойчивое развитие компании // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 5: Экономика. – 2010. – Вып. 3. – С. 45-56.
4. Дмитриева Е.С. Управление устойчивым развитием предприятий в условиях глобализации // Экономические науки. – 2012. – №10. – С. 74-79.
5. Карасев А.И. Стратегическое управление устойчивостью промышленных предприятий // Российское предпринимательство. – 2009. – №12(2). – С. 23-28.
6. Михайлов Л.М. Корпорации и устойчивый бизнес: проблемы и перспективы // Проблемы теории и практики управления. – 2007. – №11. – С. 50-58.
7. Николаева М.Н. Корпоративное управление и устойчивая конкурентоспособность предприятия // Вестник Московского государственного областного университета. – 2020. – Т. 13. – С. 37-44.
8. Пономарёва Е.А. Корпоративные стратегии устойчивого развития: зарубежный опыт и российская практика // Проблемы экономики и менеджмента. – 2018. – №1. – С. 36-41.
9. Попов А.Ю. Устойчивые модели ведения бизнеса в условиях неопределенности // Вестник Университета Российской академии образования. – 2009. – No. 3. – Рр. 65-69.
10. Сидоренко А.Г. Устойчиво развивающееся предприятие: сущность и критерии оценки // Проблемы современного предпринимательства. – 2006. – Vol. 15. – Issue 2. – pp. 21-26.

ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 81

ОСОБЕННОСТИ ПОВТОРА КАК ЭКСПРЕССИВНОГО СРЕДСТВА В АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ (НА ПРИМЕРЕ XVIII СОНЕТА УИЛЬЯМА ШЕКСПИРА)

ЗЫЗА АЛИНА СЕРГЕЕВНА

студентка

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

*Научный руководитель: Ханджян Диана Давидовна**канд.филол.наук, доцент**ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»*

Аннотация: В данной работе рассматриваются особенности повтора как экспрессивного средства в английском языке на примере XVIII сонета Уильяма Шекспира. Повтор в поэзии Шекспира служит важным инструментом для усиления эмоционального воздействия, акцентирования ключевых тем и создания ритмической структуры. В XVIII сонете, посвященном красоте и вечной любви, автор использует повтор для подчеркивания идеи о том, что истинная любовь не подвластна времени. Анализируется, как повторяющиеся фразы и образы помогают передать глубину чувств лирического героя, а также как они способствуют созданию музыкальности и ритма лирическому произведению. Работа подчеркивает значимость повтора в контексте шекспировской поэзии и его роль в формировании выразительности и эмоциональной насыщенности текста.

Ключевые слова: особенности повтора, экспрессивное средство, Уильям Шекспир, ритмическая структура, музыкальность, выразительность.

FEATURES OF REPETITION AS AN EXPRESSIVE MEANS IN ENGLISH (USING THE EXAMPLE OF WILLIAM SHAKESPEARE'S XVIII SONNET)

Zyza Alina Sergeevna*Scientific adviser: Khanjyan Diana Davidovna*

Abstract: This paper examines the features of repetition as an expressive means in the English language using the example of William Shakespeare's XVIII sonnet. Repetition in Shakespeare's poetry is an important tool for enhancing emotional impact, emphasizing key themes and creating a rhythmic structure. In the XVIII sonnet dedicated to beauty and eternal love, the author uses repetition to emphasize the idea that true love is timeless. The article analyzes how repetitive phrases and images help to convey the depth of feelings of the lyrical hero, as well as how they contribute to the creation of musicality and rhythm to the lyrical work. The work highlights the importance of repetition in the context of Shakespearean poetry and its role in shaping the expressiveness and emotional richness of the text.

Key words: features of repetition, expressive means, William Shakespeare, rhythmic structure, musicality, expressiveness.

Экспрессивность (лат. *expressio*) – «такое свойство текста или части текста, которое передает смысл с увеличенной интенсивностью и имеет своим результатом эмоциональное или логическое усиление, которое может быть или не быть образным».

Экспрессивные средства — это языковые и стилистические приемы, которые используются для передачи эмоций, чувств, настроений и акцентирования значимости определенных идей в тексте. Они помогают автору выразить свои мысли более ярко и убедительно, а также влияют на восприятие текста читателем.

Экспрессивные средства охватывают широкий спектр языковых явлений, включая:

- Лексические средства: выбор слов, их значение и эмоциональная окраска.
- Синтаксические средства: структура предложений, порядок слов, использование различных типов предложений.
- Фонетические средства: звуковые эффекты, ритм и интонация.
- Стилистические фигуры: метафоры, сравнения, гиперболы и другие тропы.

И.Р. Гальперин обнаруживает своеобразное назначение повторов в ораторской речи, где они выполняют не только художественно-эмоциональную, но и служебную функцию. Они замедляют повествование и, тем самым, дают возможность более внимательно следить за развитием мысли.

В чистом виде повтор – явление достаточно редкое в современном английском языке. Повтор может усиливаться за счет введения модальных глаголов, наречий-интенсивов, обособления и парцелляции, эллипсиса.

Лингвисты отмечают, что художественный повтор отличается от произвольного:

- 1) наличием целевой установки на выразительность текста, на его ритмику, усиление эффекта;
- 2) включенностью в систему стилистических фигур и, следовательно, наличием моделей и правил.

Повторяться в тексте могут слова, словосочетания и предложения. Е.А. Покровская отмечает, что повтором (экспрессивной синтаксической конструкцией) принято называть «неоднократное появление в определенном отрезке языковой единицы на соответствующем лингвистическом уровне». По ее мнению, художественно-стилистическими функциями повторов являются: ассоциативно-композиционная (развертывание текста по ассоциативному принципу); усложняюще-перцептивная (состоит в создании мерцающих смыслов, затемнении смысла, усложнении восприятия текста); фоноритмическая (внесение элементов фонетической и ритмической организации поэтического текста в текст прозаический).

Повтор как экспрессивное средство в английском языке представляет собой важный стилистический прием, который используется для усиления выразительности текста, акцентирования внимания на ключевых идеях и создании эмоционального воздействия на читателя.

Как отмечает И.В. Арнольд, «повтором, или репризой, называется фигура речи, которая состоит в повторении звуков, слов, морфем, синонимов или синтаксических конструкций в условиях достаточной тесноты ряда, т.е. достаточно близко друг от друга, чтобы их можно было заметить. Так же, как и другие фигуры речи, усиливающие выразительность высказывания, повторы можно рассматривать в плане расхождения между традиционно обозначающим и ситуативно обозначающим как некоторое целенаправленное отклонение от нейтральной синтаксической нормы, для которой достаточно однократного употребления слова: *Beat! beat! drums! — blow! bugles! blow!* (W. Whitman)».

Особенности повтора:

Эмоциональная насыщенность: Повтор помогает передать сильные эмоции и чувства персонажей. Например, в литературе повтор может использоваться для выражения страха, радости или горя, что позволяет читателю глубже понять внутренний мир героев.

Создание ритма: Повтор может служить для создания определенного ритма в тексте, что делает его более мелодичным и запоминающимся. Это особенно важно в поэзии и прозе, где ритмическая структура может усиливать общее впечатление от произведения.

Акцентирование ключевых тем: С помощью повтора автор может выделить важные темы или идеи произведения. Например, повторение определенных слов или фраз может подчеркивать цен-

тральные конфликты или моральные уроки.

Углубление характеров: Повтор может использоваться для раскрытия характера персонажей. Например, если герой постоянно повторяет определенные фразы или идеи, это может указывать на его внутренние убеждения или психологическое состояние.

Создание напряженности: В некоторых случаях повтор может усиливать драматическое напряжение в сюжете. Например, повторение угрозы или предостережения может создать атмосферу тревоги и ожидания.

Символизм: Повтор также может иметь символическое значение, когда определенные слова или фразы становятся знаковыми для всего произведения и несут в себе глубокий смысл.

Структурная функция: В некоторых случаях повтор используется для создания структуры текста, связывая различные части произведения и придавая ему целостность.

В целом, повтор как экспрессивное средство является мощным инструментом в руках авторов, позволяющим им передавать сложные эмоции и идеи, а также создавать запоминающиеся образы и моменты в литературе.

Пользоваться термином «избыточность» для повтора можно лишь с оговоркой, потому что повторы передают значительную дополнительную информацию эмоциональности, экспрессивности и стилизации и, кроме того, часто служат важным средством связи между предложениями, причем иногда предметно-логическую информацию бывает трудно отделить от дополнительной, прагматической.

Многообразие присущих повтору функций особенно сильно выражено в поэзии. Некоторые авторы даже считают повторы стилистическим признаком поэзии, отличающим ее от прозы, и подразделяют повторы на метрические и эвфонические элементы.

К метрическим элементам относят стопу, стих, строфу, анакрузу и эпикрузу, а к эвфоническим — рифмы, ассонансы, диссонансы, рефрен.

Разберем виды повтора:

1. Лексический повтор. Это повтор одного и того же слова или словосочетания в пределах одного текста или фразы. Лексический повтор используется для акцентирования внимания на определенной идее или эмоции.

2. Фразовый повтор. Это повтор целых фраз или предложений. Фразовый повтор часто используется в риторике и поэзии для создания ритма и усиления выразительности.

Пример: В стихотворении "Do Not Go Gentle into That Good Night" Дилана Томаса повторяется фраза "Rage, rage against the dying of the light."

3. Анафора. Это вид повтора, при котором одно и то же слово или группа слов повторяются в начале нескольких последовательных предложений или строк. Анафора создает ритм и подчеркивает важность идеи.

Пример: "It was the best of times, it was the worst of times, it was the age of wisdom, it was the age of foolishness..." (Чарльз Диккенс).

4. Эпифора. Это противоположный анафоре прием, при котором слово или группа слов повторяются в конце нескольких последовательных предложений или строк.

Пример: "Where now? Who now? When now?" (Сэмюэл Беккет).

5. Полисиндетон. Это использование нескольких союзов для соединения элементов в предложении, что создает эффект многократного повторения.

Пример: "And the sun and the moon and the stars..."

6. Ассонанс и аллитерация. Хотя это не является прямым повтором слов, ассонанс (повтор гласных звуков) и аллитерация (повтор согласных звуков) создают музыкальность и ритм в тексте.

Пример: "Peter Piper picked a peck of pickled peppers."

7. Риторический вопрос. Иногда риторические вопросы могут быть использованы с целью создания эффекта повтора, когда один и тот же вопрос задается несколько раз для акцентирования внимания на проблеме.

Пример: "What do we want? Justice! When do we want it? Now!"

8. Рефрен — это повторяющаяся фраза или строка в стихотворении или песне, которая служит

для акцентирования темы или идеи произведения. В песнях часто встречается рефрен, который повторяется после каждого куплета.

8. Хиазм- это структура, при которой элементы располагаются в обратном порядке во второй части конструкции, создавая эффект симметрии и подчеркивая контраст.

Пример: **"ask not what your country can do for you, ask what you can do for your country"** (Джон Кеннеди).

Мы рассмотрим те виды повтора, которые являются общими для поэзии и прозы. Рассмотрение повтора в синтаксической стилистике несколько условно, так как повторяться могут элементы разных уровней, и классифицируются повторы в зависимости от того, какие элементы повторяются.

Начнем с поэтических примеров. Переплетение нескольких видов повтора делает незабываемыми последние строки XVIII сонета Шекспира. Здесь воплощена одна из ключевых тем Шекспира — тема безжалостного времени и единоборства с ним поэзии, благодаря которой красота становится бессмертной и неподвластной времени. Важность темы вызывает конвергенцию, т.е. скопление стилистических приемов при передаче одного общего содержания:

So long as men can breathe or eyes can see

So long lives this and this gives life to thee.

Интенсивная конвергенция позволяет различить в этих двух строках несколько разных видов повтора.

1) Метр — периодическое повторение ямбической стопы.

2) Звуковой повтор в виде аллитерации, — long lives... life.

3) Повтор слов или фраз — so long ... so long; в данном случае повтор является анафорическим, так как повторяющиеся элементы расположены в начале строки.

4) Повтор морфем (который также называют частичным повтором); здесь повторяется корневая морфема в словах live и life.

5) Повтор конструкций — параллельные конструкции «men can breathe» и «eyes can see» синтаксически построены одинаково.

6) Второй пример параллелизма: ...lives this and this gives... носит название хиазма. Хиазм состоит в том, что в двух соседних словосочетаниях (или предложениях), построенных на параллелизме, второе строится в обратной последовательности, так что получается перекрестное расположение одинаковых членов двух смежных конструкций.

7) В данном примере, однако, хиазм осложнен тем, что синтаксически одинаковые элементы this ... this выражены тождественными словами. Такая фигура, состоящая в повторении слова на стыке двух конструкций, называется подхватом, анадиплосисом, эпаналепсисом или стыком. Подхват показывает связь между двумя идеями, увеличивает не только экспрессивность, но и ритмичность.

8) Семантический повтор ...men can breathe ≈ eyes can see, т.е. пока существует жизнь.

Повтор лексических значений, т.е. накопление синонимов, в нашем примере представлен также ситуативными синонимами breathe и live.

Таким образом, две строки Уильяма Шекспира дают целую энциклопедию повтора. В дополнение к представленным здесь анафоре и подхвату, в зависимости от расположения повторяющихся слов, различают еще эпифору, т.е. повторение слова в конце двух или более фраз, и кольцевой повтор, или рамку. Повторение союзов называется полисиндетон.

Подхват подчеркивает единство и даже тождественность красоты и правды. Лингвистически это выражается тем, что подлежащее и предикатив, связанные глаголом be, меняются местами, а это возможно только в том случае, если между обозначаемыми ими понятиями существует тождество.

Экспрессивная избыточность тавтологического характера типична для просторечия. Тавтологический повтор может иметь сатирическую направленность.

Тавтологией принято называть повтор, который ничего к содержанию высказывания не добавляет. Это относится только к логическому содержанию сообщения, к информации первого типа. Второй тип информации тавтология передает достаточно эффективно. Она может, например, использоваться для речевой характеристики персонажей.

Проблема повтора привлекает внимание очень многих исследователей, число работ, посвященных повтору, непрерывно растет. Большой интерес представляет задача разграничения повтора — выразительного средства и стилистического приема, с одной стороны, и повтора типа выдвижения, обеспечивающего структурную связанность целого текста и устанавливающего иерархию его элементов, — с другой.

Список источников

1. Языковые средства выражения экспрессии в англоязычных медиатекстах и способы ее передачи в переводе [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://elib.bsu.by/bitstream/123456789/193832/1/112-117.pdf> (09.04.2025)
2. Лексические средства выражения экспрессивности [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://elib.bsu.by/bitstream> (09.04.2025)
3. Арнольд И.В. - Стилистика. Современный английский язык – 2010 [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://csl.isc.irk.ru/> (09.04.2025)
4. Научно-исследовательская работа на тему "Особенности повтора как экспрессивного средства в английских сказках" [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://infourok.ru/> (09.04.2025)
5. Экспрессивная функция повтора на примере рассказа Д. Чивера «Frère Jacques» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://eduherald.ru/>. (09.04.2025)
6. Шекспир. Сонет 18 на английском [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: https://engshop.ru/shekspir-sonet-18-na_anglieskom/ (09.04.2025)

© А.С. Зыза, 2025

УДК 80

ЛОКАЛЬНАЯ ТЕОРИЯ ЭВОЛЮЦИИ КИТАЙСКОЙ ПИСЬМЕННОСТИ (РЕГИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ)

МАКАРЕНКО АННА АЛЕКСЕЕВНА

студентка

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

Научный руководитель: Ханджян Диана Давидовна

*кандидат филологических наук, доцент кафедры иностранных языков.
Армавирский государственный педагогический университет (АГПУ)*

Аннотация: в данной статье рассматриваются особенности эволюции китайской письменности в различных регионах Китая. Анализируются факторы, влияющие на локальные изменения и вариации иероглифики, включая диалектные различия, культурные влияния и социально-экономические условия. Особое внимание уделяется изучению рукописных традиций и эпиграфических памятников отдельных регионов, позволяющих проследить динамику развития локальных стилей письма. Исследование охватывает период от древности до современности, выявляя как преемственность, так и инновации в региональных системах письма. Статья подчеркивает важность учета локального контекста при изучении истории китайской письменности и предлагает методологию для сравнительного анализа региональных вариантов иероглифики. Полученные результаты способствуют более глубокому пониманию процессов языковой и культурной дивергенции в Китае, а также могут быть полезны для разработки образовательных программ и сохранения культурного наследия.

Ключевые слова: локальность, преемственность, иероглифы, китайская письменность, социокультурный контекст, историческая изменчивость.

LOCAL THEORY OF THE EVOLUTION OF CHINESE WRITING (REGIONAL FEATURES)

Makarenko Anna Alekseevna

Scientific advisor: Khanjyan Diana Davidovna

Abstract: This article examines the features of the evolution of Chinese writing in various regions of China. The factors influencing local changes and variations in hieroglyphics, including dialect differences, cultural influences, and socio-economic conditions, are analyzed. Special attention is paid to the study of handwritten traditions and epigraphic monuments of individual regions, which make it possible to trace the dynamics of the development of local writing styles. The study covers the period from antiquity to the present, revealing both continuity and innovation in regional writing systems. The article emphasizes the importance of taking into account the local context when studying the history of Chinese writing and suggests a methodology for comparative analysis of regional variants of hieroglyphics. The results obtained contribute to a deeper understanding of the processes of linguistic and cultural divergence in China, and may also be useful for developing educational programs and preserving cultural heritage.

Keywords: locality, continuity, hieroglyphs, Chinese writing, socio-cultural context, historical variability.

Эволюция письменности – сложный и многогранный процесс, объясняемый различными теоретическими подходами. От линейных моделей, предполагающих последовательное развитие от пиктограмм к абстрактным знакам, до более сложных теорий, учитывающих социальные, культурные и когнитивные факторы, каждая из них предлагает свой взгляд на формирование систем письма.

Важность изучения иероглифики обусловлена тем, что она является фундаментом китайской идентичности и важным компонентом в сохранении культурного наследия страны. Для глубокого понимания древних текстов, истории китайского искусства, литературы и философии неопределимо осознание закономерностей развития и принципов этой уникальной системы письма.

Развитие китайских письменных символов происходило в разнообразном ключе: разобщённые регионально и порой политическими барьерами территории развивали свои специфические особенности письма.

Например, в периоды политической раздробленности, такие как эпоха Воюющих царств, различные государства разрабатывали собственные варианты иероглифов, что приводило к расхождениям в форме и значении. Некоторые регионы могли сохранять более архаичные формы, в то время как другие экспериментировали с упрощением или новыми принципами построения.

Периоды политической раздробленности в Китае, особенно эпоха Воюющих царств (475–221 гг. до н.э.), стали временем расцвета региональных культур, включая и письменность. Из-за отсутствия единой централизованной власти, каждое царство разрабатывало собственные варианты иероглифов, отличавшиеся по форме, стилю и даже значению.

Иероглифы варьировались от царства к царству, отражая местные диалекты, эстетические предпочтения и традиции. Эти графические различия, хоть и добавляли регионального колорита, создавали серьёзные проблемы в общении и торговле. Например, иероглиф "лошадь" (馬) мог выглядеть совершенно по-разному в царствах Цинь, Чу и Янь.

Царство Чу действительно выделялось на фоне других государств периода Чжаньго (Воюющих царств) своим уникальным культурным наследием, и "письмо червяка" (鳥蟲書) – яркое тому подтверждение. Этот стиль письма, сочетавший каллиграфию и орнамент, был гораздо больше, чем просто способом передачи информации. (Рис.1)



Рис. 1. «письмо червяка» (鳥蟲書)

Представьте себе иероглифы, выписанные тонкими, изящными линиями, которые извиваются и переплетаются, напоминая движения червей или силуэты птиц в полете. Это была настоящая форма искусства, требовавшая высокого мастерства и художественного вкуса. "Письмо червяка" применялось

в основном для украшения бронзовых ритуальных сосудов, оружия, печатей и других предметов роскоши, придавая им особый статус и символическое значение.

Использование такого оригинального стиля письма в царстве Чу отражает растущую культурную обособленность различных регионов Китая в период Воюющих царств. Каждое царство стремилось подчеркнуть свою идентичность, и развитие уникальных стилей письма, отличных от общепринятого, служило важным инструментом для достижения этой цели.

После объединения Китая при династии Цинь была предпринята попытка стандартизации письменности, но локальные вариации полностью не исчезли. Влияние региональных диалектов, материалов для письма (бамбук, шелк, глина) и культурных особенностей также определяло траекторию развития иероглифики в отдельных областях. Изучение этих локальных теорий помогает понять сложность и многогранность истории китайской письменности.

Стандартизация письменности при династии Цинь, безусловно, стала важным шагом к объединению Китая, но ее успех был не абсолютным. Локальные вариации продолжали существовать из-за нескольких факторов.

Во-первых, региональные диалекты, значительно отличающиеся друг от друга, влияли на произношение и использование иероглифов. Даже стандартизированное написание могло подразумевать разные значения или оттенки в разных областях.

Во-вторых, доступность материалов для письма играла свою роль. В зависимости от региона, использовались бамбуковые дощечки, шелк или глина. Это влияло на стиль написания иероглифов, их форму и структуру.

В-третьих, культурные особенности и местные традиции, сохраняющиеся в разных областях, также отражались в письменности. Некоторые иероглифы могли приобретать особые значения или интерпретации в определенных регионах.

Понимание этих локальных особенностей необходимо для полного понимания истории китайской письменности, показывая ее не как монолитную систему, а как динамично развивающуюся, под влиянием множества факторов.

Исследование локальной теории эволюции китайской письменности позволяет сделать вывод о том, что эта система письменности представляет собой уникальное и многослойное явление, развивающееся под влиянием множества локальных факторов. Китайская письменность, одна из древнейших в мире, прошла через множество этапов эволюции, каждый из которых оставил свой след в её структуре и функционировании.

Основные выводы исследования заключаются в следующем:

1. Историческая изменчивость: Китайская письменность претерпела значительные изменения на протяжении веков. От ранних форм, таких как надписи на костях и черепахах (цзягувэнь), через бронзовые надписи (цзиньвэнь) и большие печатные надписи (цзоувэнь), до современного упрощенного иероглифического письма, каждый этап характеризуется своими уникальными графическими и стилистическими особенностями. Эти изменения отражают адаптацию письменности к новым социальным, культурным и технологическим условиям.

2. Региональные различия: В различных регионах Китая существовали свои локальные варианты письменности, которые отличались начертанием и использованием определенных иероглифов. Локальная теория эволюции подчеркивает, что эти различия не являются случайными, а являются результатом длительного исторического развития в различных географических и социальных условиях.

3. Влияние соседних культур: Эволюция китайской письменности также была подвержена влиянию соседних культур и языков. Взаимодействие с другими народами способствовало заимствованию новых символов и понятий, а также изменению существующих графических норм.

4. Социальные и культурные факторы: Изменения в китайской письменности тесно связаны с социальными и культурными изменениями в обществе. Например, реформы письменности в XX веке были направлены на повышение уровня грамотности и унификацию письменных норм, что способствовало распространению образования и упрощению коммуникации.

5. Современные тенденции: в современном мире китайская письменность продолжает адапти-

роваться к новым условиям. Развитие цифровых технологий и глобализация приводят к появлению новых способов использования иероглифов, а также к изменению традиционных норм написания и чтения.

Подход региональной эволюции представляется довольно перспективным. Он позволяет учитывать локальные особенности развития письменности, влияние различных культур и социальные факторы. Локальная теория эволюции китайской письменности позволяет глубже понять процессы, стоящие за изменениями в этой системе, и оценить её устойчивость и способность к адаптации. Китайская письменность, как и любая другая живая система письма, является динамической и постоянно развивающейся, отражая изменения в обществе и культуре.

Исследование данной теории эволюции китайской письменности не только обогащает наше понимание истории и структуры этой системы, но и подчеркивает важность учета региональных и культурных особенностей при изучении письменных систем. Это знание может быть полезным для историков, лингвистов и всех, кто интересуется развитием письменности и культур.

Список источников

1. Астрахан О.И., Завьялова Е.Б.. Диалекты и национальный язык в Китае / Е. Б. Астрахан. – Москва: Изд-во Наука, 1985
2. История иероглифов [Электронный ресурс]. Режим доступа:<https://haohan.io/ru/lessons/1/>
3. Китайская каллиграфия: история, стили, инструменты [Электронный ресурс]. Режим доступа:<https://mymandarin.ru/news/kitajskaja-kalligrafija-istorija-stili-instrumenty/>
4. Сафарова Г.Н. Древнекитайская цивилизация и ее письменность. «Экономика и социум». Саратов. 2021. С. 512-515.
5. Сердюченко Г.П. Китайская письменность и ее реформа. Москва. 1989.
6. ЛюЦзюань. ЧжуЛицюнь. Эволюция графических стилей китайской иероглифики. Вестник УлГТУ 2009. С. 16-18.
7. Кондрашевский А.Ф. Практический курс китайского языка. Пособие по иероглифике. Часть I. — М.: ИД «Муравей», 2000. — с. 152
8. Готлиб, О.М. Основы грамматики китайской письменности [Текст] / О.М. Готлиб. – М. : Восток-Запад, 2007.
9. Ван Най История Китайских Иероглифов / Пер. с кит. Южаниновой А. А. — М.: ООО «Шанс», 2017. — с. 191

ЮРИДИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 340

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПОЛИЦЕЙСКИХ СТРУКТУР В АМЕРИКЕ И В РОССИИ

КУРЫНДИНА ОЛЬГА РУСЛАНОВНАкурсант 1 курса юридического факультета
Воронежский институт МВД России**ШЛЫЧКОВА ВАЛЕРИЯ ЮРЬЕВНА**курсант 1 курса юридического факультета
Воронежский институт МВД России

*Научный руководитель: Смирнова Валерия Викторовна
доцент кафедры русского и иностранных языков, к. ф. н.
Воронежский институт МВД России*

Аннотация: в данной статье рассматриваются особенности организации полицейских структур в Соединенных Штатах Америки и Российской Федерации. Анализируется организационная структура полиции, подходы к обучению и профессиональной подготовке кадров, а также взаимодействие правоохранительных органов с населением. В статье подчеркивается децентрализованная природа американской полиции, которая позволяет учитывать местные потребности, и централизованная структура российской полиции, обеспечивающая единообразие в действии.

Отдельное внимание уделяется проблемам доверия общества к полиции и вызовам, с которыми сталкиваются обе страны, что подчеркивает необходимость дальнейших реформ в правоохранительных системах.

Ключевые слова: полицейский, США, Россия, особенности, структура, обучение

PECULIARITIES OF THE ARRANGEMENT OF POLICE OFFICERS IN AMERICA AND IN RUSSIA

**Kuryndina Olga Ruslanovna,
Shlychkova Valeriya Yurievna***Scientific adviser: Smirnova Valeriya Viktorovna*

Abstract: This article examines the peculiarities of the organization of police structures in the United States of America and Of the Russian Federation. The organizational structure of the police, approaches to education and professional training, as well as the interaction of law enforcement agencies with the population are analyzed. The article highlights the decentralized nature of the American police, which allows for local needs to be taken into account, and the centralized structure of the Russian police, which ensures uniformity in action. Special attention is paid to the problems of public trust in the police and the challenges faced by both countries, which underlines the need for further reforms in law enforcement systems.

Keywords: policeman, USA, Russia, features, structure, training

Полицейские – это те, к кому в первую очередь обращаются граждане, когда случается беда. Они патрулируют улицы города, скверы и парки, общаются с населением, принимают заявления, предотвращают и раскрывают преступления, обеспечивают безопасность на культурно-массовых мероприя-

тиях, в транспорте, проводят профилактические беседы и так далее.

Полицейские структуры играют важную роль в обеспечении правопорядка и безопасности в обществах разных стран. Америка и Россия, как два крупных государства, имеют свои уникальные подходы к организации и функционированию полиции. Наша цель – проанализировать ключевые особенности устройства полицейских в этих двух странах, выявить их сходства и различия, а также оценить влияние этих факторов на обеспечение безопасности и правопорядка.

В Соединенных Штатах Америки полицейские силы состоят из множества различных органов. Каждый уровень власти — местный и федеральный — имеет свои полицейские учреждения. Основные типы полиции включают местную полицию (городскую), окружную и федеральную (включает агентства, такие как Федеральное бюро расследований (FBI), Бюро алкоголя, табака, огнестрельного оружия и взрывчатых веществ (ATF), Департамент внутренней безопасности (DHS) и другие. Полицейские силы, действующие на уровне штата, часто занимающиеся патрулированием межштатных дорог и расследованием преступлений по юрисдикции штата. Основное количество полицейских департаментов, которые действуют в городах и муниципалитетах. Включают городские полицейские департаменты и шерифов. В большинстве полицейских департаментов существуют специализированные подразделения (например, по борьбе с наркотиками, уголовные расследования, охрана общественного порядка). Ранг и структура обычно включает в себя такие звания, как рядовой полицейский, сержант, детектив, капитан, майор и начальник полиции. Каждый департамент может иметь свои уникальные звания и структуру. Эта децентрализованная структура позволяет учитывать местные особенности и нужды, но может приводить к недостатку координации и дублированию функций. Местная полиция — местные правила. Полномочия американских полицейских разнообразные и с трудом поддаются систематизации даже в первом приближении: в одном округе полицейский может почти всё, в соседнем же возможности могут быть существенно ограничены. Буква закона весьма детально регулирует возможности по применению силы, оружия, спец. средств, в том числе технических. На практике всё куда более прозаично и система может давать сбои, что нередко выливается в массовые беспорядки. Достаточно сказать, что в год в среднем полиция случайно убивает от нескольких сотен до нескольких тысяч человек, в том числе детей и подростков. Как правило, за каждым таким случаем следует служебное расследование и относительно строгое наказание.

В России, напротив, полиция действует в рамках более централизованной организационной структуры. Министерство внутренних дел Российской Федерации (МВД) выполняет функции контроля и координации всех правоохранительных органов страны. Это обеспечивает более стабильное руководство и единство в действиях. Федеральная полиция МВД отвечает за общую политику и управление всеми правоохранительными органами, включая специальные службы (например, МВД России, ФСБ и другие). В каждом субъекте Федерации существуют управления МВД, которые курируют деятельность местных отделов полиции. Лейтенанты и офицеры, работающие в районных или городских отделах, которые занимаются расследованием преступлений и обеспечением общественного порядка выступают в роли местной полиции. В России также имеют место специализированные подразделения, такие как ОМОН (отряд милиции особого назначения), ГИБДД (Государственная инспекция безопасности дорожного движения), а также службы по борьбе с наркотиками и терроризмом. В России существует четкая иерархия с различными званиями, включая рядового сотрудника, старшего сержанта, лейтенанта, капитана, майора, полковника и генерала. Дисфункциональность системы отчетности в российской полиции состоит лишь в том, что система не пропускает негативный сигнал о реальных проблемах не только в публичное пространство, но и наверх по иерархии. Выше проходят только благостные отчеты и новости. Иерархическая соподчиненность имеет своим негативным последствием еще и недостаточные горизонтальные связи между отделами полиции. Сосредоточенность на своей «земле» и на своих показателях ослабляет внимание к тому, что происходит у соседей. Заметить серию одинаковых преступлений (особенно между районами, подчиненными разным региональным управлениям) получается не сразу. Горизонтальных взаимодействий очень мало внутри такой сверхцентрализованной системы, а вертикального потока информации, наоборот, много.

Важным аспектом является подготовка полицейских кадров. Обучение полицейских в США, как

правило, проходит в полицейской академии и включает несколько месяцев теоретического и практического обучения. Обычно это 6-12 месяцев. Программы обучения охватывают множество тем: основные законы, права человека, работа с общественностью, физическая подготовка, стрельба, тактические навыки и управление стрессом. Каждый штат и даже отдельные города могут иметь свои стандарты и программы для подготовки полицейских. Это приводит к значительным различиям в качестве и типе обучения. После завершения обучения в академии, кандидаты сдают экзамены для получения лицензии на право быть полицейским. Полицейские продолжают обучаться на протяжении всей карьеры, проходя курсы повышения квалификации по различным направлениям.

Обучение полицейских в России проводится в специальных учебных заведениях (например, академиях МВД) и может длиться от 4 до 5 лет, что включает в себя как теоретические, так и практические занятия. Учебная программа охватывает юридические науки, физическую подготовку, тактику работы, психологию, а также изучение правовых основ, регламентирующих деятельность правоохранительных органов. В России существует единая система подготовки сотрудников МВД, которая устанавливает стандарты и программы обучения для всех учебных заведений. После завершения обучения выпускники получают диплом и проходят аттестацию для поступления на службу. Полицейские проходят регулярные курсы повышения квалификации и обязательные проверки знаний законов и методов работы.

Взаимодействие полиции с обществом представляет собой третий ключевой аспект, который отличается в двух странах. В США правительственные органы активно работают над установлением доверительных отношений с местным населением, реализуя различные программы, направленные на стимулирование гражданского участия и предотвращение преступности. В России взаимодействие между полицией и населением иногда остается ограниченным. Хотя в последние годы были предприняты усилия для улучшения ситуации, местные жители могут по-прежнему воспринимать полицию с недоверием, особенно в контексте репрессий и контроля за общественными движениями.

Таким образом, особенности устройства полицейских структур в Америке и России могут быть проанализированы через призму их организационной структуры, подхода к обучению и профессиональной подготовке, а также взаимодействия с обществом. Американская децентрализованная полиция предлагает разнообразие в решении местных проблем, в то время как российская централизованная структура обеспечивает четкость и единообразие. Однако обе страны сталкиваются с вызовами, связанными с доверием общества и эффективностью правоохранительных органов, что требует дальнейших реформ и улучшений.

Список источников

1. Филатов Д. С. - Сравнительный анализ организации деятельности органов полиции РФ и США (электронный ресурс) <https://dzen.ru/a/XfZCEJUV7gCxrSuT> - Российский полицейский и американский полицейский (электронный ресурс).
2. <https://woman.rambler.ru/psychology/46229209-o-metodah-raboty-politsii-v-ssha-i-rossii/> - О методах работы полиции в США и России (электронный ресурс).
3. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnogo-otbora-i-obucheniya-kandidatov-dlya-sluzhby-v-pravoohranitelnyh-organah-ssha> (электронный ресурс) - Особенности профессионального отбора и обучения кандидатов для службы в правоохранительных органах США.
4. <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-podbore-kadrov-dlya-sluzhby-v-organah-vnutrennih-del-rossiyskoj-federatsii> (электронный ресурс) - К вопросу о подборе кадров для службы в органах внутренних дел Российской Федерации.

УДК 34.04

НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ПРАВОВОГО СТАТУСА «РЕБЕНОК-ИНВАЛИД»: ИСТОРИКО-ПРАВОВОЙ АНАЛИЗ

ЕЛЬКИНА АНАСТАСИЯ АНДРЕЕВНА

студентка 2 курса юридического факультета

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий» г. Москва

Научный руководитель: Савощикова Евгения Васильевна

к.ю.н., доцент кафедры публичного и частного права

Андрианова Валерия Валерьевна

к.ю.н., преподаватель кафедры публичного и частного права

Черкашина Наталья Валерьевна

к.ю.н., доцент кафедры публичного и частного права

ФГБОУИ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий», г. Москва

Аннотация: в статье рассматриваются некоторые вопросы правового статуса «ребенок-инвалид», связанные с различными историческо-правовыми моделями понятия инвалидности, соответствующим законодательным переходом от экономической к медико-социальной модели. В парадигме указанной трансформации делается гипотеза, что некоторые аспекты правового статуса «ребенок-инвалид» все еще остаются неразрешенными в рамках новой медико-социальной модели. В частности, такую особенность современного правового статуса «ребенка-инвалида» как недифференцированность можно трактовать как наследие устаревшей экономической модели развития законодательства, касающегося труда и социального обеспечения инвалидов.

Ключевые слова: модели правового регулирования, право социального обеспечения, правовой статус ребенка-инвалида, недифференцированность детской инвалидности.

SOME ISSUES OF THE LEGAL STATUS OF THE "DISABLED CHILD": HISTORICAL AND LEGAL ANALYSIS

Elkina Anastasia Andreevna

Scientific supervisor: Andrianova Valeria Valeryevna,

Savoshikova Evgeniya Vasilyevna,

Cherkashina Natalia Valeryevna

Annotation: the article discusses some issues of the legal status of the "disabled child" related to various historical and legal models of the concept of disability, the corresponding legislative transition from the economic to the medical and social model. In the paradigm of this transformation, the hypothesis is made that some aspects of the right-wing status of a "disabled child" still remain unresolved within the framework of the new medical and social model. In particular, such a feature of the modern legal status of a "disabled child" as undifferentiation can be interpreted as a legacy of an outdated economic model of the development of legislation related to labor and social security for the disabled.

Keywords: models of legal regulation, social security law, legal status of a disabled child, undifferentiated child disability.

Правовой статус «ребёнок-инвалид», а также все соответствующие социальные гарантии, исторически всегда базировались на статусе и социальном обеспечении взрослых людей с ограниченными возможностями, которые действовали в тот или иной момент времени. В свою очередь, на этот правовой статус и содержание нормативно-правовых актов имплицитно влияло понимание инвалидности в конкретный период времени, напрямую связанное с государственной политикой, проводимой в этой области [8].

Исследователи выделяют четыре основных этапа в развитии законодательства, касающегося социального обеспечения инвалидов, и, соответственно, детей-инвалидов [1]. Оставляя «за скобками» этапы, связанный с религиозной моделью, а также моделью государственного призрения, выделим главные для нашего исследования периоды: эпоха экономической модели и период медико-социальной модели.

Экономическая модель понимания статуса инвалида действовала с начала XX века до конца восьмидесятых годов XX века; в свою очередь период медико-социальной модели начинается в российском законодательстве с 1990 года и длится до сегодняшнего дня.

В экономической модели инвалидность рассматривалась с точки зрения экономики, откуда и берётся название этой эпохи. Иными словами, гарантии социального обеспечения давались только исходя из трудоспособности и вклада индивида в экономику общества и государства. Исходя из этого, естественным образом, дети-инвалиды, которые не вносили свой вклад в развитие экономики, не могли рассчитывать и на соответствующее социальное обеспечение и гарантии [9].

Трансформация этой модели в медико-социальную как раз и заключается в отходе от понимания статуса инвалида, как неспособного трудиться человека, к более широкому пониманию инвалида как члена социума, имеющего определённые ограничения. В этой новой медико-социальной парадигме начала формироваться нормативно-правовая база касающаяся инвалидов, которая естественным образом была распространена и на детей-инвалидов.

Впервые понятие «ребёнок инвалид» в советском законодательстве появилось в 1979 году. Этим же Постановлением ЦК КПСС и Совета министров СССР устанавливалось пособие, которое выплачивалось детям-инвалидам до 16 лет [5]. Стоит отметить, что под детской инвалидностью понималось «состояние социальной дезадаптации», связанное с хроническим заболеванием ребёнка, что требовало в свою очередь постоянного ухода и помощи.

В 1986 году постановлением ЦК КПСС детям-инвалидам была введена бесплатная лекарственная помощь, повышены размеры денежных пособий, а также введены иные льготы (например, на проезд) [4]. Как указывают исследователи, именно с этого момента начинается действие и развитие медико-социальной модели понимания инвалидности, так как начинают учитываться существующие ограниченные возможности инвалидов не только в трудовой деятельности, но и в сфере самообслуживания, образования, ухода и иных сферах.

Принятый в 1990 году Закон СССР «Об основных началах социальной защищённости инвалидов в СССР» уже не просто определяет понятие, в том числе, детской инвалидности, но и закладывает право детей-инвалидов на образование и профессиональную переподготовку. Принятый в том же году закон о государственных пенсиях в Российской Федерации устанавливает за детьми-инвалидами уже социальную пенсию [3].

Законы, принятые в 1995 году, касающиеся социального обслуживания и защиты инвалидов в Российской Федерации [12, 11, 13], окончательно закрепляют переход к медико-социальной модели трактовки инвалидности и, соответственно, детской инвалидности, а также увеличивают возраст для признания у детей инвалидности до 18 лет [14].

С 2003 года нормативная нормативно-правовая база, касающаяся социального обеспечения и гарантий детей-инвалидов, дополняется и иными медицинскими и социальными аспектами, а также

начинает включать и психологическую помощь [15]. Так, учитывая многопрофильность необходимой поддержки для детей-инвалидов, в этом же году Министерство здравоохранения принимает концепцию [6], связанную с необходимостью как медико-социальной, так и психологической реабилитации детей-инвалидов.

Вместе с тем, по мнению автора, в современном правовом статусе ребенок-инвалид остаются отдельные элементы, связанные с экономической моделью понимания инвалидности.

Проблема недифференцированности статуса «ребенок-инвалид»

Современное российское законодательство в сфере социального обеспечения совершеннолетних инвалидов подразумевает дифференциацию инвалидности по категориям. При этом от установленных категорий зависит не только уровень размера пенсий, выплачиваемых в рамках государственного пенсионного обеспечения и обязательного пенсионного страхования, но и многие другие аспекты социального обеспечения (даже, например, право на выплаты людям, ухаживающим за инвалидами [10]).

Необходимость соответствия уровня инвалидности и социального обеспечения прописана и в руководстве по применению международной классификации функциональности, инвалидности и здоровья [16, 17].

Между тем, в законодательстве современной России существует лишь единственный статус «ребёнок-инвалид» вне зависимости от уровня ограничения возможностей, связанных с заболеваниями, который не позволяет проводить разграничение в социальном обеспечении [9].

При этом практика разграничения категорий инвалидности для детей существует на региональном уровне, где устанавливаются различные индивидуальные реабилитационные и денежные выплаты детям-инвалидам [см., напр., 2].

Также, стоит отметить, что в отечественной нормативно-правовой базе уже существует дифференциация по социальному обеспечению с учётом уровня инвалидности детей при предоставлении «натуральной помощи» [7] (предоставление средств реабилитации и индивидуальной реабилитационной программы, связанных с конкретным состоянием ребёнка).

Вместе с тем, материальный аспект социального обеспечения ребёнка-инвалида в виде выплат остается унифицированным, в связи с чем, это не всегда удовлетворяет реальным потребностям, в которых нуждается тот или иной конкретный ребёнок с ограниченными возможностями [18].

Таким образом, соглашаясь с тезисом исследователей вопроса современного статуса детей-инвалидов [8] о необходимости законодательной дифференциации степеней выраженности ограничений основных категорий жизнедеятельности детей с инвалидностью, можно отметить, что существующий в праве «пробел» представляет собой рудимент устаревшей экономической модели. Это противоречит более современной медико-социальной концепции, которая в настоящее время лучше отражает статус «ребенка-инвалида».

Список источников

1. Жаворонков Р.Н. Правовое регулирование труда и социального обеспечения инвалидов в Российской Федерации: диссертация ... доктора юридических наук. Москва, 2014. - 495 с.
2. Закон Нижегородской области от 24.11.2004 № 130-3 «О мерах социальной поддержки граждан, имеющих детей»// Нижегородские новости, №222 от 04.12.2004.
3. Закон РФ от 20 ноября 1990 г. № 340-1 «О государственных пенсиях в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) (утратил силу) // Ведомости съезда народных депутатов РСФСР и ВС РСФСР, от 6 декабря 1990 г. № 27 ст. 351.
4. Постановление ЦК КПСС, Совмина СССР, ВЦСПС от 27.03.1986 № 400 «О мерах по дальнейшему улучшению условий жизни инвалидов с детства»//Собрание постановлений Правительства СССР, №18, ст.93, 1986.
5. Постановление ЦК КПСС, Совмина СССР от 23.05.1979 № 469 «Об улучшении материального обеспечения инвалидов с детства»// Свод законов СССР, т. 2, с. 744, 1990 г.
6. Приказ Минздрава РФ от 25 ноября 2003 г. № 567 «О совершенствовании медико-социальной

и психологической реабилитации детей-инвалидов и инвалидов с детства»// Журнал «Главврач», №2, 2004.

7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 13 июня 2017 г. № 486н «Об утверждении Порядка разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации или абилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, и их форм»//Официальный интернет-портал правовой информации (www.pravo.gov.ru) 1 августа 2017 г. (дата обращения 28.03.2025).

8. Семянникова Д.А. Правовое регулирование социального обеспечения детей-инвалидов в Российской Федерации: дис. ...канд. юрид. наук. Москва, 2019.- 214 с.

9. Тарасенко Е.А. Государственная социальная политика в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (сравнительный анализ на примере Российской Федерации, США и Великобритании). дис. ...канд. социолог. наук. М., 1997. - С. 23,24.

10. Указ Президента Российской Федерации от 26 декабря 2006 года № 1455 «О компенсационных выплатах лицам, осуществляющим уход за нетрудоспособными гражданами» // Собрание законодательства Российской Федерации 2007, № 1 (Ч. 1), ст. 201.

11. Федеральный закон от 2 августа 1995 года № 122-ФЗ «О социальном обслуживании граждан пожилого возраста и инвалидов» // Собрание законодательства Российской Федерации 1995, № 32, ст. 3198.

12. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»// Собрание законодательства Российской Федерации от 27 ноября 1995, № 48, ст. 4563.

13. Федеральный закон от 10 декабря 1995 года № 195-ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации 1995, № 50, ст. 4872.

14. Федеральный закон от 17.07.1999 № 172-ФЗ «О внесении изменений и дополнения в Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» и Закон Российской Федерации «О государственных пенсиях в Российской Федерации"» // Собрание законодательства Российской Федерации от 19 июля 1999, № 29, ст. 3693.

15. Федеральный закон от 23.10.2003 № 132-ФЗ (ред. от 22.08.2004) «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Российской Федерации по вопросам реабилитации инвалидов»// Парламентская газета, № 202, 30.10.2003.

16. International Classification of Functioning, Disability and Health Online version// URL: <https://www.who.int/classifications/icf/en/> (дата обращения 28.03.2025)

17. World Health Organization. How to use the ICF: A practical manual for using the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Exposure draft for comment. October 2013. Geneva: WHO. //URL: <https://www.who.int/classifications/drafticfpracticalmanual.pdf> (дата обращения 28.03.2025)

18. Черкашина Н.В., Савощикова Е.В., Каирова А.И., Мартыанова Г.В., Хакимов Р.М., Шахназарян К.Э., Тенетко А.А.//Возникновение и развитие законодательного регулирования института общественных объединений инвалидов в гражданском праве России //Международный научно-исследовательский журнал. 2024. № 1 (139).

УДК 4414

ГОСУДАРСТВО КАК СУБЪЕКТ ПРАВА СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

КАРПОВА ЕЛЕНА АЛЕКСЕЕВНА

студентка

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий»

Научный руководитель: Савощикова Евгения Васильевна

к.ю.н., доцент

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий»

Андрианова Валерия Валерьевна

к.ю.н., доцент

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий»

Аннотация: принципы гармонизации, гуманизации российского законодательства явились закономерным следствием повышения роли социально ответственного государства в жизни гражданского общества. Право социального обеспечения регулирует одну из важнейших сфер общественной жизни, в которой государству отводится роль и регулятора, и контролирующего органа управления. Комплексный подход к совершенствованию норм социального права должен поднять уровень социальной защиты и социального обеспечения граждан на новую высоту.

Ключевые слова: Государственное управление, социальное обеспечение, социальная защита, пенсионное обеспечение, социальное страхование, социальная поддержка, социальное обслуживание, социальные выплаты, социальные услуги, инклюзивность.

STATE AS A SUBJECT OF LAW SOCIAL SECURITY

Karpova Elena Alekseevna

Scientific adviser: Savoshikova Evgeniya Vasilyevna,

Andrianova Valeria Valerievna

Annotation: The principles of harmonization and humanization of Russian legislation were a natural consequence of the increasing role of a socially responsible state in the life of civil society. Social security law regulates one of the most important areas of public life, in which the state has the role of both a regulator and a controlling governing body. An integrated approach to improving the norms of social law should raise the level of social protection and social security of citizens to a new height.

Keywords: Public Administration, Social Security, Social Security, Pensions, Social Insurance, Social Support, Social Services, Social Benefits, Social Services, Inclusivity.

Социальное обеспечение является важнейшим видом деятельности государства, направленным на обеспечение каждому гражданину возможности к полноценной жизни и свободному развитию личности независимо от его социального статуса и имущественного положения [1, 7]. Именно государство в лице уполномоченных органов федеральной власти определяет государственную социальную политику, обеспечивает реализацию прав граждан на социальное обеспечение, установленных Конституцией РФ, реализует социальное страхование, адресную поддержку граждан, социальную защиту инвалидов

и их безбарьерную интеграцию в общество, систему пенсионного обеспечения граждан, осуществляет контроль и надзор в данных сферах деятельности [2]. По мнению Беженцева А. А., государство является особым участником отношений по социальному обеспечению, т.к. оно само устанавливает нормы и правила должного поведения, устанавливает правовой статус других субъектов правоотношений [4]. Комков С. А. подчеркивает, что предметом сферы социального обеспечения в России являются только безвозмездные отношения, некоторые виды социальной помощи, оказываемые на частной основе, регулируются гражданским законодательством, а не правом социального обеспечения. В то время как развитых западных странах эта сфера давно является публично-частной [7].

Субъекты РФ также реализуют важнейшие функции социального обеспечения, связанные с предоставлением социальной помощи в виде социального контракта, с опорой на средства федерального и регионального бюджета, реализуют ряд социальных услуг, переданных для исполнения с федерального уровня (закупка лекарственных препаратов, медицинских изделий, лечебного питания, организация их предоставления населению) [2].

По признанию Алиева Ш. И., ключевым механизмом реализации полномочий и функций государства является предоставление пособий и субсидий нуждающимся гражданам. Также государство реализует свои функции посредством правового и финансового регулирования деятельности некоммерческих организаций в сфере социального обеспечения [3].

По оценке Ильина И. М., недопустимо занижение достигнутого уровня социального обеспечения граждан, т.к. область социальных прав связана с безопасностью и политической стабильностью государства [6]. По его мнению, необходимо поощрять предпринимательскую деятельность в сфере оказания услуг социального обеспечения, например, с помощью мер налогового администрирования [6].

Федеральные органы власти проводят постоянный мониторинг выполнения социальных программ с целью актуализации форм и направлений поддержки граждан и обеспечения их соответствия современным вызовам: предоставление специализированного медицинского ухода, льготное жилищное обеспечение, реабилитация, социальная адаптация, волонтерство, профессиональное обучение, предоставление стипендий, грантов, развитие общественной и социальной инфраструктуры в свете социальной инклюзии, повышение компьютерной грамотности, обеспечение доступа к интернету [3]. Зачастую поддержка социальных инициатив граждан может быть более эффективна, чем государственные социальные программы.

По данным Гришкова А. А., Галицкой Н. В., более 11,7 млн. граждан в России являются инвалидами, следовательно, защита прав инвалидов является одной из целей развития системы социального обеспечения. Решающую роль в социализации инвалидов в настоящее время играют современные информационные технологии. Государство обеспечивает инвалидов техническими средствами реабилитации (с правом выбора вида средства) за счет федерального бюджета и реабилитационными мероприятиями и услугами. Большое значение имеют электронные сертификаты, дающие право на приобретение таких средств и услуг. Несмотря на то, что инвалидам предусмотрены три вида пенсий (страховая, государственная и социальная), уровень доходов граждан-инвалидов низкий. Поэтому вопросы трудоустройства инвалидов являются важным направлением деятельности государства. Одним из механизмов вспомоществования является квотирование рабочих мест. Следует признать, что в России трудоустроены только 26% инвалидов, в то время как в западных странах этот показатель достигает 48% инвалидов [5].

Большим недостатком в деле социального обеспечения инвалидов признается потеря региональных надбавок либо индексации государственной пенсии при трудоустройстве [5]. Также негативно в научных дискуссиях обсуждается вопрос об отсутствии программ по физической культуре для инвалидов в образовательных учреждениях, что заставляет инвалидов обращаться за соответствующими услугами платно [5].

В последние годы много сделано для правовой защиты инвалидов. Кодекс об административных правонарушениях РФ (статья 5.62) и Уголовный кодекс РФ (статья 136) предусматривают ответственность дискриминацию граждан по признаку инвалидности. Объединение Пенсионного фонда РФ и Фонда социального страхования РФ позволило сократить затраты на содержание данных органов

управления, упростило предоставление некоторых услуг для граждан. Упрощена и усовершенствована процедура прохождения медико-социальной экспертизы, что позволит сократить коррупционные риски в этой социально значимой сфере деятельности [5].

По мнению Кузнецова А. А., для реализации комплексного подхода правовому урегулированию подлежат вопросы:

- систематизация (возможно кодифицирование) положений по правам и обязанностям в сфере социального обеспечения и социальной защиты;
- улучшение координации действий государственных органов в использовании баз данных о социальном статусе граждан и их социальных правах;
- повышение уровня бюджетного финансирования сферы социального обеспечения;
- улучшение информирования населения о возможной социальной помощи;
- совершенствование методики оценки эффективности социальной политики [8].

Рассмотренные проблемы, механизмы и рекомендации по улучшению государственной социальной поддержки граждан весьма актуальны. Российское государство с принятием новой конституции еще больше закрепило статус социального государства. Реализация усовершенствований норм права социального обеспечения позволит повысить уровень жизни граждан, социальную стабильность в стране.

Список источников

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.)
2. Федеральный закон от 17.07.1999 г. № 178-ФЗ («О государственной социальной помощи». – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_23735/ (дата обращения 20.03.2025 г.).
3. Алиев, Ш. И. Механизм реализации и защиты прав граждан на достойный уровень жизни в сфере социального обеспечения / Ш. И. Алиев, М. С. Абдурахманова, П. А. Алисултанова // Современный ученый. – 2024. – № 7. – С. 395-401. – DOI 10.58224/2541-8459-2024-7-395-401. – EDN CDFNQV.
4. Беженцев, А. А. Правовой статус государства: теоретико-правовой аспект / А. А. Беженцев // Вестник Удмуртского университета. Серия Экономика и право. – 2024. – Т. 34, № 6. – С. 1084-1092. – DOI 10.35634/2412-9593-2024-34-6-1084-1092.
5. Гришкова, А. А. Актуальные проблемы государственной поддержки и защиты прав инвалидов в современной России (административно-правовые аспекты) / А. А. Гришкова, Н. В. Галицкая // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. – 2023. – № 2. – С. 105-116. – DOI 10.52452/19931778_2023_2_105.
6. Ильин, И. М. Конституционно-судебная оценка финансово-бюджетных возможностей государства в обеспечении социальных прав граждан как объективный предел их Конституционно-правовой защиты / И. М. Ильин // Бизнес. Образование. Право. – 2023. – № 3(64). – С. 282-288. – DOI 10.25683/VOLBI.2023.64.733.
7. Комков, С. А. К вопросу о предмете права социального обеспечения / С. А. Комков // Сибирский юридический вестник. – 2024. – № 1(104). – С. 59-64. – DOI 10.26516/2071-8136.2024.1.59.
8. Кузнецов, А. А. Право на социальное обеспечение в Российской Федерации: проблемы законодательного регулирования и практической реализации / А. А. Кузнецов, А. Е. Чернобаева // Материалы Ивановских чтений. – 2024. – № 4(47). – С. 53-56.

УДК 340

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕТОДИКИ РАССЛЕДОВАНИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЙ

ГОРСКАЯ ДАРЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА,
СОРОКИНА АНАСТАСИЯ ОЛЕГОВНА

студенты
ГБПОУ «Нижегородский Губернский колледж»

*Научный руководитель: Авдеева Анна Константиновна,
преподаватель
ГБПОУ «Нижегородский Губернский колледж»*

Аннотация: в статье рассматриваются перспективы развития методики расследования преступлений в условиях современного мира, характеризующегося стремительным развитием технологий и усложнением криминальных схем. Анализируются основные тенденции развития криминалистики, включая интеграцию цифровых технологий, внедрение современных методов криминалистической тактики и стратегии, а также совершенствование нормативно-правового регулирования. Особое внимание уделяется вопросам повышения квалификации и профессиональной подготовки следователей и дознавателей. Обосновывается необходимость комплексного подхода к совершенствованию методики расследования преступлений, включающего в себя интеграцию цифровых технологий, совершенствование криминалистической тактики и стратегии, развитие нормативно-правового регулирования и повышение квалификации сотрудников правоохранительных органов.

Ключевые слова: цифровые технологии, уголовный процесс, следственные действия, нормативно-правовое регулирование, квалификация следователей, цифровые доказательства.

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF CRIME INVESTIGATION METHODOLOGY

Gorskaya Darya Alexandrovna,
Sorokina Anastasia Olegovna,

Scientific supervisor: Avdeeva Anna Konstantinovna

Abstract: the article considers the prospects for the development of crime investigation methods in the modern world, characterized by the rapid development of technologies and the complexity of criminal schemes. The main trends in the development of forensic science are analyzed, including the integration of digital technologies, the introduction of modern methods of forensic tactics and strategy, as well as the improvement of legal regulation. Particular attention is paid to the issues of advanced training and professional development of investigators and inquiry officers. The need for an integrated approach to improving crime investigation methods is substantiated, including the integration of digital technologies, the improvement of forensic tactics and strategy, the development of legal regulation and advanced training of law enforcement officers.

Keywords: digital technologies, criminal procedure, investigative actions, legal regulation, investigator qualifications, digital evidence.

В современном мире, характеризующемся стремительным развитием технологий и усложнением криминальных схем, совершенствование методики расследования преступлений приобретает особую

актуальность. Эффективное противодействие преступности требует постоянного обновления и адаптации существующих методов, а также разработки новых подходов, основанных на достижениях науки и техники.

Методика расследования преступлений, являясь частью криминалистики, опирается на совокупность научных положений, тактических приемов и технических средств, применяемых для раскрытия, расследования и предупреждения преступлений. Как отмечает профессор Р.С. Белкин, «криминалистика - это наука о закономерностях механизма преступления, возникновения информации о преступлении и его участниках, собирания, исследования, оценки и использования доказательств в целях установления истины и защиты прав и законных интересов лиц, участвующих в уголовном судопроизводстве» [3, с. 12].

В современных условиях развития криминалистики можно выделить несколько основных тенденций. Представим их подробнее.

Одним из ключевых направлений развития методики расследования является интеграция цифровых технологий и аналитических инструментов. Как отмечает профессор В.А. Макаров, «эпоха цифровизации диктует необходимость активного использования возможностей анализа больших данных, машинного обучения и искусственного интеллекта для выявления закономерностей, установления связей между преступлениями и прогнозирования криминальной активности» [6, с. 324]. Применение технологий Big Data позволяет оперативно анализировать огромные массивы информации, выявлять потенциальных подозреваемых и устанавливать их связи, что существенно повышает эффективность расследования [7, с. 30].

Не менее важным представляется внедрение современных методов криминалистической тактики и стратегии. Профессор В.Я. Колдин подчеркивает необходимость разработки и применения алгоритмов принятия решений в сложных ситуациях, возникающих в ходе расследования [4, с. 78]. Это включает в себя разработку тактических комбинаций, основанных на анализе психологии преступника, особенностях криминальной среды и имеющейся доказательственной базе. Важным аспектом является также совершенствование методов допроса и проведения следственных действий, с учетом соблюдения прав и свобод граждан, гарантированных Конституцией Российской Федерации (ст. 21, 22) [1].

Перспективы развития методики расследования преступлений неразрывно связаны с совершенствованием нормативно-правового регулирования. В соответствии со ст. 21 Уголовно-процессуального кодекса Российской Федерации «уголовное преследование от имени государства по уголовным делам публичного и частно-публичного обвинения осуществляют прокурор, а также следователь и дознаватель» [2]. По нашему мнению, необходима дальнейшая разработка законодательных норм, регламентирующих использование современных технологий в ходе расследования, обеспечивающих защиту персональных данных и предотвращающих злоупотребления со стороны правоохранительных органов. Особое внимание следует уделить регулированию использования цифровых доказательств, поскольку их допустимость и достоверность имеют решающее значение для установления истины по делу.

Статья 157 УПК РФ устанавливает порядок проведения следственных действий, а статья 164 УПК РФ определяет общие правила производства следственных действий [2]. Статья 86 УПК РФ определяет порядок собирания доказательств [2]. Вместе с тем, необходимо совершенствовать нормативно-правовое регулирование методики расследования отдельных видов преступлений, а также внедрять новые методы и технологии [5, с. 179].

По нашему мнению, необходимо:

- разработать и принять федеральный закон о цифровой криминалистике, который бы устанавливал правила сбора, хранения и использования цифровых доказательств;
- внести изменения в УПК РФ, которые бы регламентировали использование искусственного интеллекта в расследовании преступлений;
- разработать и принять стандарты проведения отдельных видов следственных действий, в том числе осмотра места происшествия, допроса и обыска.

Еще одним важным направлением является повышение квалификации и профессиональной подготовки следователей и дознавателей. Профессор Т.В. Аверьянова отмечает, что «эффективность

расследования во многом зависит от уровня профессионализма сотрудников правоохранительных органов, их знаний в области криминалистики, уголовного права и психологии» [3, с. 551]. Необходимо внедрение современных методик обучения, основанных на моделировании реальных ситуаций и использовании интерактивных технологий. Важным является также повышение уровня межведомственного взаимодействия и обмена опытом между различными подразделениями правоохранительных органов.

Таким образом, перспективы развития методики расследования преступлений связаны с комплексным подходом, включающим в себя интеграцию цифровых технологий, совершенствование криминалистической тактики и стратегии, развитие нормативно-правового регулирования и повышение квалификации сотрудников правоохранительных органов. Только в этом случае можно обеспечить эффективное противодействие преступности и защиту прав и свобод граждан.

Список источников

1. Конституция Российской Федерации принята всенародным голосованием 1993 г. (ред. от 04.10.2022) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://www.consultant.ru> (02.04.2025)
2. Уголовно-процессуальный кодекс Российской Федерации от 18.12.2001 № 174-ФЗ (ред. от 20.03.2025) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://www.consultant.ru> (02.04.2025)
3. Белкин Р. С., Аверьянова, Т. В. Криминалистика: учебник. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ИНФРА-М. – 2023. – 928 с.
4. Колдин В. Я. Криминалистика в 5 т. Том 2: учебник. – М.: Издательство Юрайт. – 2025. – 167 с.
5. Косарев М. В. Актуальные проблемы методик расследования преступлений // Молодой ученый. – 2023. – № 7 (454). – С. 179-190.
6. Макаров В. А. Вопросы внедрения искусственного интеллекта в разделы криминалистики // Молодой ученый. – 2023. – № 49 (496). – С. 324-326.
7. Мухутдинова Л. М. Использование технологии Big Data в криминалистике // Актуальные проблемы правоведения. – 2023. – № 1(77). – С. 30-35.

УДК 340

ЭВОЛЮЦИЯ СМИ В ЮРИСПРУДЕНЦИИ: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЮРИСТОВ СО СМИ

ВОРОБЬЕВА ОЛЕСЯ ДМИТРИЕВНА,
КУДРЯШОВА ЕЛИЗАВЕТА ВЛАДИМИРОВНА,
ЛАРИНА АРИНА АНДРЕЕВНА,
КРОВОТА ВИКТОРИЯ АЛЕКСЕЕВНА

студенты
ГБПОУ «Нижегородский Губернский колледж»

Научный руководитель: Авдеева Анна Константиновна
преподаватель спец. дисциплин
ГБПОУ «Нижегородский Губернский колледж»

Аннотация: Юридическая профессия традиционно ассоциируется с высокими моральными и этическими стандартами. В эпоху цифровой трансформации и глобализации юристы всё чаще становятся публичными фигурами, участвуя в телевизионных передачах, давая интервью, публикуя комментарии в социальных сетях и выступая на различных форумах. Этот статус открывает новые возможности для юристов, однако сопряжён с определёнными рисками и вызовами. Цель статьи — проанализировать особенности взаимодействия юристов со СМИ, выявить потенциальные выгоды и угрозы, а также предложить рекомендации по эффективному управлению репутацией в публичной сфере.

Ключевые слова: юрист, СМИ, взаимодействие со СМИ, история развития, публичная личность.

THE EVOLUTION OF THE MEDIA IN JURISPRUDENCE: THE INTERACTION OF LAWYERS WITH THE MEDIA

Vorobyova Olesya Dmitrievna,
Kudryashova Elizaveta Vladimirovna,

Scientific supervisor: Avdeeva Anna Konstantinovna

Abstract: The legal profession is traditionally associated with high moral and ethical standards. In the era of digital transformation and globalization, lawyers are increasingly becoming public figures, participating in television broadcasts, giving interviews, posting comments on social networks and speaking at various forums. This status opens up new opportunities for lawyers, but it comes with certain risks and challenges. The purpose of the article is to analyze the specifics of lawyers' interaction with the media, identify potential benefits and threats, and offer recommendations on effective reputation management in the public sphere.

Keywords: lawyer, mass media, interaction with the media, history of development, public personality.

С начала XVIII века, с появлением печатного слова, журналистика начала оказывать влияние на правовую систему. Печатные издания, такие как газеты и журналы, стали важным источником правовой информации. Например, в России в XVIII веке начали выходить первые юридические газеты, которые освещали судебные процессы и правовые новости [12]. В XIX веке начали появляться специализированные правовые журналы, которые публиковали статьи, посвященные юридическим вопросам. Это

способствовало профессионализации юриспруденции и улучшению доступа к правовой информации. С появлением радио в начале XX века и телевидения в середине века СМИ получили новые возможности для распространения информации о праве и судебных процессах. Радиопередачи и телепередачи начали освещать важные судебные дела, что сделало информацию более доступной для широкой аудитории. В 1960-х годах начались первые трансляции судебных процессов по телевидению в США, что стало важным шагом к открытости судебной системы. В России аналогичные процессы начали развиваться в 1990-х годах, когда телевидение стало активно освещать уголовные дела.

С развитием интернета в конце XX века произошла революция в СМИ и юриспруденции. Онлайн-платформы начали предоставлять доступ к юридической информации, что изменило способ взаимодействия юристов и клиентов. В современном мире средства массовой информации являются если не главным, то одним из основных источников информации, которая помогает ориентироваться в окружающем пространстве, затрагивает как сферы досуга, так и профессиональной квалификации. Без средств массовой информации невозможно представить демократическое общество. Средства массовой информации, безусловно, являются важнейшим институтом гражданского общества [13].

Средства массовой информации (СМИ) — совокупность органов публичной передачи информации с помощью технических средств.

Сегодня юристы всё чаще становятся публичными личностями, привлекая внимание СМИ и формируя свой профессиональный имидж. Это связано с растущим интересом общества к вопросам права, судебной практики и правовой культуры. Взаимодействие со СМИ для юриста является важным элементом его профессиональной деятельности, позволяющим влиять на общественное мнение, повышать узнаваемость и укреплять репутацию. Однако такая активность требует особого подхода и учета множества факторов [8].

Одной из причин, по которой юристы становятся публичными фигурами, является их участие в громких делах, которые привлекают внимание общества. Успешные адвокаты, представляющие интересы известных клиентов или участвующие в резонансных судебных процессах, становятся объектами интереса СМИ [9].

Преимущества использования социальных сетей юристами. В первую очередь это расширение круга контактов. Социальные сети предоставляют возможность устанавливать связи с потенциальными клиентами, партнерами и коллегами по всему миру. Это особенно полезно для юристов, работающих в международных компаниях или специализирующихся на определенных областях права. Продвижение услуг, платформы ВКонтакте, Telegram позволяют юристам демонстрировать свои профессиональные достижения, делиться опытом и привлекать новых клиентов. Публикации статей, советов и новостей помогают укрепить репутацию специалиста [9].

Социальные сети обеспечивают быстрый обмен информацией и обратной связью с аудиторией. Юристы могут получить отзывы о своей работе, узнать больше о потребностях клиентов и адаптировать свои услуги соответствующим образом. Многие юристы используют социальные сети для проведения вебинаров, мастер-классов и консультаций онлайн. Это не только повышает их популярность среди пользователей, но и помогает распространять правовые знания среди широкой аудитории.

Благодаря активным обновлениям новостных лент, юристы могут следить за последними изменениями в законодательстве, судебной практике и общественной жизни. Это позволяет оставаться в курсе актуальных событий и оперативно реагировать на изменения [9, 10].

Эффективное сотрудничество с журналистами предполагает взаимное уважение и соблюдение договоренностей. Юрист должен быть открыт к диалогу и готов отвечать на запросы прессы своевременно и качественно [9]. Работа с прессой сопряжена с определенными рисками, такими как утечка конфиденциальной информации, ошибки в интерпретации высказываний или негативное освещение в СМИ. Юристу необходимо предвидеть возможные проблемы и минимизировать их последствия [11].

Юристам следует учитывать законодательные нормы, регулирующие работу журналистов и средства массовой информации. Это поможет избежать конфликтов и нарушений закона. Постоянная практика выступлений перед камерой и микрофоном помогает улучшить навыки оратора и делает общение с журналистами более комфортным и продуктивным. Успешное взаимодействие со СМИ спо-

способствует формированию уникального образа юриста, который будет ассоциироваться с профессионализмом, надежностью и доверием [10].

Одной из главных дилемм для юристов в медиапространстве является необходимость баланса между публичностью и сохранением конфиденциальности. Многие клиенты обращаются к юристам именно потому, что рассчитывают на защиту своих персональных данных и коммерческих секретов. Когда юрист участвует в телепередачах, пишет колонки или выступает в качестве эксперта, возникает вопрос: насколько допустимо раскрывать детали конкретных дел?

С одной стороны, публичные выступления могут быть полезны для популяризации юридической профессии и повышения общего уровня правовой грамотности населения. С другой стороны, разглашение конфиденциальной информации может повредить интересам клиента и поставить под угрозу профессиональную репутацию юриста. Для решения этой проблемы юристам рекомендуется тщательно выбирать темы для обсуждения, избегать раскрытия деталей конкретных дел и ориентироваться на общие правовые вопросы, не затрагивая конкретные случаи.

Управление репутацией становится еще одной важной задачей для юристов в условиях медийного давления. СМИ могут, как поддерживать положительный имидж юриста, так и разрушать его при наличии негативной информации. Стратегии управления имиджем включают активное участие в общественных мероприятиях, публикацию статей и комментариев в профильных изданиях, а также работу с отзывами клиентов.

Правовое регулирование взаимодействия юриста со СМИ. Когда юрист взаимодействует со средствами массовой информации, он должен руководствоваться несколькими ключевыми законами и нормами.

Федеральный закон от 27 декабря 1991 года № 2124-1 «О средствах массовой информации». Гласит о том, что юрист должен быть осведомлен о правах и обязанностях СМИ, а также о своих правах как источника информации. Он должен проверять информацию перед её распространением, чтобы избежать недостоверных заявлений, которые могут повредить репутации [1].

Гражданский кодекс РФ (часть первая, статья 152). Юрист должен избегать высказываний, которые могут нарушить честь, достоинство и деловую репутацию физических и юридических лиц. Перед общением с журналистами необходимо обдумать формулировки и убедиться, что они не могут быть истолкованы как клевета или порочащие заявления [2].

Федеральный закон от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных». Юрист должен соблюдать требования по обработке и распространению персональных данных. Если в ходе общения с СМИ упоминаются третьи лица, необходимо получить их согласие на использование их персональной информации [3].

Уголовный кодекс РФ. Статья 128.1 «Клевета» информирует о том, что юрист должен быть особенно внимателен к тому, что он говорит в СМИ, чтобы избежать обвинений в клевете. Все утверждения должны быть основаны на фактах и подтверждены документально, если это возможно [4].

Деонтологические кодексы. В сфере юриспруденции встречается большое количество кодексов этики (судей, нотариусов, адвокатов), но все они сходятся в том, что юристу необходимо придерживаться стандартов профессионального поведения, включая честность и уважение к коллегам и клиентам. При общении с СМИ важно сохранять профессионализм и избегать ненадлежащих комментариев [5].

Федеральный закон от 13 марта 2006 года № 38-ФЗ «О рекламе» закрепляет положение о том, что все рекламные заявления юриста в СМИ должны соответствовать требованиям закона о рекламе. Необходимо избегать ложных или вводящих в заблуждение сведений о своих услугах [6].

Таким образом, можно прийти к тому, что, причины, по которым юристы стремятся стать публичными личностями, разнообразны, в частности это возможность привлечь новых клиентов, тем самым расширив свою практику. Публичные выступления позволяют продемонстрировать экспертные знания и профессионализм, что повышает доверие к юристу. Помимо этого, участие в СМИ даёт шанс влиять на общественное мнение и формировать повестку дня, и многие юристы видят в этом способ самореализации и признания в профессиональном сообществе.

Однако публичность имеет и обратную сторону. Прежде всего, это повышенные требования к

этике и конфиденциальности. Любые ошибки или неосторожные высказывания могут нанести ущерб репутации юриста и его клиентам. Также существует риск потери анонимности и увеличения количества нежелательных контактов, что может негативно сказаться на личной безопасности.

Безусловно, взаимодействие юристов с СМИ представляет собой сложный и многогранный процесс, требующий глубокого понимания как правовых, так и коммуникационных аспектов. Грамотное управление публичным имиджем может значительно усилить позиции юриста в профессиональном сообществе и привлечь новых клиентов. Однако для этого необходимо соблюдать этические нормы, ответственно подходить к предоставлению информации и тщательно планировать каждое выступление.

Список источников

1. Закон РФ от 27.12.1991 N 2124-1 (ред. от 23.11.2024) «О средствах массовой информации» [Текст: электронный] - Доступ из справ.-прав. системы КонсультантПлюс.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации. Часть 1. (ст. 152) [Текст: электронный] - Доступ из справ.-прав. системы КонсультантПлюс.
3. Федеральный закон от 27.07.2006 N 152-ФЗ (последняя редакция) «О персональных данных» [Текст: электронный] - Доступ из справ.-прав. системы КонсультантПлюс.
4. Уголовный кодекс Российской Федерации (ст. 128.1) [Текст: электронный] - Доступ из справ.-прав. системы КонсультантПлюс.
5. Кодекс профессиональной этики адвоката (принят первым Всероссийским съездом адвокатов 31 января 2003 г.) - [Текст: электронный] - Доступ из справ.-прав. системы Гарант.
6. Федеральный закон от 13.03.2006 N 38-ФЗ (последняя редакция) «О рекламе» Доступ из справ.-прав. системы КонсультантПлюс.
7. Емельянов, С. М. Теория и практика связей с общественностью : учебник для вузов / С. М. Емельянов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025.
8. Селькова, А.А. Социальные сети в профессиональной деятельности юриста: применять или избегать? // Электронное приложение к Российскому юридическому журналу. 2023. №5.
9. Захаров, Т.В. Правила цифровой коммуникации юристов: вопросы конфиденциальности, информационной безопасности, этики и халатности // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 4, Государство и право: Реферативный журнал. 2022. №3.
10. Новосвитная, Б. В., Хохлова, М. И., Незнамова, И. А. Соблюдение адвокатской этики в интернете (социальных сетях) // Образование и право. 2021. №11.
11. Казун, А.П. Между хайпом и справедливостью: могут ли сми влиять на результаты судебного процесса? // Социодиггер. 2021. №1-2 (7).
12. Грибанкова Н. А. «Становление системы правового регулирования деятельности СМИ в истории России» // «Новый юридический вестник». — 2023. — №1 (40). — С. 10–12.
13. Кузнецов И. В. «История отечественной журналистики» — Москва, 2006.

УДК 340+342

НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ КАК ОБЪЕКТ КОНСТИТУЦИОННО-ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ

СТЕПАНОВ МИХАИЛ ДМИТРИЕВИЧ

сержант
ВУНЦ ВВС «ВВА»

*Научный руководитель: Анисимова Ольга Евгеньевна,
к.и.н., доцент
ВУНЦ ВВС «ВВА»*

Аннотация: научная работа посвящена исследованию национальной безопасности как объекту конституционно-правового регулирования. В преамбуле Конституции РФ для национальной безопасности важными положениями являются, во-первых, население России, которое «сознает себя частью мирового сообщества». Данное положение подчеркивает, что безопасность нации в современных отношениях обеспечивается не в ущерб и не за счет других наций, народов. Во-вторых, из этого принципа вытекает требование, следуя которому Россия и ее безопасность является элементом всеобщей или международной системы безопасности.

Ключевые слова: национальная безопасность, Конституция, Российская Федерация, права, свободы

NATIONAL SECURITY AS AN OBJECT OF CONSTITUTIONAL AND LEGAL REGULATION

Stepanov Mikhail Dmitrievich

Scientific supervisor: Anisimova Olga Evgenievna

Конституция Российской Федерации устанавливает правовую основу общественных отношений, имеющих ключевое значение для обеспечения безопасности традиционной триады – личности, общества и государства.

Действительно, Конституция РФ определяет, что человек, его права и свободы являются высшей ценностью, а их признание, соблюдение и защита – обязанность государства (ст. 2). Из этого следует, что центральным объектом национальной безопасности выступает личность с ее неотъемлемыми правами и свободами. Признание приоритета прав человека подчеркивает основополагающее значение безопасности личности как категории первостепенной важности. Наряду со статьёй 2 целый ряд других конституционных норм посвящён защите прав и свобод граждан (например, ст. 22, 23, ч.1 ст. 28, ч. 2 ст. 45, ч. 3 ст. 56 и др.) [1]. Эти положения закрепляют приоритет прав личности в системе национальной безопасности и определяют принципы взаимоотношений государства и гражданина в данной сфере.

Значимую роль в конституционно-правовом обеспечении безопасности играет и ст. 17 Конституции РФ, согласно которой осуществление прав и свобод человека и гражданина не должно нарушать права и свободы других лиц. Данная норма вводит важный баланс: безопасность одного человека не может достигаться за счёт ущемления прав другого, тем самым устанавливая равенство всех граждан перед угрозами и принципами безопасности. Кроме того, в ч. 1 ст. 55 Конституции подчеркнуто, что пе-

речисление основных прав и свобод в Конституции не должно трактоваться как отрицание иных общепризнанных прав и свобод. Таким образом, человек как гражданин и человек как индивид обладают равными по объёму правами, а различаются прежде всего набором обязанностей перед государством. Указанные конституционные нормы в своей совокупности определяют базовые принципы правового обеспечения национальной безопасности, закрепляя верховенство прав личности и баланс интересов граждан между собой и с государством.

Стоит отдельно отметить механизм ограничения прав и свобод под предлогом безопасности. Конституция допускает возможность временного ограничения прав, но только в строго определённых случаях и в определённом порядке. Так, ч.3 ст.55 Конституции РФ устанавливает, что права и свободы человека и гражданина могут быть ограничены федеральным законом лишь настолько, насколько это необходимо в целях защиты основ конституционного строя, нравственности, здоровья, прав и законных интересов других лиц, обеспечения обороны страны и безопасности государства. Иными словами, возможность ограничения прав и свобод допускается исключительно при наличии исключительных обстоятельств, строго перечисленных в законодательстве. Ключевым условием является принятие специального федерального закона, который служит правовой гарантией от произвольных решений со стороны власти. В качестве примера можно привести введение режима чрезвычайного положения, в рамках которого государство получает право временно ограничивать определённые права граждан в целях охраны общественной безопасности и защиты основ конституционного строя. Следовательно, даже в условиях угроз приоритет конституционных прав личности сохраняет свою юридическую силу и значение. Таким образом, конституционный приоритет прав человека проявляется и в том, что их защита и реализация государством становятся индикатором уровня национальной безопасности: нарушение конституционных норм в сфере прав и свобод неизбежно создаёт угрозу безопасности государства в целом.

Конституционные положения, провозглашающие верховенство прав личности, формируют новый взгляд на классическую триаду «личность–общество–государство». Если ранее государство рассматривалось как едва ли не главный объект безопасности, то в современных условиях оно прежде всего выступает гарантом успешной реализации и охраны прав личности посредством деятельности органов публичной власти [2]. Иными словами, интересы отдельного человека и общества в целом выдвигаются на первый план, а деятельность государства направлена на их защиту. Такая смена акцентов отражает социально-правовую природу национальной безопасности, при которой безопасность государства мыслится не как самоцель, а как условие, необходимое для обеспечения благополучия граждан и общества.

Конституция Российской Федерации обладает наивысшей юридической силой и служит основой всей системы правового обеспечения национальной безопасности. Её ключевая роль в этой сфере прослеживается уже в преамбуле и первых главах, где зафиксированы базовые принципы российской государственности, формирующие фундамент национальной безопасности. В преамбуле подчёркивается, что Конституция принята многонациональным народом Российской Федерации, объединённым общей исторической судьбой на родной земле. Это подчёркивает неразрывную связь между народом и территорией: именно наличие определённой территории и её населения формирует основу национальной безопасности, поскольку люди, живущие на данной земле, объединяются в нацию и создают государственные институты.

Следующие положения преамбулы продолжают развитие указанной идеи. В частности, в ней провозглашается возрождение суверенной государственности России, а также стремление к обеспечению её благополучия и процветания. Эти установки можно интерпретировать как приоритетные цели национальной безопасности, получившие статус конституционно значимых ценностей. Особое значение имеет и то, что в преамбуле подчёркивается осознание российским народом своей принадлежности к мировому сообществу. Это акцентирует внимание на международном измерении современной безопасности: безопасность Российской Федерации должна формироваться не в ущерб другим странам и народам, а напротив — как элемент общей, глобальной системы безопасности. Следовательно, Конституция РФ с самого начала задаёт стратегическую установку: национальная безопасность страны мыслится во взаи-

мосвязи с мировым сообществом и на принципах сотрудничества, а не конфронтации [4].

Помимо преамбулы, прочие главы Конституции содержат основополагающие постулаты, на которых базируется национальная безопасность. К ним относятся конституционные нормы, определяющие фундаментальный статус личности, общества и государства (ст.1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15 и др.). Эти статьи закрепляют основы конституционного строя, права и свободы человека и гражданина, федеративное устройство, разграничение властей и другие ключевые принципы. В комплексе они создают прочный каркас, в пределах которого развивается система обеспечения национальной безопасности. Защита закреплённых в Конституции норм, а также реализация предусмотренных гарантий их соблюдения и исполнения, становятся одной из важнейших задач национальной безопасности государства[3]. Иначе говоря, охрана самого Конституционного строя – необходимое условие для обеспечения безопасности страны.

Анализ Конституции с точки зрения обеспечения национальной безопасности позволяет утверждать, что вопросы безопасности имеют прочную конституционно-правовую основу. Национальная безопасность представляется как правовая категория, закреплённая в Конституции, суть которой заключается в устойчивом и поступательном развитии общества, при котором создаются гарантии для защиты государства от внешних и внутренних вызовов, обеспечиваются права и свободы граждан, а также поддерживается стабильность институтов гражданского общества и их продуктивное взаимодействие с органами государственной власти. Конституция как основной закон государства формирует каркас правовых отношений в области национальной безопасности, определяя, как их участников (субъектов), так и объекты, обладающие закреплённым статусом. В её положениях прямо или опосредованно зафиксированы ключевые направления безопасности — политическая, военная, общественная, экологическая и другие. Их взаимосвязанность позволяет рассматривать национальную безопасность как сложный, многокомпонентный правовой институт. Несмотря на то, что Конституция не содержит полного перечня норм, охватывающих всю систему обеспечения безопасности, её высшая юридическая сила, прямое действие и системообразующая функция делают её краеугольным камнем всей правовой системы в данной сфере. Все последующие нормативные акты — будь то федеральные законы, федеральные конституционные или подзаконные акты — опираются на заложенные в Конституции принципы. Таким образом, Конституция выступает в роли основополагающего элемента, вокруг которого формируется и развивается всё законодательство, регулирующее вопросы национальной безопасности.

Следует подчеркнуть, что национальная безопасность как социально-политическое явление не может существовать вне правовой регламентации, поскольку, как и другие ключевые сферы жизни общества и государства, она подчиняется нормам права. Система источников правового регулирования безопасности охватывает широкий круг нормативных актов различной юридической силы. Важнейшее место среди них занимает Федеральный закон от 28 декабря 2010 г. №390-ФЗ «О безопасности», в котором детально регламентированы принципы, условия и порядок обеспечения безопасности. Конкретные механизмы реализации норм этого закона раскрываются в подзаконных актах – указах, постановлениях, инструкциях и т.д. Однако краеугольным камнем всей системы по праву считается Конституция РФ. Именно Основной Закон содержит нормы, направленные на регулирование наиболее значимых общественных отношений в сфере безопасности, и определяет юридические пределы, рамки деятельности органов обеспечения безопасности.

Вместе с тем при исследовании национальной безопасности как объекта конституционно-правового регулирования возникает определённая сложность доктринального плана. Она связана с тем, что среди учёных-юристов до сих пор отсутствует единое понимание системы объектов конституционно-правовых отношений. Иными словами, нет общей теоретической позиции относительно того, какие именно явления и процессы входят в круг объектов, регулируемых конституционным правом в контексте безопасности. Для разрешения этого вопроса необходимо обратиться к общей теории права и понятиям объекта правового регулирования.

Прежде всего, необходимо определить, что понимается под объектом правового регулирования вообще, безотносительно к его конституционно-правовым аспектам. В теории государства и права

объектом правового регулирования традиционно считается то, на что направлено воздействие правовых норм. По мнению Н.И. Матузова, к числу объектов правового регулирования относятся «материальные блага, нематериальные личные блага, поведение, действия субъектов, разного рода услуги и их результаты, продукты духовного творчества, а также ценные бумаги и официальные документы»[5]. Иными словами, объектами права могут выступать как физические предметы и ресурсы, так и нематериальные ценности, права, действия и результаты деятельности.

Каждая отрасль права обладает собственной спецификой, выражающейся в характерном для неё круге объектов правового регулирования, который отражает особенности общественных отношений, входящих в сферу её воздействия. Так, применительно к конституционному праву различные исследователи предлагают несколько отличающиеся перечни таких объектов. Например, О.Е.Кутафин относил к объектам конституционно-правового регулирования «предметы или явления, с которыми нормы конституционного права связывают поведение участников правоотношений: государственную территорию; государственную власть; местное самоуправление; имущественные блага; поведение людей; действия органов государства, органов местного самоуправления и общественных объединений»[6]. Такой подход по сути сводит сферу конституционно-правового регулирования преимущественно к вопросам, связанным с организацией основ конституционного строя и функционированием системы публичной власти. В его рамках внимание сосредоточено на территориальном устройстве государства, структуре и полномочиях органов государственной власти, а также на закреплении фундаментальных прав и свобод граждан, относящихся к данной области. Однако ряд учёных предлагает более широкое толкование круга объектов конституционно-правового регулирования, особенно в современных условиях. В частности, А.И.Казанник включает в объекты конституционно-правовых отношений такие разнородные явления, как «публичная власть, государственная территория, материальные блага, личные неимущественные права, поведение субъектов конституционно-правовых отношений, результаты поведения этих субъектов»[7]. Аналогичным образом, В.Н.Карташов полагает, что система объектов конституционно-правовых отношений охватывает «не только политические, но и экономические, социальные, духовно-культурные и иные отношения, а также личные, экономические, социальные и культурные права, свободы и обязанности людей»[8]. Таким образом, в научной литературе утвердился подход, согласно которому объект конституционно-правового регулирования трактуется достаточно широко – он включает множество общественных отношений и ценностей, отражающих многообразие сфер жизни современного общества. Такая масштабность и охват присущи конституциям «нового поколения», появление которых стало следствием усиления роли государства в различных сферах — экономической, политической и социальной, — а также результатом активного внедрения и адаптации международных стандартов в области прав человека на уровне национальных правовых систем. Как отмечает И.А. Конюхова, расширение объекта конституционно-правовых отношений «обусловлено общими тенденциями возрастания роли государства в экономике, политике и социальной сфере, международными договорённостями о правах и свободах человека и гражданина»[9]. Это означает, что современные конституции стремятся охватить правовым регулированием более широкий круг отношений, имеющих важное значение для личности и общества, включая вопросы безопасности.

Расширение пределов конституционно-правового регулирования, о котором говорилось выше, подтверждается и опытом зарубежных государств. В ряде современных конституций прямо выделены положения или даже целые разделы, посвящённые вопросам безопасности, обороны и других смежных сфер. Например, в Конституции Финляндии от 11 июля 1999г. включены специальные главы, затрагивающие государственные финансы, оборону, международные отношения, соблюдение законности. В Конституции Швейцарии от 18 апреля 1999 г. имеется отдельный раздел, посвящённый «Безопасности, национальной обороне, гражданской обороне», а также главы об «Социальных целях» и об основных сферах обеспечения благополучия общества: «Окружающая среда», «Экономика», «Энергия и транспорт»[10]. Таким образом, наряду с фундаментальными нормами об основах государственного строя, конституции многих стран новейшего времени прямо регулируют отношения в тех областях, которые имеют первостепенное значение для человека и общества, включая безопасность во всех её проявлениях.

Причины включения вопросов безопасности в тексты современных конституций связаны с тем, что государство обязано реагировать на новые вызовы и угрозы, обеспечивая защиту своих граждан и устойчивость социальных систем. Конституционное закрепление этих вопросов служит двум целям. С одной стороны, оно демонстрирует признание безопасности в качестве конституционной ценности. С другой стороны, такие нормы задают рамки и принципы для формирования комплексного механизма противодействия угрозам на законодательном уровне. Например, конституционные положения о национальной обороне или об охране окружающей среды ориентируют законодателя на разработку соответствующих правовых актов, а правоприменителя – на соблюдение баланса между свободами граждан и необходимостью предотвращения опасностей.

Таким образом, зарубежный опыт свидетельствует о тенденции расширения содержания конституций за счёт включения в их текст норм, касающихся безопасности и смежных сфер. Для Российской Федерации этот опыт представляет интерес в контексте понимания того, насколько полно и всесторонне вопросы национальной безопасности отражены в действующей Конституции РФ и не требуется ли их дальнейшего развития на уровне Основного Закона.

Стоит обратить внимание на то, как непосредственно Конституция Российской Федерации оперирует понятием безопасности. Текст Основного Закона содержит термин «безопасность» более двадцати раз, что само по себе подчёркивает значимость этой категории для конституционного строя. Проведём краткий анализ некоторых ключевых конституционных положений, связанных с обеспечением национальной безопасности, начиная с преамбулы и первых статей.

Как уже отмечалось, преамбула Конституции РФ устанавливает неразрывную связь между народом, территорией и государственностью, что закладывает основы национальной безопасности. Люди, проживающие на определённой территории и объединённые общей исторической судьбой, учреждают государство, осознавая себя единой нацией. Этот базовый постулат обеспечивает идентичность и целостность страны, которые необходимо оберегать от угроз раскола или утраты суверенитета. Упоминание в преамбуле о процветании и благополучии России фактически указывает на цель государственной политики – создание таких условий, при которых страна развивается, а уровень жизни населения повышается. Это, в свою очередь, является важнейшей предпосылкой внутренней стабильности и, следовательно, составляющей национальной безопасности.

Особое значение имеет конституционная формула о принадлежности России к мировому сообществу. Она подтверждает, что национальная безопасность рассматривается в глобальном контексте. В современном мире ни одно государство не может обеспечивать свою безопасность в полной изоляции. Признание того, что Россия – часть мирового сообщества, означает готовность следовать принципам международной безопасности и сотрудничать с другими странами для противодействия общим вызовам. Таким образом, уже в преамбуле прослеживается двуединая природа национальной безопасности: с одной стороны, это внутренняя задача по сохранению единства и процветания нации, а с другой – компонент международной безопасности, предполагающий взаимодействие с внешним миром на основе миролюбивой политики.

Переходя к основным статьям Конституции, прежде всего следует вновь подчеркнуть положение ст.2 о высшей ценности прав и свобод человека. Государство, беря на себя обязанность признавать, соблюдать и защищать эти права, тем самым ставит интересы личности в центр системы безопасности. Главным объектом национальной безопасности выступает человек, каждый находящийся на территории Российской Федерации. Из этого вытекает, что обеспечение безопасности государства не должно противоречить интересам своих граждан; напротив, безопасность государства достигается именно через защиту прав и свобод личности и создание условий для достойной жизни граждан. Эта идея получает развитие в уже упомянутой ст.17 (ч.3) Конституции РФ: осуществление прав и свобод не должно нарушать права и свободы других лиц. Данное положение устанавливает принцип взаимной безопасности граждан – каждый человек равен другому в своих правах, и гармоничное сосуществование возможно лишь при условии, что никто не посягает на права окружающих. Таким образом, национальная безопасность на уровне общества понимается как состояние, при котором обеспечены права всех членов общества и отсутствует конфликт интересов, ведущий к ущемлению чьих-либо свобод.

Конституция также предусматривает специальные механизмы, позволяющие вводить временные ограничения отдельных прав в случае угрозы безопасности. Как уже отмечалось, ч.3 ст.55 Конституции допускает возможность ограничения прав и свобод граждан исключительно в той мере, в какой это необходимо для охраны основ конституционного строя, нравственности, здоровья населения, прав и свобод других лиц, а также для обеспечения обороны страны и государственной безопасности. Эта норма служит конституционным барьером против злоупотребления риторикой безопасности. Она ясно очерчивает рамки, выход за которые недопустим даже под благовидным предлогом защиты государства. Например, ограничение свободы слова или передвижения граждан может быть оправдано только при введении особого режима (военного или чрезвычайного положения) и только на основании закона и в объёме, соразмерном реальной угрозе. Требование о принятии федерального закона для введения любых ограничений – важная гарантия против произвольных решений исполнительной власти. В этом проявляется защитный потенциал Конституции: даже в условиях угроз национальной безопасности, когда возникает искушение поступиться правами индивидов ради общего дела, Основной Закон удерживает баланс и требует соблюдения законности и пропорциональности.

Можно сделать вывод, что система конституционных норм РФ выстроена таким образом, чтобы не допустить противопоставления безопасности и свободы. Напротив, права и свободы человека рассматриваются не как помеха, а как цель и мерило эффективности политики безопасности. Охрана и реализация прав и свобод человека со стороны государства выступают одновременно конституционной ценностью и своеобразным показателем уровня национальной безопасности. Если государство обеспечивает своим гражданам широкий спектр прав и свобод и надёжную защиту от посягательств, можно говорить о высоком уровне национальной безопасности. Напротив, систематическое нарушение или ограничение конституционных прав свидетельствует об ослаблении безопасности государства, ибо лишённое прав гражданское общество не сможет эффективно противостоять внутренним и внешним вызовам. Таким образом, конституционная законность и национальная безопасность оказываются тесно взаимосвязанными: угроза одной из этих сфер неизбежно влечёт угрозу для другой.

На основании проведённого анализа можно заключить, что национальная безопасность России неразрывно связана с её конституционным строем и нормами Основного Закона. Конституционно-правовой характер национальной безопасности проявляется в том, что Конституция РФ задаёт исходные ориентиры и рамки для всей системы обеспечения безопасности. Национальная безопасность выступает сложной многоуровневой категорией, объединяющей различные аспекты – от защиты территориальной целостности и государственного суверенитета до гарантирования прав, и свобод граждан, развития экономики и сохранения общественной стабильности. При этом Конституция РФ закрепляет базовые ценности (такие как права человека, суверенитет народа, территориальная целостность, разделение властей и др.) и тем самым обеспечивает институциональные и правовые основы противодействия как внутренним, так и внешним угрозам.

Основной Закон государства включает ключевые элементы правоотношений в сфере безопасности: он определяет объекты (личность, общество, государство, конституционный строй, общественный порядок и пр.) и субъекты (государственные органы, граждане, общественные объединения) обеспечения безопасности, а также принципы их взаимодействия. Конституционное закрепление различных видов безопасности (общественной, государственной, информационной, экологической и др.) подчёркивает, что национальная безопасность носит комплексный характер и охватывает все значимые сферы жизни. Хотя Конституция непосредственно не расписывает детально весь механизм обеспечения безопасности, её положения имеют прямое действие и высшую юридическую силу, что делает их отправной точкой для разработки и применения всего законодательства о безопасности.

Современные тенденции, отражённые и в зарубежных конституциях, указывают на расширение предмета конституционного регулирования, включая проблемы безопасности, отражение которых важно и для российской конституционно-правовой системы. Учитывая социально-политическую природу национальной безопасности, можно утверждать, что она не существует вне рамок права. Государство, руководствуясь Конституцией, обязано создавать такие правовые условия, при которых любые угрозы – будь то военные, социальные, природные или иные – встречают адекватный отпор, не нарушаю-

щий при этом конституционные права граждан. Национальная безопасность в конституционно-правовом смысле – это, по существу, состояние динамичного развития общества и государства, при котором гарантирована защита от угроз, обеспечены права и свободы личности и поддерживается эффективное функционирование институтов гражданского общества.

Подводя итог, можно констатировать: Конституция РФ является краеугольным камнем системы национальной безопасности. Её нормы не только непосредственно регулируют наиболее важные отношения в сфере безопасности, но и служат ориентиром для всех последующих нормативных актов. Соблюдение конституционных принципов и ценностей – неременное условие достижения устойчивой безопасности. В этом смысле укрепление конституционных основ общества автоматически означает укрепление национальной безопасности, а посягательство на них равнозначно угрозе безопасности государства.

Список источников

1. Конституция Российской Федерации. – М., 2024. – 65с.
2. Бучакова М.А., Дизер О.А. Взаимодействие полиции и общества // Вестник Омского университета. Серия: Право. – 2017. – № 2. – С.58–63.
3. Кардашова И.Б. Укрепление конституционных основ общественной безопасности // Законы России: опыт, анализ, практика. – 2017. – № 4. – С. 110–114.
4. Щендригин Е.Н. Конституционно-правовые основы обеспечения национальной безопасности современной России // Вестник Казанского юридического института МВД России. – 2017. – № 4. – С. 33–39.
5. Теория государства и права: курс лекций / под общ. ред. Н.И. Матузова и А.В. Малько. – М., 2019. – С. 530.
6. Исаева К.А., Токторов А.Э. Современные теоретические воззрения на понятие «национальная безопасность» // Вестник Таджикского государственного университета права, бизнеса и политики. Серия общественных наук. – 2019. – № 2(79). – С. 116–123.
7. Конституционное право: Университетский курс: учебник: в 2 т. / С.В. Арбузов, Т.В. Бережная, И.А.Володько и др.; под ред. А.И. Казанника, А.Н. Костюкова. – М.: Проспект, 2017. – Т. 1. – С. 89.
8. Карташов В.Н. Инновационные и традиционные подходы к исследованию конституционных правоотношений // Конституционное и муниципальное право. – 2017. – №3. – С. 12–16.
9. Конюхова (Умнова)И.А. Конституции нового поколения: состояние и перспективы развития // Современное конституционное право: сборник научных трудов. Серия: Правоведение / отв. ред. Е.В. Алфёрова. – М., 2017. – С. 29–52.
10. Маклаков В.В. Конституции зарубежных государств. – М.: Инфотропик Медиа, 2012. – 640 с.

УДК 347.961

ПРИМИРИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕХАНИЗМ РАЗРЕШЕНИЯ ГРАЖДАНСКО-ПРАВОВЫХ СПОРОВ

МАРТИШИН ДАНИИЛ ВАЛЕРЬЕВИЧ

студент

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий»

Научный руководитель: Андрианова Валерия Валерьевна

к.ю.н.

Савощикова Евгения Васильевна

к.ю.н. доцент

ФГБОУ ИВО «Российский государственный университет социальных технологий»

Аннотация: в настоящей статье исследуется роль примирительных процедур в системе разрешения гражданско-правовых споров. Анализируются различные виды примирительных процедур, такие как медиация, переговоры и судебное примирение, их преимущества и недостатки. Рассматривается значение примирительных процедур для снижения нагрузки на судебную систему, повышения оперативности разрешения споров и укрепления деловых отношений. Особое внимание уделяется вопросам правового регулирования примирительных процедур в Российской Федерации и перспективам их дальнейшего развития.

Ключевые слова: Примирительные процедуры, медиация, переговоры, судебное примирение, гражданско-правовой спор, альтернативное разрешение споров.

CONCILIATION PROCEDURES AS AN EFFECTIVE MECHANISM FOR RESOLVING CIVIL LAW DISPUTES

Martishin Daniil Valeryevich*Scientific adviser: Andrianova Valeria Valerievna,
Savoshikova Evgenia Vasilievna*

Abstract: This article examines the role of conciliation procedures in the system of resolving civil law disputes. Various types of conciliation procedures, such as mediation, negotiation, and judicial conciliation, their advantages and disadvantages are analyzed. The importance of conciliation procedures for reducing the burden on the judicial system, increasing the efficiency of dispute resolution, and strengthening business relations is considered. Special attention is paid to the legal regulation of conciliation procedures in the Russian Federation and the prospects for their further development.

Keywords: Conciliation procedures, mediation, negotiation, judicial conciliation, civil law dispute, alternative dispute resolution.

В условиях динамично развивающихся экономических отношений возрастает количество гражданско-правовых споров, разрешение которых традиционным судебным путем не всегда является оп-

тимальным. Длительность судебных разбирательств, высокие издержки, особенно с учетом увеличения размера государственной пошлины, и формализм процедур могут негативно сказываться на интересах сторон и препятствовать восстановлению нарушенных прав. В этой связи особое значение приобретают примирительные процедуры, представляющие собой альтернативные способы разрешения споров с участием нейтрального посредника или путем непосредственных переговоров между сторонами. Правовая природа примирительных процедур основана на принципах добровольности, конфиденциальности, сотрудничества и равноправия сторон. В отличие от судебного разбирательства, где решение принимается судом и является обязательным для исполнения, в примирительных процедурах стороны самостоятельно приходят к взаимоприемлемому соглашению, учитывающему их интересы. Существует несколько основных видов примирительных процедур, получивших распространение в Российской Федерации и за рубежом. К ним относятся: переговоры, медиация и судебное примирение. Переговоры при этом наиболее распространенная форма урегулирования споров, представляющая собой непосредственное общение сторон с целью поиска взаимоприемлемого решения. Переговоры могут проводиться как самостоятельно, так и с привлечением юристов или иных представителей. Медиация является процедурой урегулирования спора с участием нейтрального посредника – медиатора, который помогает сторонам наладить коммуникацию, выявить их истинные интересы и найти компромиссное решение. Медиация является добровольной и конфиденциальной процедурой, в ходе которой медиатор не принимает решения по спору, а лишь содействует сторонам в его урегулировании. В частности, для защиты прав пациентов и неразглашения персональных данных медицинские организации могут прибегнуть к такой процедуре [3]. Судебное примирение – это процедура, проводимая судьей или судебным примирителем на стадии судебного разбирательства с целью оказания содействия сторонам в урегулировании спора мирным путем. Судебное примирение может включать проведение бесед со сторонами, предложение вариантов урегулирования спора и заключение мирового соглашения [2]. Примирительные процедуры обладают рядом существенных преимуществ по сравнению с традиционным судебным разбирательством. Во-первых, они позволяют значительно сократить сроки разрешения спора и снизить финансовые издержки сторон. Во-вторых, примирительные процедуры способствуют сохранению и восстановлению деловых и личных отношений между сторонами, поскольку решение принимается ими совместно и учитывает их взаимные интересы. В-третьих, примирительные процедуры обеспечивают более гибкий и индивидуальный подход к разрешению спора, позволяя сторонам выйти за рамки формальных юридических требований и найти нестандартные решения. В Российской Федерации правовое регулирование примирительных процедур осуществляется рядом нормативных правовых актов, включая Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации, Арбитражный процессуальный кодекс Российской Федерации и Федеральный закон «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)» [1]. Данные нормативные акты закрепляют основные принципы проведения примирительных процедур, требования к медиаторам и судебным примирителям, а также порядок утверждения мировых соглашений, достигнутых сторонами в результате примирения. Например, в соответствии с нормами главы 15 АПК РФ законодателем предоставлена возможность сторонам на любой стадии арбитражного процесса обратиться с ходатайством о проведении примирительных процедур, предусмотренных ст. 138.2 АПК РФ. В здании Арбитражного суда города Москвы работает «комната примирения». Формат ее работы сводится к следующим направлениям: консультирование лиц, участвующих в деле, по вопросам медиации, ее преимуществ и возможностях урегулирования конфликта мирным путем и непосредственное проведение процедуры на безвозмездной основе, что отражено в соответствующем Положении «О порядке работы комнаты переговоров (примирения) в Арбитражном суде города Москвы», утвержденного приказом № 78-к-2 от 24.12.2019, а информация размещена на сайте для общего ознакомления (<https://msk.arbitr.ru/about/primeritelnie>). Аналогичные «комнаты примирения» существуют в судах общей юрисдикции. Консультирование медиаторами проводится в Коллегии посредников по проведению примирительных процедур при Торгово-промышленной палате Российской Федерации, Центром примирительных процедур (медиации) при Уполномоченном по защите прав предпринимателей в городе Москве. Несмотря на развитие правовой базы и популяризацию примирительных проце-

дур в России, существует ряд проблем, препятствующих их более широкому применению. К ним относятся недостаточная информированность граждан и юридических лиц о возможностях примирения, отсутствие культуры переговоров и медиации, а также определенные недостатки в правовом регулировании. Для дальнейшего развития института примирительных процедур в Российской Федерации представляется необходимым предпринять следующие меры:

1. Повышение уровня правовой культуры и информированности населения и предпринимательского сообщества о преимуществах и порядке проведения примирительных процедур.
2. Совершенствование системы подготовки и повышения квалификации медиаторов и судебных примирителей.
3. Развитие инфраструктуры для проведения примирительных процедур, включая создание центров медиации и кабинетов судебного примирения.
4. Совершенствование законодательства в сфере примирительных процедур, направленное на устранение существующих пробелов и противоречий, а также на стимулирование сторон к использованию альтернативных способов разрешения споров.

Внедрение и эффективное использование примирительных процедур способно не только повысить оперативность и доступность правосудия, но и внести существенный вклад в формирование цивилизованных деловых отношений и снижение уровня конфликтности в обществе. Дальнейшее развитие данного института является важным направлением совершенствования российской правовой системы.

Список источников

1. Федеральный закон от 27.07.2010 № 193-ФЗ (ред. от 26.07.2019) «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)» // Российская газета, № 168, 30.07.2010.
2. Ушакова Е.В. Гражданский процесс. Учебник для вузов 2-е издание. Москва. 2025г.
3. Андрианова В.В., Асташкина М.А. Некоторые аспекты защиты персональных данных пациентов// В сборнике: Трансформация вузовского образования: от локальных кейсов к тенденциям развития. Сборник материалов I научно -практической конференции. (г. Москва, 2021.) — М.: Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования Московский экономический институт

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК: 372.881.111.1

ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНИКИ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ НАВЫКОВ АУДИРОВАНИЯ

МАТСАПАЕВА ОЗОДА АЛИМБАЕВНА

студент

Самаркандский государственный институт иностранных языков

Научный руководитель: Хайдаров Эркин Исмаилович*преподаватель кафедры «Инновационных образовательных технологий и методики»
Самаркандский государственный институт иностранных языков*

Аннотация: Развитие навыков аудирования всегда было в центре внимания в преподавании иностранных языков, однако в последние годы достигнуты значительные успехи в методах и приемах, используемых для улучшения способностей к аудированию. В этой статье рассматриваются эффективные стратегии обучения для улучшения навыков аудирования, с акцентом на использование аутентичных и неаутентичных материалов. Аутентичные материалы, такие как песни, фильмы, интервью и подкасты, предоставляют учащимся возможность познакомиться с реальным использованием языка, включая различные акценты, темп речи, культурные нюансы и идиоматические выражения. Эти материалы не только отражают реальное общение, но и поддерживают мотивацию и вовлеченность учащихся. Однако их внедрение требует тщательного учета уровня владения языком учащихся, их интересов и целей, а также соответствующей поддержки, такой как предварительное изучение лексики, поэтапная организация заданий и стимулирование активных стратегий аудирования, таких как прогнозирование, ведение заметок и обобщение.

В статье подчеркивается важность структурированных этапов урока, включая до-аудиторные, аудиторные и после-аудиторные мероприятия. До-аудиторные задания, такие как мозговой штурм и предварительный просмотр лексики, необходимы для активизации предварительных знаний, построения контекста и подготовки учащихся к аудиторному материалу. Интегрируя эти стратегии в процесс обучения, преподаватели могут эффективно улучшить понимание прослушанного у учащихся и развить их способность взаимодействовать с аутентичным языком осмысленным образом.

Ключевые слова: навыки аудирования, методы обучения, техники обучения, аутентичные материалы, неаутентичные материалы, иностранные языки, развитие навыков, стратегии обучения, акценты, темп речи, мотивация, вовлеченность учащихся, уровень владения языком, до-аудиторный, аудиторный, после-аудиторный, аудирование.

EFFECTIVE TEACHING METHODS AND TECHNIQUES TO IMPROVE LISTENING SKILLS

Matsapaeva Ozoda Alimbaevna*Scientific advisor: Khaydarov Erkin*

Abstract: The development of listening skills has always been the focus of attention in foreign language teaching, but in recent years there have been significant advances in the methods and techniques used to im-

prove listening abilities. This article discusses effective teaching strategies for improving listening skills, focusing on the use of authentic and non-authentic materials. Authentic materials, such as songs, movies, interviews, and podcasts, provide learners with exposure to real language use, including different accents, speech rates, cultural nuances, and idiomatic expressions. These materials not only reflect real-life communication, but also keep learners motivated and engaged. However, their implementation requires careful consideration of students' language proficiency levels, interests, and goals, as well as appropriate support such as prior learning of vocabulary, step-by-step organization of tasks, and encouragement of active listening strategies such as predicting, taking notes, and summarizing.

The article emphasizes the importance of structured lesson phases, including pre-, classroom, and post-teaching activities. Pre-auditory activities, such as brainstorming and vocabulary previews, are necessary to activate prior knowledge, build context, and prepare students for classroom material. By integrating these strategies into the learning process, teachers can effectively improve students' listening comprehension and develop their ability to interact with authentic language in a meaningful way.

Keywords: listening skills, teaching methods, teaching techniques, authentic materials, non-authentic materials, foreign languages, skill development, teaching strategies, emphasis, speech rate, motivation, learner engagement, language proficiency, pre-auditory, auditory, auditory, post-auditory, listening.

Несмотря на то, что формирование навыков аудирования всегда подчеркивалось преподавателями иностранных языков, в области обучения аудированию была проведена масштабная работа, что, в свою очередь, способствовало разработке новых методов и приемов совершенствования. В этой главе мы рассмотрим некоторые из наиболее эффективных. Исследователи выявили множество различных методик, используемых при обучении аудированию, и материалы, используемые в этом процессе, также различаются. Эти источники в основном делятся на два типа: аутентичные и неаутентичные материалы.[1] Использование первых вызывает жаркие споры.

Аутентичные материалы для аудирования - это реальные записи или ресурсы, отражающие естественное использование языка носителями в аутентичных контекстах. Они позволяют учащимся познакомиться с подлинным языком, включая различные акценты, темп речи, словарный запас и идиоматические выражения. Эти материалы отражают язык, с которым учащиеся будут сталкиваться в реальной жизни за пределами класса. Это позволяет учащимся ознакомиться с нюансами естественного общения, культурными особенностями и использованием языка в повседневной жизни.

Аутентичные материалы, такие как популярные песни, фильмы, интервью или подкасты, часто оказываются более увлекательными и интересными для учащихся по сравнению с надуманными или упрощенными ресурсами для аудирования. Использование аутентичных материалов помогает поддерживать мотивацию и интерес учащихся к развитию навыков аудирования [2, с. 20].

В процессе использования аутентичных материалов для аудирования возникает потребность в улучшении их понимания и эффективности. Поэтому важно учитывать уровень знаний учащихся и оказывать им соответствующую поддержку. В этом процессе важно подбирать материалы, соответствующие интересам, целям и уровню владения языком учащихся.

В качестве упражнения перед прослушиванием мы можем использовать мозговой штурм. В этом упражнении рекомендуется попросить учащихся провести мозговой штурм и поделиться своими знаниями, идеями и лексикой, связанными с темой предстоящего задания на аудирование. Это позволит учащимся активизировать свои предыдущие знания и установить связь с материалом для аудирования.

Предварительный просмотр лексики - еще один важный вид деятельности, который может быть полезен для хуреющих. Студенты должны предварительно просмотреть ключевые слова или фразы из текста для аудирования. Чтобы убедиться, что учащиеся знакомы с лексикой, полезно давать определения, примеры предложений или контекстуально значимые объяснения.

Одним из редко используемых заданий при обучении иностранным языкам является картирование, однако оно очень полезно. Мы можем использовать либо mind mapping, либо concept mapping. Хо-

роший способ - использовать графические органайзеры для визуального представления основных идей, вспомогательных деталей или связанных понятий, относящихся к теме аудирования. Такое визуальное представление помогает учащимся организовать свои мысли и создать мысленную основу для понимания материала для аудирования.

Прогнозирование также является хорошим заданием перед прослушиванием, в котором мы предлагаем учащимся сделать прогнозы относительно содержания прослушанного материала на основе названия, визуальных образов или краткого вступления. Это активизирует их любопытство и активно вовлекает в процесс прослушивания.

На уроках EFL широко используется метод, который называется Know-want to know-learned или, по-другому, KWL chart, где учащиеся заполняют то, что они уже знают о теме, то, что они хотят узнать или выяснить, и то, что они узнали после выполнения задания по аудированию. Эта деятельность перед прослушиванием помогает учащимся активизировать предыдущие знания, вызвать интерес и поставить личные цели обучения [3, с. 46].

Иногда полезно предварительно преподать контекстную информацию. Мы должны предоставить учащимся некоторую контекстуальную информацию о теме или ситуации аудирования. Это особенно полезно для студентов начального или среднего уровня, которые испытывают некоторые трудности в понимании языка. Для этого мы можем использовать короткие отрывки. Это позволяет подготовить учащихся к прослушиванию, расширить их фоновые знания, познакомить с ключевой лексикой и дать обзор или введение в основные идеи или содержание, с которыми они столкнутся при выполнении задания на прослушивание.

Эти упражнения перед прослушиванием направлены на создание основы для успешного понимания на слух. Они вовлекают учащихся, активизируют их предварительные знания, формируют схему, определяют цель прослушивания и создают основу для осмысленной работы с материалом для аудирования.

Мероприятия, предшествующие прослушиванию, определяют цель прослушивания, создавая фокус и направление для учащихся. Ставя конкретные цели или задачи перед аудированием, учащиеся становятся более вовлеченными, внимательными и мотивированными на поиск информации или ответов в процессе аудирования. Более того, задания, включающие предварительный просмотр словарного запаса или «мозговой штурм» слов, помогают учащимся ознакомиться с ключевыми словарными словами, которые они встретят в материале для аудирования. Такая лексическая подготовка улучшает понимание и помогает учащимся уловить значение незнакомых слов в контексте.

С другой стороны, они могут отнимать много времени. Проведение сложных и длительных предварительных занятий может отнять ценное время класса, оставив меньше времени на основное задание по аудированию. Преподавателям необходимо найти баланс между эффективным проведением предварительных прослушиваний и выделением достаточного количества времени для того, чтобы учащиеся могли работать с материалом для аудирования. В некоторых случаях мероприятия по предварительному прослушиванию могут перегрузить учащихся излишней информацией или деталями, что может привести к перегрузке и нарушению концентрации и внимания во время выполнения задания по аудированию. Важно, чтобы информация, предоставляемая в ходе предварительных занятий, была краткой, актуальной и доступной для учащихся.

Мероприятия по предварительному прослушиванию, требующие обширной языковой продукции или сложного взаимодействия, могут представлять трудности для учащихся с низким уровнем владения языком. Преподаватели должны адаптировать мероприятия по предварительному прослушиванию к способностям учащихся и оказывать соответствующую поддержку, чтобы обеспечить понимание и участие.

Следующим этапом эффективного урока может стать активное слушание - важнейший навык, который может значительно улучшить общение и понимание в различных контекстах, будь то личные отношения, профессиональная деятельность или даже повседневные разговоры [4, с. 36]. Оно предполагает не просто выслушивание того, что говорит собеседник, а подлинное вовлечение и осмысление его сообщения.

Стратегии активного слушания помогают максимально понять сообщение оратора и уловить смысл, скрывающийся за его словами. Уделяя все свое внимание, задавая продуманные вопросы и перефразируя ключевые моменты, учащиеся могут активно обрабатывать информацию и повышать уровень понимания.

Это способствует укреплению связей и взаимопонимания с другими людьми. Когда учащиеся искренне общаются с кем-то и проявляют сочувствие, они чувствуют, что их ценят и понимают. Это способствует доверию, уважению и взаимопониманию, что ведет к более здоровым и значимым отношениям.

Хотя стратегии активного слушания обладают многочисленными преимуществами, важно признать и возможные недостатки или проблемы. Отвлечение внимания - один из основных недостатков активного слушания. Внешние отвлекающие факторы или внутренние мысли могут помешать активному слушанию. Очень важно минимизировать отвлекающие факторы и сосредоточиться на говорящем, но это может быть сложно в шумной обстановке или когда ваши мысли заняты.

Несмотря на все усилия, во время активного слушания могут возникнуть ошибки в интерпретации. Люди могут выражаться двусмысленно, или вы можете непреднамеренно неправильно понять их сообщение. Важно уточнять и добиваться дальнейшего понимания, если вы не уверены, чтобы избежать потенциального недопонимания.

Активно практикуя и совершенствуя свои навыки слушания, вы сможете более эффективно справляться с этими проблемами и получать плоды в виде улучшения коммуникации и взаимопонимания.

В процессе развития активного слушания мы можем использовать несколько видов деятельности, таких как: диктант, сопоставление, театрализованное слушание и другие [5].

Одним из самых полезных методов формирования активного слушания является диктант. При проведении слухового диктанта учащимся дается частично заполненный график или другая наглядность. Учителя зачитывают пропущенные утверждения короткими фрагментами и повторяют каждое предложение дважды. Материалы лучше подбирать в соответствии с уровнем подготовки учащихся.

Театрализованное занятие помогает учащимся расширить словарный запас, сосредоточившись на конкретных ключевых словах. Когда учащиеся слышат «свое» слово, они выполняют заранее определенное действие, которое демонстрирует его значение. Во время занятия следует разделить учащихся на небольшие группы и представить им ключевые слова и соответствующие действия. Предоставьте учащимся достаточно времени, чтобы потренироваться в прослушивании и выполнении действий для каждого слова.

Учитель выбирает около 10 слов из текста и записывает их для учеников. Пока учитель читает текст вслух в чуть замедленном темпе, ученики отмечают каждое слово в списке, когда слышат его. После чтения подсчет количества отметок для каждого слова помогает определить центральные темы текста.

Существует еще один подход к развитию активного аудирования - Scaffolded listening, который посвящен постепенному увеличению сложности заданий на аудирование. Постепенное увеличение сложности и уровня сложности заданий на аудирование позволяет учащимся получить опыт обучения с помощью лесов. Преподаватели могут начинать с более простых заданий на аудирование и постепенно переходить к более сложным. Такой последовательный подход позволяет учащимся постепенно развивать свои навыки аудирования, постепенно расширяя свои возможности по обработке и пониманию более сложных текстов.

Кроме того, задания с использованием лесов обеспечивают учащимся необходимую поддержку для лучшего понимания разговорного языка. Благодаря пошаговому руководству учащиеся могут сосредоточиться на понимании основных идей, деталей, лексики и контекста. Такой подход помогает учащимся заложить прочный фундамент для выполнения более сложных заданий по аудированию.

Деление заданий на аудирование на более мелкие части и их поэтапное выполнение дает учащимся чувство выполненного долга и успеха по мере прохождения каждого уровня задания. Постепенное продвижение вперед и использование вспомогательных средств укрепляют уверенность учащихся и побуждают их к выполнению более сложных заданий по аудированию. Это положительное подкреп-

ление может быть мотивирующим и поможет учащимся преодолеть первоначальные колебания или беспокойство.

Несмотря на положительные стороны занятий с использованием лесов, следует учитывать некоторые моменты. Во-первых, использование лесов при проведении занятий по аудированию может непреднамеренно создать зависимость для учащихся. При отсутствии тщательной разработки учащиеся могут стать зависимыми от подсказок и с трудом переносить свои навыки в реальные ситуации аудирования. Очень важно постепенно уменьшать количество лесов со временем, чтобы способствовать развитию навыков самостоятельного аудирования. Кроме того, занятия с использованием строительных лесов имеют структурированный характер, что может ограничить гибкость и адаптацию к индивидуальным потребностям учащихся. Некоторым учащимся может потребоваться дополнительная поддержка или расширение, выходящее за рамки предоставленных лесов. Адаптация заданий с использованием лесов к различным стилям и уровням обучения может потребовать от преподавателей дополнительного времени и усилий. Кроме того, для проведения занятий по аудированию часто требуются специальные аудиоресурсы, например, записи или мультимедийные материалы. Доступ к подходящим материалам и технологиям иногда может быть затруднен, особенно в условиях ограниченных ресурсов. Это ограничение может помешать проведению занятий по аудированию с использованием лесов.

Во-первых, мы можем провести групповые или парные обсуждения основных тем, персонажей и сообщений прослушанного материала. Здесь важно поощрять студентов делиться собственными мнениями и интерпретациями. Дискуссии помогут студентам выявить свои слабые стороны, обсудить ответы и найти пути решения проблем.

Еще один важный вид деятельности - ролевая игра. Если материалы урока позволяют, мы можем разделить учащихся на пары или группы и попросить их разыграть сцену или разговор из прослушанного материала. Это поможет им отработать навыки говорения и аудирования в веселой и интерактивной форме.

Задание учащимся исследовательского проекта, связанного с темой прослушанного материала, может быть очень полезным для учащихся в качестве задания после прослушивания. Они могут изучить различные аспекты темы и представить свои выводы классу. Кроме того, студенты могут давать обратную связь своим друзьям и партнерам. Они могут дать оценку пониманию друг друга и предложить свои предложения по дальнейшему изучению. Это позволит им обменяться данными и мнениями.

Список источников

1. Hughes S. E. et al. Perceived listening ability and hearing loss: Systematic review and qualitative meta-synthesis //Plos one. – 2022. – Т. 17. – №. 10. – С. e0276265
2. Carter R. et al. Listening to lectures: thinking smaller //The European Journal of Applied Linguistics and TEFL. – 2012. – Т. 1. – №. 1. – С. 19-33.
3. Nor H. The techniques in teaching listening skill //Journal on English as a Foreign Language. – 2014. – Т. 4. – №. 1. – p. 41-51.
4. Al-Alwan A., Asassfeh S., Al-Shboul Y. EFL Learners' Listening Comprehension and Awareness of Metacognitive Strategies: How Are They Related? //International Education Studies. – 2013. – Т. 6. – №. 9. – p. 31-39.
5. <https://esolonline.tki.org.nz/ESOL-Online/Planning-for-my-students-needs/Resources-for-planning/ESOL-teaching-strategies/Oral-Language/Listening-strategies>

УДК 796

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

ВИРЯСОВ АРТЕМ ПАВЛОВИЧ

магистрант

ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет», Коломна

Научный руководитель: Новикова Юлия Борисовна,

к.п.н., доцент

ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет», Коломна

Аннотация: развитие координационных способностей младших школьников играет ключевую роль в формировании двигательной активности и физической подготовки. В данной статье проводится сравнительный анализ методик совершенствования координации в восьми странах: России, Германии, США, Китая, Японии, Финляндии, Бразилии и Франции. В результате анализа выявлены ключевые принципы (использование игровых технологий, интеграция двигательных задач в образовательный процесс, персонализированные тренировки и внедрение цифровых технологий), которые позволяют разработать авторскую методику развития координационных способностей младших школьников на основе комплексного подхода, объединяющего лучшие мировые практики.

Ключевые слова: координация, младшие школьники, физическая культура, игровая технология, цифровые методы

IMPROVING THE COORDINATION ABILITIES OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN IN PHYSICAL EDUCATION

Viryasov Artyom Pavlovich

Scientific advisor: Novikova Yulia Borisovna

Abstract: The development of coordination abilities of younger schoolchildren plays a key role in the formation of motor activity and physical fitness. This article provides a comparative analysis of coordination improvement techniques in eight countries: Russia, Germany, USA, China, Japan, Finland, Brazil and France. As a result of the analysis, the key principles of a comprehensive approach based on the best international practices were identified. To them belong the use of games, the integration of motor tasks into the educational process, personalized training and the introduction of digital technologies, which make it possible to work out an original methodology for developing the coordination abilities of younger schoolchildren.

Key words: coordination, primary school students, physical education, game technology, digital methods.

Актуальность темы. В современном мире, где уровень физической активности детей снижается из-за цифровизации и малоподвижного образа жизни, развитие координационных способностей стано-

вится особенно актуальным. Недостаток движения негативно сказывается на физическом развитии, внимании, обучаемости и психологическом состоянии детей. Создание методики, направленной на гармоничное развитие координации и интеграцию физической активности в образовательный процесс, позволит улучшить моторику и когнитивные способности учащихся. Включение игровых технологий способствует естественной мотивации детей к движению: активные игры, эстафеты и соревновательные элементы делают занятия увлекательными, спортивные игры (мини-футбол, баскетбол, волейбол) развивают ловкость, реакцию и координацию, а ролевые и сюжетные игры помогают выполнять двигательные задания в увлекательной форме, снижая стресс и увеличивая вовлеченность [1]. Интеграция координационных упражнений в учебный процесс позволяет минимизировать последствия малоподвижного образа жизни: короткие двигательные разминки перед уроками повышают концентрацию внимания, микро-перерывы с упражнениями на баланс и точность движений развивают моторику и когнитивные функции, а включение физической активности в изучение предметов, например, на уроках математики, помогает быстрее усваивать материал.

Индивидуальный подход учитывает особенности каждого ребенка: первичное тестирование уровня координации выявляет сильные и слабые стороны, персонализированные программы тренировок позволяют адаптировать нагрузку под возможности ученика, а гибкая система корректировки занятий делает процесс безопасным и эффективным [2]. Внедрение цифровых технологий делает обучение более интерактивным и продуктивным: платформы для диагностики координационных способностей, мобильные приложения и игровые симуляторы позволяют тренировать баланс, реакцию и ловкость. Таким образом, методика, включающая все описанные выше элементы, будет не только развивать координационные способности детей, но и способствовать их всестороннему развитию, повышению успеваемости, концентрации внимания и мотивации к обучению, что делает её актуальной в современных условиях.

Результаты исследования и их обсуждение. Финляндия и Бразилия активно используют игровые методы в физическом воспитании младших школьников. Финская система ориентирована на свободную игру, где детям предоставляется возможность выбирать формы двигательной активности. Это создает естественную мотивацию к движению и развивает координационные способности без принуждения [3]. В Бразилии преобладают спортивные игры, особенно футбол, который способствует развитию ловкости, скорости и координации движений [4]. Исследования показывают, что игровые методы позволяют снизить уровень тревожности у детей, способствуют социализации и повышают интерес к занятиям физической культурой.

В Германии популярность набирает практика активных перерывов между уроками, которая уже доказала свою эффективность. Дети выполняют короткие комплексы упражнений, что не только улучшает их координацию, но и повышает уровень концентрации [5]. В Японии система физического воспитания строится на принципах дисциплины и регулярности, а координационные упражнения являются неотъемлемой частью школьной программы. Широко применяются упражнения на баланс, синхронизацию движений и точность движений, которые способствуют развитию не только физических навыков, но и когнитивных функций [6].

В США в некоторых прогрессивных школах в программы физического воспитания внедряются персонализированные фитнес-тренировки, основанные на результатах тестирования моторных навыков, на базе которых каждый ребенок получает индивидуальные рекомендации по развитию координации [7]. В Китае, напротив, используется строгая система ранней спортивной специализации. Дети с высокой предрасположенностью к определенным видам спорта отбираются в специализированные спортивные школы, где координационные упражнения становятся неотъемлемой частью их подготовки [8].

В России и Франции активно развиваются цифровые методики обучения. В России разработаны интерактивные тренажеры и мобильные приложения для диагностики и развития координационных способностей [9]. Во Франции применяются видеотренинги и виртуальные спортивные симуляторы [10], позволяющие детям отрабатывать движения в безопасной среде, что особенно важно для детей с низким уровнем физической подготовки.

Различные страны применяют собственные подходы к развитию координационных способностей младших школьников. Однако ни одна из них не является универсальной и не лишена недостатков. Рассмотрим подробнее каждую из них. В Финляндии широко применяются игровые технологии, основанные на принципах свободы движения. Дети сами выбирают, чем хотят заниматься, а занятия физической культурой не имеют жесткой структуры. Такой подход действительно помогает развивать координационные способности, но имеет несколько серьезных недостатков, главный из которых - отсутствие структурированного подхода: в таких условиях детям может не хватать системности в развитии координации, так как они выбирают только те активности, которые им нравятся, избегая сложных упражнений. Кроме того, нельзя не отметить низкую эффективность подобных занятий для определенных групп детей, например, детям с недостаточно развитыми двигательными навыками трудно самоорганизоваться, что приводит к меньшему прогрессу. Наконец, подобный подход характеризуется недостаточным контролем за процессом выполнения упражнений со стороны учителей и тренеров, поскольку они могут лишь косвенно влиять на процесс, что затрудняет индивидуальную работу с каждым учеником [3].

Бразильская система делает упор на спортивные игры, особенно на футбол. Это помогает развивать ловкость, скорость и координацию, но методика имеет слабые стороны, среди которых важно выделить: 1) неравномерное развитие координации, поскольку акцент на игровые виды спорта не дает возможности комплексно развивать все её виды, например, статический и динамический баланс; 2) высокий риск травматизма, обусловленный перегрузками и травмами в ходе интенсивных спортивных игр, особенно у детей с низким уровнем физической подготовки; 3) потерю мотивации к занятиям физической культурой и спортом из-за ограниченности в выборе видов активности [4]. Таким образом, можно сделать вывод, что игровой подход к организации занятий физической культурой в Финляндии и Бразилии полезен, но требует структурированной системы, которая позволит обеспечить равномерное развитие координации и сбалансировать описанные выше недостатки.

В Германии распространена практика активных перерывов между уроками, когда дети выполняют короткие комплексы упражнений [5]. Хотя такая система показала свою эффективность, она имеет и слабые стороны, в частности, ограниченная продолжительность упражнений – двигательные активности длятся 5–10 минут - недостаточна для значительного прогресса. Кроме того, отсутствие индивидуального подхода (упражнения стандартны для всех детей, вне зависимости от их физических способностей) приводит к высокой степени зависимости их эффективности от дисциплины в классе, поскольку упражнения могут проводиться нерегулярно, если дети недостаточно хорошо организованы,

Японская методика основана на дисциплине и жесткой регламентации двигательной активности. Основной акцент делается на упражнения на баланс, синхронизацию и точность движений [6]. К недостаткам такого подхода следует отнести чрезмерную формализацию уроков физической культуры и отсутствие игровых элементов в программе, что в значительной степени снижает привлекательность этого предмета и объясняет низкую мотивацию к занятиям. Наконец, наличие единого недифференцированного подхода к детям и игнорирование их индивидуальных особенностей снижают эффективность данной методики. Таким образом, можно утверждать, что в Германии и Японии методики помогают развивать координацию, но требуют адаптации, так как они не учитывают индивидуальные особенности детей и могут серьезно снижать мотивацию к занятиям физической культурой.

Американская система ориентирована на индивидуальные программы развития координации, основанные на регулярном тестировании. К основным проблемам данного подхода можно отнести их высокую стоимость (персонализированные тренировки требуют значительных финансовых вложений) и ориентацию на результат, а не на процесс, поскольку американские программы часто нацелены на достижение конкретных спортивных показателей, что может создавать давление на детей. Такие программы не всегда доступны в государственных школах, поскольку требуют высококвалифицированных тренеров и специализированного оборудования, что не всегда возможно в массовом образовании [7].

Китайская система делает упор на отбор детей с высокой предрасположенностью к определенным видам спорта, которых готовят по отдельным методикам с раннего возраста [2, 8]. К недостаткам такой системы физического воспитания можно отнести: 1) жесткий ранний отбор, из-за которого дети,

не проявившие себя в раннем возрасте, не получают возможности для полноценного физического развития; 2) игнорирование общего физического развития ребенка, так как акцент на спорт приводит к недостатку внимания к общей координации; 3) высокая нагрузка с интенсивными тренировками с раннего возраста, которые могут приводить к физическому и эмоциональному выгоранию [8]. Таким образом, очевидно, что американская и китайская системы могут быть эффективны, но требуют значительных ресурсов и адаптации к массовому школьному образованию.

В России активно развиваются цифровые методики обучения координации, включая интерактивные тренажеры, однако их доступность по-прежнему ограничена из-за высокой стоимости и недостаточного финансирования, поэтому они редко встречаются в государственных школах. Кроме того, их использование требует контроля со стороны квалифицированного педагога, поскольку дети не всегда могут правильно их использовать. Наконец, не следует забывать, что чрезмерное использование цифровых решений может привести к уменьшению реального движения и к фактическому снижению физической активности [9]. Французская система делает упор на видеотренинги и виртуальную реальность, однако серьезной проблемой при таком подходе становится отсутствие тактильных ощущений, так как виртуальная среда не заменяет реальных двигательных навыков [10].

Исходя из вышеизложенного анализа, можно выделить основные проблемы существующих методик: 1) узкая направленность – большинство методик фокусируются на одном аспекте (игры, дисциплина, технологии) и не обеспечивают комплексного развития координации; 2) отсутствие или недостаток индивидуального подхода – во многих странах отсутствует персонализированная работа с детьми; 3) ограниченная доступность – некоторые методики требуют дорогостоящего оборудования или специально обученных тренеров; 4) низкая мотивация – чрезмерно строгие системы или отсутствие игровых элементов могут снижать интерес детей. На основе анализа можно сделать вывод, что ни одна из существующих международных методик не является универсальной.

Именно поэтому возникает необходимость разработки авторской методики на основе комплексного подхода, объединяющего лучшие элементы современных технологий развития координации разных стран, к которым относятся игровые технологии (Финляндия, Бразилия), интеграция в учебный процесс (Германия, Япония), индивидуализация (США, Китай), цифровые решения (Россия, Франция). Такой синтетический метод позволит минимизировать недостатки и создать наиболее эффективную систему для развития координации младших школьников.

Список источников

1. Best J. R. *Effects of physical activity on children's executive function: Contributions of experimental research on aerobic exercise and motor skills* // *Developmental Review*. - 2023. - № 67. – P. 331-351.
2. Tomporowski P. D., Davis C. L., Miller P. H., Naglieri J. A. *Exercise and children's intelligence, cognition, and academic achievement: New insights from neuroimaging studies*// *Educational Psychology Review*. – 2022. - № 34(2). –P. 111-131.
3. Puhakka H., Saakslähti A. *Play-based physical education in Finnish schools: A model for developing motor skills and coordination in children*// *Journal of Physical Education and Sport*. - 2020. - № 20(3). –P. 1456-1463.
4. Da Silva R. C., Oliveira M. *The impact of football on the development of coordination and motor skills in Brazilian children*// *International Journal of Sports Science*. – 2021. - № 16(4). –P. 234-240.
5. Müller C., Schmid W. *Active breaks in German schools: Effects on children's coordination and cognitive performance*// *European Physical Education Review*. – 2020. - №26(2). - P. 345-356.
6. Kimura A., Yokozawa T., Ozaki H. (2021c). *Clarifying the biomechanical concept of coordination through comparison with coordination in motor control*. *Frontiers in Sports and Active Living* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.753062> (15.02.2025)
7. Smith J., Johnson L. *Personalized fitness programs for children: A case study of motor skill development in the USA*// *Journal of Pediatric Exercise Science*. – 2022. - № 34(4). – P. 456-463.

8. Li X., Wang Y. *Early sports specialization in China: Effects on coordination and physical development*// Chinese Journal of Sports Science. – 2021. - №13(3). –P. 45-52.
9. Ivanov S., Petrov A. *Digital technologies in Russian physical education: A new approach to developing coordination*. Russian Journal of Physical Education and Sport. – 2023. - №14(1). – P. 45-52.
10. Dubois L., Martin P. (2022). *Virtual reality and video training in French schools: A new approach to physical education*// European Journal of Sports Science, 2022. - № 22(3). – P. 345-352.

УДК 370

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

ЗЕЗЕГОВА АУРИКА ИВАНОВНА,
ГАРИБЯН АРТУР ЭДУАРДОВИЧ

студенты

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

*Научный руководитель: Кондратюк Ирина Валерьевна,
ст. преподаватель*

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

Аннотация: современный мир немыслим без стремительного развития технологий, которые проникают во все сферы человеческой жизни, включая, казалось бы, традиционные области, такие как физическая культура и спорт. Инновации здесь играют всё более важную роль, радикально меняя подходы к тренировочному процессу, повышая его эффективность и доступность для широкого круга людей. Ещё несколько лет назад сложно было представить себе тесную интеграцию смартфонов и фитнес-трекеров в мир спорта, но сегодня это неотъемлемая часть жизни многих спортсменов и любителей активного образа жизни. Более того, инновационные технологии делают занятия спортом более интересными и увлекательными. Таким образом, инновационные технологии играют ключевую роль в развитии физической культуры и спорта, повышая эффективность тренировок, улучшая физические результаты, делая спорт более доступным и увлекательным для широкого круга людей.

Ключевые слова: спорт, здоровье, физическая культура, инновации, инновационные технологии, нововведения, мотивация.

INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

**Zezeгова Aurika Ivanovna,
Artur Eduardovich Gharibyan**

Scientific supervisor: Kondratyuk Irina V.

Abstract: The modern world is inconceivable without the rapid development of technologies that penetrate into all spheres of human life, including seemingly traditional areas such as physical education and sports. Innovations are playing an increasingly important role here, radically changing approaches to the training process, increasing its effectiveness and accessibility to a wide range of people. A few years ago, it was difficult to imagine the close integration of smartphones and fitness trackers into the world of sports, but today it is an integral part of the lives of many athletes and active lifestyle enthusiasts. Moreover, innovative technologies make sports more interesting and exciting. Thus, innovative technologies play a key role in the development of physical culture and sports, increasing the effectiveness of training, improving physical results, making sports more accessible and exciting for a wide range of people.

Keywords: sport, health, physical education, innovation, innovative technologies, innovation, motivation.

Применение новых технологий в преподавании физической культуры и спорта является важным аспектом обновления образовательной системы. Этот подход позволяет эффективно развивать не

только физические навыки учащихся, но и их нравственные качества, интеллект, а также эстетическое восприятие. Инновации в области физкультурного воспитания должны внедряться по следующим направлениям:

1. Социально-психологическое: Это направление направлено на формирование жизненной философии и активного отношения учащихся к освоению ценностей физической культуры и спорта.

2. Интеллектуальное: Это предполагает воспитание у обучающихся комплекса теоретических знаний, которые охватывают психолого-педагогические, социокультурные, медико-биологические и другие аспекты, тесно связанные с физкультурным знанием.

3. Двигательное (физическое): Это направление связано с развитием физических качеств, навыков и умений управления движениями.

В современной практике физической культуры и спорта особое внимание уделяется следующим инновационным технологиям:

Спортивно-видовой подход: Этот подход основывается на занятиях одним или несколькими видами спорта и включает в себя научно-методические разработки и технологии спортивной подготовки. Он направлен на удовлетворение индивидуальных двигательных потребностей и формирование спортивной культуры.

Рейтинговый подход: Данная система способствует быстрой адаптации обучающихся, мотивируя их достигать высоких результатов при выполнении контрольных упражнений. Этот подход также способствует улучшению отстающих физических качеств, регулярному посещению занятий по физической культуре и спорту, а также активному участию в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях.

Технологический прогресс переносит границы возможностей в области тренировок и анализа данных, позволяя спортсменам и тренерам более точно контролировать процессы в организме, предсказывать травмоопасные ситуации и повышать эффективность тренировочных программ. В статье мы рассмотрим ключевые инновации, которые уже используются или только начинают проникать в мир физической культуры и спорта, а также проанализируем перспективы использования новейших технологий для достижения выдающихся результатов.

Роль инновационных технологий в современном спорте

Инновационные технологии играют ключевую роль в современной спортивной индустрии, обеспечивая стремительный рост профессионализма и результативности. Спортсмены и тренеры используют различные современные устройства и приложения для мониторинга физической активности, анализа биометрических данных, разработки индивидуальных программ тренировок. Видеотехнологии, виртуальная реальность и робототехника позволяют проводить детальный анализ техники и тактики, улучшать реакцию и принятие решений. Благодаря использованию инновационных технологий, спортсмены могут оптимизировать свои процессы тренировок, повышать свои результаты и достигать новых высот в своей карьере.

Применение виртуальной реальности в физической культуре

Применение виртуальной реальности в физической культуре открывает новые возможности для тренировок и развития спортивных навыков. Современные устройства виртуальной реальности позволяют создавать иммерсивные симуляции спортивных соревнований, тренировочные программы и даже виртуальных тренеров. Это помогает спортсменам улучшить координацию движений, реакцию, а также повысить мотивацию и вовлеченность в тренировочный процесс. Кроме того, использование VR может помочь в реабилитации после травм и улучшить профилактику спортивных травм. Таким образом, виртуальная реальность становится важным инструментом для оптимизации тренировочного процесса и достижения высоких результатов в физической культуре и спорте.

Беспилотные аппараты и их использование в тренировочном процессе

Беспилотные аппараты, такие как дроны и роботы, стали значительным прорывом в области физической культуры и спорта. Они могут использоваться для оценки техники движения спортсменов, проведения видеосъемок тренировок с воздушной или наземной перспективы, а также для мониторинга выполнения упражнений. Благодаря беспилотным аппаратам тренеры и спортсмены могут получить более точные данные о своей работе и прогрессе, что способствует более эффективной подготовке к

соревнованиям. Кроме того, такие технологии позволяют создавать уникальные тренировочные сценарии и улучшать мотивацию спортсменов. Все это делает беспилотные аппараты важным инструментом для современных спортивных тренировок.

Инновационные методики анализа движений спортсменов

Инновационные методики анализа движений спортсменов играют важную роль в современном спорте. С помощью передовых технологий, таких как компьютерное зрение, носимые устройства и специализированные приложения, специалисты могут более детально изучать технику и эффективность выполнения движений спортсменов. Это позволяет выявлять слабые места, оптимизировать тренировочные программы и повышать спортивные результаты. Кроме того, инновационные методики анализа движений спортсменов помогают предотвращать травмы, улучшать технику выполнения упражнений и повышать общую физическую подготовку. Эти технологии становятся неотъемлемой частью современной физической культуры и спорта, помогая спортсменам достигать новых высот в своей профессиональной деятельности.

Перспективы развития технологий в физической культуре и спорте

Современные инновационные технологии играют ключевую роль в развитии физической культуры и спорта, предлагая уникальные возможности для улучшения результатов, тренировочного процесса и здоровья спортсменов. Перспективы развития технологий в данной области включают в себя создание виртуальной реальности для симуляции тренировок, использование носимых устройств для мониторинга показателей здоровья и физической активности, а также разработку специализированных приложений для смартфонов и планшетов, облегчающих доступ к тренировочным планам и управлению данными. Благодаря постоянному прогрессу в области технологий, будущее физической культуры и спорта

Применение инновационных технологий физического воспитания в вузах.

Физическое воспитание студентов является важнейшим компонентом высшего гуманитарного образования и представляет собой результат комплексного педагогического воздействия на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетенции.

В традиционной организации физического воспитания отсутствует индивидуальный подход, что особенно важно беря во внимание здоровье молодых людей. Кроме того, такая организация недостаточно предоставляет студентам выбор видов физической активности, что снижает их интерес к занятиям. Поэтому преподавателям физической культуры становится всё актуальнее внедрение новых методик, способных вовлечь студентов. Одним из таких подходов является использование нетрадиционных видов спорта в учебном процессе.

Простота и доступность в освоение, эффективность, делает скандинавскую ходьбу приятным дополнением к тренировочному процессу студентов. Согласно опросам студентов ВУЗов, применяющих данный альтернативный вид спорта в учебном процессе, скандинавская ходьба завоевывает все большую популярность среди учащихся.

Современные устройства обеспечивают точный анализ физического состояния человека, включая такие физиологические параметры, как частота сердечных сокращений, интенсивность тренировок и уровень потребления кислорода, которые анализируются в реальном времени. Это позволяет разрабатывать индивидуальные тренировочные программы, адаптированные к физическим возможностям и целям каждого человека. Персонализированные планы, основанные на данных, получаемых от умных браслетов и фитнес-трекеров, способствуют более эффективному прогрессу и уменьшают риск травм.

Беспроводные датчики и системы онлайн-мониторинга позволяют отслеживать эффективность тренировок и состояние здоровья спортсменов. Это особенно актуально для профессиональных атлетов и тех, кто занимается интенсивными физическими нагрузками. Умные весы, анализирующие состав тела, биоимпеданс и различные приложения для анализа данных, дают возможность оценивать результативность, корректировать диету и добиваться поставленных целей.

В конечном итоге, инновации в сфере физической культуры превратят занятия спортом в более продуктивный, приятный и доступный процесс для всех. Инновационные технологии играют все более значимую роль в физической культуре и спорте, способствуя достижению новых высот и делая спорт

более привлекательным для всех.

В заключение, стоит отметить, что внедрение новых технологий в тренировочный процесс спортсменов предоставляет преимущества по сравнению с традиционными методами. Эти инновации помогают оптимизировать тренировки и повышают их эффективность, а также позволяют прогнозировать будущие результаты. Они стимулируют интерес как профессиональных, так и любительских спортсменов. Кроме того, использование новых технологий в учебном процессе положительно влияет на физическое развитие студентов в высших учебных заведениях.

Список источников

1. <https://na-journal.ru/6-2024-fiz-kultura-sport/12704-innovacionnye-tehnologii-v-fizicheskoi-kulture-i-sporte>
2. <https://www.pedopyt.ru/categories/17/articles/2202>
3. Инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта / А.Д. Курбанбаев, Р.М. Оразбаев, Р.Р. Машарипов, А.Е. Коцанов // Мировая наука – 2021. -№6 с.182-184
4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998г.
5. Губенков А. О. Современные инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта // Наука-2020. 2022. №3(57). С. 154–159.

УДК 370

ТЕХНИКА РЫВКА ГИРИ

АНДРИЯКИН ДАНИИЛ ВИКТОРОВИЧ

студент
ФГБОУ ВО АГПУ,
Армавирский государственный педагогический университет

Научный руководитель: Кондратюк И.В.

Аннотация. Статья посвящена изучению техники выполнения основных упражнений гиревого спорта, таких как толчок, рывок и махи гирями. В работе рассматриваются ключевые аспекты правильной техники, позволяющие минимизировать риск получения травм и повысить эффективность тренировок. Особое внимание уделено физиологическим аспектам работы мышц, биомеханическим принципам движения и методикам тренировок, направленным на улучшение силовых показателей и общей физической подготовки спортсменов.

Ключевые слова : гиревой спорт, техника рывка, техника толчка, махи гирей, силовая подготовка, физическая выносливость, мышечная сила, биомеханика, профилактика травм, тренировки с гирями.

KETTLEBELL JERK TECHNIQUE

Andriyakin D.V.*Scientific supervisor: Kondratyuk I.V.*

Abstract. The article is devoted to the study of the technique of performing basic kettlebell exercises, such as push, jerk and kettlebell swings. The paper examines the key aspects of proper technique to minimize the risk of injury and increase the effectiveness of training. Special attention is paid to the physiological aspects of muscle function, biomechanical principles of movement and training methods aimed at improving strength performance and overall physical fitness of athletes.

Key words : kettlebell lifting, snatch technique, push technique, kettlebell swings, strength training, physical endurance, muscle strength, biomechanics, injury prevention, kettlebell training

Рывок гири — одно из ключевых упражнений в гиревом спорте, которое требует от спортсмена не только физической силы, но и техники, координации движений и правильного дыхания. Это упражнение направлено на развитие выносливости, укрепление мышц спины, ног и плечевого пояса, а также способствует улучшению общей физической подготовки. В этой статье мы рассмотрим основные аспекты правильной техники выполнения рывка гири, разберем распространенные ошибки новичков и дадим рекомендации по эффективному освоению этого упражнения.

Перед началом упражнения важно правильно расположить гирю между ногами. Ноги ставятся чуть шире плеч, носки слегка развернуты наружу. Гиря находится впереди, примерно на уровне стоп. Спина прямая, взгляд направлен вперед. Гриф гири захватывается одной рукой сверху, другая рука помогает балансировать тело.

На старте выполняется небольшой присед, чтобы создать начальное ускорение. Затем происходит резкий подъем гири вверх, используя силу ног и спины. Важно контролировать движение, направляя энергию через бедра и плечи. Рука должна оставаться прямой, пока гиря поднимается до уровня груди.

Когда гиря достигает верхней точки, начинается фаза замаха. Спортсмен немного сгибает руку

в локте, чтобы обеспечить плавный переход к следующему этапу [1]. Одновременно с этим делается короткий наклон корпуса назад, создавая дополнительный импульс для следующего движения. После замаха гиря летит вверх, и спортсмен быстро меняет положение руки, переводя её под гирю. Важно поймать гирю в правильном положении, чтобы избежать травм. Локоть прижимается к телу, кисть остается неподвижной. Тело должно быть выпрямлено, ноги устойчиво стоят на полу. Завершающий этап — контролируемое опускание гири обратно в стартовую позицию. Спортсмен медленно опускает гирю вдоль тела, контролируя движение. Важно сохранять правильное дыхание и не допускать резких движений, чтобы предотвратить травмы [2].

Рывок гири включает два этапа подготовки и одно основное усилие ногами. На этапе замаха, когда гиря опускается, ноги амортизируют ее падение, напрягая икроножные мышцы и квадрицепсы. В этой фазе мышцы ног работают в режиме уступающего напряжения, пока рука с гирей не достигнет вертикального положения. Затем, по мере движения гири по траектории маятника вверх, нагрузка с ног снимается.

Второе подготовительное движение происходит при махе вперед. Ноги снова сгибаются в коленях и голеностопных суставах, чтобы затем мощно разогнуться в момент рабочего движения. В зависимости от техники выполнения рывка, подъем гири вверх может быть асимметричным: сначала разгибается одноименная нога в колене и голеностопе, а разноименная – только в колене. Альтернативно, обе ноги могут разгибаться синхронно [3].

Координация движений конечностей во время рывка достигается за счет их синхронизации с движениями корпуса и нижних конечностей. Когда гиря опускается, кисть руки сначала поворачивается ладонью вверх, а рука сгибается в локте. Продолжая движение вниз, гиря способствует разгибанию руки. В этот момент кисть проворачивается ладонью вниз, и происходит смена хвата дужки с нижнего на верхний. Рука, сопровождая гирю во время замаха, сохраняет прямое положение до момента активного подъема снаряда, затем сгибается в локте при выполнении подседа. Перехват дужки гири обратно, из верхнего хвата в нижний, осуществляется в фазе подседа [4].

Крайне важно уметь расслаблять мышцы кистей рук. Чрезмерное напряжение пальцев при перехватах дужки может спровоцировать появление мозолей на пальцах и ладонях, повреждение кожного покрова, а также вызвать ощутимые удары по предплечью в момент подседа и фиксации. В рывке дышать легче, чем в толчке и толчке двух гирь в длинном цикле [5].

При фиксации тяжелой гири (28-32 кг) наверху, невысокий темп позволяет сделать 1-2 дыхательных цикла (вдох-выдох). Начинающие дышат грудью, опытные атлеты – диафрагмой. При опускании гири происходит вдох благодаря расширению грудной клетки, освобожденной от напряжения. После смены хвата гири нагружают верхний плечевой пояс, создавая условия для выдоха. В конце замаха скорость гири стремится к нулю, что позволяет сделать короткий вдох перед подъемом. В нижней точке, при воздействии силы тяжести, делается короткий выдох, затем вдох при подрыве гири вверх. При смене хвата выполняется выдох до фиксации гири наверху. Таким образом, в рывке получается три вдоха и три выдоха за цикл [6].

При работе с гирями 16-24 кг темп выше. Дополнительный вдох-выдох в фиксации не делается. Спортсмены успевают сделать только два дыхательных цикла: опускание – вдох, замах – выдох, подрыв – вдох, фиксация – выдох.

Выполнение упражнения начинается с исходной позиции, когда гиря располагается примерно в пределах шага от стопы спортсмена. По сигналу "старт" атлет захватывает гирю прямой рукой сверху за дужку, сохраняя ноги согнутыми в коленях и не отрывая пяток от поверхности. Корпус наклонен вперед, спина прямая. Рука и корпус образуют жесткую систему, соединенную подвижно в плече [7].

В начале упражнения выполняют подготовительное движение: ноги выпрямляются, угол наклона корпуса уменьшается. Гиря, подобно маятнику, движется назад и вверх. Плечевой сустав служит точкой подвеса, а рука – связующим элементом. Достигнув верхней точки, гиря замедляется, теряя энергию и на мгновение замирая. Затем гиря начинает движение вперед и вниз, при этом ноги сгибаются в коленях, а корпус возвращается в вертикальное положение. Сгибание ног предварительно растягивает мышцы бедра, подготавливая их к мощному сокращению при подъеме гири [8].

Опускание начинается с движения гири вперед и одновременного поворота кисти (ладонь поворачивается к себе). Рука, следуя за гирей, сгибается в локте, плечо прижимается к телу. Корпус отклоняется назад, и в диапазоне от подбородка до живота выполняется перехват дужки гири сверху. Когда гиря начинает опускаться вниз, происходит ее вращение вокруг вертикальной оси за счет пронации кисти (ладонь поворачивается внутрь). Продолжая движение вниз, гиря в свободном падении выпрямляет руку и двигается по дуге вниз и назад, используя силу тяжести (по инерции) [9].

Техника рывка гири — это мощное и эффективное упражнение, которое сочетает в себе элементы кардионагрузки и силовой тренировки. Оно помогает развивать общую физическую подготовку, укреплять мышцы всего тела, особенно спины, ног и плеч, а также улучшает координацию и выносливость. Однако, чтобы избежать травм и добиться максимального результата, крайне важно соблюдать правильную технику упражнения. Основное внимание следует уделить стартовой позиции, правильному дыханию, контролю движения гири и сохранению устойчивости корпуса. Постепенное увеличение веса гири и регулярность тренировок позволят прогрессировать и улучшать свои физические показатели. Рывок гири может стать отличным дополнением к любой фитнес-программе, помогая разнообразить тренировки и поддерживать высокий уровень мотивации [10].

Несмотря на кажущуюся простоту, рывок гири таит в себе множество нюансов, от правильного хвата и положения тела до согласованности движений и контроля дыхания. Игнорирование этих аспектов может привести к травмам и снижению эффективности тренировок. Поэтому, прежде чем приступать к освоению техники рывка гири, необходимо тщательно изучить теоретические основы, проконсультироваться с опытным тренером и постепенно увеличивать нагрузку, уделяя особое внимание правильности выполнения упражнения. Только в этом случае рывок гири станет эффективным инструментом для достижения спортивных целей и укрепления здоровья.

Список источников

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения — М.: Академия, 2008.-С 12-16.
2. Кофман Л.Б., Кабачков В.А. Физическая культура и спорт: Учебник для вузов — М.: Физкультура и спорт, 2016.-С 10-12.
3. Корягин В.М. Методика обучения спортивным играм — М.: Советский спорт, 2004.-С 43-52.
4. Зинин А.Н. Теоретические основы физического воспитания и спорта — СПб.: Питер, 2010.-С 50-63.
5. Портнов Ю.М. Основы методики обучения базовым видам спорта — М.: СпортАкадемПресс, 2007.- С 70 -85.
6. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Гиревой спорт : Техника, тактика, методика обучения — М.: Академия, 2009.- С 95-100.
7. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты — М.: Советский спорт, 2012.- С 100-115.
8. Семенов С.С. Организация и проведение занятий в школе — М.: Просвещение, 2011. – С 184-190.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта — М.: Академия, 2015.- С 45-60.
10. Ермолаева С.В. Педагогическое мастерство учителя физической культуры — М.: Владос, 2013. – С 145-163.

УДК 376.42

АДАПТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ МОТОРНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

ЯРОВЫХ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ

студент

ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»
Институт естествознания и спортивных технологий

Научный руководитель: Ступницкая Мария Анатольевна

к.пс.н

ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»
Институт естествознания и спортивных технологий

Аннотация: в статье представлены результаты эксперимента по применению адаптивного плавания для коррекции моторной сферы детей с задержкой психического развития конституционального и соматогенного типа. Приведена программа занятий в воде, включающая упражнения, направленные на развитие навыка контроля позы, удержания равновесия, двигательную координацию.

Ключевые слова: задержка психического развития, адаптивное плавание, моторная сфера

ADAPTIVE SWIMMING AS A METHOD OF CORRECTING THE MOTOR SPHERE OF CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Yarovykh Maxim Sergeevich

Scientific supervisor: Stupnitskaya Maria Anatolyevna

Abstract: the article presents the results of an experiment on the use of adaptive swimming to correct the motor sphere of children with mental retardation of constitutional and somatogenic type. The program of classes in the water is given, which includes exercises aimed at developing the skill of posture control, balance, and motor coordination.

Keywords: mental retardation, adaptive swimming, motor sphere

По данным Федеральной службы государственной статистики численность детей с задержкой психического развития составляет 110,1 тысяч человек [1].

Понятие «задержка психического развития» употребляется по отношению к детям со слабо выраженной органической или функциональной недостаточностью центральной нервной системы. У этих детей нет специфических нарушений слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, тяжелых нарушений речи, они не являются умственно отсталыми. В то же время у большинства из них наблюдается незрелость сложных форм поведения, недостатки целенаправленной деятельности повышенная истощаемость, нарушение работоспособности [2].

Дети с данным нарушением сталкиваются с различными трудностями в развитии когнитивных, эмоциональных и моторных функций. Среди основных особенностей моторного развития у детей с за-

держкой психического развития можно выделить снижение координации движений, недостаточную сформированность двигательных навыков, снижение мышечного тонуса и трудности в освоении новых моторных программ. Эти особенности негативно влияют на общее физическое развитие ребёнка, его адаптационные возможности, самостоятельность и способность к социальной интеграции [3].

Одним из эффективных способов коррекции нарушений моторной сферы у данной категории детей является адаптивное плавание. Этот метод реабилитации обладает рядом преимуществ благодаря уникальному воздействию водной среды на организм. Вода снижает нагрузку на опорно-двигательный аппарат, способствует равномерному распределению мышечного тонуса, улучшает координацию движений, укрепляет мышечный аппарат и развивает пространственную ориентацию. Дополнительно, адаптивное плавание способствует сенсомоторной интеграции, что особенно важно для детей с задержкой психического развития, испытывающих трудности в обработке и интерпретации сенсорных сигналов [4].

Целью нашей работы было выявление эффективности применения адаптивного плавания для коррекции моторной сферы детей с задержкой психического развития.

Наше исследование проходило в детском бассейне «Китёнок» (г. Москва, б-р. Веласкеса, 7). В исследовании приняли участие 5 детей (3 мальчика и 2 девочки) в возрасте от 4 до 6 лет с установленным диагнозом задержка психического развития.

Таблица 1

Характеристика участников эксперимента

	Класс ЗПР	пол	возраст
1	ЗПР конституционального происхождения	ж	4
2	ЗПР соматогенного происхождения	м	5
3	ЗПР конституционального происхождения	ж	5
4	ЗПР соматогенного происхождения	м	4
5	ЗПР соматогенного происхождения	м	6

В ходе нашего эксперимента на констатирующем и контрольном этапах мы провели педагогическое тестирование состояния моторной сферы участников эксперимента. С этой целью мы использовали следующие тесты.

Шкала Озерецкого-Гейльница. Шкала включает тесты на координацию, равновесие, скорость и точность движений. Задания состоят из ходьбы по линии, балансировки, постукивания пальцами, манипуляции с мелкими предметами. Оценка проводится по балльной системе, учитывая точность, скорость, повторяемость и самостоятельность выполнения. Итоговые баллы определяют уровень моторного развития: высокий, средний или низкий.

Проба Тойбера. Цель - оценка координации движений, симметричности и согласованности работы рук, выявление моторных нарушений. Тест заключается в зеркальном рисовании: испытуемый держит в каждой руке карандаш и одновременно рисует симметричные фигуры (круги, линии, треугольники). Оценивается синхронность движений и контроль над моторикой. Анализируется точность, плавность и симметричность рисунка. Оценка проводится визуально и по балльной шкале. Значительные отклонения указывают на неврологические нарушения или недостаточную координацию.

Тест на скорость и ловкость движений. Цель - оценка скорости, координации и ловкости движений, а также способности к быстрому изменению позы без опоры на руки. Описание: ребёнок по команде садится на пол, затем максимально быстро встаёт без помощи рук. Задание выполняется несколько раз для оценки стабильности результата. Фиксируется время выполнения и оценивается техника: высокий уровень – быстрое и устойчивое вставание без потерь равновесия; средний уровень – небольшие задержки или неуверенность в движении; низкий уровень – значительные трудности, использование рук, потеря равновесия.

Наша экспериментальная программа включала следующие упражнения в воде. Статическое плавание: погружение, «поплавок», «звездочка» на груди и на спине. Динамическое плавание: движение

ног с доской на груди и на спине, плавание в полной координации на груди. Все упражнения проводились в игровой форме с элементами соревнования. Это было важно, чтобы сохранить высокую мотивацию детей к занятиям. Занятия проводились с октября по февраль по два раза в неделю, продолжительность занятия 30 минут.

Сравним результаты тестирования до и после апробации экспериментальной программы.

Таблица 2

Тест Озерецкого-Гейнитца

Тесты	Результаты «до» (n = 5)	Результаты «после»	Возрастная норма	P
Ходьба по прямой линии (м)	3,2±0,4	5,1±0,4	6,8±0,5	<0,05
Бег с изменением направления (м)	2,7±0,3	4,5±0,3	7,2±0,4	<0,05
Прыжки на месте (раз)	4,5±0,6	7,8±0,5	10,5±0,5	<0,05
Прыжки на одной ноге (раз)	2,1±0,3	4,3±0,4	6,9±0,5	<0,05
Стояние на одной ноге (с)	3,8±0,4	5,9±0,4	8,2±0,5	<0,05

Выводы по тесту Озерецкого-Гейнитца. После проведенных занятий наблюдается улучшение координации движений и развития моторных навыков. Самые заметные улучшения зафиксированы в прыжках на одной ноге, стоянии на одной ноге и движениях пальцев рук. Но, несмотря на улучшения, полученные результаты остаются заметно ниже возрастной нормы, что требует дальнейшей коррекционной работы.

Таблица 3

Проба Тойбера

Тесты	Результаты «до» (n = 5)	Результаты «после»	Возрастная норма	P
Статическая проба (закрытые глаза, стояние на месте, с руки в стороны, 30 сек)				
Отклонение туловища от вертикали (градусы)	8,4±1,2	5,2±1,0	3,2±0,5	<0,05
Двигательная нестабильность (количество отклонений)	6,5±0,8	4,2±0,6	2,1±0,4	<0,05
Потеря равновесия (количество случаев)	3,1±0,5	1,6±0,4	0,6±0,2	<0,05
Динамическая проба (ходьба по прямой с закрытыми глазами, 5 м)				
Отклонение от прямой линии (см)	27,3±3,1	18,5±2,8	8,7±1,2	<0,05
Потеря равновесия при движении (количество случаев)	2,8±0,4	1,2±0,3	0,4±0,2	<0,05

Выводы по результатам пробы Тойбера. Исходный уровень координации и равновесия у детей значительно ниже нормы. Дети испытывают заметные трудности в удержании позы стоя, особенно с закрытыми глазами. В динамическом тесте (ходьба с закрытыми глазами) выявлено значительное отклонение от прямой линии и частые потери равновесия. После проведения занятий наблюдается положительная динамика. Существенно уменьшились отклонения туловища от вертикали, что свидетельствует об улучшении контроля позы. В динамическом тесте дети стали лучше ориентироваться в пространстве, снизилось число потерь равновесия и уменьшилось отклонение от прямой линии. Несмотря на улучшения, показатели детей остаются ниже возрастной нормы. Двигательная нестабильность и ошибки в координации все еще превышают показатели возрастной нормы, особенно в динамических пробах.

Таблица 4

Тест на скорость и ловкость движений

Тесты	Результаты «до» (n = 5)	Результаты «после»	Возрастная норма	P
Быстрое вставание из положения сидя (сек)	4,8±0,6	3,2±0,5	2,3±0,4	<0,05
Количество попыток с потерей равновесия	2,6±0,4	1,1±0,3	0,7±0,2	<0,05
Нарушения координации (отметка "да/нет")	Да (100%)	Да (40%)	Нет (0%)	<0,05

Выводы по результатам Теста на скорость и ловкость движений. Изначальный уровень выполнения задания у детей с ЗПР был значительно ниже возрастной нормы. Дети выполняли упражнение медленнее, демонстрировали нестабильность и часто теряли равновесие, что указывает на недостаточный уровень двигательной координации и контроля. После курса занятий наблюдается положительная динамика. Время выполнения теста уменьшилось, снизилось количество попыток с потерей равновесия, а координация движений улучшилась. Это говорит о развитии двигательных навыков и повышении контроля над телом. Несмотря на прогресс, полное соответствие возрастной норме пока не достигнуто. Дети все еще выполняют упражнение медленнее возрастной нормы, а отдельные случаи нарушения координации сохраняются.

Полученные по всем измеряемым показателям результаты позволяют предположить, что адаптивное плавание является эффективным средством коррекции моторной сферы детей с задержкой психического развития.

Список источников

1. Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики. - Электронный ресурс, режим доступа: <https://rosstat.gov.ru/>. Дата обращения: 10.03.2025
2. Борякова Н.Ю. Клиническая и психолого-педагогическая характеристика детей с ЗПР.- Электронный ресурс, режим доступа: <https://logopedprofiportal.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/a1bea7d8dc9ab47e578f780eeb8b397e.pdf>. Дата обращения 22.03 2025
3. Бутко Г.В, Суворова О.В., Сорокоумова С.Н. Изучение двигательной сферы дошкольников с задержкой психического развития.- Электронный ресурс, режим доступа <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-dvigatelnoy-sfery-doshkolnikov-s-zaderzhkoy-psihicheskogo-razvitiya>. Дата обращения 9.03.2025
4. Булгакова Н. Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов, обучающихся по специальности 022500 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. – Электронный ресурс, режим доступа: https://academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_21015.pdf. Дата обращения 10.03.2025

УДК 370

ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ ПОСРЕДСТВОМ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА

КУЛЬМУХАМЕТОВА А. М.

ШАЯНОВА М. К.

студентки

ЮУрГГПУ

Научный руководитель: Галянт Ирина Геннадьевна

к.п.н., доцент,

ФГБУ ВО ЮУрГГПУ, Челябинск, Россия

Аннотация: В данной статье рассматривается потенциал применения театрального искусства как эффективного инструмента в обучении иностранным языкам детей дошкольного возраста. На основе анализа существующих методик и практического опыта предлагаются конкретные примеры упражнений и театральных постановок, способствующих усвоению иностранного языка в игровой и увлекательной форме.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, иностранный язык, театрализованная деятельность.

TEACHING PRESCHOOL CHILDREN FOREIGN LANGUAGES THROUGH THE USE OF THEATRICAL ART

Kulmukhametova A. M.

Shayanova M. K.

Scientific adviser: Galyant Irina Gennadevna

Annotation: This article examines the potential of using theatrical art as an effective tool in teaching foreign languages to preschool children. Based on the analysis of existing techniques and practical experience, specific examples of exercises and theatrical productions are offered that promote the learning of a foreign language in a playful and exciting way.

Keywords: preschool children, foreign language, theatrical activities.

Иностранный язык как учебная дисциплина обладает значительным образовательным, воспитательным и развивающим потенциалом. Обучение дошкольников иностранному языку способствует расширению их интеллектуальных возможностей. В современном подходе изучение языков рассматривается как развитие коммуникативных навыков, что выражается в формировании у детей способности к общению, а также приобретении языковых знаний и умений.

По мнению С. В. Коваленко преподавание английского языка может сопровождаться активным использованием театрализованных постановок. Они не только развлекают детей, но и выступают как эффективный метод обучения, способствующий развитию воображения и творческих способностей.

Театрализация воспринимается детьми как увлекательная игра, что делает ее естественной формой деятельности в дошкольном возрасте [3].

Как отмечает Н.М. Чапыева, иностранный язык обладает уникальным потенциалом для формирования у детей интереса к многообразию языков и культур мира, уважения к ним и развития коммуникативной компетентности. В связи с тем, что дошкольники зачастую не осознают иностранный язык как инструмент общения, актуальной задачей становится стимуляция интереса к нему [5].

Практика показывает, что англоязычные театральные постановки пробуждают интерес детей к театрализованной деятельности и мотивируют к изучению иностранного языка. Участие в таких постановках позволяет детям выражать себя на иностранном языке в живой, естественной манере. Эмоциональная составляющая театрального процесса создает положительную мотивацию к обучению. Таким образом, театрализованная деятельность выступает как инструмент адаптации, способствующий формированию позитивного опыта восприятия окружающего мира и подготовке детей к дальнейшей жизни.

Согласно А.Р. Бодулевой использование театральных технологий на занятиях по иностранному языку позволяет объединить различные виды творческой активности учащихся, улучшить усвоение материала, развить навыки выразительного чтения и целостного восприятия образов и явлений, учитывая как словесные, так и невербальные аспекты. Это, в свою очередь, обогащает речевую культуру учащихся [1].

Эффективное использование театральных методик в образовательном процессе требует от педагога глубокого понимания театральной педагогики и умения объективно оценивать результаты своей работы. Так, И.Г. Галянт обращает внимание на сформированность профессиональных компетенций современного педагога, способного к организации художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста. Сегодня, развитие ребенка средствами искусств играет значительную роль в развитии детского творчества и успешной подготовленности ребёнка к обучению в школе [2].

Д. И. Степнова утверждает, что театрализованные занятия английского – это не просто развлечение, а сочетание игры и искусства театра. Роль становится эффективным инструментом обучения, когда она подобрана с учетом учебных целей, личности и потребностей ученика. Педагог должен понимать интересы и предпочтения каждого, чтобы предложить роль, которая будет наиболее комфортна и полезна [4].

Важно учитывать и психологические особенности детей. На первых этапах ролевых игр лучше предлагать роли, соответствующие темпераменту. Развивать уверенность и преодолевать застенчивость стоит постепенно, после того как ученик освоится в ролевом общении. Играя разных персонажей, дети учатся различным моделям поведения в обществе. Практики показывают, что театрализованные постановки эффективно помогают усваивать программный материал по английскому языку. Они создают ситуации, когда желание говорить превышает языковые возможности ребенка. Театрализация, включая ознакомление, тренировку и применение материала, отличается повышенной мотивацией учеников. Контроль и коррекция происходят в формате «режиссер-актер», а не «учитель-ученик».

Дети, исполняя роли, раскрепощаются и не боятся ошибок, воспринимая их как часть образа персонажа. Подготовка к спектаклю включает изучение нового лексического материала через семантические и фонетические ассоциации, игры и включение новых слов в существующие речевые конструкции. Учащиеся знакомятся со словами всех персонажей, что позволяет задействовать в постановке всех детей группы, создавая несколько актерских составов.

Например, мини-сценки для закрепления новых слов. Представьте себе зоомагазин, где выставлены изображения различных животных, доступных для покупки. Ученики по очереди входят в магазин и совершают покупки. Один ученик берет на себя роль продавца зоомагазина, надев соответствующий костюм, а остальные играют покупателей, которым нужны животные.

Пример диалога:

P1 (Покупатель): Good morning!

P2 (Продавец): Good morning to you!

P1: I'm looking for a rabbit. Do you have any in stock?

P2: Absolutely, we do! Here's one for you.

P1: Perfect! Thank you so much.

P2: My pleasure!

P1: Do you perhaps have a green parrot as well?

P2: I'm sorry, but we're currently out of green parrots.

P1: Alright, I'll check back another time then. Goodbye.

Также практика для детей в детском саду по изучению иностранного языка посредством применения театрального искусства может проходить с помощью подобных сценок: Один ребенок надевает костюм гусеницы. Учитель показывает картинку с днем недели, например «Monday». Гусеница говорит: «On Monday, I ate one apple» (и показывает картинку с яблоком). Учитель показывает картинку с днем недели «Tuesday». Гусеница говорит: «On Tuesday, I ate two pears» (и показывает картинки с двумя грушами). Продолжить с остальными днями недели и едой. (Можно использовать только несколько дней и фруктов/сладостей). После того, как гусеница «съела» много еды, она говорит: «I have a tummy ache!». Затем гусеница «засыпает» и превращается в бабочку.

Таким образом, можно заключить, что использование театрализованной деятельности делает урок более увлекательным и разнообразным. Такой формат обучения способствует развитию творческих способностей, умению аргументировать свою точку зрения и мыслить самостоятельно. Театрализация на уроках иностранного языка помогает учащимся структурировать материал, развивать нестандартное мышление, а также формирует интерес к творчеству и самостоятельному обучению.

Список источников

1. Бодулева А. Р. Использование театральных технологий в процессе обучения иностранному языку / А. Р. Бодулева, В. В. Сайпушева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2021. — № 4 (346). — С. 332-333.
2. Галянт И. Г. Формирование профессиональных компетенций педагога в организации художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста / И. Г. Галянт // Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров. Материалы XXII Международной научно-практической конференции. — Челябинск, 2021. С. 145-149.
3. Коваленко С. В. Обучение дошкольников иностранному языку посредством применения театрального искусства (из опыта работы) / С. В. Коваленко. — Текст: непосредственный // Образование и воспитание. — 2018. — № 2 (17). — С. 26-27.
4. Степнова Д. И. Театрализованная игра как эффективное средство обучения английскому языку детей дошкольного возраста / Д. И. Степнова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 49 (235). — С. 297-300.
5. Чапыева Н. М. Театрализованная деятельность и английский язык в развитии речи дошкольников / Н. М. Чапыева – Текст: – непосредственный // ГОУ ВО МО «Государственный гуманитарно-технологический университет» - 2025.

УДК 370

РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО МЫШЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ТЕАТРАЛИЗОВАННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

НАЗАРОВА АРИНА СЕРГЕЕВНАстудент
ЮУрГГПУ*Научный руководитель: Галянт Ирина Геннадьевна**к.п.н., доцент,
ФГБУ ВО ЮУрГГПУ Челябинск, Россия*

Аннотация: В данной статье рассмотрена проблема развития пространственного мышления детей дошкольного возраста. Выделяются характерные особенности театрализованной деятельности как особой формы развития ребёнка, способствующей формированию пространственной ориентировки. Представлен план работы с детьми дошкольного возраста по развитию пространственного мышления с использованием театрализованной деятельности.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, развитие, пространственное мышление, театр.

THE DEVELOPMENT OF SPATIAL THINKING IN PRESCHOOLERS THROUGH THEATRICAL ACTIVITIES

Nazarova Arina Sergeevna*Scientific supervisor: Galyant Irina Gennadievna*

Annotation: This article examines the problem of the development of spatial thinking in preschool children. The characteristic features of theatrical activity as a special form of child development, contributing to the formation of spatial orientation, are highlighted. A plan of work with preschool children on the development of spatial thinking using theatrical activities is presented.

Keywords: preschool children, development, spatial thinking, theater.

Формирование пространственных представлений детей дошкольного возраста является одной из актуальных проблем дошкольной педагогики. Современный мир предъявляет человеку особые требования. Связь человека с обществом и культурой становится всё более тесной. Молодому поколению важно научиться воспринимать и понимать окружающую действительность, осознавать себя в её пространстве. Необходимо учить детей ориентировке в пространстве, так как формирование пространственных представлений является важным условием познания окружающего мира, а также одной из важных задач при подготовке к школе и дальнейшей жизни.

Проблемы формирования пространственных представлений у детей рассматривали такие известные педагоги-исследователи, как Т.И. Ерофеева, Л.Н. Павлова, В.П. Новикова, А.М. Леушина, А.А. Столяр и др.

А.М. Леушина в своем учебном пособии писала о том, что способность человека ориентироваться в пространстве включает в себя не только восприятие величины и форм объектов, но и восприятие

различных пространственных признаков и отношений между предметами. Пространственная ориентация как понятие охватывает такие умения как оценка расстояний, анализ форм и размеров предметов, определение их взаимного положения и положения относительно собственного тела. В более узком смысле данное понятие используется для обозначения способности ориентироваться на конкретной местности [3].

Сложнейший механизм развития пространственных представлений складывается в самом раннем детстве и формируется постепенно. Восприятие и переработка пространственных характеристик является одной из наиболее сложных форм восприятия действительности. Но это является необходимым условием адаптации, поскольку человек существует в упорядоченном мире объектов, происходящих одно за другим явлений, построенных определенным образом фраз.

В.А. Кручинин выделил следующие взаимодействующие факторы в формировании пространственных представлений:

1. Определение формы и размера предметов.
2. Осознание своего положения по отношению к другим предметам.
3. Определение расположения предметов относительно друг друга.
4. Использование ориентиров или точек отсчёта в пространстве.
5. Использование органов чувств для получения информации об окружающем пространстве

[2].

Театрализованная деятельность является эффективным инструментом в формировании пространственных представлений. Также театрализованная деятельность выступает как средство всестороннего развития личности ребенка дошкольного возраста. Ее разностороннее влияние на детское восприятие осуществляется через речь, движение, изобразительное искусство и музыку. Благодаря увлекательности театральных форм дошкольники сохраняют высокую концентрацию внимания, что стимулирует их интеллектуальную активность и способствует быстрому прогрессу в развитии творческих способностей.

Так, Е.В. Мигунова отмечает, что в основе театрального искусства лежит игра, особенность которой состоит в том, что она создаёт условия для развития воображения у детей в наглядно-пространственных и действенных формах с предметами-заместителями, осуществляя символизацию. Игровой феномен способствует формированию уровней эмоций, переживаемых ребенком в процессе игры, а также в ходе принимаемых на себя театральных ролей. Моделирование межличностных отношений является формой пространственного мышления в коммуникации [4].

Исследователь И.Г. Галянт рассматривает театрализованную деятельность как вид культурной практики, которая представляет возможности поликультурного, социокультурного воспитания и творческого взаимодействия педагога и ребёнка. Для педагога важно при этом установить партнёрские отношения, условия доверия с целью повышения мотивации детей к театрализованной деятельности для развития инициативы, самостоятельности и ответственности за совместное культурное дело. Пространственные представления ребёнка в данном творческом процессе связаны с умением ориентироваться в пространстве сцены, умением входить в словесные и двигательные коммуникации с персонажами. А также умения взаимодействовать посредством выразительных художественных средств [1].

Мы предлагаем примерный план работы с детьми дошкольного возраста для воспитателей и педагогов по развитию пространственного мышления с использованием театрализованной деятельности.

Развитие пространственного мышления помогает представить сюжет литературного произведения, как наяву. Использование элементов театрализации также способствует расширению кругозора и повышению познавательного интереса. Навыки, полученные в театрализованных играх, дети могут использовать в повседневной жизни. В результате регулярного участия в театрализованной деятельности ребенок становится более уверенными в ориентации в пространстве, что положительно сказывается на общей подготовке к дальнейшему обучению.

Сроки	Вид деятельности	Задачи
Сентябрь-октябрь	Настольный театр по сказкам «Репка», «Под грибом»	Закрепление умения определять расположение предметов в пространстве (справа-слева, впереди-сзади, под-над, между)
Ноябрь-декабрь	Театр на фланелеграфе по сказкам «Этажи леса», «Три поросенка»	Моделирование сказки, развитие умения пространственной ориентировки на плоскости
Январь	Пальчиковый театр по сказке «Как муравьишка домой спешил»	Закрепление умения рассчитывать маршрут
Февраль	Драматизация сказки «Колобок»	Отработка умения ориентироваться в конкретной обстановке
Март	Моделирование математической сказки «Белочка и геометрические фигуры»	Закрепление знаний о геометрических фигурах, о форме и соотношении фигур с предметами окружающей среды
Апрель	Обыгрывание адаптированного сюжета «Остров сокровищ» с использованием карты-схемы	Развитие пространственных отношений (справа-слева, вверху-внизу, выше-ниже), формирование умения ориентироваться с помощью карты

В заключении можно резюмировать, что использование театрализованной деятельности для формирования пространственных представлений является актуальной проблемой в современной дошкольной педагогике. Театрализованная деятельность позволяет решать широкий спектр образовательных задач: от художественного и нравственного воспитания до развития памяти, воображения, коммуникативных навыков и пространственных представлений, позволяющих человеку успешно адаптироваться в окружающем мире. Также она является эффективным инструментом развития пространственного мышления у детей дошкольного возраста при соблюдении ряда условий: систематическом включении в образовательный процесс, учёте возрастных и психологических особенностей дошкольников, а также создании благоприятной психолого-педагогической среды. Театрализованная деятельность может рассматриваться как комплексный инструмент развития дошкольников, способствующий формированию пространственного мышления и всестороннего развития личности ребёнка.

Список источников

1. Галянт И.Г. Организация креативных практик в социокультурном пространстве детей / И.Г. Галянт // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2020, №3 (156). С.35-45
2. Кручинин В.А. Психология развития и возрастная психология / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова. – Нижний Новгород: Изд-во ННГАСУ, – 2016. – 219 с.
3. Леушина А.М. Формирование элементарных математических представлений у детей дошкольного возраста / А.М. Леушина. – Москва: Просвещение, – 1974. – 368 с.
4. Мигунова Е.В. Организация театрализованной деятельности в детском саду: Учеб.-метод. пособие; НовГУ имени Ярослава Мудрого / Е.В. Мигунова. – Великий Новгород, 2006. – 126 с.

УДК 370

РЕАЛИЗАЦИЯ ДИДАКТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ХИМИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА В СТАРШЕЙ ШКОЛЕ

ЯНДЮК ВАЛЕРИЯ ВЛАДИМИРОВНА

бакалавр 5 курса
кафедра теории и методики биологического образования
Академия биологии и биотехнологии им. Д. И. Ивановского
Южный федеральный университет
г. Ростов-на-Дону, Российская федерация

Научный руководитель: Романова Ольга Викторовна

к. п. н., доцент
кафедра теории и методики биологического образования
Академия биологии и биотехнологии им. Д. И. Ивановского
Южный федеральный университет
г. Ростов-на-Дону, Российская федерация

Аннотация: В данной статье рассматривается анализ функций химического эксперимента в повышении качества и эффективности обучения химии в старшей школе. Особое внимание акцентируется на процесс формирования универсальных учебных действий учащихся образовательного учреждения.

Ключевые слова: химический эксперимент, метод обучения химии, средство познания химических процессов, функции эксперимента, практические и лабораторные работы, химические реактивы, приборы и оборудование, анкетирование, тестирование, педагогическое наблюдение, школьники.

IMPLEMENTATION OF THE DIDACTIC FUNCTIONS OF A CHEMICAL EXPERIMENT IN HIGH SCHOOL

Yanyuk Valeria Vladimirovna

Scientific supervisor: Romanova Olga Viktorovna

Annotation: This article examines the analysis of the functions of chemical experiment in improving the quality and effectiveness of teaching chemistry in high school. Particular attention is paid to the process of forming universal educational actions of students of the educational institution.

Key words: chemical experiment, method of teaching chemistry, functions of the experiment, practical and laboratory work, chemical reagents, devices and equipment, questionnaires, testing, pedagogical observation, schoolchildren.

Школьный учебный предмет «Химия» занимает важнейшую роль в формировании правильных и четких представлений ребенка о естественнонаучной картине мира, формирует развитие личности в системе образования через учебные действия. Чтобы процесс формирования данных представлений протекал правильно, последовательно и мог заинтересовать современного школьника, обучение химии должно включать эффективные средства и методы обучения и опираться на интересы самого ученика.

В ФГОС прописаны следующие требования к предмету «химия» на уровне основного общего образования: формирование понятия о веществах, их свойствах и превращениях, овладение понятийным аппаратом и символическим языком химии, а также основами химической грамотности, то есть безопасного обращения с химическими реактивами на уроках химии и в быту; умение устанавливать причинно-следственные связи между наблюдаемым процессом и причиной этого явления и т.д. [4, с. 137].

Химия является естественной теоретико-экспериментальной наукой. Поэтому ее преподавание в школе невозможно представить без проведения эксперимента. Выполняя опыты, школьник учится наблюдать, концентрировать свое внимание на отдельных явлениях и процессах, выдвигать гипотезу, сравнивать, обобщать, анализировать, делать выводы. Также химический эксперимент в школе способствует развитию индивидуумов работать в группе, формулировать и выражать свои мысли. Помогает овладеть общими методами работы и умением решать различного рода задачи. Именно школьный химический эксперимент является связывающим звеном между теоретическими знаниями и практикой.

Цель нашей работы – проанализировать основные функции эксперимента в обучении химии в старшей школе и теоретически обосновать необходимость систематического его включения в учебный процесс. На этой основе разработать методику проведения практических и лабораторных работ в соответствии с программой подготовки старшеклассников.

В педагогической практике ученые выделяют следующие функции школьного химического эксперимента:

1. Информационная функция. Осуществляется в случае, когда эксперимент является первоисточником знаний. Именно из эксперимента старшеклассники узнают о свойствах, составе и превращениях веществ.

2. Эвристическая функция обеспечивает установление фактов, служит активным средством формирования эмпирических понятий, закономерностей и выводов.

3. Корректирующая функция позволяет выявить пробелы в теоретическом освоении материала, вовремя вмешаться в процесс и исправить ошибки, совершаемые школьниками.

4. Исследовательская функция способствует освоению методов научно-исследовательского познания. То есть развитие практических методов и навыков, связанных с синтезом веществ, изучением их свойств и состава, умением осуществлять поиск знаний и их анализ по изучаемому объекту.

5. Критериальная функция проявляется в том случае, если на практике необходимо доказать выдвинутую гипотезу. В процессе обучения химии учащиеся должны видеть, что теоретическое суждение можно проверить на практике, выполнив химический эксперимент.

6. Мировоззренческая функция позволяет сформировать объективную, действительную картину мира школьников. От того, насколько правильно поставлен химический эксперимент зависит формирование у учащихся научного мировоззрения [3, с. 81-85].

Все эти функции реализуются при проведении основных видов химического эксперимента. Перечислим их.

Демонстрационный эксперимент. Этот эксперимент проводится учителем. К задачам эксперимента этого вида относят: познакомить учащихся с химическим оборудованием, раскрыть сущность химических явлений; продемонстрировать безопасную работу, хорошую видимость для каждого смотрящего, наглядность, правильную технику проведения опыта, убедительность, кратковременность, доступность для понимания.

Ученические опыты подразделяют на лабораторные опыты, лабораторные работы и практические работы. Лабораторный опыт – это эксперимент, проводимый учащимся под контролем учителя, направлен на изучение одного определенного свойства или явления изучаемого вещества. Лабораторные работы также выполняются учащимися под наблюдением учителя, но служат для изучения вещества с разных сторон. Они проводятся при изучении нового материала и направлены на получение новых знаний.

Практические работы направлены на усовершенствование, закрепление, систематизацию полученных знаний и навыков. Проводятся в конце изучаемой темы. Подразделяются на два вида: проводимые по инструкции и экспериментальные. Инструкция представляет собой поэтапный план выполне-

ния химического эксперимента. В экспериментальных школьных химических экспериментах инструкция отсутствует, в них имеются только условия. Учащимся предлагается самостоятельно разработать и осуществить план решения полученной задачи.

Домашний химический эксперимент выполняется дома и не требует специальных установок, а все реактивы можно приобрести в хозяйственных магазинах и аптеках. Такой эксперимент позволяет закрепить не только отработанные в школе практические знания и умения, но и почувствовать учащегося себя настоящим испытателем-исследователем. Это способствует развитию познавательной и творческой деятельности индивидуума, формируя предметные учебные действия [1, с. 71–74].

Для реализации цели нашего исследования мы провели педагогический эксперимент, который состоял из двух этапов: констатирующего и формирующего. Охарактеризуем каждый из них подробно.

Целью первого этапа являлось определение отношения учащихся к использованию в учебном процессе химического эксперимента, его влияние на интерес к предмету и качество знаний.

Первый этап опытно-экспериментальной работы осуществлялась на базе МБОУ «Школа № 24» г. Ростова-на-Дону в середине учебного года в 3 четверти. Чтобы охватить большее количество респондентов в исследовании принимала участие вся параллель из четырех 9-х классов: всего 82 учащихся. Педагогическая диагностика проводилась в форме анкетирования. Анкета выявила отношение учащихся к использованию в обучении учебного эксперимента на уроках химии.

Анализ результатов анкет показал, что для учащихся 9-х классов всей параллели учебный эксперимент вызывает интерес, и процентное содержание ответов на первый и второй вопросы указывает на то, что учащимся хочется, чтобы эксперименты по разным учебным дисциплинам проводились как можно чаще.

Вместе с этим было выявлено, что химический эксперимент осуществляется не на каждом занятии, когда предусмотрена лабораторная или практическая работа на уроках химии. Так на вопрос № 3 «Осуществляется ли на ваших уроках химии эксперимент?» половина учащихся ответила, что эксперимент вообще не проводится или проводился иногда.

Последующие вопросы в анкете были направлены на выяснение, как учебный эксперимент влияет на уровень теоретических и практических знаний учащихся при подготовке и в ходе выполнения лабораторных работ. Так на вопрос «Понятнее ли вам становится материал урока, когда он осуществляется с помощью эксперимента?» большинство учащихся 9-х классов всех параллелей ответили «Да». На вопрос «Возникают ли у вас трудности при подготовке и проведении эксперимента?» большинство обучающихся отвечали, что не уверены в правильности при подготовке к эксперименту или его проведении.

На основе полученных результатов можно сделать вывод, что учащиеся 9-х классов заинтересованы уроками, проводимыми с использованием учебного эксперимента. Эксперимент повышает интерес учащихся к предмету, теоретические знания становятся более понятными. Но появляются сложности с подготовкой и выполнением лабораторных опытов. Возможно, причина этому кроется в том, что с учащимися практически не проводятся учебные эксперименты, лабораторные и практические работы на уроках химии.

Реализовать дидактические функции химического эксперимента можно через организацию лабораторных и практических работ в старшей школе. Для этого нами была проанализирована федеральная рабочая программа для учащихся 10-х классов базового уровня на предмет использования на уроках демонстрационных опытов, практических и лабораторных работ. В ней предусмотрены только 2 практические работы и небольшое количество демонстрационных опытов. Для более качественного усвоения материала нами разработано содержание нескольких лабораторных и практических работ и дополнена ими программа 10 класса.

В федеральной рабочей программе 10 класса в разделе «Азотсодержащие органические соединения» предусмотрено изучение белков: Белки как природные высокомолекулярные соединения. Первичная, вторичная и третичная структура белков. Химические свойства белков: гидролиз, денатурация, качественные реакции на белки. В программе предусмотрены демонстрационные опыты, но эту тему можно легко перевести в лабораторную работу [2, с. 51-55].

Лабораторная работа «Белки. Свойства белков»

Цель: экспериментальное знакомство с важнейшими химическими свойствами белков: растворимость в воде, необратимая денатурация, качественные реакции; отработка навыков экспериментальной работы, соблюдая правила техники безопасности.

Оборудование и реактивы: штатив с пробирками, держатель для пробирок, спиртовка, спички, мерный цилиндр, раствор гидроксида натрия (10-12 %), раствор сульфата меди (II), водный раствор яичного белка, насыщенный раствор ацетата свинца, насыщенный раствор сульфата меди (II), концентрированная азотная кислота, концентрированная соляная кислота, концентрированная серная кислота, насыщенный раствор сульфата аммония, этиловый спирт, концентрированный раствор гидроксида натрия, раствор ацетата свинца.

Опыт 1. Приготовление раствора белка

Для приготовления раствора яичного белка из куриного яйца удаляют желток, белок помещают в колбу и туда же добавляют 100 мл дистиллированной воды. После перемешивания белок готов для химических реакций.

Для опытов с белками можно взять молоко, творог или другие молочные продукты.

Опыт 2. Свертывание белков при нагревании.

Налейте в пробирку 2-3 мл раствора белка и нагрейте в пламени спиртовки до кипения. Что при этом наблюдается? Чем можно объяснить это явление? Содержимое пробирки разбавьте водой. Растворится ли осадок, если нет, то почему?

Ответ: наблюдали выпадение осадка, что свидетельствует о процессе денатурации белка. Денатурация – это изменение вторичной, третичной и четвертичной структуры белка. Денатурацию вызывают различные факторы, например изменение температуры.

Полученный осадок не растворяется ни при охлаждении, ни при разбавлении водой, т. е. реакция является необратимой.

Опыт 3. Осаждение белков солями тяжелых металлов

В две пробирки налейте по 1-2 мл раствора белка и медленно, по каплям, при встряхивании прилейте в одну из них насыщенный раствор сульфата меди (II), а в другую – насыщенный раствор ацетата свинца. Что наблюдается? Затем содержимое пробирок разбавьте большим количеством воды. Что наблюдается при этом? Сделайте вывод о действии солей тяжелых металлов на белок.

Ответ: данный опыт иллюстрирует применение белка как противоядия при отравлении солями тяжелых металлов. Белок осаждает тяжелые металлы из водных растворов. Т. к. ионы тяжелых металлов являются токсичными для человека, это позволяет применять некоторые белки в качестве противоядий при отравлении солями тяжелых металлов.

Осаждение белков солями тяжелых металлов необратимо. Однако некоторые из таких осадков, в частности, полученные в условиях описанного опыта, растворяются в избытке осадителя – раствора соли меди или свинца – в результате пептизации осадка адсорбирующимися на его частицах ионами.

По разделу «Кислородосодержащие органические вещества. Спирты» можно разработать практическую работу «Химические свойства спиртов». Цель: обобщить сведения о классе органических соединений «Спирты», выполнить практическую работу по изучению свойств спиртов, развивать умение анализировать, делать выводы, ориентировать на формирование жизненных ценностей, одним из которых является здоровье.

Основные этапы занятия:

- актуализация общих сведений о спиртах;
- выполнение опыта «Взаимодействие спирта с натрием»;
- просмотр видеороликов опытов, характеризующих химические свойства спиртов.

Опыт 1. Взаимодействие спирта с натрием

В пробирку с 2-3 мл спирта кладут 1-2 небольших кусочка натрия, закрывают пробкой с оттянутой на конце газоотводной трубкой и после вытеснения воздуха поджигают водород. Если натрий не прореагировал полностью, то добавляют еще спирта. Каплю полученного раствора этилата натрия C_2H_5ONa на стеклянной пластине испаряют над пламенем.

После охлаждения к сухому этилату натрия добавляют каплю спиртового раствора фенолфталеина. Не наблюдается изменения окраски. Если добавить каплю воды, то вследствие гидролиза этилата натрия образуется щелочь и появляется малиновая окраска.

Далее учитель рекомендует посмотреть видеоролики опытов, характеризующие химические свойства спиртов и сделать выводы.

1 Горение спиртов <https://youtu.be/4uU3tGqbyQw>. Запишем реакции горения для спиртов:

1. $2\text{CН}_3\text{ОН} + 3\text{O}_2 = 2\text{CO}_2 + 4\text{H}_2\text{O}$ – реакция горения метанола сопровождается бесцветным пламенем;

2. $\text{C}_2\text{H}_5\text{ОН} + 3\text{O}_2 = 2\text{CO}_2 + 3\text{H}_2\text{O}$ – горение этанола, голубоватый цвет пламени;

3. $2\text{C}_2\text{H}_4(\text{ОН})_2 + 5\text{O}_2 = 4\text{CO}_2 + 6\text{H}_2\text{O}$ – горение этиленгликоля, голубой цвет пламени;

4. $2\text{C}_3\text{H}_5(\text{ОН})_3 + 7\text{O}_2 = 6\text{CO}_2 + 8\text{H}_2\text{O}$ – горение глицерина, пламя яркое, коптящее.

Делаем вывод о том, что органические спирты участвуют в реакциях горения, при этом их можно отличить по цвету пламени. Реакции экзотермические.

Далее нами была проведена оценка влияния химического эксперимента на развитие предметных учебных действий и повышения качества обучения химии методом тестирования. По окончании изучения раздела «Азотсодержащие органические соединения. Белки» нами было проведено тестирование учащихся двух 10-х классов разных школ: МБОУ «Школа № 24» (24 старшекласника) и МБОУ «Школа № 21» (22 старшекласника). В МБОУ «Школа № 24» мы проводили дополнительные лабораторную и практическую работы. МБОУ «Школа № 21» училась по федеральной рабочей программе, где было больше теоретического обучения и минимум эксперимента.

Рассмотрим более подробно результаты тестирования. С первой частью заданий базового уровня справились практически все учащиеся двух 10-х классов примерно одинаково, во второй части результаты оказались другие: учащиеся 10-го класса МБОУ «Школа № 21» справились хуже, только 22,7% старшекласников ответили полностью верно на все 5 вопросов, в то время как в МБОУ «Школа № 24» - 58% учащихся. В третьей части результаты еще больше различались: среди учащихся 10-го класса МБОУ «Школа № 21» взялись за решение 31,8% детей, из них только 1 человек ответил практически правильно, остальные или не решились или сделали многочисленные ошибки в ответах. В то же время в МБОУ «Школа № 24» почти все учащиеся начали решать третью часть и 16,6% ответили верно, а еще 41,7% сделали минимальные ошибки. Третья часть как раз была направлена на проверку практических знаний учащихся, которые могут быть сформированы только в результате практических и лабораторных работ. Проверяемые знания закрепляются в виде теоретических только через наглядный химический эксперимент, сделанный своими руками.

Причину таких результатов мы видим в одном – теоретическом изучении исследуемой темы не подкрепленное практическими навыками.

Выводы

1. Химический эксперимент – важный источник знаний. В сочетании с техническими средствами обучения он реализует все основные функции обучения химии, способствуя более эффективному овладению знаниями, умениями и навыками, и позволяет формировать весь комплекс предметных и универсальных учебных действий. Но при этом учителя мало используют учебный эксперимент на своих уроках.

2. Анализ наблюдений за учащимися во время занятий, результаты анкетирования позволили сделать вывод, что школьникам интересно обучаться химии с помощью химического эксперимента. Химический эксперимент не заменяет теоретическое обучение, а органично дополняет и расширяет его, т.к. это, прежде всего, вид учебной деятельности. Применение химического эксперимента на уроках химии в старшей школе способствует более полному и глубокому пониманию изучаемого материала и формированию у них умения работать с химическими веществами и реакциями. Таким образом, его использование является необходимым условием качества обучения химии.

Список источников

1. Балаев Л.И. Домашние практические задания // Химия в школе, 2010. – № 3. – С. 71–74.
2. Елизарова Е.И. Урок химии. 10 класс. Тема: «Белки», 2010. - С. 51-55 – URL: <https://infourok.ru/urok-himii-po-teme-belki-10-klass-5320901.html> (дата обращения: 17.02.2025).
3. Злотников Э.Г. Химический эксперимент в условиях развивающего обучения // Химия в школе, 2001. – № 2. – С. 81-85.
4. Карбанова О.А. Что такое универсальные учебные действия и зачем они нужны. Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – Санкт-Петербург, 2010. – 137 с.

УДК 370

РАЗВИТИЕ СЛУХА И РИТМА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ИВЛЕВА АНАСТАСИЯ НИКИТИЧНА

студентка
ЮУрГГПУ

Научный руководитель: Галянт Ирина Геннадьевна

*к.п.н., доцент,
ФГБУ ВО ЮУрГГПУ Челябинск, Россия.*

Аннотация: в статье рассмотрены вопросы развития слуха и ритма у детей дошкольного возраста. Изучены теоретические аспекты изучения проблемы. Предлагаются рекомендации по организации музыкальных и театрализованных игр в дошкольной образовательной организации, влияющих на развитие детей.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, музыкальные и театрализованные игры, развитие слуха, развитие ритма.

DEVELOPMENT OF HEARING AND RHYTHM IN PRESCHOOL CHILDREN

Ivleva Anastasiya Nikitichna

Scientific supervisor: Galyant Irina Gennadievna

Abstract: The article examines the development of hearing and rhythm in preschool children. The theoretical aspects of the problem are studied. Recommendations are offered for organizing musical and theatrical games in a preschool educational organization that affect the development of children.

Key words: preschool children, musical and theatrical games, hearing development, rhythm development.

Развитие слуха и ритма у детей дошкольного возраста является важной составляющей музыкального образования. Слух — это способность воспринимать звуки, различать их по высоте, громкости и тембру. Н.В. Громова считает, что дети, обладающие хорошим слухом, легче осваивают музыкальные инструменты и быстрее развивают музыкальные способности [2]. Ритм, в свою очередь, представляет собой организацию звуков во времени. Он является важным элементом музыки и помогает детям развивать координацию движений и чувство времени. А.И. Смирнова пишет, что ритмические игры способствуют улучшению моторики и концентрации внимания, что подтверждается исследованиями в области психологии и педагогики [5]. Развитие ритмического чувства можно считать одним из самых сложных направлений в работе музыкального руководителя. Как один из первоэлементов в музыке ритм отражает ее эмоциональное содержание и динамическую напряженность, а авторские ремарки — характер движения музыки.

По мнению И.Г. Галянт, развитие слуха и ритма у детей связано с их эмоциональным и социальным развитием. Музыка и ритмические игры способствуют формированию положительных эмоций, что влияет на общую атмосферу в группе. Дети, участвующие в музыкальных играх, учатся работать в команде, развивают навыки общения и учатся выражать свои чувства [1].

С помощью музыки можно воспроизводить окружающую нас действительность в звуковых обра-

зах. Воздействие музыки положительно сказывается на эмоциональном состоянии детей, улучшает педагогический процесс, концентрирует внимание, память, восприятие, поддерживает работоспособность.

Т.В. Иванова отмечает, что занятия музыкой также способствуют развитию памяти и внимания. Дети, которые регулярно занимаются музыкой, показывают лучшие результаты в обучении и имеют более высокие когнитивные способности [3]. Важно отметить, что музыкальные игры могут быть использованы как средство для преодоления стресса и повышения самооценки у детей.

Большое внимание развитию чувства музыкального ритма через игру у детей уделял в своей работе немецкий педагог-музыкант Карл Орф. Он явился создателем системы ритмического воспитания на основе звучащих жестов: притопов, хлопков, стуков, щелчков и т.д. Эти жесты автор рассматривал как одно из средств освоения ритма в движении. Что в свою очередь позволило развить координацию движений, воспитать реакцию. Музыкально-двигательные игры помогают детям улучшать общую моторику, формировать восприятие и внимание, формировать схему тела. Содержание музыки помогает упорядочить характер и темп движения ребёнка.

Для развития слуха и ритма у детей дошкольного возраста используются такие музыкальные игры, как «Угадай звук», «Звуковая шкатулка», «Повторяй за мной», «Ритмические палочки» и др.

1. Игра «Угадай звук»: воспитатель воспроизводит различные звуки (например, звуки природы, музыкальные инструменты) и предлагает детям угадать, что это за звук. Эта игра развивает слуховое восприятие и внимание.

2. Игра «Звуковая шкатулка»: в шкатулке находятся различные предметы, издающие звуки (барабан, колокольчик, погремушка). Дети по очереди достают предмет и воспроизводят его звук, а остальные должны угадать, что это за предмет. Игра развивает слух и ассоциативное мышление.

3. Игра «Повторяй за мной»: воспитатель выполняет ритмичные движения (например, хлопки, топание) под музыку, а дети повторяют за ним. Эта игра развивает чувство ритма и координацию движений.

4. Игра «Ритмические палочки»: дети получают палочки и должны создавать ритмические рисунки, следуя за музыкой. Это упражнение помогает развивать ритмическое восприятие и творческие способности.

Интеграция музыкальных и театральных элементов в образовательный процесс дошкольного возраста представляет собой эффективный подход к развитию слуха и ритма у детей. Музыка и театр, будучи искусствами, способствующими эмоциональному и творческому развитию, могут значительно обогатить опыт детей, сделать обучение более увлекательным и многогранным. Рассмотрим игры, которые объединяют музыкальные и театральные элементы, способствуя развитию слуховых и ритмических навыков у дошкольников.

1. Театрализованная игра «Музыкальные персонажи»: дети выбирают музыкальные инструменты и создают персонажи, которые соответствуют звукам, которые они издадут. Это развивает не только слух и ритм, но и воображение и актерские навыки. Например, барабан может представлять медведя, а флейта — птицу. Цель: развивать слуховое восприятие, креативность и актерские навыки. Дети учатся ассоциировать звуки с образами и движениями.

2. Игра «Музыкальный поезд»: дети становятся «вагонами» поезда и двигаются под музыку, следуя ритму. Воспитатель может менять скорость музыки, что помогает детям адаптироваться к различным ритмическим условиям.

3. Игра «Танец под музыку»: воспитатель включает музыку, а дети танцуют, изображая различные животные или персонажи. По команде воспитателя они должны замереть в определенной позе, соответствующей выбранному персонажу.

4. Игра «Звуковая сказка»: дети создают сказку, в которой каждый персонаж имеет свой звук (например, колокольчик для феи, барабан для тролля). Воспитатель помогает им с сюжетом, а дети иллюстрируют его звуками и движениями.

Как считает Е.С. Петрова, интеграция музыкальных и театральных элементов в процессе развития слуха и ритма у детей дошкольного возраста через музыкальные игры является эффективным ме-

тодом, способствующим всестороннему развитию ребенка. Такие игры не только развивают музыкальные способности, но и способствуют эмоциональному, социальному и креативному развитию [4]. Воспитатели и родители могут использовать предложенные игры для создания увлекательной и образовательной среды, в которой дети смогут развивать свои таланты и навыки.

Музыкальные игры могут быть разнообразными: от пения песен и игры на музыкальных инструментах до игр с музыкальными игрушками и танцев. Для проведения музыкальных занятий можно использовать разнообразные инструменты и материалы: от игрушек и предметов из быта до специальных музыкальных инструментов и оборудования. Важно подбирать материалы, которые будут соответствовать целям и задачам занятий, а также учитывать пожелания и интересы детей.

Развитие слуха и ритма у детей дошкольного возраста через музыкальные и театрализованные игры является важной частью их общего развития. Музыкальные и ритмические занятия способствуют не только формированию музыкальных навыков, но и развитию эмоционального интеллекта, социальных навыков и когнитивных способностей. Воспитатели могут использовать разнообразные игры и упражнения, чтобы сделать процесс обучения увлекательным и эффективным.

Список источников

1. Галянт И. Г. Театрализованная деятельность как средство адаптации и социализации дошкольника / И. Г. Галянт // Актуальные проблемы дошкольного образования: традиции и инновации: сборник статей XVI Международной научно-практической конференции: в 2 частях – Челябинск: Изд-во ЗАО «Библиотека Б.Миллера», 2018. – ч.1. – 148-153.
2. Громова Н. В. Музыкальное образование в дошкольном возрасте: теоретические и практические аспекты / Н. В. Громова. – Москва: Изд-во Просвещение, – 2018. – 292 с.
3. Иванова Т. В. Когнитивные способности и музыкальное образование: исследования и практики / Т. В. Иванова. – Новосибирск: Изд-во Сибирское образование, – 2021. – 103 с.
4. Петрова Е. С. Эмоциональное развитие детей через музыку и театр / Е. С. Петрова. – Екатеринбург: Изд-во Урал, – 2019. – 133 с.
5. Смирнова А. И. Ритм и его значение в развитии детей дошкольного возраста / А. И. Смирнова. – Санкт-Петербург: Изд-во Культура, – 2020. – 114 с.

МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

УДК 616.379-008.64:616.12-008.9

ГЕНЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ САХАРНОГО ДИАБЕТА 2 ТИПА, АССОЦИИРОВАННОГО ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

МУБОРАКОВ ХАСАНХОН МУХРИДДИНХОН УГЛИ

студент

Андижанский государственный медицинский институт

Научный руководитель: Юсупова Шахноза Кадиржановна

д.м.н., доцент

Андижанский государственный медицинский институт

Аннотация: статья посвящена исследованию генетических аспектов сахарного диабета 2 типа (СД 2) в сочетании с хронической сердечной недостаточностью (ХСН), с акцентом на полиморфизм гена IL6 (C174G). В рамках исследования был проведен анализ 103 пациентов с СД 2 типа и ХСН. Результаты показали, что аллель G в гене IL6 ассоциирован с повышенным риском развития ХСН у больных СД 2 типа, в то время как аллель C показал возможный протективный эффект. Было выявлено значимое увеличение частоты неблагоприятного генотипа G174G в группе СД 2 типа с ХСН, что свидетельствует о его роли как маркера риска. Данные исследования подчеркивают важность генетического анализа для прогнозирования и ранней диагностики ХСН и СД 2 типа

Ключевые слова: сахарный диабет 2 типа, хроническая сердечная недостаточность, полиморфизм гена IL6, генетический анализ, воспаление, цитокины, риск, предрасположенность.

GENETIC ASPECTS OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS ASSOCIATED WITH CHRONIC HEART FAILURE

Muborakov Hasankhon Mukhriddinkhon o'g'li

Scientific advicer: Yusupova Shakhnoza Kadirjanovna

Abstract: the article focuses on the genetic aspects of type 2 diabetes (T2D) associated with chronic heart failure (CHF), with an emphasis on the IL6 gene polymorphism (C174G). A genetic analysis was conducted on 103 patients diagnosed with T2D and CHF. The results showed that the G allele in the IL6 gene is associated with an increased risk of developing CHF in patients with T2D, while the C allele demonstrated a potential protective effect. A significant increase in the frequency of the unfavorable G174G genotype was observed in the T2D + CHF group, indicating its role as a risk marker. The findings highlight the importance of genetic analysis for the prediction and early diagnosis of CHF and T2D

Key words: type 2 diabetes, chronic heart failure, IL6 gene polymorphism, genetic analysis, inflammation, cytokines, risk, predisposition.

На сегодняшний день одним из наиболее перспективных направлений в ранней диагностике, прогнозировании и профилактике хронической сердечной недостаточности (ХСН) и сахарного диабета 2 типа (СД2) является исследование генома человека. Генетические исследования позволяют выявить наследственные предрасположенности к развитию данных заболеваний, а также установить молекулярно-биологические механизмы их патогенеза. Учитывая, что доля генетических факторов в общем риске развития СД2 и сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) составляет порядка 40 %, изучение полиморфизмов генов, связанных с воспалением, метаболизмом и сосудистой регуляцией, приобретает особую значимость [1, с. 17–22; 2, с. 2530–2535; 3; 4; 5, с. 1902–1904].

Особый интерес представляет интерлейкин-6 (IL-6) — провоспалительный цитокин, играющий ключевую роль в патогенезе как инсулинорезистентности и гипергликемии, так и ремоделирования миокарда и прогрессирования ХСН. Полиморфизм С174G гена IL6 ассоциирован с уровнем экспрессии данного цитокина и, как предполагается, может служить потенциальным генетическим маркером риска развития кардиометаболических нарушений. Для клинициста крайне важно понимать, какие именно генетические маркеры обладают прогностической ценностью и могут использоваться для стратификации риска, индивидуализации терапии и мониторинга эффективности лечения.

Цель исследования: Изучить полиморфизм гена IL6 у больных сахарным диабетом 2 типа, ассоциированным хронической сердечной недостаточностью.

Материалы и методы: Для достижения поставленной цели было проведено генетическое исследование среди 103 пациентов с диагнозом сахарный диабет 2 типа (СД 2 типа), ассоциированный с хронической сердечной недостаточностью (ХСН), которые проходили лечение в эндокринологическом и кардиологическом отделениях клиник Андиганского государственного медицинского института. Диагнозы СД 2 типа и ХСН были подтверждены в соответствии с последними клиническими рекомендациями по диабету и сердечной недостаточности, с учетом актуальных критериев диагностики и лечения.

Для анализа полиморфизма гена IL6 было получено информированное согласие от всех участников исследования, в соответствии с этическими нормами. Биологический материал был собран методом венопункции: из локтевой вены каждого пациента было взято 5 мл крови, которую помещали в вакутейнеры с антикоагулянтном (ЭДТА). Полученную кровь замораживали при температуре -70°C для дальнейшего хранения и предотвращения разрушения клеток и ДНК.

ДНК была извлечена из цельной венозной крови с использованием коммерческого набора для экстракции ДНК «Рибопреп», который обеспечивал высококачественное извлечение ДНК и дальнейший молекулярно-генетический анализ. Извлеченные образцы ДНК использовались для изучения полиморфизма гена IL6 (С174G), что позволило установить его возможную ассоциацию с развитием ХСН у пациентов с СД 2 типа.

Результаты и их обсуждения: Анализируя результаты исследования аллелей у больных СД 2 типа в сочетании с ХСН (СД2+ХСН), установлено, что в этой группе доля аллелей С и G составила 60.7% и 39.3% против 79.2% и 20.8% в контроле. Таким образом, видно, что доля неблагоприятного аллеля G существенно больше в группе больных в сравнении с условно-здоровыми лицами (табл.1).

Таблица 1

Частота распределения аллелей и генотипов полиморфизма С174G гена IL6 в группах СД+ХСН и контроле

Аллели и генотипы	Количество обследованных аллелей и генотипов				χ^2	p	OR	95%CI
	СД+ХСН		Контрольная группа					
	n	%	n	%				
С	51	60,7	160	79,2	10,5	0,00	0,4	0,24 - 0,70
G	33	39,3	42	20,8	10,5	0,00	2,5	1,43 - 4,26
С/С	18	42,9	66	65,4	6,2	0,01	0,4	0,19 - 0,82
С/ G	15	35,7	28	27,7	0,90	0,36	1,5	0,67 - 3,1
G/ G	9	21,4	7	6,9	6,3	0,01	3,7	1,33 - 10,11

Коэффициент отношения шансов показал, что шанс обнаружения функционального неблагоприятного аллеля G у респондентов в группе риска значительно повышался - в 2.5раза по сравнению с представителями контрольной выборки ($\chi^2=10.5$; $p=0.001$; $OR=2.5$; $95\%CI:1.34-4.26$). Такое значение OR позволяет рассматривать носительство данного генотипа как фактора повышенного риска развития ХСН у больных с СД 2 типа.

Выявлено значимое уменьшение количества диких гомозигот C174C в объединенной группе по сравнению с контрольной (42.9% и 65.4%, соответственно; $\chi^2=6.2$; $p=0.01$);, что свидетельствует об ассоциации данного варианта с снижением риска и возможным протективным эффектом данного генотипа в отношении формирования ХСН у пациентов с СД2 ($OR=0.4$; $95\%CI: 0.19-0.82$) (табл.1). Обнаружено незначимое различие в частоте носительства гетерозиготного генотипа C174G среди пациентов по сравнению с группой контроля – 35,7% против 27,7%, соответственно ($\chi^2=0.9$; $p=0.4$; $OR=1.4$; $95\% CI:0.67-3.1$). Частота неблагоприятного генотипа G174G среди пациентов с СД2 типа в сочетании с ХСН оказалась достоверно выше, чем в контрольной группе (21.4% против 6.9% соответственно; $\chi^2=6.3$; $p=0.01$);. Согласно коэффициенту соотношения шансов, при носительстве генотипа G174G риск развития ХСН у пациентов СД2 значимо увеличивается более чем в 3.7 раза ($OR=3.7$ при $95\% CI:1.33-10.11$).

Сравнительный анализ исследования аллелей, позволил установить, что у больных СД 2 типа с ХСН доля аллелей C и G составила 60.7% и 39.3% против 70.0% и 30.0% в группе СД 2 типа без ХСН (табл.2).

Таблица 2

Частота распределения аллелей и генотипов полиморфизма C174G гена IL6 в группах СД с и без ХСН

Аллели генотипы	Количество обследованных аллелей и генотипов				χ^2	p	OR	95%CI
	СД+ХСН		СД без ХСН					
	n	%	n	%				
C	51	60,7	49	70.0	1,5	0,24	0,7	0,34 - 1,30
G	33	39,3	21	30.0	1,5	0,24	1,5	0,77 - 2,96
C/ C	18	42,9	17	48,6	0,25	0,63	0,8	0,32 - 1,96
C/ G	15	35,7	15	42,9	0,41	0,53	0,7	0,30 - 1,86
G/ G	9	21,4	3	8,6	2,40	0,13	2,9	0,75 - 11,24

Коэффициент соотношения шансов указывает, что шанс обнаружения функционального неблагоприятного аллеля G у респондентов с сочетанной патологией повышался в 1,5 раза по сравнению с группой без ХСН ($\chi^2=1.5$; $p=0.24$; $OR=1.5$; $95\%CI:0.77-2.96$). Такое значение OR рассматривали как тенденция к повышению риска развития ХСН у больных СД 2 типа.

Обнаружено отсутствие риска к увеличению доли носителей неблагоприятного генотипа C174G среди больных СД 2 типа с ХСН по сравнению с группой без ХСН –35.7% против 42.9%, соответственно ($\chi^2=0.4$; $p=0.5$; $OR=0.7$; $95\%CI:0.30-1.86$).

Результаты исследования указывают на дисрегуляторное влияние неблагоприятных генотипических вариантов данного медиатора воспаления на экспрессию цитокина IL6 и работы иммунно-воспалительного ответа, что является важным подтверждением ведущей роли генетических факторов в подверженности организма к формированию таких коморбидных состояний, как СД2 и ХСН.

Как комплексное заболевание, СД 2 и ХСН возникают в результате взаимодействия между генетическими факторами и факторами окружающей среды [6; с.1872-1876].

Наши данные не согласуются с результатами метаанализа, выполненного в Китае [7; с.12-17]. По данным многоцентрового исследования, выполненного в Китае в 2019 г и охватившего 35 обзоров литературы, TNF- α (G308A) не связан с риском ХСН у азиатов; Ген IL-6 (C174G) не был связан с риском ХСН у представителей европеоидной расы. [8; с.22-29]. В тоже время авторы указали, что их метаанализ имеет свои недостатки. Это может быть связано с тем, что размеры выборки многих исследований,

включенных в данный метаанализ, были относительно небольшими, а количество включенных подходящих исследований также было недостаточным, отмечают авторы.

Заключение: Итак, по нашим данным, увеличение доли неблагоприятных генотипов C174G гена IL6 данного локуса связано исключительно с увеличением риска развития СД2 и ХСН. Согласно коэффициенту соотношения шансов, функционально неблагоприятный гомозиготный генотип G174G может увеличить синтропии данных патологий до 3.7 раза. Эти данные позволяют сделать вывод о том, что полиморфизм C174G гена IL6 вносит определенный вклад в формирование генетической структуры предрасположенности к развитию и тяжести течения СД2 и ХСН.

Список источников

1. Бондарь И.А., Филипенко М.Л., Шабельникова О.Ю., Ассоциация полиморфных маркеров rs7903146 гена TCF7L2 и rs1801282 гена PPARG (Pro12Ala) с сахарным диабетом 2 типа в Новосибирской области, Сахарный диабет. 2013;(4):17–22
2. Chun-Jian Qiu 1, Xiao-Zheng Ye, Xiao-Juan Yu, Xiao-Ren Peng, Tong-Huan Li Association between FABP2 Ala54Thr polymorphisms and type 2 diabetes mellitus risk: a HuGE Review and Meta-Analysis // J Cell Mol Med. 2014 Dec;18(12):2530-2535. doi: 10.1111/jcmm.12385. Epub 2014 Nov 1
3. Concepción Peiró,1,2,* Óscar Lorenzo,3,4 Raffaele Carraro,3,5,6 and Carlos F. Sánchez-Ferrer IL-1 β Inhibition in Cardiovascular Complications Associated to Diabetes Mellitus // Front Pharmacol. 2017; 8: 363. Published online 2017 Jun 13. doi: 10.3389/fphar.2017.00363
4. Yuepeng Jiang 1, Xiaoxuan Zhao 1, Yang Zhao 2, Liu Li 3 Gene polymorphism associated with TNF- α (G308A) IL-6 (C174G) and susceptibility to coronary atherosclerotic heart disease: A meta-analysis // Medicine (Baltimore). 2019 Jan;98(2):e13813. doi: 10.1097/MD.00000000000013813
5. Zeggini E., Groves C.J., Parkinson J.R., Halford S., Owen K.R., Frayling T.M. et al. (2005) Large-scale studies of the association between variation at the TNF/LTA locus and susceptibility to type 2 diabetes. // Diabetologia 48, 2013–2017 10.1007/s00125-005-1902-1904
6. Kubaszek Agata 1, Jussi Pihlajamäki, Vladislav Komarovski, Virpi Lindi, Jaana Lindström Promoter polymorphisms of the TNF-alpha (G-308A) and IL-6 (C-174G) genes predict the conversion from impaired glucose tolerance to type 2 diabetes: the Finnish Diabetes Prevention Study Diabetes. 2003 Jul;52(7):1872-6. doi: 10.2337/diabetes.52.7.1872
7. Cardellini Marina 1, Lucia Perego, Monica D'Adamo, Maria Adelaide Marini C-174G polymorphism in the promoter of the interleukin-6 gene is associated with insulin resistance // Diabetes Care. 2005 Aug;28(8):2007-12. doi: 10.2337/diacare.28.8.2007
8. Konenkov V I, A V Shevchenko, V F Prokof'ev, V N Maksimov [Complex of genotypes of cytokines as a genetic factor of risk of development of myocardial infarction of in European population of Russia men] // Kardiologija. 2012;52(7):22-9 [Article in Russian].

УДК 61

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ОСАНКУ

ТИТОВА ЕВГЕНИЯ ЕВГЕНЬЕВНА

студент

СУХАНОВ ЕВГЕНИЙ ЛЕОНИДОВИЧ

старший преподаватель кафедры физической культуры

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

Аннотация: Актуальность темы обусловлена тем, то в настоящий момент проблема осанки является распространенной среди всего населения людей. В статье представлена информация об осанке человека, о том, как осанка влияет на органы и системы человека. Рассмотрены основные правила для правильно и здоровой осанки.

Ключевые слова: осанка, физические упражнения, позвоночник, здоровье, неправильная осанка.

THE EFFECT OF PHYSICAL EXERCISE ON POSTURE

**Titova Evgeniya Evgenievna,
Sukhanov Evgeniy Leonidovich**

Abstract: The relevance of the topic is due to the fact that at the moment the problem of posture is widespread among the entire population of people. The article provides information about human posture, how posture affects human organs and systems. The basic rules for correct and healthy posture are considered.

Key words: posture, exercise, spine, health, incorrect posture.

В толковых словарях написано, что осанка – это привычное положение туловища, которое человек занимает неосознанно, так как это обусловлено тем, что в формировании осанки участвуют не только конституционные факторы, но также наследственные.

Если вести здоровый образ жизни и следить за своим здоровьем, можно достичь того, что осанка будет правильной. Для этого определяется положение головы вертикальное-подбородок приподнят, а линия, которая соединяет нижний край глаза и козилок уха горизонтальна. шейно-плечевые углы, образованные боковой поверхностью шеи и надплечьем, одинаковы; плечи расположены на одном уровне, слегка опущены и разведены; грудная клетка симметрична и немного выступает, живот подтянут, лопатки прижаты к туловищу, расположены на одной горизонтальной линии.

При рассмотрении темы, было выявлено, что на осанку влияют много различных факторов, таких как форма гибкости позвоночника, а также состояние связочного аппарата и поддерживающая система – мышечная. У позвоночника человека есть два изгиба- лордоз(шейный, поясничный отделы) и кифоз(грудной и крестцовый отделы). Роль этих изгибов заключается в том, что они обеспечивают защиту головного и спинного мозга, а также благодаря этому возможны движения в различных отделах позвоночника.

Нарушение осанки или неправильная осанка– это патологическое состояние, при котором идет изменение положение суставов и позвоночника.

Неправильная осанка может привести к различным нарушениям органов и систем, а именно:

- Дыхательная система

При неправильной осанке грудная клетка сжимается, вследствие чего идет ограничение расширения легких и снижается дыхательный объем. Вследствие этого идет нарушение поступления крови, что приводит к уменьшению газообмена, уровень кислорода понижается, что может также привести к заболеваниям сердечно-сосудистой системы.

- Опорно-двигательный аппарат

При значительном нарушении осанки с течением времени возможно развитие хондроза, межпозвоночной грыжи. Также на сегодняшний день выявлено, что осанка влияет на челюстно-лицевой сустав, а также на формирование прикуса.

- Пищеварительная система

Идет ослабление мышц, которые поддерживают желудок и кишечник, также нарушается перистальтика кишечника. Возможно нарушение оттока желчи. Все это приводит к таким расстройствам как: запоры, диарея, изжога.

- Нервная система

Функция позвоночника – это защита, следовательно, что идет нарушение защиты позвоночника и нервных корешков, проходящие в позвоночном канале.

- Состояние психики

Из-за неправильной осанки идет снижение уверенности в себе, что приводит к депрессиям и чувства того, что человек никому не нужен.

- Мышечный корсет

Из-за неправильно осанки мышцы находятся в состоянии напряжение, которые должны быть расслаблены, а мышцы, которые расслаблены, должны быть напряжены.

Для исправления нарушений осанки необходим комплексный подход, включающий следующие элементы:

- **Оптимизация сна:** Рекомендуется спать на достаточно ровной и упругой поверхности, чтобы обеспечить правильное положение позвоночника во время отдыха. Слишком мягкая постель может способствовать искривлению.

- **Коррекция обуви:** Специальная ортопедическая обувь или стельки могут быть необходимы для:

- Компенсации разницы в длине ног (если таковая имеется), что позволит выровнять таз и, соответственно, осанку. Важно понимать, что даже небольшая разница в длине ног может существенно влиять на положение позвоночника.

- Устранения деформаций стопы, таких как плоскостопие или косолапость, которые могут нарушать биомеханику движения и приводить к неправильному распределению нагрузки на позвоночник.

- **Регулярная физическая активность:** Важно вести активный образ жизни, включающий в себя ходьбу пешком (например, на работу или во время прогулок), занятия спортом и другие виды физических упражнений. Это помогает укрепить мышцы спины и живота, поддерживающие позвоночник в правильном положении.

- **Искоренение вредных привычек:** Необходимо избавляться от привычек стояние с опорой на одну ногу, а также не рекомендуется при сидении запрокидывать одну ногу на другую, так как нарушается положение тела, а также кровообращение.

- **Правильное распределение нагрузки:** При ношении рюкзаков рекомендуется, чтобы нагрузка была распределена равномерно. При выборе рюкзака необходимо отдавать предпочтение рюкзакам с широкими лямками. При ношении сумок рекомендуется менять стороны.

Комплекс упражнений, которые рекомендуется выполнять:

1. Наклон таза лежа (10 повторений)

Цель: Снятие боли в пояснице, укрепление мышц пресса и коррекция гиперлордоза (чрезмерного прогиба в пояснице).

Техника:

- Лягте на спину на коврик, согните колени и поставьте стопы на пол.
- Руки лежат вдоль тела, ладонями вниз.

- Начните медленно наклонять таз, прижимая поясницу к полу. Представьте, что вы тянете лобковую кость к пупку.

- При правильном выполнении ягодичы слегка приподнимутся над полом, а пространство между поясницей и ковриком исчезнет.

- Задержитесь в этом положении на 5 секунд, чувствуя напряжение в мышцах пресса.
- Медленно вернитесь в исходное положение и расслабьтесь.
- Повторите 10 раз.

Советы: Дышите ровно и спокойно. Не напрягайте мышцы шеи и плеч.

2. Поза ребенка (30 секунд)

Цель: Растяжка мышц плеч и спины, расслабление и снятие напряжения.

Техника:

- Встаньте на четвереньки, убедитесь, что колени находятся под бедрами, а руки под плечами.
- Медленно опустите таз назад, пока ягодичы не окажутся на пятках (или максимально близко к ним).

- Опустите живот на бедра и вытяните руки вперед, стараясь как можно дальше дотянуться кончиками пальцев.

- Положите лоб на коврик и расслабьтесь.
- Почувствуйте, как растягивается позвоночник и мышцы спины.
- Задержитесь в этом положении на 30 секунд, дыша глубоко и ровно.

Советы: Если вам сложно достать ягодичами до пяток, подложите под бедра подушку или сложенное одеяло.

3. Наклон вперед (30 секунд)

Цель: Снятие напряжения со спины, растяжка задней поверхности бедра и ягодич.

Техника:

- Встаньте прямо, ноги вместе.
- Медленно наклонитесь вперед, стараясь держать спину прямо.
- Наклоняйтесь до тех пор, пока не почувствуете легкое растяжение в задней поверхности бедра. Важно сохранять поясницу в нейтральном положении (не округлять ее).

- В зависимости от вашей гибкости, поставьте руки на пол по обе стороны от ног, положите их на стопы или голени.

- Если чувствуете сильное натяжение под коленями, слегка согните их.
- Задержитесь в этом положении на 30 секунд, дыша ровно и глубоко.

Советы: Не тянитесь слишком сильно, особенно если вы только начинаете заниматься. Важно чувствовать растяжение, а не боль.

4. «Кошка-корова» (30 секунд)

Цель: Растяжка мышц спины, увеличение подвижности позвоночника и улучшение координации.

Техника:

- Встаньте на четвереньки, убедитесь, что колени находятся под бедрами, а руки под плечами.
- Вдох: Округлите спину вверх, как сердитая кошка, прижмите подбородок к груди и руками отталкивайтесь от пола.

- Выдох: Прогните спину вниз, разворачивая плечи наружу и слегка поднимая голову вверх. Старайтесь больше прогибаться в грудном отделе позвоночника, чувствуя работу мышц между лопатками.

- Чередуйте эти положения в течение 30 секунд, дыша плавно и ритмично.

Советы: Сосредоточьтесь на движении позвоночника, представляя, как каждый позвонок двигается отдельно.

5. Раскрытие груди (5 повторений)

Цель: Растяжка грудных мышц и передних дельт, коррекция сутулости и выведенных вперед плеч.

Техника:

- Встаньте прямо, ноги на ширине плеч.

- Слегка согните колени, втяните живот и наклоните таз назад (потяните лобковую кость к пупку). Это поможет зафиксировать положение поясницы и избежать излишнего прогиба.
 - Расправьте и опустите плечи, сводя лопатки вместе.
 - Сцепите пальцы рук в замок за спиной
 - Плавно и осторожно поднимите прямые руки за спиной вверх, пока не почувствуете дискомфорт в грудных мышцах и плечах. Не делайте упражнение через боль.
 - Зафиксируйте положение на 1-2 секунды, затем медленно опустите руки обратно и расслабьтесь.
 - Повторите 5 раз.
- Советы: Если вам сложно сцепить пальцы рук за спиной, попробуйте использовать полотенце или ремень, держа его между руками. Постепенно, с увеличением гибкости, вы сможете сближать руки все больше и больше.

Список источников

1. Колошкина В. А., Дударева И. М. Влияние физических упражнений на коррекцию осанки. – 2016.
2. Королькова Е. А. Влияние физических упражнений на осанку: профилактические меры // Секция 1. Физическая культура и спорт в образовательной среде университета: духовно-нравственная культура и патриотическое воспитание молодежи в контексте вызовов современного мира. – 2023. – С. 929.
3. Матвеев А. П. Физическая культура // Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. – 2003. – Т. 5. – №. 9.
4. Сбитнева О. А. Влияние физических упражнений на состояние здоровья студентов с нарушением осанки // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №. 9. – С. 55-57.
5. Щеглов Е. М. Влияние физических упражнений на здоровье спины у студентов // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2019. – №. 2-4. – С. 169-173.

УДК 616-3

АЛЛЕРГИЯ К КЛЕЩАМ ДОМАШНЕЙ ПЫЛИ У ЖИТЕЛЕЙ РЕСПУБЛИКИ САХА

ИВАНОВА И.С.

студент «Лечебное дело» 505-1
Северо-Восточный федеральный университет имени М.К.Аммосова

*Научный руководитель: Иванова Ольга Николаевна,
д.м.н., проф. СВФУ*

RESIDENTS OF THE SAKHA REPUBLIC ARE ALLERGIC TO HOUSE DUST MITES

Ivanova I.S.

Scientific supervisor: Ivanova Olga Nikolaevna

Актуальность: В России аллергия к бытовым аллергенам выявляется у 15–45% больных. К настоящему времени в домашней пыли найдено около 150 видов клещей, наиболее «аллергенными» являются *Dermatophagoides pteronyssinus*, *Dermatophagoides farinae*, *Euroglyphus maynei* [1].

Научная новизна: Аллергия к клещам домашней пыли является очень актуальной для жителей Крайнего Севера и ранее не изучалась. В длительный период зимних холодов жители Якутии вынужденно проводят большую часть времени в теплых помещениях и пользуются одеждой и обувью из натурального меха.

Цель исследования: Изучить распространенность аллергии населения Якутии к клещам бытовой пыли, клинические варианты патологии и эффективность проведения аллергенспецифической терапии.

Материалы и методы: Проведен анализ 500 амбулаторных карт Республиканской больницы №1, амбулаторных карт клиник «Виктори» и «Аврора» у пациентов в возрасте от 30 до 50 лет города Якутск с 2022 по 2023 годы.

Результаты исследования: Из 500 обследованных пациентов у 50% (250) человек выявлена аллергия к клещам домашней пыли. По клиническим формам аллергии преобладали респираторные заболевания: аллергический ринит 50% и бронхиальная астма 30%, у остальных пациентов 20% атопический дерматит. Всем пациентам даны рекомендации: убрать ковры, одеяла и подушки из шерсти, пуха и пера, мягкие игрушки. Из 250 пациентов на АСИТ согласились 200 человек. В течение 3 месяцев 200 пациентов проходили аллергенспецифическую терапию. В течение года жалобы на затрудненное дыхание уменьшились и зарегистрированы у 10% опрошенных, зуд у 15%, кашель по утрам, заложенность носа только у 10% пациентов. Данная динамика симптомов аллергии свидетельствует о высокой эффективности аллергенспецифической терапии.

Обсуждение: Аллергия к клещам домашней пыли представляет собой актуальную проблему у жителей Крайнего Севера.

Выводы: 1. Аллергия к клещам домашней пыли чаще проявляется кашлем и чиханием.

2. АСИТ является эффективным методом лечения аллергии к клещам домашней пыли.

Список источников

1. Масленникова Л.А., Глыбина А.А., Божко Г.Г., Панкова Ю.И. Борьба с пылевыми клещами. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2018. № 5-2. С. 396-399

УДК 766

ПРОФИЛАКТИКА И ОБЛЕГЧЕНИЕ СИМПТОМОВ САХАРНОГО ДИАБЕТА С ПОМОЩЬЮ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

КАЧАШЕВА АСТА АЛЕКСАНДРОВНАстудент
ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России*Научный руководитель: Суханов Евгений Леонидович*
старший преподаватель
ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России

Аннотация: В данной статье обсуждается влияние лечебной физической культуры (ЛФК) на профилактику и облегчение симптомов сахарного диабета. Рассматриваются различные типы данного заболевания, представляются статистические данные и комплексы упражнений. Лечебная физическая культура играет важную роль в поддержании нормальной жизнедеятельности.

Ключевые слова: физическая культура, лечебная физическая культура, сахарный диабет.

PREVENTION AND RELIEF OF SYMPTOMS OF DIABETES MELLITUS WITH THE HELP OF PHYSICAL THERAPY

Kachasheva Asta Alexandrovna*Scientific supervisor: Sukhanov Evgeny Leonidovich*

Abstract: This article discusses the impact of physical therapy on the prevention and relief of symptoms of diabetes mellitus. Various types of this disease are considered, statistical data and sets of exercises are presented. Physical therapy plays an important role in maintaining normal functioning.

Keywords: physical education, therapeutic physical education, diabetes mellitus.

Сахарный диабет: определение, типы, статистика и причины.

Сахарный диабет (СД) – это группа метаболических (обменных) заболеваний, характеризующихся повышенным содержанием глюкозы в крови (гипергликемией), которая является результатом дефектов секреции инсулина, действия инсулина или обоих этих факторов [3, с. 12].

Причины сахарного диабета:

1. Ухудшение иммунитета.
2. Нарушение обменных процессов.
3. Генетическая предрасположенность.
4. Сердечно-сосудистые заболевания.
5. Употребление кортикостероидов.
6. Нарушение работы надпочечников.
7. Заболевания поджелудочной железы.
8. Ожирение [4, с. 1].

Делится на несколько основных видов:

Диабет 1 типа - это аутоиммунное заболевание, при котором иммунная система разрушает бета-клетки поджелудочной железы, ответственные за выработку инсулина. Чаще всего он развивается у детей и молодых людей, хотя может возникнуть и в более позднем возрасте.

Диабет 2 типа - это более распространенная форма диабета, обычно связанная с инсулинорезистентностью (состоянием, при котором клетки организма не реагируют должным образом на инсулин) и недостаточной выработкой инсулина. Обычно развивается у взрослых и часто ассоциируется с избыточным весом и малоподвижным образом жизни.

Гестационный диабет - эта форма диабета возникает во время беременности и обычно проходит после родов. Он связан с гормональными изменениями и инсулинорезистентностью, возникающей в период беременности.

Кроме этих трех основных типов, также существуют редкие формы диабета, такие как:

Латентный аутоиммунный диабет у взрослых (LADA): Это форма, которая имеет сходства с диабетом 1 типа, но развивается у взрослых, и симптомы могут проявляться медленнее.

Диабет, связанный с генетическими нарушениями: Например, модифицированный диабет, вызванный мутациями в генах, связанных с выработкой инсулина.

Истинный вторичный диабет: Этот тип развивается в результате других медицинских состояний или заболеваний (например, панкреатит, гормональные расстройства) или в результате приема определенных медикаментов.

Согласно официальной статистике, в 2021 году число людей, страдающих сахарным диабетом в Российской Федерации, растет и уже достигло 5,2 миллиона, включая более 50 тысяч детей, из которых 42,5 тысячи являются детьми-инвалидами. Однако, по экспертным оценкам в Минздраве, фактическое количество людей с диабетом в настоящее время составляет примерно 10,5 миллиона человек.

Чтобы уменьшить эту статистику и бороться с заболеванием, нужен комплексный подход, я рассмотрю один из важных элементов, это лечебная физическая культура и её влияние на профилактику и лечение сахарного диабета.

Задачи и комплексы упражнений ЛФК при профилактике и облегчении симптомов сахарного диабета.

Основные задачи можно изложить следующим образом:

Улучшение работы дыхательной и сердечно-сосудистой систем;

Оптимизация и формирование обмена веществ;

Снижение избыточной массы тела;

Адаптация организма к физическим нагрузкам;

Укрепление мышечной системы;

Повышение общей работоспособности.

Комплекс лечебной физической культуры (ЛФК) для профилактики и лечения сахарного диабета должен быть разнообразным и учитывать индивидуальные возможности пациента.

1-й примерный комплекс ЛФК:

Общие рекомендации:

1. Регулярность занятий: Минимум 3-5 раз в неделю.

2. Продолжительность: 30-60 минут в зависимости от состояния здоровья.

3. Интенсивность: Упражнения должны выполняться с умеренной интенсивностью, чтобы не вызывать переутомления.

1. Разминка (5-10 минут)

Легкая аэробная разминка: ходьба на месте или на свежем воздухе, вращение рук и ног, наклоны.

2. Упражнения для укрепления сердечно-сосудистой системы (15-20 минут)

Ходьба или прогулка: На ровной поверхности, постепенно увеличивая скорость.

Велотренажер: Если доступен, можно использовать 10-15 минут.

3. Упражнения на гибкость и растяжку (10-15 минут)

Наклоны вперед и в стороны сидя;

Статическая растяжка основных групп мышц (ноги, спина, плечи).

4. Силовые упражнения (10-15 минут)

Приседания: Классические, с опорой.

Отжимания от стены: Для укрепления мышц верхней части тела.

Упражнения с собственным весом: Подъемы на носки, планка, боковые наклоны.

5. Заключительная часть (5-10 минут)

Легкая ходьба для стабилизации пульса.

Дыхательные упражнения для улучшения кислородного обмена.

Дополнительные рекомендации

Перед и после физических нагрузок, необходимо производить контроль уровня сахара.

Обязательно поддерживать водный баланс.

Программа должна разрабатываться с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовки и предпочтений пациента.

Обязательно перед началом программы, особенно для людей с диабетом.

Этот комплекс может помочь улучшить общее состояние здоровья, повысить уровень физической активности и улучшить контроль над уровнем сахара в крови.



Рис. 1. 2-й примерный комплекс упражнений

Упражнения для лечения сахарного диабета должны состоять из движений с умеренной и средней интенсивностью. Нагрузка должна увеличиваться постепенно, темп выполнения — медленный, а амплитуда движений — четкая, но не максимальная.

Заключение

ЛФК играет ключевую роль в профилактике и облегчении симптомов сахарного диабета. Регулярные физические упражнения способствуют улучшению контроля уровня сахара в крови, снижению избыточного веса и укреплению сердечно-сосудистой системы. Также ЛФК помогает не только адаптироваться к физическим нагрузкам, но и значительно улучшает общее самочувствие и качество жизни пациентов.

В конечном итоге, сочетание ЛФК с правильным питанием и медикаментозным лечением может значительно снизить риск осложнений, связанных с сахарным диабетом, и способствовать активному и полноценному образу жизни

Список источников

1. Сахарный диабет (Diabetes, Diabetes mellitus) - Сахарный диабет: причины появления, симптомы, диагностика и способы лечения: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://www.invitro.ru/library/bolezni/26695/> (15.07.2024)
2. Минздрав: каждый 15-й россиянин страдает диабетом: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://www.kommersant.ru/doc/5546605> (03.09.2022)
3. Сахарный диабет / П. А. Фадеев. — М.: ООО «Издательство Оникс»: ООО «Издательство «Мир и Образование», 2009. — 208 с. — (Как победить болезнь)
4. Сахарный диабет у взрослых: симптомы, причины, лечение: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://www.medicina.ru/patsientam/zabolevanija/saharnyj-diabet/> (10.04.2024)
5. Лечебная физическая культура при сахарном диабете: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://zabota039.msp.midural.ru/news/lechebnaya-fizicheskaya-kultura-pri-saharnom-diabete-72617/> (24.06. 2021)

УДК 61

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ ВРАЧА-СТОМАТОЛОГА

МАМАДОВ МУХАММАДЖОН ХАМДАМАЛИЕВИЧ

студент

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

Научный руководитель: Суханов Евгений Леонидович

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

Аннотация: В данной статье рассматривается проблема профессиональной вредности профессии врача-стоматолога. Раскрыта тема заболеваний, к которым подвержены врачи-стоматологи, а также подобран комплекс упражнений для поддержания физического состояния стоматолога.

Ключевые слова: здоровье, упражнение, врач-стоматолог, физическая подготовка.

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE LIFE OF A DENTIST

Mamadov Mukhammadjon Khamdamalievich*Scientific supervisor: Sukhanov Evgeny Leonidovich*

Abstract: This article discusses the problem of occupational harmfulness of the profession of a dentist. The topic of diseases to which dentists are susceptible is revealed, as well as a set of exercises for maintaining the physical condition of the dentist.

Key words: health, exercise, dentist, physical fitness.

На сегодняшний день профессия врача-стоматолога является очень востребованной и актуальность, в связи с увеличением количества заболеваний челюстно-лицевой области. При выборе профессии школьники не задумываются о том, каким воздействиям подвержены врачи-стоматологи. При изучении можно выявить, что на профессиональную деятельность влияет поза врача, которая является вынужденной, вдыхание токсических веществ (не только лекарственных), из-за мелкой работы напрягаются глаза, а также шум, который появляется при работе бор машиной, рентгеновское облучение. Исходя из этого, мы можем сказать, что врачи-стоматологи подвержены нарушениям со стороны дыхательной системы, сердечно-сосудистой, опорно-двигательной, а также дерматологическим.

Наиболее распространены заболевания среди стоматологов:

1. *Инфекционные заболевания*

К этим заболеваниям относятся ВИЧ, сифилис, различные гепатиты, герпес и т.д.

2. *Респираторные заболевания*

К этим заболеваниям относятся силикоз, пневмония.

3. *Заболевания опорно-двигательного аппарата*

К этим заболеваниям относятся сколиоз, остеохондроз, грыжи, артриты.

4. *Кожные заболевания*

Так как происходит контакт с различными химическими веществами, препаратами, дез. средствами могут развиваться дерматиты, экземы, крапивница, отек Квинке.

5. Заболевания глаз

Из-за повышенного напряжения, возможно развития близорукости или дальнозоркости.

6. ЛОР-заболевания

При работе с повышенном звуком возможно развития шума в ушах, снижение слуха.

7. Сердечно-сосудистые заболевания

К этой группе относятся заболевания, такие как артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца, аритмия, тахикардия, сердечная недостаточность.

Это не все заболевания, которые могут развиваться у врача-стоматолога. Поэтому для врача-стоматолога важно заниматься физическими упражнениями, чтобы не было профессиональных вредностей.

Для профилактики рекомендуется выполнять комплекс упражнений, а также следить за режимом труда и отдыха.

Основные аспекты физической подготовки врачей-стоматологов:

- Выносливость

Для развития выносливости рекомендуется заниматься бегом, плаванием, ходьбой на лыжах, борьбу.

- Статическая выносливость

Необходимо для более длительного нахождения в рабочей позе, а также для удержания рабочего инструмента.

- Координация движений

Необходимо для точного движения руками и при этом тело должно оставаться неподвижным.

- Психологическая подготовка

Возможно использование различных игр, которые развивают концентрацию внимания, помехоустойчивость, устойчивость.

Перед выполнением упражнений необходимо:

- Определить цель тренировок;
- Оценить состояние организма;
- Провести разминку всего тела;
- Полностью расслабить тело;
- Количество повторений упражнений зависит от физической подготовки каждого индивидуума.

Нагрузку нужно увеличивать постепенно, а также число повторений;

- Помнить о правильной позиции тела при выполнении упражнений;
- Следить за координацией движений;
- Правильно дышать: вдыхать носовым, выдыхать ртом.

Упражнения для здоровья ног и стоп:

Поддержание здоровья ног и стоп критически важно для общей мобильности и благополучия. Регулярные упражнения могут помочь укрепить мышцы, улучшить кровообращение и предотвратить или облегчить такие распространенные проблемы, как плоскостопие, вальгусная деформация большого пальца стопы (косточка) и пяточные шпоры. Перед началом любой программы упражнений, особенно при наличии существующих заболеваний, рекомендуется проконсультироваться с врачом или физиотерапевтом.

Предлагаемый комплекс упражнений:

1. Сгибание и разгибание пальцев ног: Выполняйте это упражнение сидя или стоя. Максимально согните пальцы ног, затем максимально разогните их. Повторите 10-15 раз. Это упражнение улучшает подвижность суставов пальцев и укрепляет мелкие мышцы стопы.

2. Захватывание и поднятие предметов пальцами ног: Разложите на полу небольшие предметы, такие как шарики, карандаши или ткань. Попытайтесь захватить предмет пальцами ног и поднять его.

Перенесите предмет в другое место, а затем отпустите. Повторите 5-10 раз для каждого предмета. Это упражнение развивает силу и координацию мышц стопы.

3. Ходьба на носках и пятках: Пройдите небольшое расстояние (5-10 метров) сначала на носках, стараясь максимально подняться на пальцах, затем на пятках, поднимая носки. Повторите несколько раз. Это упражнение укрепляет мышцы голени и стопы, а также улучшает баланс.

4. Ходьба и бег по песку/гальке: Ходьба босиком по неровной поверхности, такой как песок или галька, является отличным способом укрепить мышцы стопы и улучшить проприоцепцию (ощущение положения тела в пространстве). Начните с коротких прогулок и постепенно увеличивайте продолжительность. Будьте осторожны, чтобы избежать порезов или ссадин.

5. Массаж и самомассаж ног: Регулярный массаж помогает расслабить мышцы, улучшить кровообращение и снять напряжение в голеностопном суставе и своде стопы. Используйте мягкие, круговые движения, уделяя особое внимание болезненным участкам. Можно использовать массажный мячик или ролик для более глубокого массажа.

Упражнения при остеохондрозе и сколиозе:

Эти упражнения направлены на укрепление мышц спины, улучшение гибкости позвоночника и снятие напряжения. Остеохондроз и сколиоз требуют комплексного подхода к лечению, и упражнения должны быть частью этого плана. Важно помнить, что при этих заболеваниях необходима консультация с врачом или физиотерапевтом для разработки индивидуального плана упражнений, учитывающего степень заболевания и общее состояние здоровья. Неправильное выполнение упражнений может усугубить проблему.

1. Растяжка верхнего плечевого пояса и спины (лежа на спине): Исходное положение: лежа на спине, руки в "замке" на затылке. Медленно подтяните голову к груди, стараясь коснуться подбородком груди. Затем, медленно отрывая спину от пола, постарайтесь как бы "скрутиться" в небольшой рулон, ощущая растяжение мышц верхней части спины и плечевого пояса. Задержитесь в этом положении на несколько секунд, затем медленно вернитесь в исходное положение. Повторите 5-10 раз. Важно выполнять упражнение плавно, избегая резких движений.

2. Подтягивание колена к груди (лежа на спине): Исходное положение: лежа на спине, одна нога согнута в колене, руками обхватите колено, образуя "замок". На вдохе медленно подтяните колено сначала к противоположному плечу, затем к плечу на своей стороне, ощущая растяжение в области бедра и нижней части спины. Задержитесь в каждом положении на несколько секунд, затем медленно вернитесь в исходное положение. Повторите 5-10 раз для каждой ноги.

3. Раскачивание на спине ("колесом"): Исходное положение: лежа на спине, обхватите руками оба колена и подтяните их к животу. Спина должна быть выгнута "колесом". Начните медленно раскачиваться вперед-назад, катаясь по полу своей спиной. Постепенно увеличивайте амплитуду движения, стараясь дойти до лопаток. Это упражнение помогает расслабить мышцы спины и улучшить подвижность позвоночника. Выполняйте в течение 1-2 минут.

4. Скручивание туловища (лежа на спине): Исходное положение: лежа на спине, руки разведены в стороны. Одну ногу согните в колене и перекиньте через другую ногу, лежащую на полу. Постарайтесь максимально расслабить мышцы туловища и ног, ощущая скручивание в области поясницы. Задержитесь в этом положении на 20-30 секунд, затем вернитесь в исходное положение и повторите для другой ноги. Выполните 1-3 повтора для каждой ноги.

5. Давление на бугорок на задней поверхности шеи: Исходное положение: стоя или сидя, расположите пальцы рук на задней поверхности шеи, на выступающем бугорке (остистый отросток позвонка). Надавите на этот бугорок, одновременно слегка прогибая спину вперед. Задержитесь в этом положении на несколько секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3-5 раз. Это упражнение помогает снять напряжение с мышц шеи и верхней части спины.

6. Растяжка мышц спины и плеча: Исходное положение: стоя или сидя, положите правую руку на правое плечо в области шеи, а левой рукой возьмитесь за локоть правой руки. Аккуратно тяните правой рукой за локоть в сторону, ощущая растяжение мышц спины и плеча, при этом разворачивая корпус в

сторону движения локтя. Задержитесь в этом положении на 20-30 секунд, затем повторите упражнение в другую сторону. Выполните 3-5 повторов в каждую сторону.

Список источников

1. Будина Д. О., Ногтев К. С., Калабин Ю. В. Роль физической культуры в жизни врача-стоматолога //Е-SCIO Учредители: Информационная Мордовия. – 2021. – №. 12. – С. 295-299.
2. Каримов В. В. Актуальные вопросы процесса обучения современной физической культуры и спорта для студентов стоматологов //Вестник науки. – 2023. – Т. 2. – №. 4 (61). – С. 177-180.
3. Корнева Н. А., Скорохватов В. П. Роль физической культуры в жизни студента медицинского университета //Актуальные научные исследования в современном мире. – 2020. – №. 5-6. – С. 40-43.

УДК 61

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЙОГОЙ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ОРУДЖОВА РУЗИЯ ВАГИФ КЫЗЫ

студент

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

ЩЕРБАКОВ МАКСИМ ВИКТОРОВИЧ

преподаватель физической культуры

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

Аннотация: При оценке человека внешне мы можем оценить занимается ли человек физическими упражнениями или нет. На сегодняшний день здоровой образ жизни является неотъемлемой частью молодежи. Ведь малоподвижный образ жизни является фактора риска развития сердечно-сосудистых и дыхательных заболеваний. При занятии йогой человек может обрести гармонию тела, ума, а также улучшить свое психологическое и духовное состояние. В статье рассматривается история развития йоги, её влияние на организм человека, а также основные упражнения, направленные на оздоровление тела человека.

Ключевые слова: йога, здоровье, позы, дыхание, гармония.

THE IMPACT OF YOGA ON HUMAN HEALTH

**Orudzhova Ruziya Vagif kizi,
Shcherbakov Maxim Viktorovich**

Abstract: When evaluating a person externally, we can assess whether a person is exercising or not. Today, a healthy lifestyle is an integral part of youth. After all, a sedentary lifestyle is a risk factor for developing cardiovascular and respiratory diseases. When practicing yoga, a person can find harmony of body and mind, as well as improve their psychological and spiritual state. The article examines the history of yoga development, its effect on the human body, as well as the main exercises aimed at improving the human body.

Key words: yoga, health, postures, breathing, harmony.

Актуальность данной темы заключается в том, что в настоящее время йога занимает одно из лидирующих мест среди видов физической культуры, а также спорта и фитнеса. Для того, чтобы понять в чем же заключаются плюсы йоги необходимо систематизировать данные о йоге и сформировать представление о йоге, которая направлена на поддержание физического, духовного и психологического здоровья человека.

Йога является совокупностью различных практик (психологические, духовные), которые направлены на управление человеком, а именно его психическими и физическими функциями.

Если обратиться к словарям, то слово «йога» описывают, как управление и связь.

История развития йоги

Для йоги характерно ее взаимосвязь с индийской культурой, а также буддизмом, ведь именно они дали знания всему миру о йоге. В период Индийской цивилизации было упоминание о йоге, примерно в 3300-1700 гг. до нашей эры, занесено это в печати 15 различных поз. Буддистские школы используют йогу как инструмент достижения гармонии, внутреннего покоя и духовного просветления.

Из определения мы выявили, что йога помогает человеку обрести гармонию тела и души. Ос-

новой и главной целью йоги является оздоровление физического здоровья человека.

Общая информация о йоге

В йоге много разных упражнений, которые имеют разную направленность, тем самым каждый может найти для себя упражнения, которые интересны ему. Также важно отметить, что йогой могут заниматься все, независимо от пола, возраста и веса.

Упражнения называются асанами и направлены на улучшение физического и психологического состояния, развивают такие качества как гармония.

Важно отметить, что перед занятием йогой надо понять, какие именно техники будут интересны человеку, как их выполнять и с какой целью. Поэтому необходимо ознакомиться с упражнениями, а также с правилами, чтобы занятия проходило более эффективно. Занятия йогой можно проводить на улице, дома, в студии.

Направления йоги

Все современные направления йоги берут начало от четырёх древнейших практик:

- Хатха-йога: Ориентирована на достижение гармонии через дыхательные упражнения (пранаяма) и выполнение статических поз (асан).

- Раджа-йога (Джаняна): Делает акцент на медитации и упражнениях для развития ума и концентрации.

- Бхакти-йога: Направлена на достижение просветления через преданность и самоотдачу.

- Карма-йога: Предлагает совершать любые действия бескорыстно и без ожидания награды.

Современные направления йоги:

- Айенгара: Подробная отстройка каждой позы с использованием вспомогательных материалов.

Существуют разные уровни сложности, обязательны теоретические занятия для начинающих, а также классы для пожилых и беременных.

- Майсор: Простая и безопасная практика, позволяющая заниматься в своём темпе, делать перерывы и повторять асаны необходимое количество раз.

- Аштанга: Динамичная практика, включающая последовательность поз, удерживаемых в течение пяти циклов дыхания.

- Бикрам-йога: Комплекс из 26 асан на растяжку и укрепление мышц, выполняемый в нагретом помещении (как в сауне) для детоксикации. Каждая поза готовит тело к следующей.

- Кундалини-йога: Направлена на поддержание здоровья позвоночника. Сочетает асаны, дыхательные практики и медитацию.

- Виньяса-флоу: Интенсивная программа, без глубокого погружения в теорию.

- Хатха-йога (современная): Асаны без дыхательных техник и медитаций, направленные на максимальную физическую нагрузку.

- Инь-йога: Длительное удержание поз (до 10 минут), развивает гибкость, снимает скованность и повышает эластичность связок. Подходит для людей с малоподвижным образом жизни.

Это малая часть того каких стилей и видов существует. Направлений огромное количество. Объединяет их всё то, что все они направлены на улучшение внутреннего состояния человека, а также избавление от стресса и депрессий.

Общие рекомендации занятий йогой:

- Занятия начинать с медитации;

- Перед началом необходимо сделать разминку, чтобы разогреть мускулатуру, подготовить их к асанам;

- В каждой асане необходимо находиться как минимум 2-3 минуты;

- При выполнении асан необходимо концентрировать мысли и следить за ощущениями тела;

- Все движения должны быть спокойными и выполняться неспешно, а при нахождении в позе мягко балансировать;

- Между асанами необходимо расслаблять мышцы (делать перерывы);

- Важным фактором является дыхание. Дыхание должно быть спокойным, глубоким и циклическим;

- Первая тренировка не должна превышать 20 минут;
- Занятия заканчиваются Шавасаной (человек лежит неподвижно в течение 7-10 минут) это нужно для расслабления и отдыха не только тела, но и ума и идет приспособление к нагрузкам;
- Йогой желательно заниматься утром с точки зрения энергии;
- Перед занятием не рекомендуется принимать горячий душ, лучше принять теплый;;
- Перед занятием необходимо проветрить помещение;
- Занятия должны проходить в тишине (необходимо убрать лишний шум);
- Температура тела перед занятием должна быть в пределах нормы;;
- Занятие йогой лучше проводить на пустой желудок, возможно также через 2 часа после приема пищи, но не сразу после еды, так как еда ещё находится в желудке и может появиться тошнота;

Действие йоги на здоровье человека:

1. **Нормализация работы сердечно-сосудистой системы**
Глубокое дыхание способствует увеличению притока кислорода к внутренним органам, стабилизирует сердечный ритм и ускоряет кровообращение.
2. **Повышение иммунитета**
Сокращения и растяжения мышц активизируют движение лимфы в организме, что помогает более эффективно справляться с инфекциями.
3. **Улучшение осанки и состояния позвоночника**
Коррекция деформаций позвоночника и устранение защемлений нервов приводят к исчезновению болей в спине и шее.
4. **Нормализация гормонального фона**
Улучшается работа поджелудочной и щитовидной желез, улучшается сексуальное здоровье как мужчин, так и женщин.
5. **Снижение веса и улучшение фигуры**
Укрепляется мышечный корсет всего тела, ускоряют обмен веществ и способствуют улучшению работы пищеварительной системы.
6. **Развитие гибкости и пластичности**

Эластичность связок и сухожилий возрастает, а мышечное напряжение уменьшается.

7. **Уменьшение стресса и негативных эмоций**
Йога помогает погрузиться в свой внутренний мир, лучше понять себя и избавиться от негативных переживаний.

Основные позы для занятия йогой

Поза горы

Асана относится к категории важных в индийской практике. Она выглядит достаточно простой, но это обманчивое впечатление. Упражнение работает на развитие баланса и координацию движений и хорошо растягивает тело. Асана выполняется в положении стоя, когда ноги и стопы расположены вместе, на них равномерно распределен вес тела, руки выпрямлены и свободно опущены. На вдохе руки нужно поднять, направив ладони внутрь, и потянуться к небу кончиками пальцев.

Поза «Собака мордой вниз»

Включена практически в каждую программу тренировок и направлена на растяжение мышц, развитие силы в конечностях и снятие болей в спине. Из положения «на четвереньках» таз поднять, ладони выпрямленных рук слегка переместить по полу вперед, ноги выпрямить и поставить на ширине плеч, спина ровная. В таком положении тело напоминает букву «л». Поза допускает, что колени могут быть слегка согнутыми.

Поза дерева

Развивает устойчивость и чувство равновесия. Кроме того, упражнение улучшает осанку и укрепляет ноги. В положении стоя вес тела переместить на одну ногу, а вторую согнуть и положить стопой на внутреннюю часть противоположного бедра. При этом таз слегка подать вперед и держать ровно (не выводя в стороны). Ладони можно сложить перед грудью или поднять как в позе дерева.[4]

Список источников

4. Валеева Г. Р., Севедин С. В., Жукова И. В. ЗАНЯТИЯ ЙОГОЙ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХВНОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА //Приоритеты педагогики и современного образования. – 2018. – С. 241-243.
5. Ишмухаметов М. Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте. – 2013.
6. Кристенсэн Э. Йога для всех. Путь к здоровью. – Litres, 2015.
7. Позы йоги для начинающих // Lasalute sports&relax URL: <https://lasalute.ru/blog/asany-dlya-nachinayushchih>

УДК 61

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ ДЛЯ БОРЦОВ СМЕШАННЫХ ЕДИНОБОРСТВ

РАТУШНЯК ТАТЬЯНА ДЕНИСОВНА

студент

СУХАНОВ ЕВГЕНИЙ ЛЕОНИДОВИЧ

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России

Аннотация: В данной статье представлены особенности питания спортсменов, занимающихся единоборствами. Показан план питания в течение дня, в зависимости от тренировочного и соревновательного процесса. Рассмотрены вопросы по планированию рациона питания в зависимости от периода (тренировки, соревнования, восстановление).

Ключевые слова: единоборства, режим питания, питание борцов, тренировки, соревнования.

PERSONAL NUTRITION PLAN FOR MIXED MARTIAL ARTS WRESTLERS

Ratushnyak Tatiana Denisovna,
Sukhanov Evgeniy Leonidovich

Abstract: This article presents the nutritional characteristics of athletes engaged in martial arts. The nutrition plan for the day is shown, depending on the training and competition process. The issues of planning the diet depending on the period (training, competition, recovery) are considered.

Key words: martial arts, nutrition plan, nutrition of athletes, training, competitions.

Правильно рассчитанный рацион питания считается залогом победы, независимо от вида спорта. Рацион питания подбирается индивидуально для каждого, учитывая потребность в пищевых веществах, которая зависит от роста, состава тела, возраста и индивидуальных особенностей организма, включая метаболизм. В расчет берутся длительность и интенсивность тренировок.

При длительных и интенсивных тренировках расходуется большое количество энергии, а также перед выходом на схватку с соперником, энергия затрачивается на психо-эмоциональное состояние человека. Во время поединка борцы тратят примерно в 10 раз больше энергии, чем в состоянии покоя, к тому же увеличивается артериальное давление и пульс, что говорит о напряжении, а иногда перенапряжение сердечно-сосудистой системы. С интенсивными движениями во время поединка, спортсмен теряет более 2кг воды, которая выделяется с потом. Кроме энергии, которая образуется в результате переваривания, расходуется энергия, запасенная в мышцах в виде гликогена. Энергии, запасенной в мышцах, хватает на 40-60 минут. При правильном питании, спортсмен стабильно чувствует себя на протяжении всей тренировочной программы.

Правильное питание должны соблюдать борцы, которые придерживаются своих весовых категорий, для того чтобы не потерять вес и не попасть в категорию весом ниже. Особенно соблюдать режим правильного питания должны борцы в легких весовых категориях, так как расход их энергии велик от интенсивности движений.

При решении борца перейти в более тяжелую весовую категорию, увеличить свой вес необходимо за счет наращивания мышечной массы. В процессе наращивания мышечной массы, необходимо наблюдать и за уменьшением жировой прослойки, так как ее резкое уменьшение недопустимо, по-

сколько она является защитником тканей от травм.

Следует, что рацион питания должен не только перекрывать энергетические затраты во время тренировок и соревнований, но и ускорять восстановительные процессы. Требования к соблюдению правильного питания довольно просты. Есть специальные законы, касающиеся соблюдения правильного питания. *Первый закон рационального питания – закон энергетической адекватности.* То есть энергетическая ценность рациона, должна соответствовать энергетическим затратам, в зависимости от пола, возраста, специфики выполняемой работы и состояния здоровья организма. При интенсивной и длительной физической нагрузке энергетическая ценность должна быть выше, при кратковременной и более спокойной физической нагрузке – ниже. При недостаточности ценности питания, у борцов снижаются функциональные, защитные, адаптационные процессы организма. При избытке питания происходит накопление энергии в виде жира (жировые прослойки), возникает жировая инфильтрация печени, за счет чего в стенках сосудов скапливается холестерин, который в свою очередь приводит к такому заболеванию, как атеросклероз. *Второй закон рационального питания – закон пластической адекватности.* Гласит о том, что в пищевом рационе борцов должно быть сбалансированное количество всех важных веществ, для осуществления и поддержания жизнедеятельности организма. Важно соблюдать разнообразный рацион питания борцов, так как при интенсивных физических нагрузках, повышается потребность белков, жиров и углеводов, а также минеральных веществ и витаминов. Спортсменам рекомендовано соблюдать дробный режим питания, 5-6 раз в день, но малыми порциями. Это способствует быстрому перевариванию пищи и получению энергии, а не запасанию жира в виде жировой прослойки.

Белки – являются строительным материалом для клеток. Кроме того, что белки важны для борцов в качестве роста и сохранения мышечной массы, но и синтеза определенных ферментов, например, креатинфосфокиназа (КФК) обеспечивает быстрый синтез АТФ в ситуациях с высокой метаболической потребностью. В природе есть белки животного и растительного происхождения, но именно борцам важны белки животного происхождения, источником которых являются следующие продукты: мясо, рыба, яйца, творог, молоко.

Жиры – для борцов они особенно важны, так как предоставляют дополнительную энергию, при медленных и трудоемких упражнениях. Суточная доза жиров у борцов может быть на 20-30% больше, чем у не тренирующихся людей. Однако борцам рекомендуется снизить потребление жиров до 20% от общей калорийности. Различают насыщенные жиры, к ним относятся животные жиры и твердые растительные. Источником насыщенных жиров являются мясо, молоко, яйца. А также ненасыщенные жиры. Источники ненасыщенных жиров являются орехи, семечки, растительные масла, авокадо, рыба и морепродукты. В рационе борцов должны присутствовать оба вида жиров.

Углеводы – служат основным источником энергии для борцов. Различают простые (глюкоза, фруктоза, сахароза) и сложные (клетчатка, крахмал) жиры. В рационе питания борцов рекомендовано снизить потребление простых углеводов или вовсе отказаться от их употребления. А сложных углеводов в рационе должно быть 58-60% от всей калорийности, так как они медленно расщепляются и осуществляют медленный прирост сахара в крови, тем самым обеспечивают длительное ощущение сытости. Источниками сложных углеводов служат бобовые культуры, макароны твердых сортов, черный хлеб, грибы, овощи и фрукты.

Помимо соблюдения правильного режима питания, борцам следует соблюдать питьевой режим. Суточная потребность в воде у борцов составляет 2,5-3 литра.

Режим питания борцов зависит от периода (тренировки, соревнования, восстановление).

Режим питания при тренировках

В зависимости от времени суток, определяется распределение рациона питания. Если тренировка проводится в дневное время, то стоит отдать предпочтение углеводам, а также сделать рацион калорийным (25% от суточного рациона), но в тоже время легко усвояемым. Не рекомендуется включать в рацион жиры и клетчатку. Тогда в обед борцы должны восполнить энергию, затраченную на тренировке. Калорийность обеда составит 35% от суточного рациона. Ужин должен быть менее калорийным (25% от суточного рациона), но обеспечить восстановление белков и пополнению энергетических за-

пасов. Ужин может содержать такие продукты, как морепродукты, овощи без содержания крахмала, бобовые культуры, кукуруза и нежирное мясо говядины. За 1,5 часа до сна рекомендуется выпить стакан кефира, его потребление обеспечивает ускоренный эффект, в процессах восстановления.

Режим питания в процессе подготовки к соревнованиям

Особенностью этого режима питания является то, *за неделю до соревнования* борцы сгоняют весь запасенный гликоген из мышц и печени. В этот период в основном в рационе присутствуют белки и жиры (белково-жировая диета), следовательно, потребление продуктов, богатых углеводами рекомендуется исключить. При интенсивных тренировках на такой диете, истощаются запасы гликогена. За три дня до выхода на соревнования, борцы восполняют запасы энергии, а то есть включают в рацион большое количество углеводов – углеводный удар. В рацион входят такие продукты, как хлеб, мед, сладости и обязательно овощи и фрукты.

Режим питания при соревнованиях

Преимущество отдается соблюдению правильного питания, так как соревнования – это период наибольшего напряжения не только физических, но и духовных сил.

Требованиями к режиму питания во время соревнований является:

- Обеспечение всех энергетических и пластических потребностей организма борца во время соревновательного процесса.
- Соблюдение стабильного рациона питания, так как при изменении состава рациона или его режима, может вызвать напряжение пищеварительной системы.
- Избежание избыточного приема пищи, так как это может вызвать переедание, которое приводит к увеличению массы тела и ухудшению функциональных возможностей, кроме того переедание вызывает чувство тяжести.
- Обязательно соблюдать режим сна и исключить потребление тонизирующих напитков, способных вызвать нарушение сна.
- Ужин борцов накануне тренировки не должен содержать тяжелой пищи
- При проведении соревнования в вечернее время, следует сделать обед легко усвояемым, малообъемным, но высококалорийным, а в завтрак включить яйца, сливочное масло, сыр, чай, свежие овощи или фрукты.

Режим питания при восстановлении после тренировки и соревнований

После интенсивных тренировок и соревнований утрачиваются запасы углеводов в организме. А при недостатке углеводов, источником энергии становятся белки мышц, что неблагоприятно влияет на организм. Поэтому следует как можно скорее компенсировать нехватку углеводов. Но речь заходит не о том, что нужно в срочном порядке насыщаться углеводами, следует постепенно пополнять запасы. После тренировки или соревнований в течение 20 минут следует употреблять напитки, содержащие углеводы. Через 30-40 минут можно начинать употреблять продукты, богатые сложными углеводами и белками. С помощью соблюдения постепенного плана питания, восстановление происходит эффективнее без вреда для организма.

Таким образом, изучив план питания борцов, мы приходим к выводу, что питание борцов должно быть разнообразным и обеспечивать все необходимые потребности организма. В рацион питания борцы обязательно должны включать белки, жиры и углеводы в соответствующих пропорциях. В зависимости от периода (тренировки, соревнования, восстановление), следует придерживаться определенного режима питания.

Список источников

1. Лиштаева А. Ю. Основы рационализации питания борцов //Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – №. 12-6. – С. 62-64.
2. Могильный М.П., Тутельян В.А. Особенности организации питания спортсменов // Вопросы питания. 2015. Т.84, №3. С.42.

3. Константинова Л.И., Миронова Г.Е., Семенова Е.И. Оценка фактического питания спортсменов Якутии // Вопросы питания. 2015. Т.84, №3. С.119.
4. Дутова И. В. Основы рационализации питания борцов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2013. – №. 3. – С. 104-111.
5. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студентов вузов / Г.С. Туманян. – М.: Академия, 2006. – 332 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 159.9

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ В РЕШЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ ПОДРОСТКОВ

**АРШЕВСКАЯ ВАЛЕНТИНА ВАСИЛЬЕВНА,
РЕМОРЕНКО МАКСИМ ИВАНОВИЧ**

студенты

ФГБОУ ВО Армавирский государственный педагогический университет

Научный руководитель: Спирина Мария Леонидовна

кандидат педагогических наук, доцент

ФГБОУ ВО Армавирский государственный педагогический университет

Аннотация: данная статья рассматривает роль педагогов в выявлении и решении психологических проблем подростков, анализируя эффективные педагогические стратегии, основанные на принципах психологии развития и помощи. В статье обсуждаются методы превентивной работы, а также подходы к работе с подростками, испытывающими конкретные психологические трудности, такие как депрессия, тревожность и проблемы в межличностных отношениях.

Ключевые слова: подростки, психологические проблемы, педагогические стратегии, превентивная работа, депрессия, тревожность, социальная адаптация, межличностные отношения, эмоциональный интеллект.

PEDAGOGICAL STRATEGIES IN SOLVING PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF ADOLESCENTS

**Arshavskaya Valentina Vasilyevna,
Remorenko Maxim Ivanovich**

Scientific adviser: Spirina Maria Leonidovna

Abstract: This article examines the role of educators in identifying and solving psychological problems of adolescents, analyzing effective pedagogical strategies based on the principles of developmental psychology and assistance. The article discusses methods of preventive work, as well as approaches to working with adolescents experiencing specific psychological difficulties, such as depression, anxiety, and problems in interpersonal relationships.

Keywords: adolescents, psychological problems, pedagogical strategies, preventive work, depression, anxiety, social adaptation, interpersonal relationships, emotional intelligence.

Подростковый возраст является периодом интенсивных физиологических, психологических и социальных изменений, сопровождающихся повышенным риском возникновения различных психологических проблем. Педагоги играют важную роль в выявлении и решении этих проблем, оказывая своевременную поддержку и направляя подростков к специалистам при необходимости. Данная статья анализирует эффективные педагогические стратегии, направленные на превентивную работу и помощь подросткам, испытывающим психологические трудности [1].

Превентивные педагогические стратегии:

Превентивная работа направлена на создание благоприятной образовательной среды и развитие у подростков психологических ресурсов, способствующих профилактике психологических проблем. К эффективным превентивным стратегиям относятся:

Формирование позитивного психологического климата в классе: создание атмосферы доверия, уважения и взаимопомощи, где подростки чувствуют себя принятыми и защищенными.

Когда подростки находятся в окружении, где царит доверие, уважение и взаимопомощь, они чувствуют себя комфортно и способны выражать свои мысли и чувства без страха осуждения. Это способствует формированию позитивного внутреннего диалога и укрепляет их веру в свои способности [2].

Позитивные последствия включают повышение уровня самоуважения и уважения к окружающим, улучшение отношений со сверстниками и взрослыми, а также развитие навыков эмпатии и понимания. Подростки начинают видеть себя в более позитивном свете, осознавая свою ценность и уникальность. Это способствует формированию здорового самовосприятия и повышению уровня удовлетворенности своей личностью.

Развитие эмоционального интеллекта: обучение подростков распознаванию, пониманию и управлению своими эмоциями, а также эмпатии к чувствам других.

Развитие коммуникативных навыков: обучение эффективным способам общения, умению выражать свои мысли и чувства, слушать и понимать других. Процесс обучения эффективным способам общения и умению выражать свои мысли и чувства также включает в себя развитие навыков активного слушания и эмпатии. Навык слушания позволяет глубже понимать собеседника, его точку зрения и эмоциональное состояние. А умение проявлять эмпатию помогает создавать более глубокие и осознанные межличностные связи, улучшая качество общения и взаимодействия [3].

Обучение навыкам разрешения конфликтов: помощь подросткам в развитии конструктивных стратегий разрешения конфликтов и предотвращения эскалации напряженности.

Программы профилактики стресса и тревожности: использование релаксационных техник, практик осознанности и других методов для снижения уровня стресса и повышения стрессоустойчивости [4].

Педагогические стратегии работы с подростками, испытывающими психологические проблемы:

При выявлении у подростка психологических проблем необходимо применять индивидуальный подход, учитывая специфику проблемы и личностные особенности ребенка. В таких случаях педагоги могут использовать следующие стратегии:

Активное слушание и эмпатия: создание атмосферы доверия и безопасности, где подросток может свободно выражать свои чувства и мысли без страха осуждения.

Сотрудничество с родителями и специалистами: взаимодействие с родителями и специалистами (психологами, психиатрами) для разработки интегрированного подхода к решению проблемы, который учитывает, как специфику семейной среды, так и профессиональные методики, и подходы специалистов. Позитивные последствия такого взаимодействия включают в себя более эффективное и комплексное решение проблемы, улучшение коммуникации и взаимопонимания между всеми участниками процесса, а также повышение уровня поддержки и заботы о человеке, нуждающемся в помощи и поддержке [5].

Направленное консультирование: помощь подростку в понимании своих проблем, разработке стратегий копинга и поиске решений.

Рекомендации по самопомощи: предоставление информации о ресурсах самопомощи, таких как горячие линии, онлайн-ресурсы и группы поддержки.

Педагоги играют важную роль в выявлении и решении психологических проблем подростков. Эффективные педагогические стратегии должны быть направлены как на превентивную работу, так и на оказание своевременной помощи подросткам, испытывающим психологические трудности. Взаимодействие педагогов с родителями и специалистами является ключевым фактором успешной работы.

Список источников

1. Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
2. Spielberger, C. D. (1972). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
3. Wentzel, K. R. (1991). Relations between social competence and academic achievement in early adolescence. *Child Development*, 62(5), 1066–1078.
4. McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. New York: Van Nostrand.
5. Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen & E. M. Hetherington (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (4th ed., pp. 295–369). New York: Wiley.

© В.В.Аршевская, М.И. Реморенко

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

КОНКУРС ЛУЧШИХ СТУДЕНЧЕСКИХ РАБОТ

Сборник статей

Международного научно-исследовательского конкурса

г. Пенза, 10 апреля 2025 г.

Под общей редакцией

кандидата экономических наук Г.Ю. Гуляева

Подписано в печать 11.04.2025.

Формат 60×84 1/16. Усл. печ. л. 10,4

МЦНС «Наука и Просвещение»

440062, г. Пенза, Проспект Строителей д. 88, оф. 10

www.naukaip.ru

