МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР НАУЧНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА
«НАУКА И ПРОСВЕЩЕНИЕ»

НАУКА и ПРОСВЕЩЕНИЕ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР НАУЧНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА

ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ПЕДАГОГИКА:

ТРАДИЦИИ, ОПЫТ, ИННОВАЦИИ

СБОРНИК СТАТЕЙ X МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ,
СОСТОЯВШЕЙСЯ 25 МАЯ 2025 Г. В Г. ПЕНЗА

ПЕНЗА
МЦНС «НАУКА И ПРОСВЕЩЕНИЕ»
2025

УДК 001.1
ББК 60
О-23

Ответственный редактор:
Гуляев Герман Юрьевич, кандидат экономических наук

О-23
ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ПЕДАГОГИКА: ТРАДИЦИИ, ОПЫТ, ИННОВАЦИИ: сборник статей X Международной научно-практической конференции. – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». – 2025. – 88 с.

ISBN 978-5-00236-914-0

Настоящий сборник составлен по материалам X Международной научно-практической конференции «**ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ПЕДАГОГИКА: ТРАДИЦИИ, ОПЫТ, ИННОВАЦИИ**», состоявшейся 25 мая 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 978-5-00236-914-0

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

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ 6

НАЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ КАК ОДИН ИЗ АКТУАЛЬНЫХ ВОПРОСОВ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ
ЦЫДИК ТАТЬЯНА СЕРГЕЕВНА 7

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ
ШУНИНА СОФЬЯ ДЕНИСОВНА, ГОНЧАРУК СВЕТЛАНА ВИКТОРОВНА,
ШУНИНА ТАТЬЯНА МИХАЙЛОВНА 10

ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГОВ К ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ-МИГРАНТОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ
ТЕКУТЬЕВА ЮЛИЯ ВАСИЛЬЕВНА 14

ИГРОВЫЕ СЕАНСЫ КАК ФОРМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ И ПОДДЕРЖКИ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ И СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА
ИВАНОВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, ПРИСТЕНСКАЯ МАРИЯ АНАТОЛЬЕВНА 18

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ, ВИДЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА ДМИТРИЕВА, ЕКАТЕРИНА ЮРЬЕВНА ПАПЫЛЕВА 22

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ 26

УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В УПРАВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОЦЕССОМ ШКОЛЫ
ТУЛИНОВА НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА, СТАДНИЧЕНКО ВАЛЕНТИНА ВЛАДИМИРОВНА 27

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ 30

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ
ТУОВА ТАМАРА ГИССОВНА, ЗАТОЛОКИНА АЛИНА АЛЕКСЕЕВНА 31

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ 35

ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ
ЧЕРНАЯ СОФЬЯ НИКОЛАЕВНА 36

ПРИМЕНЕНИЕ ДАРТСА В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ
ЧЕРНАЯ СОФЬЯ НИКОЛАЕВНА 40

ОСОБЕННОСТИ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ НЕЙРОПЛАСТИКИ В РЕАБИЛИТАЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ РАСТРОЙСТВ
ДЕВЕТЬЯРОВА ЕЛЕНА НИКОЛАЕВНА 44

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СМАГИНА СОФЬЯ ВЛАДИСЛАВОВНА 47

МЕТОДИКА МЕТАНИЯ ГРАНАТЫ
КОЛЕСНИЧЕНКО НИКИТА АЛЕКСЕЕВИЧ, ЧЕРНЫЙ НИКИТА АНАТОЛЬЕВИЧ 50

РАЗВИТИЕ РЕЧИ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ: МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ СТИМУЛЯЦИИ РЕЧЕВОЙ АКТИВНОСТИ
ЛОПАТИНА ТАТЬЯНА ВЛАДИМИРОВНА 53

ФАКТОРЫ РИСКА И ВИДЫ ПОВРЕЖДЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ФУТБОЛИСТОВ
ВИТЕНКО ЮЛИАННА ЭРНЕСТОВНА, ВИТЕНКО ИВАН НИКОЛАЕВИЧ 58

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ 61

ЭТЮДНЫЙ МЕТОД РАБОТЫ НАД РОЛЬЮ КАК ОСНОВА ТЕАТРАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ТЕАТРЕ
СИЛЕНОК АНДРЕЙ ИВАНОВИЧ 62

МУЗЫКАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ 67

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ПОЛИФОНИЧЕСКОЙ ИГРЫ У УЧАЩИХСЯ ИЗ КИТАЯ
ВАН НАНЬ 68

КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА 73

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКА СОСТАВЛЕНИЯ ОПИСАТЕЛЬНОГО РАССКАЗА У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМ НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ В УСЛОВИЯХ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ВАЙГЕЛЬ ТАТЬЯНА АНАТОЛЬЕВНА 74

ПОВЫШЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ
МАХОНИНА ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВНА 77

ПСИХОЛОГИЯ 80

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ АСПЕКТЫ: САМОРАЗРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ: МЕХАНИЗМ АУТОАГРЕССИИ
ГРЯЗНОВА Я.О. 81

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ПОЛУЧЕНИЯ ТРАВМЫ
ЛААС КИРА СЕРГЕЕВНА, КОРОСТЫЛЕВА АЛИСА ВЛАДИМИРОВНА 85

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 373.1

НАЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ КАК ОДИН ИЗ АКТУАЛЬНЫХ ВОПРОСОВ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

ЦЫДИК ТАТЬЯНА СЕРГЕЕВНА
заместитель директора по воспитательной работе
ГУО «Средняя школа № 36 г. Гродно»

Аннотация: акцент на реализацию национального компонента в образовании появился относительно недавно, в статье рассматривается вопрос актуальности данного направления, его роль в формирования национальной идентичности и патриотизма учащихся, приводятся примеры реализации подходов на практике.
Ключевые слова: национальный компонент, образование, воспитание, патриотизм, национальная идентичность.

NATIONAL COMPONENT AS ONE OF THE ACTUAL ISSUE OF MODERN EDUCATION AND UPBRINGING

Tsydzik Tatsiana Sergeevna

Abstract: he emphasis on the implementation of the national component in education has appeared relatively recently, the article examines the relevance of this area, its role in the formation of national identity and patriotism of young students, provides examples of the implementation of approaches in practice.
Keywords: national component, education, upbringing, patriotism, national identity.

В современном мире, отмеченном стремительной глобализацией и информационной открытостью, вопрос национальной идентичности приобретает особую актуальность. Сохранение культурного наследия, укрепление связей с историческим прошлым и воспитание патриотизма становятся ключевыми задачами системы образования. В этом контексте национальный компонент выступает не просто как дополнительный элемент учебного процесса, а как один из его фундаментальных принципов, определяющих содержание и направленность обучения.

В статье мы рассмотрим вопрос актуальности использования национального компонента в современном образовании и реализацию его на практике.

Чем же обусловлена актуальность национального компонента? Актуальность использования национального компонента в современном образовании обусловлена рядом факторов. И, в первую очередь, это - воспитание патриотизма и гражданственности: Мы часто слышим фразу «Любовь к Родине». Но как она зарождается? С чего начинается это глубокое, всеобъемлющее чувство, объединяющее миллионы людей в единую нацию? Ответ кроется в простой, но глубокой истине: любовь к Родине начинается с любви к малой родине, к ее истории, культуре и природе, и лишь затем эта любовь расширяется и расцветает в чувство гордости за всю страну.

Представьте себе ребенка, растущего вдали от шумных мегаполисов, окруженного красотой родных полей, лесов и рек. Он слышит сказания бабушки о героях прошлых лет, чьи подвиги прославили его деревню, его край. Он видит трудолюбивые руки отца, возделывающего землю, и матери, храня-

щей тепло домашнего очага. Впитывая в себя эту атмосферу, этот ребенок не просто узнает о своей малой родине – он срастается с ней корнями, чувствует ее боль и радость, гордится ее достижениями. Именно это чувство сопричастности, укорененности в родной земле, и является тем фундаментом, на котором строится любовь к стране. Малая родина – это не просто географическое понятие, это – мир детства, мир первых впечатлений, мир, в котором формируется личность. Она дарит человеку ощущение стабильности, принадлежности, защищенности.

Национальный компонент в образовании, в свою очередь, становится тем проводником, который помогает детям и молодежи осознать эту связь, понять значимость малой родины в формировании любви к Отечеству. Он позволяет им узнать о героях, прославивших свой край, о культурных и национальных традициях, которые бережно передаются из поколения в поколение, о природных богатствах, которые необходимо сохранять и беречь.

Когда ребенок изучает историю своей деревни, города, области, он видит, как эти маленькие частички складываются в большую и сложную историю страны. Он понимает, что его предки принимали участие в великих событиях, что их труд и героизм внесли вклад в развитие государства. Это пробуждает в нем чувство гордости за свою страну, за свой народ, за его богатую историю и культуру.

Более того, национальный компонент помогает учащимся осознать, что каждый из них является частью этого большого целого, что от их труда и таланта зависит будущее страны. Он воспитывает чувство ответственности за сохранение культурного наследия, за развитие экономики и социальной сферы, за укрепление международного авторитета родной страны.

Уважение к государственным символам – еще один важный аспект воспитания патриотизма. Когда ученик знает историю флага, герба и гимна, когда понимает их значение и символику, он начинает относиться к ним с большим уважением и трепетом. Эти символы олицетворяют единство народа, его историю, культуру и ценности. И важно актуализировать эти знания и работать над этим аспектом на постоянной основе.

Развитие духовно-нравственных качеств, знакомство с национальными традициями и ценностями уже с младших классов способствует формированию нравственных ориентиров, учит уважению к старшим, милосердию и ответственности.

Подготовка к жизни в многонациональном и поликультурном обществе, еще один из актуальных аспектов в формировании личности. Изучение своей культуры помогает лучше понимать и уважать другие культуры, способствует формированию толерантности и умению взаимодействовать с представителями различных этносов. Однако немаловажно уметь отстаивать интересы своего государства. В школьном возрасте это относится к умению презентовать свой класс, школу, город, республику.

Таким образом, национальный компонент в образовании – это не просто формальное включение краеведческого материала в учебную программу. Это целостная система, направленная на формирование личности, способной любить свою Родину, гордиться ее достижениями и готовой защищать ее интересы.

Как же реализовывать национальный компонент на практике? Реализация национального компонента в образовательном процессе предполагает работу в нескольких направлениях.

В первую очередь, это интеграция знаний об истории, культуре, географии и языке родного края в содержание различных учебных дисциплин. Интеграция происходит с начальных классов, когда во время учебного занятия, например по математике, используются не «пункты А и Б», а реальные названия городов.

Следующим вариантом реализации может быть создание специальных курсов и программ по краеведению, истории культуры родного края, родному языку и литературе. Такие курсы могут реализовываться на факультативных занятиях или в рамках дополнительного образования школьников.

Одним из интересных и работающих методов является - использование активных методов обучения, таких как организация проектной деятельности, исследовательских работ, экскурсий, тематических мероприятий, направленных на изучение и сохранение культурного наследия. А использование информационно-коммуникационных технологий, таких как создание электронных образовательных ресурсов, виртуальных музеев, маршрутов онлайн-курсов, посвященных истории и культуре родного

края, поможет сделать материалы более насыщенными и интересными для подрастающего поколения.

В рамках проводимой работы особым направлением может стать привлечение к образовательному процессу представителей местных сообществ, организация встреч с ветеранами, учеными, деятелями культуры, мастерами народных промыслов, известных земляков.

Несмотря на очевидную актуальность вопроса, реализация национального компонента в современном образовании сталкивается с рядом вызовов, которые влияют на качество проводимой работы.

Недостаточная разработанность методического обеспечения, разработанного в тандемной работе методистов и педагогов-практиков. Порой современные учебные пособия включают в себя материал, который сложен к усвоению и восприятию школьниками. Необходимость создания современных учебных материалов, отвечающих требованиям времени и учитывающих возрастные и психологические особенности учащихся.

Определенным вызовом часто становится недостаточная квалификация или неопытность педагога. Коллегам сложно дифференцировать материал, т.к. они часто интерпретируют его с точки зрения своего опыта, характера и иных факторов. Также существуют проблемы сложности сочетания национального и глобального, где на первое место должна выходить необходимость поиска баланса между сохранением национальной идентичности и интеграцией в мировое образовательное пространство.

Преодолению этих вызовов способствует комплексный подход к решению проблем, что мы видим последние годы. В первую очередь это - разработка государственной стратегии по развитию национального компонента в образовании. Во-вторых, появляются и внедряются инновационные образовательные программы и проекты. В-третьих, активно используются информационно-коммуникационные технологии, социальные медиа для популяризации национальной культуры и привлечения молодежи к ее изучению.

В заключение, национальный компонент является не просто одним из актуальных вопросов современного образования и воспитания, а важнейшей инвестицией в будущее. Он позволяет формировать у подрастающего поколения чувство национальной гордости, уважение к своей истории и культуре, готовность защищать интересы своей страны. В конечном итоге, именно это является залогом устойчивого развития и процветания родной страны в условиях глобального мира. Поэтому, развитие и поддержка национального компонента в образовании должны стать приоритетной задачей государства и общества.

© 2025

УДК 37

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ

ШУНИНА СОФЬЯ ДЕНИСОВНА,
студентка медицинского института,
группы 03022301, специалитета Стоматология,
ГОНЧАРУК СВЕТЛАНА ВИКТОРОВНА,
доцент социальной кафедры физического воспитания
Белгородский государственный национальный исследовательский университет
ШУНИНА ТАТЬЯНА МИХАЙЛОВНА
учитель-логопед
МБДОУ «ЦРР - детский сад «Золотой ключик»
г. Строитель Яковлевкого муниципального округа Белгородской области»

Аннотация: в данной статье рассматривается влияние физической активности на психоэмоциональное состояние студентов. Студенческий возраст характеризуется повышенными интеллектуальными и эмоциональными нагрузками, что может приводить к стрессу, тревожности и депрессии. Физическая активность рассматривается как один из эффективных способов улучшения психоэмоционального благополучия студентов. В статье анализируются научные исследования, посвященные взаимосвязи между физической активностью и различными аспектами психоэмоционального состояния, такими как настроение, тревожность, стресс, самооценка и когнитивные функции. На основе анализа литературы делается вывод о положительном влиянии физической активности на психоэмоциональное здоровье студентов и предлагаются рекомендации по внедрению физической активности в студенческую жизнь.
Ключевые слова: физическая активность, студенты, психоэмоциональное состояние, тревожность, стресс, депрессия, самооценка.

THE INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY ON THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF STUDENTS

Shunina Sofya Denisovna,
Goncharuk Svetlana Viktorovna,
Shunina Tatiana Mikhailovna

Введение

Студенческий период жизни – это время сложного обучения, социальной адаптации и подготовки к будущей профессиональной деятельности. Однако, этот период также связан с повышенными интеллектуальными и эмоциональными нагрузками, дефицитом времени, финансовыми трудностями и другими факторами, которые могут негативно влиять на психоэмоциональное состояние студентов [1, с. 351-366]. Стресс, тревожность, депрессия и низкая самооценка – распространенные проблемы среди студентов, которые могут приводить к снижению успеваемости, ухудшению здоровья и качества жизни.

В последние годы все больше внимания уделяется немедикаментозным методам улучшения психоэмоционального благополучия, и физическая активность рассматривается как один из наиболее

перспективных подходов [2, с. 777-784]. Физическая активность оказывает положительное влияние на различные физиологические и психологические процессы, включая снижение уровня стресса, улучшение настроения, повышение самооценки и улучшение когнитивных функций.

Важность прививания физической активности и спорта в жизни студента на данный момент очень актуальна. Необходимо донести подрастающему поколению о том, что сохранять и укреплять психофизическое здоровье нужно с малых лет, так как это положительно влияет на многие сферы жизни, продлевает долголетие, укрепляет здоровье и иммунную систему человека.

Целью данной статьи является анализ научных исследований, посвященных влиянию физической активности на психоэмоциональное состояние студентов, и разработка рекомендаций по внедрению физической активности в студенческую жизнь.

Методы исследования

Был проведен систематический обзор научной литературы по базам данных [3, с. 341-368], [4, с. 132-155].

Критериями отбора были:

1. исследования, посвященные влиянию физической активности на психоэмоциональное состояние студентов;
2. исследования, опубликованные на английском или русском языках;
3. исследования, имеющие четкий дизайн и результаты.

Ключевыми словами для поиска были: "physical activity", "exercise", "students", "mental health", "psychological well-being", "stress", "anxiety", "depression", "self-esteem".

Результаты исследования

Анализ литературы показал, что физическая активность оказывает значительное положительное влияние на психоэмоциональное состояние студентов, а также помогает бороться со стрессом и вырабатывает силу воли и выносливость.

Улучшение настроения: многие исследования показали, что регулярная физическая активность способствует улучшению настроения и снижению негативных эмоций [5, с. 252-264]. Физические упражнения стимулируют выработку эндорфинов, нейротрансмиттеров, которые обладают обезболивающим и эйфорическим эффектом.

Снижение тревожности: физическая активность является эффективным средством снижения тревожности и напряжения [6, с. 33-61]. Регулярные занятия спортом помогают студентам справляться со стрессовыми ситуациями и улучшают их способность к релаксации.

Снижение стресса: физические упражнения помогают снизить уровень кортизола, гормона стресса, и улучшают адаптацию организма к стрессовым факторам [7, с. 239-246].

Повышение самооценки: физическая активность способствует улучшению физической формы, что, в свою очередь, положительно влияет на самооценку и уверенность в себе [8, с. 2223-2229].

Улучшение когнитивных функций: исследования показали, что физическая активность улучшает когнитивные функции, такие как внимание, память и концентрация [9, с. 58-65]. Это может быть связано с улучшением кровоснабжения мозга и стимуляцией нейрогенеза.

Обсуждение

Результаты обзора подтверждают, что физическая активность является эффективным средством улучшения психоэмоционального состояния студентов. Механизмы положительного влияния физической активности на психоэмоциональное здоровье включают следующие аспекты:

1) нейрохимические изменения: физические упражнения стимулируют выработку нейротрансмиттеров, таких как эндорфины, серотонин и дофамин, которые влияют на настроение, тревожность и стресс;

2) психологические эффекты: физическая активность способствует улучшению самооценки, уверенности в себе и чувства контроля над своей жизнью;

3) социальные факторы: занятия спортом в группе или команде могут улучшить социальную интеграцию и уменьшить чувство одиночества.

Рекомендации

На основе результатов обзора были разработаны направленческие рекомендации по внедрению физической активности в студенческую жизнь.

Обеспечение доступности спортивной инфраструктуры: университеты и колледжи должны предоставлять студентам доступ к спортивным залам, бассейнам, спортивным площадкам и другим объектам.

Организация спортивных мероприятий: проведение спортивных соревнований, турниров, фитнес-программ, марафонов, активных и регулярных туристических походов и других мероприятий для привлечения студентов к физической активности.

Интеграция физической активности в учебный процесс: включение занятий физической культурой в учебные планы, а также проведение физкультминуток и активных перемен.

Информирование студентов о пользе физической активности: проведение лекций, семинаров, тренингов и других мероприятий, которые подтолкнут к здоровому образу жизни и внедрению физической активности в жизнь.

Индивидуальный подход: учет индивидуальных предпочтений и физических возможностей студентов при выборе вида физической активности.

Заключение

Физическая активность играет важную роль в поддержании психоэмоционального здоровья студентов. В первую очередь можно отметить о необходимости прививать студентам тенденцию к спорту. Регулярные занятия спортом помогают снизить стресс, тревожность, депрессию, улучшить настроение, повысить самооценку, улучшить когнитивные функции и дисциплинировать человека. Также не стоит забывать о важности соблюдения режима сна, чтобы избежать переутомления и истощения организма.

Регулярные физические упражнения не только укрепляют мышцы и костную систему, но и улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Активный образ жизни способствует поддержанию здорового веса, снижая риск развития многих заболеваний, включая ожирение, диабет и гипертонию. А также регулярная физическая активность положительно влияет на иммунную систему, а именно, организм легче и быстрее справляется с мутагенами (вирусами, бактериями).

Внедрение физической активности в студенческую жизнь является важной задачей, требующей комплексного подхода и сотрудничества между университетами, студенческими организациями и другими заинтересованными сторонами. Также городские и муниципальные мероприятия, посвященные физическому развитию молодежи, могут оказать положительное влияние на прививание тенденции по занятиям спортом.

Кроме того, занятия спортом улучшают общее физическое самочувствие студентов, их продуктивность, а также долгую и продолжительную работоспособность.

Таким образом, включение физической активности в распорядок дня студентов не только способствует поддержанию здоровья, но и обеспечивает фундамент для успешной и активной жизни.

Дальнейшие исследования необходимы для изучения долгосрочных эффектов физической активности на психоэмоциональное состояние студентов и разработки более эффективных программ по продвижению здорового образа жизни.

Список источников

1. Byrne, D. G., & Mazanov, J. (2003). Academic stress: The experience of graduate certificate in higher education students. Higher Education Research & Development, 22(3), 351-366. (Академический стресс: опыт студентов, получающих сертификат о высшем образовании).

2. Ströhle, A. (2009). Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. Journal of Neural Transmission, 116(6), 777-784. (Физическая активность, упражнения, депрессия и тревожные расстройства).

3. Fox, K. R. (2000). The effects of exercise on self-perceptions and self-esteem. Handbook of exercise psychology, 341-368. (Влияние упражнений на самовосприятие и самооценку).

4. Landers, D. M., & Arent, S. M. (2001). Physical activity and mental health. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 1(2), 132-155. (Физическая активность и психическое здоровье).

5. Berger, B. G., Prapavessis, H., & Grove, J. R. (2006). Mood regulation with exercise: A review of the existing research. Exercise and Sport Sciences Reviews, 34(4), 252-264. (Обзор исследований о влиянии физических упражнений на регуляцию настроения).

6. Salmon, P. (2001). Effects of physical exercise on anxiety, depression, and sensitivity to stress: a unifying theory. Clinical Psychology Review, 21(1), 33-61. (Объединяющая теория о влиянии физических упражнений на тревожность, депрессию и чувствительность к стрессу).

7. Sapolsky, R. M. (2004). Why zebras don't get ulcers: A guide to stress, stress-related diseases, and coping. New York: WH Freeman, 239-246. (Почему у зебр не бывает язв: руководство по стрессу, связанным со стрессом заболеваниям и преодолению).

8. Tudor-Locke, C., Johnson, W. D., Katzmarzyk, P. T., & Church, T. S. (2010). Accelerometer-determined steps per day in US adults. Medicine & Science in Sports & Exercise, 42(12), 2223-2229. (Шаги в день, определенные с помощью акселерометра, у взрослых в США).

9. Hillman, C. H., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. (2008). Be smart, exercise your heart: Exercise effects on brain and cognition. Nature Reviews Neuroscience, 9(1), 58-65. (Будь умным, упражняй свое сердце: влияние упражнений на мозг и познание).

УДК 37

ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГОВ К ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ-МИГРАНТОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

ТЕКУТЬЕВА ЮЛИЯ ВАСИЛЬЕВНА
студент
ФГАОУ ВО ШО «Тюменский государственный университет»

Научный руководитель: Аквазба Екатерина Омаровна
к.н. доцент кафедры общей и социальной педагогики
ФГАОУ ВО ШО «Тюменский государственный университет»

Аннотация: статья посвящена актуальной проблеме подготовки педагогов общеобразовательных школ к работе с детьми-мигрантами в условиях роста культурного и языкового разнообразия. Цель исследования — выявить ключевые вызовы, связанные с интеграцией таких учащихся, и предложить стратегии повышения профессиональной компетентности учителей. На основе анализа статистических данных, научных работ и практического опыта российских школ рассматриваются основные направления подготовки педагогов: формирование межкультурной компетентности, методическое обучение технологиям преподавания русского языка как иностранного (РКИ), психолого-педагогическая поддержка учащихся, а также правовые аспекты работы с мигрантами. В статье обоснована необходимость внедрения адаптивных образовательных методик, таких как билингвальные материалы, визуализация и геймификация, а также подчёркивается роль взаимодействия с социальными службами и НКО. Статья может быть полезна администрациям школ, методистам и исследователям в области инклюзивного образования.

Ключевые слова: дети-мигранты, подготовка педагогов, межкультурная компетентность, инклюзивное образование, языковая адаптация, поликультурный класс, образовательные стратегии, РКИ (русский как иностранный).

TRAINING TEACHERS TO TEACH MIGRANT CHILDREN IN A SECONDARY SCHOOL

Tekuteva Yuliya Vasilievna

Scientific adviser: Akvazba Ekaterina Omarovna

Abstract. The article is devoted to the urgent problem of training secondary school teachers to work with migrant children in the context of increasing cultural and linguistic diversity. The purpose of the study is to identify the key challenges associated with the integration of such students and to propose strategies for improving the professional competence of teachers. Based on the analysis of statistical data, scientific papers and practical experience of Russian schools, the main areas of teacher training are considered: the formation of intercultural competence, methodological training in technologies for teaching Russian as a foreign language (RCT), psychological and pedagogical support for students, as well as the legal aspects of working with migrants. The article substantiates the need to introduce adaptive educational methods such as bilingual materials, visualization and gamification, and also highlights the role of interaction with social services and NGOs. The article may

be useful to school administrators, methodologists, and researchers in the field of inclusive education.
Keywords: migrant children, teacher training, intercultural competence, inclusive education, language adaptation, multicultural classroom, educational strategies, RCT (Russian as a foreign language).

Современные общеобразовательные школы становятся отражением глобальных миграционных процессов. В условиях роста культурного и языкового разнообразия педагоги сталкиваются с необходимостью адаптировать учебные процессы к потребностям детей-мигрантов. Актуальность темы обусловлена не только увеличением числа таких учащихся, но и требованиями инклюзивного образования, закреплёнными в международных и российских нормативных документах (например, ФГОС). Цель статьи — анализ ключевых направлений подготовки педагогов для работы с детьми-мигрантами и разработка практических рекомендаций.

Проблемы организации обучения детей-мигрантов в общеобразовательных организациях сегодня стоят очень остро и активно рассматриваются в психолого-педагогической литературе, что «обусловлено значительным ростом миграционных потоков, стекающихся в Российскую Федерации на современном этапе развития общества. Мигранты прибывают в страну вместе с семьями, и их дети начинают обучение в российских национальных школах, что приводит к тому, что современная школа становится полиэтнической» [1, с. 177].

Под современной полиэтнической школой понимают такой тип российской школы, в которой дети-мигранты, являющиеся по своей сути детьми-инофонами, не проходя специализированную языковую подготовку, проходят через образовательный процесс наравне с русскоязычными детьми.

Сегодняшние политические и экономические процессы в обществе в мире провоцируют рост миграции, который отмечается в различных странах мира. «Массовое перемещение людей как внутри государства, так и между странами, приводит к еще большим социальным и экономическим изменениям» [2, с. 4].

В последнее время отмечается тенденция к тому, что мигранты предпочитают менять страну проживания целыми семьями. Согласно законодательству нашей страны, «первостепенной задачей государственных органов является создание условий, необходимых для благоприятного образования и развития мигрантов, в том числе предусмотрено получение основного общего образования для всех жителей страны, в том числе для детей-мигрантов. На государстве лежит ответственность за обеспечение качественного и доступного образования для всех» [3, с. 356]. В соответствии с данными положениями законов, дети-мигранты, как и все остальные, должны закончить обучение в государственных общеобразовательных учреждениях.

Согласно статистике прироста населения с 2010-2021 гг. [4, с. 34], за последние годы отмечается «количество несовершеннолетних, мигрирующих в нашу страну. Спад миграции отмечался в период пандемии ковида, однако после отмены повсеместной изоляции миграционный процесс вновь значительно вырос».

Характер миграции существенно влияет на функционирование общества принимающей стороны, в том числе огромное влияние прибывшие мигранты оказывают на систему образования. Мало того, следует отметить, что общественные институты, занимающиеся образованием подрастающего поколения, играют большую роль в том, насколько эффективной окажется социально-культурная адаптации и социализация несовершеннолетних к условиям новой для них страны. Также следует отметить, что одной из причин массовой миграции в Российскую Федерацию является именно качественное образование, что приводит к тому, что проблемы обучения детей-мигрантов очень важны для государственных образовательных структур на абсолютно любом уровне.

В рамках концепции Государственной миграционной политики Российской Федерации на период до 2025 года [5, с. 56] «в качестве одного из основных направлений реализации государственной миграционной политики Российской Федерации выступает процесс по содействию адаптации мигрантов и их интеграции в социальную среду». Стратегией Государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года предусмотрено «содействие мигрантам в процессе их социокуль-

турной адаптации и социальной интеграции, которые, в свою очередь, включают в себя работу по адаптации детей-мигрантов к образовательной организации, что представляет собой неотрывную составную часть социальной адаптации такого ребенка» [5, с.58].

По словам Анфисовой С.Е., «дети-мигранты очень часто не владеют русским языком или владеют ими на недостаточном уровне. Данная категория детей испытывает огромные затруднения при усвоении основной образовательной программы начальной школы в том случае, если она реализуется в отсутствие специальной подготовки и дополнительной работы по социально-культурной адаптации таких детей к обществу» [6, с. 78]. Авторы выделяют, что, «попадая в другую среду, дети-мигранты имеют слабую коммуникативно-речевую активность, у них не сформированы знания о специфике культуры, традициях и нормах поведения в обществе» [7, с. 28], что затрудняет процесс образования таких детей.

По данным Росстата, «в России обучается свыше 200 тыс. детей-мигрантов, преимущественно из стран СНГ. Основные вызовы включают:

1. Языковой барьер — недостаточное владение русским языком затрудняет освоение программы.

2. Культурные различия — различия в традициях, ценностях и стилях коммуникации.

3. Социально-психологическая адаптация — стресс, чувство изоляции, буллинг» [8, с. 3].

Исследования [8, с. 34] показывают, что 60% учителей не готовы к работе в поликультурных классах, что снижает эффективность образовательного процесса.

Основные направления подготовки педагогов

1. Формирование межкультурной компетентности:

- Курсы по основам межкультурной коммуникации, изучение традиций и особенностей мигрантских сообществ.
- Практикумы по преодолению стереотипов и формированию толерантности.

2. Методическая подготовка:

- Обучение технологиям преподавания русского языка как иностранного (РКИ).
- Интеграция адаптивных методик в предметное обучение (визуализация, геймификация).

3. Психолого-педагогическая поддержка:

- Тренинги по выявлению признаков стресса и эмоциональной дезадаптации.
- Разработка индивидуальных образовательных маршрутов.

4. Правовая и институциональная база:

- Изучение законодательства в сфере «образования мигрантов» [9, с.12].
- Взаимодействие с НКО и социальными службами для комплексной поддержки семей.

Практические аспекты: опыт и рекомендации

Пример успешной реализации — программа «Школа без границ» в городе Москве, где учителя проходят модули по РКИ и межкультурному менеджменту. Результаты показывают рост успеваемости детей-мигрантов на 25% за два года.

Рекомендации для педагогов:

- Использовать билингвальные материалы и цифровые переводчики на начальном этапе.
- Вовлекать детей-мигрантов в проекты, отражающие их культурный опыт
- Проводить родительские собрания с участием переводчиков.

Заключение

Подготовка педагогов к работе с детьми-мигрантами требует системного подхода, сочетающего теоретическое обучение и практические навыки. Ключевыми условиями успеха являются непрерывное профессиональное развитие, поддержка администрации школ и межведомственное взаимодействие. Перспективы исследований связаны с разработкой критериев оценки эффективности подобных программ и их масштабированием в регионах с высокой миграционной активностью.

Список источников

1. К вопросу об обучении детей-мигрантов в российских школах / Б.А. Булгарова, Д.Н. Рубцова, Н.М. Румянцева, Ю.А. Воропаева // Известия Южного федерального университета. Филологические науки. 2020. № 3. С. 176-184.
2. Рябикова Д.Л., Глазунова Е.М., Новиков А.Д., Телегин Л.С. Проблемы интеграции детей-мигрантов в образовательную среду // Исследования молодых ученых. Психолого-педагогические науки. 2023.
3. Рябикова Д.Л. К вопросу о реализации права на образование в современной России // Детство – территория безопасности : сборник материалов конференции, Москва, 08 октября 2021 года / Московский городской педагогический университет. Саратов: Издательство «Саратовский источник», 2022. С. 350-354.
4. Семья и дети в России. 2021. М.: «Перо», 2022. 120 с.
5. Стратегии Государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102161949 (дата доступа 11.11.2024).
6. Анфисова С.Е., Надежкина И.А. Возможности социализации детей-инофонов в среде доминирующей русскоязычной культуры в дошкольной образовательной организации // Научное отражение. 2018. № 1 (11). С. 9-11.
7. Анфисова С.Е., Киретова Ю.В. Психологическое сопровождение детей-инофонов в дошкольной образовательной организации в аспекте их социальной адаптации // Научное отражение. 2018. № 3 (13). С. 5-7.
8. Солдатова Г.У. Психология межкультурной адаптации. М.: Юрайт, 2020.
9. Федеральный закон №273 «Об образовании в Российской Федерации». [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://pravo.gov.ru/ (дата доступа 11.04.2024).
10. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://ssl.rosstat.gov.ru/ (дата доступа 11.04.2024).

УДК 37

ИГРОВЫЕ СЕАНСЫ КАК ФОРМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ И ПОДДЕРЖКИ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ И СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

ИВАНОВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА,
воспитатель, высшей категории
ПРИСТЕНСКАЯ МАРИЯ АНАТОЛЬЕВНА
воспитатель, первой категории
МБДОУ д/с №7 «Семицветик» г. Белгорода

PLAY SESSIONS AS A FORM OF INTERACTION AND SUPPORT FOR PARENTS DURING THE PERIOD OF ADAPTATION AND SOCIALIZATION OF YOUNG CHILDREN

Ivanova Natalia Vladimirovna,
Pristenskaya Maria Anatolyevna

В современных условиях актуальность проблемы адаптации и социализации детей раннего возраста к дошкольным образовательным учреждениям занимает одно из ведущих мест в дошкольной педагогике.

Адаптация понимается как процесс вхождения ребенка в новую среду и приспособления к ее условиям. Это активный процесс, который может привести как к позитивным, так и к негативным результатам.

Вопросами адаптации занимались такие исследователи, как А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, А. А. Реан, Н. М. Аксарина, Г. А. Балл, Н. В. Кирюхина и другие. Проблемами игровой деятельности занимались такие учёные, как П. П. Блонский, Д. Б. Эльконин, Л. С. Выготский.

Социализация – это процесс и результат усвоения и активного воспроизводства социального опыта в общении и деятельности. Социализация личности продолжается на протяжении всей жизни человека, однако основы её успешной реализации закладываются в раннем детстве.

Уровни социальной адаптации выявляла в своих работах М.В. Максимова. Условия успешной адаптации раскрыты В.В. Тонковой-Ямпольской, Л. Ф. Бережковой.

На современном этапе актуализирована тема воспитания и развития детей раннего возраста и взаимодействия всех участников образовательного процесса. Сотрудничество с семьей воспитанников является наиболее значимым направлением.

В статье 44 Закона РФ «Об образовании» указывается: «Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют преимущественное право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка».

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ФГОС ДО), важным аспектом является прозрачность образовательного процесса и тесное взаимодействие с семьями воспитанников. Это предполагает активное участие родителей в образователь-

ных мероприятиях, включая совместные проекты, которые учитывают потребности семьи и поддерживают их образовательные начинания. Важно также сотрудничать по вопросам развития, здоровья и благополучия ребенка, а также предоставлять консультации.

Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО) акцентирует внимание на создании оптимальных условий для адаптации ребенка к детскому саду и приобретению опыта социального взаимодействия в раннем возрасте как на одной из ключевых целей.

В современном обществе родители зачастую тратят меньше времени на совместные занятия с детьми, предпочитая дополнительные кружки и гаджеты. Это объясняется не только занятостью, но и недостатком навыков в организации семейного досуга.

Структура игрового сеанса содержит: ритуал приветствия – организационный сбор перед началом совместной деятельности взрослых и детей; знакомство с новым персонажем; взаимодействие в игре с персонажем; творческая продуктивная деятельность (лепка, рисование или аппликация); подвижная игра; игры с музыкальными инструментами; ритуал прощания – прощание с педагогами и персонажем.

Игровые сеансы можно проводить как перед началом посещения дошкольного учреждения, так и во время поступления в детский сад до посещения группы. В зависимости от степени адаптации, сеансы проводятся с ребенком вместе с мамой. Игровые сеансы проводятся педагогом-психологом или воспитателем.

Цель игр - эмоциональное общение, налаживание контакта между ребенком и взрослым, способствующая легкой адаптации ребенка к детскому саду.

При проведении эмоциональных игр следует соблюдать постепенность: не следует уже при первом знакомстве с ребенком использовать в играх телесный контакт.

Описанные ниже варианты игровых сеансов приводятся в заданной последовательности:

- встреча-приветствие
- игры с использованием игрушек и предметов;
- тактильная игра (контакт руками, телесный контакт)
- занимательное дело
- ритуал прощания

Кроме этого, игры, направленные на формирование общения, требуют соблюдения нескольких условий:

1. Взрослый проявляет большую заинтересованность в игре, активно организует взаимодействие с ребенком, прилагает усилия, чтобы увлечь ребенка игрой.
2. Взрослый сопровождает игровые действия комментариями, описывая словами все этапы игры. Во многих играх используются стихотворения и потешки.
3. Взрослый делает всё, чтобы создать во время игры комфортную, теплую атмосферу.
4. Взрослый внимательно следит за ходом игры, контролируя ее начало, продолжение и конец.
5. Эмоциональные игры, направленные на развитие общения со взрослым и установления с ним контакта, проводятся индивидуально (один взрослый — один ребенок, мама – наблюдатель (участник).

1. **Знакомство с малышом.**

Воспитатель при знакомстве с малышом, использует любую игрушку (любимую игрушку малыша)

- **Игра с предметом** «Собирание «сокровищ»»

Игровой материал: шкатулка или корзина с мелкими предметами

Ход: воспитатель вносит шкатулку (корзину) с «сокровищами». В ходе воспитатель достает один предмет и передает его малышу, малыш с мамой рассматривают предмет и рассказывают воспитателю о нем о его применении.

Воспитатель выясняет, какие «сокровища» вызывают у малыша наибольший интерес. Затем воспитатель называет какое-либо «сокровище» и просит достать его из корзины.

- **Тактильная игра** «Поезд»

Ход игры: Воспитатель предлагает поиграть в «поезд»: «Я –паровоз, а вы –вагончики» мама и

малыш встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. «Поехали» - говорит воспитатель и все начинают двигаться, затем замедляет ход и говорит: «Остановка». Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

3 «Занимательное дело» на развитие мелкой моторики «Полянка настроения»

Материал: плетеные салфетки, цветные ленточки, цветная проволока.

Ход игры: Используя плетеную салфетку, разноцветные ленточки, шнурочки, бумажные салфетки, лепестки роз, маме и ребенку предлагается создать поляну настроения. На глазах у ребенка и при его участии происходит превращение: вместо скучной серой салфетки появляется «красота».

- **Ритуал прощания**.

Воспитатель использует свободное прощание, используя игрушку из приветствия.

Для успешной адаптации ребенка важно создать в детском саду атмосферу, способствующую его комфортному привыканию к новой среде, формированию положительного отношения к детскому саду, развитию коммуникативных навыков и поддержанию здоровья. Использование инновационных форм взаимодействия с родителями на основе игровой деятельности является эффективным способом достижения этой цели.

По мнению Д.Б. Эльконина, игра отражает жизнь ребенка в обществе и служит инструментом для понимания смысла человеческой деятельности, осознания своего места в мире взрослых и стремления к взрослению.

С рождения человек вовлечен в социальные отношения, которые формируют его личность. В этих взаимодействиях он приобретает социальный опыт, который становится неотъемлемой частью его личности. Адаптация играет важную роль в этом процессе. Дошкольное образовательное учреждение является первым звеном социализации в системе непрерывного образования.

Период адаптации – это значимый этап в жизни ребенка. Переход из привычной домашней обстановки в новую среду детского сада неизбежно приводит к изменениям в поведении и эмоциональном состоянии.

Статистические данные Министерства здравоохранения РФ свидетельствуют о ежегодном увеличении заболеваемости среди детей в возрасте от 1 до 3 лет. Одной из причин этого является трудная адаптация к детскому саду.

Проблема адаптации, особенно у детей, является важной темой, изучаемой в различных областях науки. Чтобы лучше понять, как дети приспосабливаются к новым условиям, необходимо тщательно изучить этот процесс.

Адаптация к детскому саду – это непростой период для ребенка, требующий индивидуального подхода, учитывающего его уникальные особенности. Тяжесть адаптации может варьироваться от легкой, с незначительными изменениями в поведении, до тяжелой, с выраженными негативными реакциями, болезнями и отказом посещать детский сад. Средняя степень адаптации характеризуется плаксивостью, раздражительностью и нарушениями сна, которые постепенно проходят.

Успешная адаптация зависит от создания комфортной и безопасной среды в группе, установления доверительных отношений с воспитателями и другими детьми, а также от поддержки родителей. Воспитатели должны быть внимательны к каждому ребенку, учитывать его потребности и создавать условия для развития его познавательных способностей и эмоционального благополучия.

Только тесное сотрудничество между воспитателями и родителями обеспечит ребенку необходимую поддержку, эмоциональный комфорт и интересную жизнь как дома, так и в детском саду. Это поможет развить его способности, научит общаться со сверстниками и подготовит к школе. Особенно важно установить контакт между педагогом и родителем в группах раннего возраста.

Поскольку адаптивные возможности маленьких детей ограничены, резкий переход в новую социальную среду и длительный стресс могут привести к эмоциональным проблемам, замедлению развития и снижению интереса к познанию.

Поэтому, чтобы облегчить адаптацию ребенка, необходимо организовать его жизнь в детском саду таким образом, чтобы он мог безболезненно приспособиться к новым условиям, сформировать

положительное отношение к детскому саду, развить навыки общения, особенно со сверстниками, и сохранить свое здоровье.

Игровая деятельность – эффективный инструмент адаптации, позволяющий ребенку в естественной форме знакомиться с новой обстановкой, осваивать правила поведения, налаживать контакты и выражать свои чувства, снимая напряжение.

Список источников

1. Аксарина М.Н. Воспитание детей раннего возраста. – М.: Медецина 2007. - 304с.
2. Алямовская В.Г. Ясли это серьезно.– М.: ЛИНКА-ПРЕСС ,1999.
3. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. – Воронеж: Учитель, 2006,-236с.
4. Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад: Пособие для воспитателей дет сада/ - М.: Просвещение, 2003.-№3.-104с, ил.
5. Волков Б.С., Волкова,Н.В. Психология общения в детском возрасте. - М.: Педобщество, 2003, 240с.
6. Ж-л № 4. Ребенок в детском саду.-2001.
7. Ковальчук Я.И. Индивидуальный подход в воспитании ребенка - М.: Просвешение,1985.- 112 с.
8. Печора К.Л., Пантюхина Г.В. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях - М.: Владос, 2007, - 176с.
9. Сауко Т.Н., Буренина А.И.. Топ-хлоп,малыши: программа музыкально-ритмического воспитания детей 2–3 лет.-СПб., 2001. – 120с.
10. Дыбина О.В., Рахманова Н.П., Щетинина В.В. Неизведанное рядом: занимательные опыты и эксперименты для дошкольников/О.В.Дыбина (отв. ред.). – М.:ТЦ “Сфера”, 2001. – 192 с.(Серия “Вместе с детьми”).
11. http://www.maaam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-itogovogo-zanjatija-v-starshei-grupe-vokrug-sveta.html

УДК 37

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ, ВИДЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ

НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА ДМИТРИЕВА,
воспитатель высшей квалификационной категории
ЕКАТЕРИНА ЮРЬЕВНА ПАПЫЛЕВА
воспитатель первой квалификационной категории
МАДОУ детский сад общеразвивающего вида № 48,
г. Томск

Аннотация. Статья рассматривает роль экспериментальной деятельности в развитии детей дошкольного возраста. Описываются виды экспериментов, их влияние на интеллектуальные способности, коммуникативные навыки и познавательную активность детей. Особое внимание уделяется значению самостоятельности и партнерства в процессе экспериментирования, а также созданию условий для безопасного и эффективного проведения опытов. Анализируется влияние экспериментальной деятельности на другие виды деятельности, такие как наблюдение, труд, речевое развитие, математика и изобразительное искусство. Приводятся примеры конкретных экспериментов с водой, песком, снегом и магнитами, подчеркивается их значение для формирования у детей представлений о природе и свойствах материалов. В статье также обсуждается важность сотрудничества педагогов и родителей для поддержания интереса детей к экспериментированию.

Ключевые слова. Экспериментальная деятельность, дошкольное образование, познавательное развитие, интеллектуальные способности, коммуникативные навыки, самостоятельность, безопасность, наблюдение, труд, речь, математика, изобразительное искусство, сотрудничество педагогов и родителей.

EXPERIMENTAL ACTIVITIES IN PRESCHOOL EDUCATION: THEORETICAL FOUNDATIONS, TYPES AND PRACTICAL ASPECTS

Dmitrieva Natalia Viktorovna,
Papyleva Ekaterina Yurievna

Annotation. The article examines the role of experimental activities in the development of preschool children. The types of experiments and their impact on children's intellectual abilities, communication skills, and cognitive activity are described. Special attention is paid to the importance of independence and partnership in the process of experimentation, as well as the creation of conditions for safe and effective experiments. The influence of experimental activity on other types of activities such as observation, labor, speech development, mathematics and visual arts is analyzed. Examples of specific experiments with water, sand, snow, and magnets are given, and their importance for forming children's ideas about the nature and properties of materials is emphasized. The article also discusses the importance of collaboration between teachers and parents to

maintain children's interest in experimentation.
Key words. Experimental activity, preschool education, cognitive development, intellectual abilities, communication skills, independence, safety, observation, work, speech, mathematics, fine arts, cooperation between teachers and parents.

Экспериментальная деятельность играет важную роль в развитии детей дошкольного возраста, способствуя формированию их интеллектуальных способностей, коммуникативных навыков и познавательной активности. В процессе экспериментирования дети учатся задавать вопросы, делать выводы, работать в коллективе и самостоятельно исследовать окружающий мир. В данной статье рассматриваются основные аспекты экспериментальной деятельности, ее виды, влияние на различные виды детской деятельности и условия, необходимые для эффективного проведения опытов.

Существует два основных вида экспериментов: демонстрационные и фронтальные. Демонстрационные эксперименты проводятся воспитателем, когда исследуемый объект существует в единственном экземпляре или когда его нельзя дать в руки детям из соображений безопасности. Например, это могут быть эксперименты с горящими свечами, сухим горючим и другими опасными веществами.

Фронтальные эксперименты, напротив, предполагают активное участие детей в процессе исследования. В таких экспериментах дети могут самостоятельно выбирать и менять объекты исследования, что способствует развитию их познавательной активности и самостоятельности.

Экспериментальная деятельность оказывает положительное влияние на различные аспекты развития детей дошкольного возраста. Она способствует формированию интеллектуальных способностей, таких как логическое мышление, умение анализировать и делать выводы. Кроме того, эксперименты развивают коммуникативные навыки, поскольку дети учатся работать в коллективе, обсуждать результаты и делиться своими наблюдениями.

Особое значение имеет развитие самостоятельности детей в процессе экспериментирования. Педагог должен создавать условия, в которых ребенок сможет самостоятельно ставить цели, выбирать методы исследования и анализировать полученные результаты. Это способствует формированию у детей уверенности в своих силах и интереса к познанию окружающего мира.

Экспериментальная деятельность тесно связана с другими видами детской деятельности, такими как наблюдение, труд, речевое развитие, математика и изобразительное искусство. Наблюдение является неотъемлемой частью любого эксперимента, поскольку дети учатся замечать и анализировать изменения, происходящие с объектами исследования. Труд, в свою очередь, помогает детям развивать практические навыки и умение работать с различными материалами.

Речевое развитие играет важную роль в процессе экспериментирования. Дети учатся формулировать вопросы, описывать свои наблюдения и делать выводы. Это способствует развитию их словарного запаса и грамматического строя речи. Математика, в свою очередь, находит свое отражение в экспериментальной деятельности через необходимость счета, сравнения и измерения.

Изобразительное искусство также тесно связано с экспериментированием. Чем лучше у ребенка развиты изобразительные способности, тем точнее он сможет зафиксировать результаты своих опытов. Это может быть рисование, моделирование, конструирование и другие виды творческой деятельности.

Для успешного проведения экспериментальной деятельности необходимо создать определенные условия. Во-первых, это безопасность. Все эксперименты должны проводиться в соответствии с правилами безопасности, чтобы избежать травм и несчастных случаев. Во-вторых, это наличие необходимого оборудования и материалов. Уголок экспериментирования, или "детская лаборатория", должен быть оснащен всем необходимым для проведения опытов.

В-третьих, это создание благоприятной атмосферы для экспериментирования. Дети должны чувствовать себя комфортно и уверенно, чтобы проявлять интерес к исследовательской деятельности. Важно, чтобы педагог активно участвовал в процессе экспериментирования, был увлечен и вдохновлял детей.

Рассмотрим несколько примеров конкретных экспериментов, которые можно проводить с детьми дошкольного возраста.

Эксперименты с водой:

- Дети узнают, что вода принимает форму того сосуда, в который ее наливают.
- Исследуют плавучесть различных предметов.
- Наблюдают за растворением веществ в воде.

Эксперименты с песком:

- Рассматривают песок через лупу и делают открытие о его составе из маленьких песчинок.
- Лепят шарики из сухого и мокрого песка и делают выводы о зависимости формы от влажности.

Эксперименты с магнитами:

- Исследуют, почему магнит притягивает не все предметы.
- Изучают взаимодействие магнитов с различными материалами.

Экспериментальная деятельность является важным аспектом развития детей, способствующим формированию их познавательной активности и стремления к познанию окружающего мира. Однако для достижения максимальной эффективности необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка, в частности, уровень его усталости.

Усталость детей может существенно влиять на их способность к концентрации, запоминанию и выполнению задач. Поэтому важно своевременно отслеживать признаки усталости и при необходимости корректировать режим занятий. В случае проявления признаков утомления рекомендуется прекратить занятие или сократить его продолжительность. С другой стороны, если ребёнок проявляет высокий интерес к экспериментальной деятельности, можно продлить занятие сверх запланированного времени.

Успешная организация экспериментальной деятельности невозможна без тесного сотрудничества с родителями. Педагоги и родители должны стать единомышленниками в вопросах поддержки интереса детей к познанию и развития их экспериментальных навыков. Для этого разработаны рекомендации для родителей, такие как «Помощь маленькому исследователю» и «Детские эксперименты в домашних условиях». Эти материалы содержат советы по проведению опытов и экспериментов в домашних условиях, что позволяет родителям активно участвовать в образовательном процессе ребёнка.

На практике рекомендации показали свою эффективность. Родители и дети с удовольствием рассказывают друг другу о своих открытиях и достижениях. В некоторых семьях даже были оборудованы специальные уголки для детского экспериментирования, что способствовало повышению уровня знаний и развитию исследовательских навыков.

Для более детального консультирования родителей по интересующим их вопросам проводятся индивидуальные встречи. Они позволяют обсудить конкретные методики проведения экспериментов, подобрать подходящие материалы и оборудование, а также ответить на вопросы, возникающие в процессе обучения.

Совместная работа педагогов и родителей, а также учёт индивидуальных особенностей детей, играют ключевую роль в развитии их экспериментальных навыков. Разработанные рекомендации и практические мероприятия способствуют формированию у детей интереса к познанию, развитию их познавательных способностей и повышению уровня знаний. Завершающим этапом данной работы стал совместный мастер-класс «Мои любимые опыты», который позволил детям и родителям поделиться своими достижениями и закрепить полученные знания.

Экспериментальная деятельность имеет большое значение для всестороннего развития детей дошкольного возраста. Она не только способствует формированию интеллектуальных и коммуникативных навыков, но и развивает самостоятельность, уверенность в своих силах и интерес к познанию окружающего мира. Сотрудничество педагогов и родителей играет важную роль в успешной организации экспериментальной деятельности.

Список источников

1. Иванова А. И. Экспериментальная деятельность детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 2010.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.
3. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. – М.: Смысл, 2004.
4. Эльконин Д. Б. Психология игры. – М.: Педагогика, 1978.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

УДК 37

УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В УПРАВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОЦЕССОМ ШКОЛЫ

ТУЛИНОВА НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА,
директор,
СТАДНИЧЕНКО ВАЛЕНТИНА ВЛАДИМИРОВНА
учитель химии
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №34»
Старооскольского городского округа

Аннотация: Взаимодействие школы и семьи способствует развитию современной школы и означает поворот общества к нуждам семьи. В данной статье отражен опыт работы по взаимодействию родительской общественности со школой, родителей в управлении учебно-воспитательным процессом через Управляющий совет
Ключевые слова: родительская общественность, Управляющий совет, сплочение сообщества, ключевые принципы, формы сотрудничества.

PARENTAL INVOLVEMENT IN THE MANAGEMENT OF THE SCHOOL'S EDUCATIONAL PROCESS

Tulinova Natalia Viktorovna,
Stadnichenko Valentina Vladimirovna

Abstract: The interaction of school and family contributes to the development of a modern school and means that society turns to the needs of the family. This article reflects the experience of working on the interaction of the parent community with the school, parents in managing the educational process through the Governing Council.
Keywords: parent community, Governing Council, community cohesion, key principles, forms of cooperation.

Задача современного образования — сформировать нравственно развитую, интеллектуально одарённую личность, физически и духовно здорового гражданина России. Это невозможно без поддержки семьи и общества, без активного участия родителей в жизни школы.

Без участия родительской общественности управлению образованием не решить всех тех проблем, которые возлагаются в связи с модернизацией образования, с реализацией национальных проектов.

В управлении учебно-воспитательным процессом школы родители могут принимать участие через следующие формы деятельности:

- Управляющий совет;
- общешкольный и классный родительский комитет.

Школьные управляющие советы представляют собой форму государственно-общественного управления образовательным учреждением. «Государственный» аспект в управлении предполагает, что руководство школой осуществляют исключительно представители официальных инстанций, такие как учредители и администрация во главе с директором.

В то же время, «общественный» аспект заключается в привлечении к управлению школой заинтересованных лиц извне: представителей подшефных организаций, родительского сообщества, вы-

пускников прошлых лет, а также авторитетных и активных членов местного сообщества и самих учащихся. Эта модель позволяет сочетать официальный контроль с участием широкой общественности в формировании образовательной политики школы [1,с.79].

Основанный в 2006 году, Совет управления в МБОУ «СОШ №34» играет ключевую роль в решении важных вопросов, стоящих перед учебным заведением. В его компетенции – определение направлений развития школы, установление целей и задач, а также определение путей их реализации.

Совет также активно участвует в финансовом управлении школой, разрабатывая методы привлечения дополнительных финансовых ресурсов.

Он содействует привлечению внебюджетных средств для улучшения материально-технической базы школы и обеспечения безопасной среды. Согласование профилей обучения также входит в его обязанности. Кроме того, совет рассматривает обращения и жалобы учеников и их родителей.

Одной из важнейших задач Совета управления является укрепление связей между учителями, учениками и родителями (законными представителями). Это необходимо для достижения взаимопонимания и осознания значимости совместной работы при обсуждении вопросов развития образовательного учреждения. Совет призван обеспечить прозрачность информации для всех участников образовательного процесса [2,с.36].

В рамках заседаний Совета управления в МБОУ «СОШ №34» утверждается план развития образовательного учреждения и согласовываются ключевые внутренние документы, оказывающие влияние на права школьников, такие как правила внутреннего распорядка и график учебного процесса.

Родители активно вовлечены в деятельность комиссий, действующих при Совете управления, в частности:

- комиссии, осуществляющей надзор за качеством среды, в которой находятся учащиеся (соблюдение санитарных норм в классах, спортивном зале, туалетных комнатах и столовой);
- комиссии, контролирующей качество питания и организацию медицинского обслуживания;
- комиссии, отвечающей за обеспечение безопасности в школе.

Члены родительского сообщества включены в состав комиссии по разрешению конфликтных ситуаций, возникающих между участниками образовательного процесса.

Как члены Управляющего совета, родители способствуют решению текущих проблем и поиску спонсоров для необходимого срочного ремонта или улучшения состояния школы, участвуют в распределении расходования внебюджетных средств, являются общественными наблюдателями при проведении государственной итоговой аттестации учащихся 9-х и 11-х классов, оказывают помощь школе в организации общественно-значимых мероприятий, школьных праздников, спортивных мероприятий; принимают участие в профориентационой работы: организуют встречи с представителями родительской общественности различных профессий, выпускниками школы, которые добились успеха в своей профессии, организации экскурсий на предприятия города Старый Оскол.

Взаимодействие с родителями – ключевой элемент деятельности классного руководителя. В рамках школы, именно классный руководитель играет центральную роль в организации воспитательного процесса с участием родителей учеников. Он разрабатывает общий план и конкретные методы сотрудничества между школой и семьей в формировании личности ребенка. Обладая знаниями в педагогике и психологии, он оказывает поддержку родителям в решении проблем, возникающих в семейном воспитании, и в адаптации к влиянию социальной среды [3,с.83].

Успешное партнерство между родителями и школой строится на нескольких ключевых принципах: открытость к диалогу; доверие к учителям; создание позитивного отношения к школе; баланс между контролем и самостоятельностью.

В образовательном процессе, осуществляемом в МБОУ «СОШ №34», используются разнообразные формы взаимодействия с родителями:

1.Регулярно проводятся родительские собрания и индивидуальные консультации, на которых родители узнают о прогрессе и сложностях, возникающих у их ребенка. Педагоги, в свою очередь, используют эти встречи для обсуждения методик обучения, личностных качеств и поведенческих особен-

ностей ученика, а также для предоставления рекомендаций по поддержке развития ребенка в домашних условиях.

2. Активное вовлечение родителей в школьную жизнь осуществляется через участие в организации внеучебных мероприятий: экскурсий, праздничных событий, творческих конкурсов и спортивных состязаний. Это способствует формированию у детей чувства значимости семьи в контексте школьной деятельности и повышает их заинтересованность в учебе.

3. Родители также вносят свой вклад через волонтерскую деятельность и оказание помощи школе: участвуют в работах по улучшению школьной территории, помогают в организации и проведении мастер-классов, лекций и культурных программ.

4.Электронные дневники и онлайн-платформы позволяют родителям следить за успеваемостью, расписанием занятий, домашними заданиями и получать отзывы от преподавателей, что обеспечивает своевременное реагирование на возможные учебные проблемы.

Совместные усилия школы и семьи необходимы для эффективного решения вопросов, связанных с повышением мотивации к обучению, выявлением причин учебной отсталости, профилактикой девиантного поведения и формированием у детей осознанного отношения к своему здоровью.

Вклад родителей играет существенную роль в успехах детей в учебе. Вовлеченность родителей позитивно сказывается на академических результатах.

Поддержка и интерес родителей к успехам ребенка формируют здоровую самооценку, позволяя ему чувствовать уверенность в себе и стремиться к новым достижениям.

Следовательно, образовательные учреждения не смогут в полной мере реализовать задачи модернизации образования и национальных проектов без активного участия родителей.

Список источников

1. Брюхова В.М. Первый шаг к партнёрству.// Директор школы.- 2005.- №1.- С. 79-82.
2. Фриш, Г. Л. Управляющий совет - орган государственно-общественного воздействия на школу / Г. Л. Фриш // Директор шк. - 2004 - N 7 - С. 36-40.
3. Вифлеемский А., Чиркина О. Родительский комитет: полномочия, права, ответственность.// Директор школы.-2004.- №3.- С. 83-90.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

УДК 372.891:37.034

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ

ТУОВА ТАМАРА ГИССОВНА,
канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры географии
ЗАТОЛОКИНА АЛИНА АЛЕКСЕЕВНА
магистрантка 2 курса
ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет»

Аннотация: В статье анализируются основные принципы здоровьесберегающих технологий на уроках географии; рассматриваются вопросы формирования у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью как к приоритетной ценности; определяются психолого-педагогические условия формирования мотивации на практическую реализацию здорового образа жизни в своей жизнедеятельности.
Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, методы и формы организации учебного процесса, возрастные особенности обучающихся.

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN GEOGRAPHY LESSONS AT SCHOOL

Tuova Tamara Gissovna,
Zatolokina Alina Alekseevna

Abstract: The article analyzes the basic principles of health-saving technologies in geography lessons; considers the issues of developing students' conscious attitude to their health as a priority value; defines psychological and pedagogical conditions for the formation of motivation for the practical implementation of a healthy lifestyle in their life.
Keywords: health-preserving technologies, methods and forms of organizing the educational process, age characteristics of students.

С давних времен проблема здоровьесбережения стала актуальной и сейчас не требует доказательств своей важности. Вопрос о здоровьесберегающих образовательных технологиях и внедрения их в образовательный процесс школы поднимается повсеместно. Это обосновывают исследования ученых 21 века, чьи исследования доказывают ухудшение состояния здоровья детей в период обучения в образовательных учреждениях.

Известный педагог В. А. Сухомлинский писал: «Без радости невозможна гармония здорового тела и здорового духа... Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка, – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества» [4, с. 92].

Все чаще появляются исследования по данной проблеме в виде статей и методических разработок: Бальсевич В.К. (1998), Орехова Т.Ф. (2005), Мухаметзянова Г.В. (2007), Черепова Е.А. (2007), Пугачевой Н.Б. (2007), Поротова А. В. (2019), Пчелкиной Н.Е. (2023) и другие.

Анализ литературы по изучаемой проблеме показал, что многие авторы обращают внимание на организацию и содержание здоровьесберегающего образовательного процесса, при этом психолого-педагогические условия реализации здоровьесберегающих технологий мало затронуты.

Рис. 1. Педагогическая модель реализации здоровьесберегающих технологий на уроках географии в школе

По мнению С.Н. Бегидовой, «профессиональная компетентность учителя заключается не только в знании своего предмета, организации процесса обучения, формировании знаний, умений, навыков, но и в том, как он готовит своих воспитанников к будущей взрослой жизни, какие ценностные ориентации у них формирует, какие качества личности развивает. Это – важнейшая интегративная характеристика учителя, обеспечивающая качественное выполнение всех элементов педагогической деятельности, в результате чего создаются условия для воспитания духовно и физически здоровой личности обучающихся» [1, с. 67].

Как отмечает Р. А. Березовская «Ценностное отношение к здоровью представляет собой внутренний механизм регуляции поведения, основанный на высокой субъективной значимости здоровья и его осознании в качестве предпосылки реализации своих жизненных задач, оно сопровождается активно-позитивным стремлением к его сохранению и укреплению» [2, с. 224].

Исследуя и анализируя литературные источники в области здоровьесбережения, мы можем удостовериться, что никто из авторов не выделяет в качестве уникальной какую-либо технологию здоровья. Это происходит, прежде всего, потому что здоровьесбережение является лишь одной из задач об-

разовательного процесса. При этом для реализации этой задачи должен использоваться комплексный подход.

В структуре здоровьесберегающих технологий выделяют психолого-педагогические приемы и методы, подходы к реализации возможных проблем. Как педагогическая система в них решается задача сохранения здоровья обучающихся и педагогов.

Н.К. Смирнов отмечает: «Если же здоровьесберегающие технологии связывать с решением более узкой, здоровьеохранительной задачи, то к здоровьесберегающим будут относиться педагогические приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью учащихся и педагогов, обеспечивают им безопасные условия пребывания, обучения и работы в образовательном учреждении» [3].

Организация учебно-воспитательного процесса тесно связана с процессами их моделирования, потому что графическая модель показывает все направления и взаимообусловленности процесса обучения. Сконструированная модель состоит из следующих компонентов: целевого, содержательного, диагностического и результативного.

Педагогическая модель базируется на следующих дидактических принципах:

- принцип природосообразности – закономерности внутреннего развития личности учитываются в образовании и воспитании;

- принцип преемственности между целями, содержанием, формами, методами и характером психолого-педагогического взаимодействия с учетом ресурсов личности;

- принцип индивидуализации содержания, форм, методов и психолого-педагогических средств достижения целей здоровьесбережения;

- принцип непрерывности и систематичности – понимание непрерывности здоровьесберегающего процесса и обучения здоровому образу жизни в школе, систематичности и последовательности учета состояния своего организма;

- принцип рефлексивности, позволяющий анализировать свои способности и возможности, социальную и личностную значимость в контексте своего здоровья.

В процессе экспериментальной работы проводилось следующие виды работ:

- использование педагогических технологий, как технологии педагогического сотрудничества и проблемной технологии;

- развитие знаний и умений по сохранению и профилактике здоровья;

- использование обучающимися межпредметных знаний и умений, полученных в ходе изучения анатомии, общей биологии и географии.

По опроснику Р.А. Березовской «Отношение к здоровью» было проведено анкетирование по четырем шкалам: когнитивная, эмоциональная, поведенческая и ценностно-мотивационная [2]. Результаты приведены на (рис.2).

Из диаграммы видно, что когнитивная, поведенческая и ценностно-мотивационная шкалы находятся практически на одном уровне. Их значения 64% - 67% говорят о том, что уровень отношения школьников к здоровью – средний. Эмоциональная шкала получила результат 74%, что уже относит ее к высшему уровню. Это говорит о том, что высокий уровень отношения к здоровью занимают такие критерии как уровень здоровья, не требующего тревоги, умение радоваться своему здоровью.

На уроках по географии при изучении тем «Страны мира» и «Глобальные проблемы человечества», была использована технология сотрудничества при проведении квест «Развитие спорта в мире». Для этого содержание предмета было адаптировано и переработано в соответствии с принципами здоровьесбережения. Обучение в сотрудничестве позволило создать на уроках творческую атмосферу, вовлечь каждого школьника в познавательный процесс.

Во внеучебной деятельности было проведено внеклассное мероприятие «Спортивная жизнь стран мира» в виде кругосветного путешествия по странам и континентам.

Внедрение данной технологии позволило учитывать возрастные особенности юношеского возраста, различия в уровнях мышления и обучения.

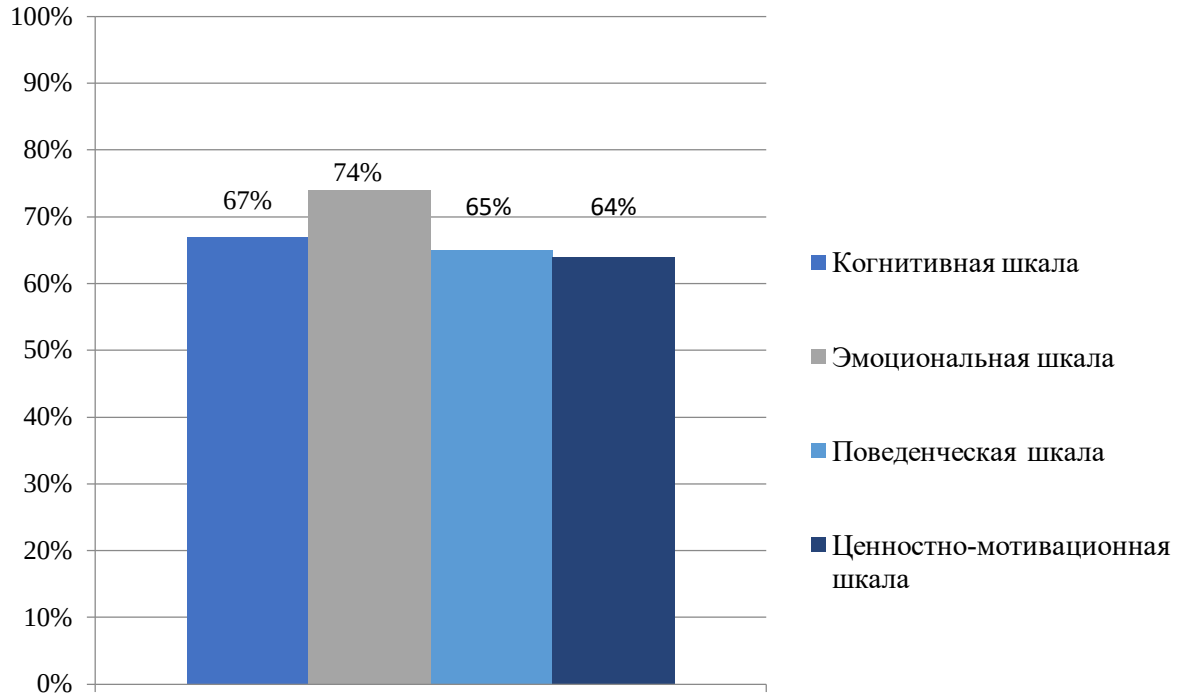

Рис. 2. Уровни отношения обучающихся 11 – х классов к своему здоровью

К показателям эффективности педагогической модели необходимо отнести формирование внутренней мотивации по отношению к своему здоровью, понимание его ценности, позитивная динамика успеваемости за счет увеличения запаса знаний по здоровьесбережению, грамотной организации труда и отдыха.

Таким образом, разработанная и внедренная педагогическая модель реализации здоровьесберегающих технологий показала свою эффективность, подтвержденную положительными результатами.

Список источников

1. Бегидова, С. Н. Здоровьесберегающая компетентность учителя как детерминант формирования ценностного отношения школьников к физической культуре / С. Н. Бегидова, В. И. Жуков, С. А. Берсирова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2022. – Вып. 4 (308). – С. 64-72.
2. Березовская, Р. А. Отношение к здоровью / Р. А. Березовская // Практикум по психологии здоровья. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. –110 с.
3. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. – Москва : АРКТИ, 2005. – 125 с.
4. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. – Киев, 1969. – 320 с.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

УДК 37

ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

ЧЕРНАЯ СОФЬЯ НИКОЛАЕВНА
студентка 1-го курса юридического факультета
КУБГАУ им.Трубилина

Аннотация: d рамках данной статьи рассмотрен вопрос, связанный с особенностями физического воспитания в высших учебных заведениях. В настоящее время возрастают темпы жизни, ускоряются процессы обмена информацией, однако уровень физической активности снижается. В данной связи крайне важно уделять повышенное внимание физическому воспитанию и здоровью студентов, поддерживать активный образ жизни обучающихся. Регулярные занятия спортом важны не только для поддержания здоровья, но и успеваемости, поскольку благодаря грамотно организованным занятиям улучшается сосредоточенность, а также снижается уровень стресса.
Ключевые слова: спорт, физическое воспитание, занятия спортом, обучение, студенты, образовательные технологии, успеваемость, дисциплина.

EDUCATIO PHYSICA TECHNOLOGIAE IN SUPERIORIBUS INSTITUTIS EDUCATIONIS

Chernaya Sofya Nikolaevna

Abstract: in ambitu huius articuli, exitus ad proprietates educationis physicae in superioribus institutis educationis habetur. In statu, gradus vitae augetur, processus informationis commutationis accelerant, sed gradus actionis corporalis decrescit. Hac de re maximi momenti est operam dare ad educationem physicam et ad salutem studentium augendam, ad activam vivendi rationem studentium conservandam. Exercitium regulare magni momenti est non solum ad sanitatem conservandam, sed etiam ad academicam observantiam, quia actiones bene ordinatae meliorem intentionem et gradus accentus minuunt.
Keywords: lusus, educatio physica, lusus, educatio, discipuli, technologiae scholasticae, disciplina academica.

Организация физического воспитания в высших учебных заведениях предусматривает использование общеобразовательных технологий, а также технологий, которые способствуют активизации двигательной активности. Прежде всего, такие технологии включают в себя сбережение здоровья, игровые технологии, соревновательные технологии, а также технологии, которые связаны с личностно-ориентированным обучением.

Направленные на сохранение здоровья технологии представляют собой совокупность воздействующих факторов, которые создают образовательную среду, которая обеспечивает сохранение и укрепление здоровья студентов на протяжении всех этапов обучения. В настоящее время основное внимание уделяется вопросам, связанным с предупреждением и профилактикой ухудшения самочувствия студентов. Для этого следует предпринять поиски технологий и методов, которые позволяют укреплять физическое и психическое здоровье, а также способствуют формированию привычек ведения здорового образа жизни [1].

Главной составляющей рассматриваемой задачи является обеспечение двигательной активности, которая выступают в качестве ключевого элемента здоровья человека. Регулярные занятия спортом позволяет не только укрепить сердечно-сосудистую систему, но и положительно сказываются на

психоэмоциональном состоянии студентов. Результаты многочисленных исследований показывают, что те студенты, которые ведут активный образ жизни, в гораздо меньшей степени подвержены стрессу, имеют более высокие показатели успеваемости, способны выносить более интенсивные нагрузки.

Поэтому внедрение различных технологий, направленных на сохранение здоровья в образовательный процесс позволит повысить компетентность руководителей высших учебных заведений, а также преподавателей и кураторов. В свою очередь, такое положение дел позволяет обеспечить успешную реализацию программ, направленных на обеспечение охраны здоровья студентов, с учетом современных требований, запросов, потребностей государства и общества.

Реализация обозначенных задач предусматривает организацию учебной деятельности, которая отвечает санитарным правилам и нормам, предусматривает занятие физкультурой с учетом динамических перемен и отдыха, а также контроль за обеспечением рационального питания студентов, проведение работы, целью которой является формирование ответственного отношения студентов к своему здоровью. Для этого могут быть использованы игровые технологии, которые предусматривают структурирование и упорядочивание игровой деятельности, ее реализацию в соответствии с определенными условиями и сюжетом. Игра должны предусматривать наличие определенного плана, цели, а также способов достижения [2].

Игровые процессы следует постоянно менять, что должно быть предусмотрено в процессе планирования нагрузок. Следует все сценарии прописывать заранее, чтобы избежать неожиданных поворотов в сценарии, которые могут привести к нежелательным последствиям. Применение игрового метода должно предусматривать имеющиеся игры и их правила. Например, наличие разнообразных физических упражнений, к примеру, прыжков, бега, метания предметов. Следует предоставить студентам возможность выбирать игры, например, дартс, поскольку он отлично позволяет вовлечь студентов в процесс, сформировать у них полезные привычки, внести разнообразие в студенческую жизнь, повысить физическую активность и снизить уровень стресса.

Довольно популярным является соревновательный метод, который также может выступать в качестве способа физического воспитания. Данный метод предусматривает наличие соревновательного процесса, его обязательным условием является наличие тщательной подготовки для всех участников. При организации работы по физическому воспитанию студентов данный метод может быть применен в различных формах, например, в простой и сложной. В первом случае речь идет о наличии соревновательных элементов, позволяющих сформировать у студентов интерес и мотивацию. А во втором случае речь идет о проведении полноценных соревнований, например, для аттестации студентов, что позволяет выявить сильные и слабые стороны [3].

Массовые спортивные мероприятия, объединяющие несколько видов спорта, позволяют студентам выбрать наиболее привлекательное для них направление, принять участия в полноценном соревновании. Такие мероприятия должны проводиться регулярно. Личностно-ориентирующие технологии обучения в высших учебных заведениях представляют собой совокупность образовательной и воспитательной работы, в основе которой находятся уникальные методические подходы к организации учебного процесса. Главной задачей такой технологии является развитие личности студента с учетом его индивидуальных характеристик, а также потребностей. Это позволяет обеспечить вовлечение обучающегося в образовательный процесс, а также обеспечить его активное самовыражение.

Личностно-ориентированное обучение предусматривает применение индивидуальных образовательных траекторий, когда студенты обладают возможностью сформировать собственный план тренировок с учетом способностей, интересов и амбиций.

Кроме того, составляющей рассматриваемого подхода является выбор методов и стилей обучения, поскольку образовательный процесс направлен на установление особенностей познания, интересов обучающегося, поэтому выбранные методы и стили должны обеспечить интересы обучающегося. Необходимо также применять интерактивные технологии, которые также должны учитывать индивидуальные способности студента.

В настоящее время является неотъемлемой составляющей нашей жизни. Он уже не просто способ поддержания физической формы, а возможность улучшить когнитивные способности, память, вни-

мание и скорость мышления. Таким образом, физическая активность может быть рассмотрена как способ тренировки ума. Когнитивные функции – это сложные процесс, которые позволяют воспринимать, обрабатывать и сохранять информацию, а также осуществлять взаимодействие с окружающим миром. Среди когнитивных функций различают память, внимание, восприятие, мышление. Данные процессы обеспечивают возможности обучения, направлены на решение проблемы, связанных с адаптацией к текущим изменениям.

Внимание обеспечивает фокусировку на определенных объектах и задачах, позволяет игнорировать внешние раздражители, а память отвечает за сохранение и воспроизведение информации, которая необходима для обучения. Восприятие позволяет обрабатывать сенсорную информацию, а речь обеспечивает вербальное общение. В настоящее время актуален вопрос, связанный с возможностями повышения когнитивных функций и способностей мозга. Частыми спутниками становятся снижение концентрации, дефицит внимания, что снижает возможности умственной деятельности. Спорт представляет собой способ улучшения работы мозга.

Многочисленные исследования позволяют установить взаимосвязь между регулярными занятиями спортом и повышением умственной активности. Регулярные занятия спортом позволяют обеспечить не только физическую, но и умственную активность, оказывают положительное влияние на когнитивные процессы.

Это можно объяснить тем, что в результате регулярных физических тренировок осуществляется взаимодействие физиологических и нейробиологических механизмов, которые активизируются в процессе занятия спортом. Регулярные физические нагрузки позволяют улучшить память, концентрацию и скорость обработки информации. Поэтому спорт, с данной точки зрения, выступает в качестве средства поддержания физической формы, а также представляет собой важный фактор умственного развития.

Такое положительное воздействие можно объяснить улучшением кровоснабжения мозга. Благодаря физической активности увеличивается частота сердечных сокращений, что обеспечивает интенсивное поступление крови к различным органам, в том числе, к головному мозгу. Таким образом, клетки обеспечиваются запасом кислорода, питательных веществ, что создает благоприятные условия для их функционирования.

Важным направлением педагогической и образовательной деятельности является повышение эффективности преподавания. Вхождение в активную спортивную деятельность может осуществляться через игру. Вовлечение в спортивный процесс позволяет снизить уровень стресса, сформировать у обучающихся мотивацию, выявить сильные и слабые стороны. Необходимо проявлять уважение к личности обучающегося, его внутреннему миру. Следует направить процесс обучения на развитие личности обучающегося путем применения оригинальных методов обучения [4].

Как показывает проведенное исследование, сравнение различных образовательных технологий в сфере физического воспитания, которые применяются в высших учебных заведениях, говорит о том, что каждая технология имеет свои преимущества, положительные стороны, однако достижение положительного эффекта возможно только в том случае, если применять все обозначенные элементы в совокупности.

Результативность образовательного процесса зависит от различных факторов, среди которых следует отметить, прежде всего, уровень подготовки студентов, а также их вовлеченность. Использование образовательных технологий должно быть сбалансированным. Преподаватели должны хорошо понимать всю необходимость обеспечения интеграции, а также предпочтения студентов. Образовательные технологии следует комбинировать. Достижение поставленных целей в физическом воспитании студентов предусматривает не только применение различных методов и технологий, но и проведение регулярного анализа эффективности их применения, адаптации и модификации с учетом регулярно меняющихся потребностей и желаний студентов. Только такой подход позволяет обеспечить всестороннее развитие обучающегося, улучшить состояние его здоровья и уровень физической подготовки.

Список источников

1. Мельников, А. И. Феномен лидерства в командных видах спорта / А. И. Мельников, А. В. Служителев, С. А. Печерский // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики : сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования кафедры физического воспитания Кубанского ГАУ, Краснодар, 28–29 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2020. – С. 337-342. – EDN FLEEKY.

2. Мельников, А. И. Особенности питания при занятиях спортом / А. И. Мельников, А. З. Нагучева // Тенденции развития науки и образования. – 2022. – № 85-9. – С. 142-145. – DOI 10.18411/trnio-05-2022-415. – EDN COJCKX.

3. Мельников, А. И. Современные методические подходы преподавания дисциплины «Физическая культура и спорт» в условиях эпидемиологических ограничений / А. И. Мельников, А. В. Служителев // Современные методические подходы к преподаванию дисциплин в условиях эпидемиологических ограничений : Сборник статей по материалам учебно-методической конференции, Краснодар, 01 февраля – 30 2021 года. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2021. – С. 339-340. – EDN YIQGKL.

4. Мельников, А. И. Актуальные проблемы физического воспитания студентов юридического факультета / А. И. Мельников, К. Р. Плишкина // Наука. Исследования. Практика : сборник избранных статей по материалам Международной научной конференции, Санкт-Петербург, 25 апреля 2021 года. – Санкт-Петербург: ГНИИ «Нацразвитие», 2021. – С. 39-41. – EDN HTNBAB.

УДК 37

ПРИМЕНЕНИЕ ДАРТСА В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

ЧЕРНАЯ СОФЬЯ НИКОЛАЕВНА
студентка 1-го курса юридического факультета
КУБГАУ им.Трубилина

Аннотация: В данной статье проведен анализ вопросов, связанных с особенностями социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Основное внимание уделено отдельным видам адаптивного спорта, который представляет собой средство эффективной социальной адаптации и физической реабилитации.
Ключевые слова: адаптивный спорт, физическая реабилитация, социальная адаптация.

USUS IACULIS IN LUDIS ADAPTIVIS

Chernaya Sofya Nikolaevna

Abstract: hic articulus analyses quaestiones pertinentes ad proprietates aptationis socialis hominum cum defectibus. Praecipua attentio quibusdam generibus ludis adaptivis, quae media est adaptationis socialis et rehabilitationis physicae efficax.
Keywords: adaptive ludis, quam semper corporalis, socialis recta accommodatio obtineri.

Физическая реабилитация имеет важное значение для социализации лиц с ограниченными возможностями, а также получивших травму, ранение или инвалидность. Физическая реабилитация предусматривает применение и методов физической культуры, спорта, что связано с потребностями в восстановлении физического и психологического благополучия. Кроме того, рассматриваемые методы позволяют в целом улучшить физическое состояние, адаптироваться к нормальной жизни. Нельзя не остановиться на таком важном аспекте как посттравматический стресс, который часто выступает сопутствующим последствием полученных травм, ведет к изменению ценностно-смысловых ориентиров.

Ценностная ориентация личности имеет важное значение, поскольку определяет такие процессы как осмысленность, целеполагание. Лица, которые получили травму, ранение, либо перенесшие серьезное заболевание, могут менять отношение к восприятию окружающего мира, понимая, что их опыт может быть уникален и сильно отличаться от обыденного. В то же время могут возникать трудности при взаимодействии с обществом, другими людьми. Благотворное воздействие на психоэмоциональное состояние способен оказать спорт, позволяющие справиться с тревожностью, посттравматическим стрессом, оказать благотворное воздействие на психоэмоциональное состояние [1].

Благоприятную атмосферу общения и взаимной поддержки создают совместные тренировки всех участников реабилитационной программы. Главным моментом в данном случае является способность физической культуры и спорта оказать благоприятное воздействие в формировании новых жизненных ориентиров и мотивации, что позволяет справляться с травмами и ограничениями в подвижности. Благодаря адаптивным видам спорта повышаются шансы улучшить спортивную подготовку, что позитивно сказывается на всем процессе реабилитации.

Среди принципов физической реабилитации следует отметить индивидуализм, поскольку речь идет о применении тщательно подобранных комплексных программ, физических упражнений, двигательной активности с учетом степени тяжести полученной травмы, особенностей процесса восстанов-

ления, обеспечения восстановления двигательной активности, трудоспособности. Данная работа включает в себя несколько направлений. Прежде всего, речь идет о физической реабилитации [3].

В ней нуждаются лица, которые перенесли серьезные физические нагрузки, психоэмоциональные потрясения. Для этого применяется физиотерапия, а также регулярные тренировки, которые позволяют ускорить восстановительные процессы, укрепить поврежденные ткани, вернуть организму функциональность. Затем необходимо обратиться к психологической реабилитации. Физическая активность позволяет снизить уровень стресса, тревожности, сгладить симптомы посттравматического стрессового расстройства. Благодаря регулярным занятиям спортом вырабатываются эндорфины, улучшается настроение и самочувствие.

Далее следует отметить социальную адаптацию, которая происходит посредством участия в спортивных соревнованиях, коллективных тренировках, позволяет восстановить и улучшить коммуникативные навыки, сформировать социальные связи, укрепить чувства коллективной принадлежности. Поддержание здоровья также представляет собой важное направление, которое позволяет предотвратить хронические заболеваний, возникающие вследствие стресса и эмоциональных перегрузок. Для реализации данного направления важное значение имеет занятие спортом. В рамках постоянной физической нагрузки осуществляется поддержание сердечно-сосудистой системы, укрепляется иммунитет, в целом происходит оздоровление организма.

Адаптивный спорт позволяет справиться со стрессом, взять контроль над агрессией и эмоциями. Зачастую у лиц, которые перенесли травмы и заболевания, могут возникать сложности при контроле над агрессией, в управлении эмоциями, а спорт позволяет безопасно и конструктивно их высвобождать.

Соответственно, физическая реабилитация представляет собой многоуровневую систему, которая постоянно прогрессируют и улучшается. Это связано с несколькими аспектами. Прежде всего, физическая реабилитация предусматривает использование средств и методов лечебной гимнастики, лечебной физической культуры, трудотерапии, массажа, адаптивных видов спорта. Спортивная деятельность обладает высоким реабилитационным потенциалом, поскольку тренировочная деятельность положительное влияние на психологическое и физическое здоровье.

Социальная адаптация представляет собой процессе приспособления индивида к условиям социальной среды. Изучение трансформации жизненных ценностей лиц, которые оказались в сложных и экстремальных ситуациях говорит о том, что данные события обладают высокой травматичностью и значимостью. По мнению исследователей, феномен адаптации заключается в том, что адаптация, прежде всего, представляет собой свойство организма, является процессом приспособления к меняющимся условиям среды, представляет собой также результат взаимодействия человека и окружающей среды, а также служит целью, к которой стремится организм [2].

Экстремальные ситуации усиливают психоэмоциональную возбудимость, что ведет к изменениям физического и психического состояния. Стресс является следствием привыкания к боевой обстановке, однако он приводит к истощению внутренних резервов организма. Посттравматическое стрессовое расстройство представляет собой один из видов такого негативного воздействия, является негативным состоянием, которое возникает в результате многократного воздействия травмирующих факторов. Стресс может иметь самые крайние проявления, человек сам может причинить вред. Если многократно видеть, как один причиняет вред другому, то это становится нормой для наблюдающего.

Методы, применяемые в адаптивном спорте, предусматривают изучение личности. Выбранные средства и методы должны быть направлена на стабилизацию эмоционального состояния. Так, изначально могут быть присущи такие черты как состояние пессимизма, ощущение заброшенности, недоверие к людям, отказ от обсуждения происходящего, чувство вины, замкнутость и тревожность [4].

В данной связи крайне важно создать условия для социальной адаптации. Физкультурно-реабилитационная деятельность, занятие адаптивными видами спорта окажет положительное влияние на физиологическое и психоэмоциональное состояние. Вовлечение в спортивную деятельность выступает в качестве важнейшего аспекта реабилитации. Среди преимуществ данной деятельности следует выделить укрепление мышц, улучшение координации движений, повышение выносливости и само-

оценки. Занятия спортом является эффективным средством социализации, поскольку позволяют вернуться к активной жизни, найти единомышленников. Примером того, какое положительное влияние может оказать спорт на жизнь, являются паралимпийцы.

Регулярные занятия адаптивным спортом обеспечению активные нагрузки, позволяет сформировать здоровый образ жизни, помогает повысить уверенность в себе, развить социальные навыки и независимость. Адаптивная физкультура имеет важное значение, поскольку способствует интеграции в общество лиц, имеющих ограниченные возможности. Адаптивный спорт показывает отличные результаты в адаптации и взаимодействии с коллективом. Внедрение адаптивного спорта в жизнь дает возможность лицам с физическими ограничениями пребывать в молодежной среде, стимулирует восстановительные процессы в организме [5].

Практика адаптивной физкультуры должна быть реализована в высших учебных заведениях, где осуществляется тренировочная и соревновательная деятельность. Например, проводятся соревнования по дартсу для лиц, которые передвигаются в коляске, что позволяет развивать физические качестве, а также такие свойства как внимание, целеустремленность, мотивацию в победе. На первых тренировках лица с ограниченными возможностями могут раскрываться по-разному. Зачастую это зависит от личностного качества и свойств, жизненного опыта [6].

Первоначальной реакцией могут быть неуверенность и зажатость в движениях, страх допустить ошибку, сдерживание эмоций. Так проявляется социальная дезадаптация. Данная проблема решается путем проведения систематических тренировок, в результате которых развиваются навыки спортивной деятельности, происходит процесс социальной адаптации и физической реабилитации. Систематически верно выстроенный тренировочный процесс, поддержка коллектива, команды, тренера, мотивация способствуют ускоренной адаптации.

Адаптация в обществе позволяет раскрыть имеющиеся возможности. После снятия напряжения и страхов возникает готовность к получению новых знаний и навыков, совершенствованию физических качеств, психологической работы над внутренним состоянием. Физическая реабилитация и социализация с помощью физической культуры, адаптационного спорта служит эффективным методом для восстановления физических, психологических и социальных возможностей. Адаптивный спорт представляет собой физическое совершенствование, эмоциональную разгрузку, что оказывает положительное влияние на социализацию и реабилитацию, позволяет познакомиться с единомышленниками, передать опыт, а также развиваться и становиться лучше.

Список источников

1. Ломидзе, М. А. Влияние оздоровительного плавания на обучающихся с плохим соматическим здоровьем в рамках занятий по физической культуре и спорту в вузах / М. А. Ломидзе, З. В. Кузнецова // XXIII Всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартовского государственного университета, Нижневартовск, 06–07 апреля 2021 года. Том Ч. 6.. – Нижневартовск: Нижневартовский государственный университет, 2021. – С. 99-104. – EDN SIMCWZ.

2. Удовицкая, Л. У. Инновационный метод обучения плаванию студентов в вузе / Л. У. Удовицкая, З. В. Кузнецова // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики: сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования кафедры физического воспитания Кубанского ГАУ, Краснодар, 28–29 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2020. – С. 963-969. – EDN AQHSJT.

3. Кузнецова, З. В. Повышение качества обучения техники основных способов плавания у обучающихся в аграрном вузе / З. В. Кузнецова, А. А. Клименко // Качество высшего образования в аграрном вузе: проблемы и перспективы: Сборник статей по материалам учебно-методической конференции, Краснодар, 14 марта – 04 2019 года / Отв. за вып. Д.С. Лилякова. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2019. – С. 332-334. – EDN BGNAAT.

4. Кузнецова, З. В. Цифровые технологии в процессе преподавания физической культуры и спорта в вузах / З. В. Кузнецова, Л. У. Удовицкая // Цифровые технологии в аграрном образовании: Сборник статей по материалам учебно-методической конференции, Краснодар, 01 марта – 30 2022 года / Отв. за выпуск Д.С. Лилякова. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2022. – С. 286-287. – EDN YLJXFK.

5. Багдасарова, П. А. Повышение уровня функционального состояния организма у студентов при помощи физической культуры / П. А. Багдасарова, З. В. Кузнецова // Тенденции развития науки и образования. – 2023. – № 93-7. – С. 105-108. – DOI 10.18411/trnio-01-2023-363. – EDN PJXUOQ.

6. Печерский, С. А. Физические упражнения при неправильной осанке / С. А. Печерский, З. В. Кузнецова, М. И. Уманский // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных условиях: Материалы Международной научно-практической конференции, Уссурийск, 06 мая 2022 года / Отв. редактор И.И. Бородин. – Уссурийск: Приморская государственная сельскохозяйственная академия, 2022. – С. 46-48. – EDN SRDJMA.

УДК 796

ОСОБЕННОСТИ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ НЕЙРОПЛАСТИКИ В РЕАБИЛИТАЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ РАСТРОЙСТВ

ДЕВЕТЬЯРОВА ЕЛЕНА НИКОЛАЕВНА
магистрант
Чайковская государственная академия физической культуры и спорта (ЧГАФКиС)

Научный руководитель: Паутов Эдуард Сергеевич
Кандидат медицинских наук, доцент
Чайковская государственная академия физической культуры и спорта (ЧГАФКиС)

Аннотация: влияния танцевальной нейропластики на телесные, коммуникативные, эмоционально-личностные проявления и физическое состояние у проживающих в доме интернате, имеющих психические заболевания, в процессе реабилитации, укрепление здоровья, увеличение физической активности, снижение уровня стресса
Ключевые слова: танцевальня нейропластика, психические растройства, заболевания, нйропластичность, реабилитация, методы, улучшение, дом иетернат.

FEATURES OF DANCE NEUROPLASTICS IN THE REHABILITATION OF PSYCHOTIC DISORDERS

Devetyarova Elena Nikolaevna

Scientific supervisor: Pautov Eduard Sergeevich

Abstract: the effects of dance neuroplastics on the physical, communicative, emotional and personal manifestations of people living in a boarding school with psychotic illnesses during rehabilitation
Keywords: dance, neuroplastics, psychotic diseases, neuroplasticity, rehabilitation, methods.

Психические расстройства личности являются проблемой для как для общества, так и для самого человека. Они требуют особого внимания, лечения и реабилитации. Не обращая внимания, это заболевание может привести к полной изоляции, нарушению жизни проблемами на работе, а также на учебе личности. Люди с такими заболеваниями сталкиваются с серьезными проблемами в общении, в социальной жизни. Они могут вызывать галлюцинации, бредовые идеи, дезориентацию во времени, а также другие нарушения мышления и поведения у человека. Психическое расстройство являются серьезным заболеванием, но оно часто остается без внимания.

Психические расстройство полностью вылечит нельзя, но снизить риски, уменьшить количество рецидивов может значительно улучшить качество жизни больных.

Танцевальная нейропластика не нашла в России глубокого применения. Но при исследовании различных методов, танцевальная нейропластика, оказалась одна из наиболее действенных методов при лечении шизофрении и других психических расстройств.

Несмотря на недостаточность исследований и динамики, тема танцевальной нейропластики в реабилитации психических расстройств является актуальной как в теории, так и в практике.

Основным из основных терминов, раскрывающих понятие нейропластики это – способность мозга адаптироваться к новым условиям. А нейропластичность, это изменение под воздействием движений.

Когда слышит музыку человек раскрывается, успокаивается, начинает повторять слова и двигаться. Танцевальная нейропластика это одна из методик которая используется при использовании музыки и движений для стимуляции нейроплатичности.

Влияние танцевальной нейропластики на здоровье психически больных может проявиться в разных формах. Например, она может помочь уменьшить симптомы депрессии и тревоги, улучшить концентрацию внимания и память, а также повысить самооценку и уверенность в себе, а самое главное это качественно повлиять на улучшение физического состояния. Кроме того, танцевальная нейропластика помогает улучшить качество сна и уменьшить симптомы бессонницы, улучшить настроение, уменьшить стресс, улучшить координацию движений и повысить уровень энергии, что благоприятно сказывается на здоровье человека. Это помогает развивать разные навыки, такие как баланс, координация движений, гибкость, музыкальность и уверенность в себе.

Занятия, танцевальной нейропластикой является отличным способом для развития мозга, улучшения физических и когнитивных способностей, а также для повышения уровня концентрации и внимания.

В танцевальной нейропластике можно использовать различные элементы танца: вальс, танго, хип-хоп., в зависимости от нозологических групп, а также желаний самих людей. Танцевальную нейропластику можно проводить индивидуально, а также в группах по интересам. Также, танцевальную нейропластику можно использовать в домах интернах для людей с психическими заболеваниями.

Объект исследования: использование танцевальной нейропластики в доме интернате, в реабилитации психических расстройств, улучшение физического состояния, укрепление здоровья у проживающих в доме интернате. Группа из 50 проживающих, имеющие различные психические заболевания. 15 человек учувствовали в программе танцевальной нейропластики, 10 человек составили контрольную группу. На момент исследования группы не получали другие виды психотерапии.

Предмет исследования: изменения сенсомоторных, коммуникативных, улучшение физического состояния, укрепление общего здоровья и других элементов у проживающих в доме интернате с психическими расстройствами под воздействием танцевальной нейропластики.

Целью исследования является изучение влияния танцевальной нейропластики на телесные, коммуникативные, эмоционально-личностные проявления, улучшение физического здоровья у проживающих в доме интернате, имеющих психотические заболевания, в процессе реабилитации.

Задачи исследования.

1. Обобщить научные представления о роли танцевальной нейропластики в системе реабилитации психотических заболеваний.

2. Создать методику для выявления эффективности танцевальной нейропластики для психических проживающих.

3. Оценить изменения телесных, коммуникативных, психоэмоциональных проявлений, физического состояния в процессе танцевальной нейропластики.

4. Оценить эффективность предложенной методики танцевальной нейропластики в реабилитации психических заболеваний.

Для решения задачи исследования были использованы следующие методы и методики.

1. Клинико-психологический метод для исследования состава группы по полу, возрасту и т.д.; исследование единичных случаев, для выделения индивидуальной работы во время прохождения групповой танцевальной нейропластики с помощью специально разработанных анкет, заполняемых проживающими в доме интернате, для исследования влияния танцевальной нейропластики.

2. Методы исследования моторики - «Мотоскопия» Озерецкого, методы изучения психомоторики, описанные Н.И. Озерецким и М.О. Гзфевичем в книге «Психомоторика» (1930) и модифицированные применительно к танцевальной нейропластики, предназначенные для изучения осанки, мимики, походки, эмоционального выражения.

3. Методы исследования психомоторики (методы изучения телесного компонента и координации движений). Кроме того, использовалась серия тестов Толчинского «Оценка координации движений» (Озерецкий Н.И., 1930), предназначенных для изучения темпа и степени координации движений, и «Быстрота моторики» Озерецкий.

Список источников

1. Аммои Г. Динамическая психиатрия. СПб.: НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 1995. - 199 с.
2. Бондаренко Е.И., Воловик В.М. Применение лечебной физкультуры в системе восстановительного лечения психически больных: Методические рекомендации. — Л.: ЛНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 1975. -26 с.
3. Гроф С. За пределами мозга. М., 1993. - 497 с.
4. Групповая психотерапия / Под ред. Б.Д. Карвасарского, С. Ледер. М.: Медицина, 1990. -383 с.
5. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна, 2002. - 316 с.
6. Райх В. Функции оргазма. Основные сексуально-экономические проблемы биологической энергии. -М., 1997.
7. Янов А. Руководство по телесно-ориентированной терапии. СПб.: «Речь», 2000. - 256 с.

References

1. Ammoi G. Dynamic psychiatry. St. Petersburg: NIPNI named after V.M. Bekhterev, 1995. - 199 p.
2. Bondarenko E.I., Volovik V.M. The use of physical therapy in the system of restorative treatment of mentally ill people: Methodological recommendations. — L.: LNIPNI named after V.M. Bekhterev, 1975. -26 p.
3. Grof S. Beyond the brain. Moscow, 1993. - 497 p.
4. Group psychotherapy / Edited by B.D. Karvasarsky, S. Leder. M.: Medicine, 1990. -383 p.
5. Ozerov V.P. Psychomotor abilities of a person. Dubna, 2002. 316 p.
6. Reich V. The functions of orgasm. The main sexual and economic problems of biological energy. Moscow, 1997.
7. Yanov A. A guide to body-oriented therapy. St. Petersburg: "Speech", 2000. 256 p.

УДК 7

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

СМАГИНА СОФЬЯ ВЛАДИСЛАВОВНА
студентка
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет»

Научный руководитель: Мельников Алексей Игоревич
старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет»

Аннотация: В статье рассматриваются современные подходы к организации физического воспитания в образовательных учреждениях различных уровней. Особое внимание уделено инновационным методикам, интеграции цифровых технологий, индивидуализации программ и формированию устойчивой мотивации к физической активности у обучающихся. Анализируются эффективные практики, направленные на улучшение физической подготовленности и сохранение здоровья школьников и студентов в условиях современных образовательных реалий.
Ключевые слова: физическое воспитание, образовательные учреждения, мотивация к активности, инновационные методики, цифровые технологии, физическая подготовленность, здоровье обучающихся.

MODERN APPROACHES TO PHYSICAL EDUCATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Smagina Sofya Vladislavovna

Scientific supervisor: Melnikov Aleksey Igorevich

Abstract: The article examines modern approaches to the organization of physical education in educational institutions of various levels. Particular attention is paid to innovative methods, integration of digital technologies, individualization of programs and the formation of sustainable motivation for physical activity in students. Effective practices aimed at improving physical fitness and maintaining the health of schoolchildren and students in the context of modern educational realities are analyzed.
Keywords: physical education, educational institutions, motivation for activity, innovative methods, digital technologies, physical fitness, health of students.

В современном обществе образование представляет собой организованный и регулируемый обществом непрерывный процесс передачи знаний и важного социального опыта, в рамках которого формируется личность человека. Физическое воспитание в образовательных учреждениях занимает важное место в системе образования, оно способствует формированию физического развития учащихся и прививает привычки здорового образа жизни. В условиях инноваций, связанных с изменениями в образовании, перед системой физической культуры ставятся новые задачи, которые требуют пересмотра устаревших подходов и поиска эффективных методик, соответствующих современным требованиям.

На сегодняшний день недостаточно просто проводить занятия по базовой программе. Для повышения их эффективности необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся, применять современные технологии и постоянно поддерживать интерес к физической активности. Всё это делает тему улучшения физического воспитания в образовательной среде особенно актуальной.

Современные подростки сталкиваются с проблемой гиподинамии — недостатка двигательной активности. Данная проблема связана с активным использованием гаджетов, которые приводят к снижению времени, проводимого на свежем воздухе, и увеличением учебной нагрузки. У студентов происходит подобная ситуация — большинство предпочитает проводить свободное время за компьютером, а не в спортзале.

Основываясь на данной проблеме, особое значение приобретает задача педагогов, которая заключается в не простом проведении занятий физкультуры, а в формировании у обучающихся осознанную потребность в движении. Одним из важных условий успешной реализации этой задачи является развитие мотивации в процессе физического воспитания.

Классические методы физического воспитания постепенно обновляются или заменяются инновационными подходами, среди которых можно выделить:

– **Игровые технологии** – особенно эффективны в младших классах и при работе с детьми дошкольного возраста. Они позволяют вовлечь ребёнка в движение через интерес, а не принуждение.

– **Проектные формы работы** – когда учащиеся самостоятельно разрабатывают и реализуют программы по развитию своих физических качеств.

– **Адаптивные программы** – создаются с учётом индивидуальных особенностей здоровья и физической подготовленности. Такой подход особенно важен при инклюзивном обучении.

– **Интерактивные и цифровые технологии** – специальные приложения, онлайн-трекеры активности и даже элементы геймификации могут повысить интерес и вовлечённость.

К тому же, большую популярность приобретает персонализированный подход, когда педагог строит занятия, опираясь на уровень физической подготовленности, интересы и потребности конкретного ученика. Данный подход требует от преподавателя высокой квалификации и способности к педагогической импровизации.

Внедрение цифровых технологий в образовательный процесс открывает новые возможности и в сфере физического воспитания. На практике это выражается в следующем:

– Использование фитнес-приложений, позволяющих отслеживать индивидуальные показатели (частота пульса, шаги, активность);

– Проведение онлайн-занятий, которые очень актуальны в условиях дистанционного обучения;

– Внедрение систем автоматизированной оценки физической подготовки;

– Применение обучающих видеокурсов.

Однако важно понимать, что цифровые технологии должны лишь выступать помощником, а не быть заменой живого общения и личного примера педагога.

Формирование у обучающихся мотивации к физической активности – один из самых важных аспектов работы преподавателя. На мотивацию влияют: личный пример педагога, индивидуальный подход и уважительное отношение к каждому ученику, доброжелательная обстановка на занятии и работа в команде, а также видимый прогресс и ощущение успеха.

Следует отказаться от формального выполнения обязательных упражнений и нормативов, так как такой подход часто воспринимается учащимися как скучная обязанность и не вызывает у них желания заниматься спортом. Вместо этого стоит выстраивать занятия так, чтобы они были увлекательными. приносили удовольствие, вызывали интерес и желание проявлять активность в процессе физического воспитания. Это может быть достигнуто через игры, творческие задания, соревнования, работу в команде и индивидуальный подход.

Можно выделить основные моменты для улучшения физического воспитания в образовательных учреждениях, которые помогают педагогу поддерживать физическую активность обучающихся: постоянно улучшать процесс проведения занятий; добавлять игры и работу в команде; учитывать мнение и

индивидуальные особенности каждого ученика; проводить кружки, секции, спортивные соревнования.

Таким образом, современное физическое воспитание является системой, которая подталкивает обучающихся следить за своим здоровьем и вырабатывать физическую активность. Для этого нужно постоянно улучшать методы проведения занятий, учитывать особенности каждого ученика и внедрять современные технологии. Благодаря такому подходу, повышается уровень эффективности современного физического воспитания в образовательных учреждениях.

Список источников

1. Мельников, А. И. Феномен лидерства в командных видах спорта / А. И. Мельников, А. В. Служителев, С. А. Печерский // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики : сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования кафедры физического воспитания Кубанского ГАУ, Краснодар, 28–29 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2020. – С. 337-342. – EDN FLEEKY.

2. Мельников, А. И. Современные методические подходы преподавания дисциплины «Физическая культура и спорт» в условиях эпидемиологических ограничений / А. И. Мельников, А. В. Служителев // Современные методические подходы к преподаванию дисциплин в условиях эпидемиологических ограничений : Сборник статей по материалам учебно-методической конференции, Краснодар, 01 февраля – 30 2021 года. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2021. – С. 339-340. – EDN YIQGKL.

3. Мельников, А. И. Особенности питания при занятиях спортом / А. И. Мельников, А. З. Нагучева // Тенденции развития науки и образования. – 2022. – № 85-9. – С. 142-145. – DOI 10.18411/trnio-05-2022-415. – EDN COJCKX.

УДК 796.011.3

МЕТОДИКА МЕТАНИЯ ГРАНАТЫ

КОЛЕСНИЧЕНКО НИКИТА АЛЕКСЕЕВИЧ,
старший преподаватель
ЧЕРНЫЙ НИКИТА АНАТОЛЬЕВИЧ
студент
ВУНЦ ВВС «ВВА имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина»

Аннотация: Статья посвящена методике обучения метанию гранаты на точность (норматив №69) в системе физической подготовки военнослужащих. Рассмотрены ключевые элементы техники броска, типичные ошибки и подготовительные упражнения. Предложена практическая система тренировок для стабильного выполнения норматива.
Ключевые слова: метание гранаты, военная подготовка, методика обучения, техника броска, норматив №69.

GRENADE THROWING TECHNIQUE

Kolesnichenko Nikita Alekseevich,
Cherny Nikita Anatolyevich

Abstract: The article is devoted to the methodology of teaching grenade throwing for accuracy (standard No. 69) in the system of physical training of military personnel. The key elements of the throwing technique, typical mistakes and preparatory exercises are considered. A practical training system is proposed for stable compliance with the standard.
Keywords: grenade throwing, military training, teaching methods, throwing technique, standard No. 69.

Упражнение №69 или более известное как «Метание гранаты на точность» является одним из ключевых нормативных упражнений в системе физической подготовки военнослужащих, включенное в перечень обязательных испытаний согласно "Наставлению по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерациих[1, с. 320]". Оно предназначено для развития у военнослужащих таких основных навыков как координация движений, силы и точности броска, способности быстро оценивать дистанцию и условия выполнения задания. Метание гранат на точность производится в круг диаметром 4 метра на расстоянии 25 метров до центра круга от линии метания. Центр круга обозначается белым флажком высотой 50 см. Предоставляется один пробный и три зачетных броска.

Метание гранат на точность является частью спортивной подготовки в армии. Стоит отметить, что существуют различные варианты выполнения данного упражнения.

Соревнования в метании гранат, как правило, проводятся в рамках спортивных мероприятий Министерства обороны, например, чемпионатов среди военнослужащих. В данных соревнованиях используются учебные гранаты Ф-1 без предохранительного рычага, масса гранаты 600 г.

При выполнении норматива №69 используется массогабаритным макетом ручной гранаты РГД-5 (РГН) (массой 310-330 г).

Также существует и другая ключевая разница в выполнении данного упражнения: на соревнованиях министерства обороны РФ дальность составляет 35-45 м (чаще всего 40 м) [2, с. 112], при выполнении норматива №69 из наставления по физической подготовке дальность броска составляет 25 м [3].

Стоит отметить, что норматив №69 (НФП 2023 г.) — это базовый учебный стандарт для всех военнослужащих. Его цель — проверить общую подготовку и способность точно метать гранату в услови-

ях, близких к боевым (например, в окоп или по мишени), когда же метание гранаты на соревнованиях, таких как «Армейские международные игры» или ведомственные турниры в них ставка на мастерство— дистанция увеличивается для: повышения сложности, отбора лучших, имитации реального боя.

Несмотря на то, что выполнение норматива №69 является базовым и обязательным для всех военнослужащих, отсутствие опыта метания гранаты влечет за собой невыполнение данного упражнения. В отличие от бега или подтягиваний, метание гранаты — специфический навык, который невозможно освоить «на глаз». Неподготовленный военнослужащий часто бросает гранату «из груди» (теряя дистанцию), не контролирует угол вылета (граната падает слишком близко или перелетает цель), не учитывает инерцию тела (теряет равновесие после броска). Бросок гранаты — это искусство, где ключевую роль играет не мускульная мощь, а правильный хлёсткий рывок и синхронизация движений корпуса, руки и ног. Без отработки этих элементов даже самый сильный боец не сможет показать стабильный результат.

Отсутствие опыта перед метанием гранаты является ключевой проблемой. К этому упражнению не стоит относиться пренебрежительно, так как оно, подобно прыжкам в длину, прошло долгий путь эволюции — от примитивного боевого навыка до строго регламентированного норматива современной армии. За столетия метание гранаты претерпело ряд изменений и перешло на качественно новый уровень. Ещё в Древней Греции и Риме применялись аналоги гранат — горшки с зажигательной смесью или камни, которые метали в строй противника. Однако точность тогда ценилась меньше, чем массовость. В советской армии норматив на точность (25 м, круг 2 м) стал обязательным для всех военнослужащих. Рекордсмены попадали в цель 10 из 10 раз, но акцент сместился на тактику: метание из-за укрытия, с колена, по движущимся мишеням. Современный норматив №69 сохранил дистанцию 25 м, но добавил оценку по баллам (3 попадания — «отлично»). Если в XIX веке главным была сила броска, то сегодня — точность и контроль. Как и в прыжках в длину, где рекорд вырос с 5.94 м до 8.95 м, прогресс в метании гранаты достигнут за счёт научного подхода к биомеханике.

Метание гранаты можно разделить на 4 аспекта [4, с. 184]:

1. Исходное положение;
2. Замах (накопление энергии);
3. Выброс (момент броска);
4. Дожим и завершение.

Стоит разобрать каждый из этих элементов по отдельности:

1. Исходное положение

Стойка (работа ног и корпуса)

Ноги: ширина – на уровне плеч или чуть шире (для устойчивости); левая нога (для правшей) выдвинута вперёд на 0,5–1 шаг, носок направлен в сторону цели; правая нога слегка согнута в колене, вес тела распределён 60% на заднюю ногу, 40% на переднюю.

Корпус: плечи развёрнуты перпендикулярно направлению броска (для правшей – вправо); таз также скручен, но без чрезмерного напряжения (готов к резкому развороту); спина прямая, небольшой естественный прогиб в пояснице.

Положение руки с гранатой:

Хват: граната удерживается четырьмя пальцами (мизинец ближе к запалу, большой палец прижат сбоку); давление пальцев равномерное – не сжимать слишком сильно (вызовет закрепощение), но и не слабо (граната может выскользнуть).

Положение в пространстве: рука согнута в локте под углом 90–110°, локоть отведён в сторону (не прижат к телу); граната находится на уровне уха или чуть выше, корпус снаряда параллелен земле; локоть не опускается ниже плеча – это критично для сильного замаха.

Свободная рука и голова

Левая рука (для правшей) слегка согнута и вытянута вперёд – помогает балансировать.

Голова повёрнута к цели, взгляд фиксирует мишень (не на гранату!).

2. Замах (накопление энергии)

Скручивание корпуса:

На вдохе усиливаем начальный разворот плеч и таза ещё на 10–15° вправо (для правшей); вес тела полностью переносится на заднюю (правую) ногу – она слегка сгибается в колене; рука с гранатой плавно отводится назад по дуге: траектория движения – «назад-вверх» (угол ~45° от горизонтали). В крайней точке замаха кисть находится на уровне затылка или чуть выше.

Растяжение мышц:

Чувствуется напряжение в мышцах груди, плеча (дельтовидная) и спины (широчайшая); левая рука непроизвольно отводится назад для противовеса.

3. Выброс (момент броска)

Резкое раскручивание корпуса:

На выдохе таз и плечи взрывным движением разворачиваются в сторону цели; вес тела резко переносится на переднюю ногу (левая нога выпрямляется, но не блокируется в колене).

Работа руки:

Локоть идёт вперёд строго в плоскости броска (не «заваливается» вбок); в середине дуги (когда рука проходит уровень плеча) начинается хлёсткое разгибание кисти: кисть раскрывается на 80–90% – граната как бы «соскальзывает» с пальцев. Максимальное ускорение – в момент, когда рука направлена на 30° вверх от цели.

Выпуск гранаты:

Граната отпускается, когда рука достигает угла ~40–45° к горизонту; точка выпуска – чуть выше цели (учёт баллистической траектории).

4. Дожим и завершение

После выпуска кисть продолжает движение вниз («дожимает»), а рука останавливается на уровне бедра. Корпус слегка наклоняется вперёд, но равновесие сохраняется (не падать!).

Таким образом, метание гранаты на точность (норматив №69) представляет собой важный элемент боевой подготовки, требующий не только физической силы, но и точной координации, правильной техники и специальных навыков. Проведенный анализ показывает, что успешное выполнение данного норматива зависит от четырех ключевых элементов: правильного исходного положения, эффективного замаха, точного выброса гранаты и грамотного завершения броска.

Список источников

1. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2023). – М.: Воениздат, 2023. – 320 с.

2. Армейские международные игры: правила и нормативы / сост. Д.В. Кузнецов. – М.: Военный спорт, 2021. – 112 с.

3. Нормативы физической подготовки для военнослужащих [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://army-today.ru/normativi. (10.05.2024).

2. Петров, А.Н. Биомеханика метательных движений / А.Н. Петров. – СПб.: Олимпия, 2019. – 184 с.

© Н.А. Колесниченко, Н.А. Черный

УДК 37

РАЗВИТИЕ РЕЧИ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ: МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ СТИМУЛЯЦИИ РЕЧЕВОЙ АКТИВНОСТИ

ЛОПАТИНА ТАТЬЯНА ВЛАДИМИРОВНА
воспитатель
МБДОУ «детский сад №295» г.о Самара

Научный руководитель: Салачева Юлия Олеговна
старший воспитатель
МБДОУ «детский сад №295» г.о Самара

Abstract. The article examines the features of speech development in children aged 1 to 3 years, highlighting the key stages of language acquisition: speech comprehension and active speech production. Effective methods for stimulating speech development are presented, including visual, practical, and verbal techniques. Special attention is paid to the importance of dialogic interaction, vocabulary expansion, and correct use of grammatical structures. The study emphasizes the significance of systematic activities in preventing speech delays.
Keywords: early childhood, speech development, active speech, speech comprehension, stimulation methods, didactic games, vocabulary.

EARLY SPEECH DEVELOPMENT: METHODS AND TECHNIQUES OF STIMULATING SPEECH ACTIVITY

Lopatina Tatiana Vladimirovna

Scientific supervisor: Salacheva Yulia Olegovna

Аннотация. В статье рассматриваются особенности развития речи у детей в возрасте от 1 до 3 лет, выделяются ключевые этапы формирования речевых навыков: понимание речи и активная речевая деятельность. Представлены эффективные методы стимуляции речевого развития, включая наглядные, практические и словесные приемы. Особое внимание уделяется важности диалогического взаимодействия, расширения словарного запаса и правильного использования грамматических структур. Результаты исследования подчеркивают значимость систематических занятий для предотвращения задержек речевого развития.
Ключевые слова: ранний возраст, речевое развитие, активная речь, понимание речи, методы стимуляции, дидактические игры, лексический запас.

Введение

Ранний возраст (1–3 года) является сензитивным периодом для формирования речевых навыков. В этот период происходит активное усвоение фонетики, лексики и элементарных грамматических структур родного языка. Эффективная организация занятий по развитию речи способствует не только своевременному овладению языком, но и предотвращает возможные задержки речевого развития.

Основные этапы речевого развития в раннем возрасте

1. Понимание речи (пассивная речь, 12-24 месяца)

На этом этапе формируется способность воспринимать и интерпретировать языковые конструкции без активного воспроизведения. Ключевые характеристики:

- **Расширение пассивного словаря**
  - Освоение номинативной функции слов (названия предметов: "мяч", "кукла", "стол")
  - Узнавание названий частей тела ("нос", "рука"), действий ("спит", "идет")
  - Понимание обобщающих категорий ("игрушки", "одежда")
- **Развитие импрессивной речи**
  - Реакция на простые инструкции (1,5 года: "Дай мячик", 2 года: "Возьми мишку и посади на стул")
  - Соотнесение слова с предметом/действием в контексте ("Где твой нос?", "Покажи, как лает собака")
  - Понимание вопросов ("Где?", "Что это?" к 2 годам)
- **Формирование грамматического восприятия**
  - Различение интонационных конструкций (вопрос/утверждение)
  - Узнавание простых грамматических форм ("идет" vs. "шли")

2. Активная речь (24-36 месяцев)

Переход от понимания к самостоятельному речевому выражению характеризуется:

- **Доречевой этап (12-18 мес.)**
  - Использование лепетных слов ("ам-ам", "ням-ням")
  - Активное звукоподражание ("би-би", "гав-гав")
  - Жестовое сопровождение (указательный жест + звук)
- **Лексический взрыв (18-24 мес.)**
  - Переход от 5-20 слов к 200-300 слов к 2 годам
  - Появление однословных высказываний ("Дай!", "На!")
  - Автономная детская речь ("кися" вместо "кошка")
- **Фразовая речь (24-36 мес.)**
  - Двусловные сочетания ("Мама, дай!", "Хочу пить")
  - Использование глаголов в повелительном наклонении
  - Появление вопросов ("Что это?", "Где папа?")
- **Грамматическое оформление (30-36 мес.)**
  - Усвоение простых предложений ("Я хочу воды")
  - Попытки согласования ("Красная машинка")
  - Ошибки словоизменения ("Я рисоваю" → "Я рисоли")

Методы и приемы развития речи

1. Наглядный метод

- **Предметная демонстрация**
  - Тактильное знакомство с объектами ("Это яблоко – оно круглое")
  - Сопоставление реальных предметов и изображений
- **Серийные наблюдения**
  - Фиксация изменений (растение: "бутон – цветок – плод")
  - Пространственные отношения ("птица НА дереве")
- **Работа с дидактическим материалом**
  - Парные карточки ("найди такой же")
  - Серии картинок ("разложи по порядку")

2. Практический метод

- **Дидактические игры**
  - Лото "Животные и их детеныши"
  - "Угадай по звуку" (погремушки, музыкальные инструменты)

- **Пальчиковые игры**
  - "Сорока-белобока" с массажем пальцев
  - "Этот пальчик – дедушка" с сгибанием
- **Сюжетно-ролевые игры**
  - Проигрывание бытовых ситуаций ("кормление куклы")
  - Имитация профессий ("водитель", "доктор")

3. Словесный метод

- **Ритуализированные тексты**
  - Потешки с повторяющимися структурами ("Ладушки-ладушки")
  - Стихи с действиями ("Мишка косолапый")
- **Интерактивное чтение**
  - Вопросы по картинкам ("Что делает зайчик?")
  - Договаривание фраз ("Курочка Ряба...")
- **Фонетические игры**
  - Артикуляционная гимнастика ("улыбка – трубочка")
  - Имитация природных звуков ("шум ветра – ш-ш-ш")

Рекомендации по обогащению речи

1. Лексическое развитие

- **Тематические циклы**
  - Неделя "Одежда": "Это штаны – они синие"
  - Неделя "Транспорт": сравнение "машина – автобус"
- **Многоуровневое объяснение**
  - Животные: название → детеныш → звук → действие ("корова мычит")
  - Предметы: название → функция → свойства ("чашка – для чая – фарфоровая")

2. Грамматическое оформление

- **Глагольные конструкции**
  - Временные формы ("сейчас рисует", "вчера рисовал")
  - Возвратные глаголы ("одевается сам")
- **Синтаксические модели**
  - Вопрос-ответ ("Что делает? – Спит")
  - Распространение предложений ("Кот пьет" → "Серый кот пьет молоко")

3. Фонетическая работа

- **Минимальные пары**
  - Различение твердых/мягких ("был – бил")
  - Оппозиции по звонкости ("кот – год")
- **Артикуляционные упражнения**
  - Для губ ("хоботок" – звук [у])
  - Для языка ("часики" – звук [л])

4. Коммуникативные навыки

- **Диалогические тренинги**
  - Сценарии приветствия/прощания
  - Просьбы вежливости ("Дай, пожалуйста")
- **Паралингвистические компоненты**
  - Сочетание речи с мимикой/жестами
  - Контроль громкости/темпа ("шепчем как мышки")

Данная система работы обеспечивает комплексное развитие всех компонентов речи с учетом возрастных возможностей детей раннего возраста.

Заключение

Проведенный анализ развития речи у детей раннего возраста (1–3 года) позволяет сделать ряд важных выводов.

1. Значимость раннего речевого развития

Период от 1 до 3 лет является критически важным этапом в формировании языковых навыков. В это время закладываются основы не только коммуникативных способностей, но и когнитивного развития в целом. Речевая активность ребенка напрямую связана с его социальной адаптацией, эмоциональным интеллектом и дальнейшими успехами в обучении.

2. Взаимосвязь этапов речевого онтогенеза/

Как показало исследование, развитие речи происходит последовательно:

- От **пассивного восприятия** (понимание слов, реакция на инструкции)
- К **активному воспроизведению** (звукоподражание, первые слова, фразы)
- И далее к **усложнению языковых структур** (грамматика, расширенный словарь)

При этом переход между этапами носит плавный характер, и задержка на одном из них может повлиять на всю речевую систему.

3. Эффективность комплексного подхода.

Наиболее результативными методами стимуляции речевой активности являются:

- **Сочетание наглядных, практических и словесных приемов**
- **Систематическое обогащение лексикона** через тематические занятия
- **Развитие фонематического слуха** как основы будущей грамотности
- **Создание коммуникативной среды**, побуждающей ребенка к диалогу

4. Роль взрослых в процессе.

Родители и педагоги могут существенно ускорить речевое развитие, если:

- Используют **"опережающую" стратегию** (дают образцы речи чуть выше текущего уровня ребенка)
- Практикуют **осознанное речевое сопровождение** бытовых действий
- Избегают **"сюсюканья"** и искаженных форм слов
- Своевременно **консультируются со специалистами** при признаках задержки

5. Перспективы дальнейших исследований.

Требуют дополнительного изучения:

- Индивидуальные различия темпов речевого развития
- Влияние билингвальной среды на ранние этапы онтогенеза
- Эффективность цифровых технологий в логопедической работе с малышами

Вывод

Целенаправленная работа по развитию речи в раннем возрасте не только формирует языковые навыки, но и создает фундамент для успешного обучения в дошкольный период. Предложенные в статье методы при их регулярном применении позволяют минимизировать риски речевых нарушений и максимально раскрыть коммуникативный потенциал ребенка.

Последующие исследования могли бы сосредоточиться на разработке дифференцированных методик для детей с различными темпами созревания речевой функции.

Практическая значимость.

Материалы статьи могут быть использованы:

- В работе центров раннего развития
- Для создания методических пособий для родителей
- В учебных курсах для педагогов дошкольного образования
- При разработке диагностических инструментов оценки речевого развития

Таким образом, представленная система подходов к развитию речи в раннем возрасте обладает как теоретической обоснованностью, так и практической применимостью, что делает ее ценным ресурсом для всех участников образовательного процесса.

Список источников

1. Выготский Л.С. Мышление и речь. – М.: Лабиринт, 1999.

2. Гвоздев А.Н. Вопросы изучения детской речи. – СПб.: Детство-Пресс, 2007.
3. Ушакова О.С. Развитие речи дошкольников. – М.: Издательство Института психотерапии, 2001.

УДК 7.08

ФАКТОРЫ РИСКА И ВИДЫ ПОВРЕЖДЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ФУТБОЛИСТОВ

ВИТЕНКО ЮЛИАННА ЭРНЕСТОВНА,
преподаватель
ВИТЕНКО ИВАН НИКОЛАЕВИЧ
магистрант
ФГБОУ ВО «Национальный государственный университет физической культуры спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта

Научный руководитель: Левенков Алексей Ефимович
к.б.н., доцент
ФГБОУ ВО «Национальный государственный университет физической культуры спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта

Аннотация: Актуальность данной публикации обусловлена тем, что в футболе значительно возросли как соревновательные, так и тренировочные нагрузки, которые оказывают на опорно-двигательную систему спортсмена сверхмощное и в большинстве своём отрицательное воздействие, приводящее к повреждениям различной степени тяжести и локализации. В данной работе поднимаются вопросы, связанные с травматизмом в футболе и, следовательно, профилактикой как важнейшим аспектом сохранения здоровья, безопасности и результативности в спорте.
Ключевые слова: футбол, профилактика, травматизм, спорт.

RISK FACTORS AND TYPES OF DAMAGE TO THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM OF FOOTBALL PLAYERS

Vitenko Yulianna Ernestovna,
Vitenko Ivan Nikolayevich

Scientific adviser: Levenkov Alexey Efimovich

Abstract: The relevance of this publication is due to the fact that both competitive and training loads have significantly increased in football, which have a super-powerful and mostly negative effect on the athlete's musculoskeletal system, leading to injuries of varying severity and localization. This paper raises issues related to injuries in football and, consequently, prevention as an essential aspect of maintaining health, safety and performance in sports.
Keywords: football, prevention, injury, sports.

Общеизвестно, что в системе многолетней подготовки футболистов важнейшей ее частью является восстановление спортсмена после травм и продолжение его спортивной деятельности. Но, к сожалению, такой прогрессирующий вид спорта, как футбол подвергает спортсмена риску получения травм, который с каждым годом повышается.[1,2]

С целью изучения факторов влияющих на возникновение спортивных травм в футболе нами был проведен анкетный опрос у 84 футболистов различной квалификационной категории, игрового амплуа в возрасте от 18 до 40 лет, которые получали различные травмы опорно-двигательного аппарата в своей профессионально-спортивной карьере. Опрос проводился, при помощи дистанционных технологий сервиса Google Forms, который содержал 20 вопросов, включающий несколько разделов, один из которых был посвящен травматизму в футболе и применению восстановительных средств в тренировке.

По результатам опроса большинство респондентов считают, что основные риски получения травм спортсмен получает в соревновательной деятельности,(60%) причем, чем выше уровень и значимость соревнований, тем выше риск получения различного рода повреждений. Главной причиной, подобного рода повреждений, по мнению 30% опрошенных футболистов, являются нарушения футболистами принципов безопасности действий на поле. 23% опрошенных спортсменов высокой квалификации, считают, что травматизм связан со спецификой игры, скученность игроков на квадратный метр площади увеличивают количество возникающих столкновений и контактов футболистов между собой. Многие участники опроса считают, что старые травмы, недовостановление, существенно влияют, как на риск получения повторной травмы, так и являются причинами снижения результативности в спорте, ведущими к прерыванию спортивной карьеры. 17% спортсменов отметили, что снижение самоконтроля в действиях игроков, нечеткое судейство, грубая игра способствуют также риску получения травм, 12% респондентов в своих ответах указали на причины повышенного риска недостаточное время на восстановительные мероприятия и 8% указали на низкую эффективность средств восстановления в тренировочном процессе. 7% считают, что растущий объем и интенсивность тренировочного процесса порой недооценивается тренером в соответствии с физиологическим ростом игроков, а также с физической подготовленностью, особенно в студенческом спорте, реже причинами травм респондентами отмечался медицинский контроль и прочее (3%)

В нашем анкетировании мы намеренно не указывали в выборе ответа, технические аспекты, влияющие на травматизм, такие как, экипировка игроков, качество покрытия и состояние футбольного поля, и т.п., поскольку мы полагаем, что данные риски являются объективными и регулируются исключительно финансово-экономическими возможностями.

Что касается видов повреждений, которые приходятся на состояние опорно-двигательного аппарата футболистов, то специфика футбола состоит в том, что угловые ускорения со сменой направления и темпа совмещаются с мощными ударами по мячу разными частями стопы, падениями, ударами со стороны соперника по голени и коленному суставу, что на фоне постоянного контакта с противником создает экстремальную нагрузку на коленный сустав и делает его уязвимым, как для острых повреждений, так и для хронических микро и макро травм.[1]

Для определения видов и локализации повреждений опорно-двигательной системы были проанализированы медицинские карты спортсменов студенческой футбольной лиги вузов Санкт Петербурга. Классифицируя спортивные травмы нижних конечностей, следует обратить внимание на тот факт, что наиболее частым повреждениям и заболеваниям у юных футболистов подвергался коленный сустав (36,% случаев); в 18,7% – голень; в 16,2% случаев – стопа; в 14,4% – бедро; в 12,3% – голеностопный сустав; в 2,4% случаев – другие травмы. По мнению многих авторов наиболее встречаемые виды травм приходятся на ушибы, причем большинство авторов указывают на травмы нижних конечностей, а наиболее уязвимым считают связочный аппарат коленного сустава. Так называемую «плачевную триаду» в футболе характеризуют повреждением передней крестообразной, внутренней коллатеральной связками и отрывом мениска. [2,3]

В публикациях отечественных и зарубежных авторов предлагается классифицировать мышечные травмы на: физиологические и анатомические [4]

Таблица 1

Классификация, предложенная, профессором медицины Франциско Биоской [4]

анатомические (обратимые изменения волокон с рубцом, более серьёзные травмы)		физиологические (сопровождаются обратимыми изменениями волокон без рубца)	
виды мышечных травм	морфология	виды мышечных травм	морфология
разрыв 1 степени	При растяжении происходят необратимые изменения некоторых мышечных волокон до состояния некроза , но соединительнотканные элементы не повреждены	контрактура(спазм)	Острые обратимые изменения мышечных волокон без повреждения соединительной ткани вследствие нарушения биохимических процессов — повышение мио статического тонуса
Разрыв 2 степени	Представляют собой необратимые изменения ограниченного числа мышечных волокон, минимальное повреждение соединительнотканных элементов	крепатура	Обратимые изменения мышечных волокон без повреждения соединительной ткани, вызываемые перегрузкой
Разрыв 3 степени	При разрыве мышцы происходят множественные повреждения мышечных волокон и соединительной ткани, образуется внутримышечная гематома	-	-

Таким образом, полученные результаты могут в дальнейшем способствовать созданию научно обоснованной базы для разработки эффективных профилактических мероприятий и улучшения качества тренировочного процесса.

Список источников

1. Аксенов, А. Ю. Комплексная инструментальная оценка функционального состояния нижних конечностей и коррекция их нарушений / А. Ю. Аксенов // Биотехносфера. – 2015. – № 4 (40). – С. 32-39.
2. Безуглов Э.Н., Медведев И.Б., Российский С.А., Медицинский комитет РФС; Ачкасов Е.Е. Анализ травматизма игроков национальной сборной команды России по футболу с начала отборочного цикла чемпионата мира 2014 года/Медико-биологические проблемы спорта –Р.30–32.
3. Джири Дворак. Предсоревновательное медицинское обследование футболистов: программа профилактики для снижения травматизма в футболе. – Ф-МАРК, 2009. – Р. 5–6.
4. Франциско Биоска. Мышечные травмы. – С. 48–55

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 792.077

ЭТЮДНЫЙ МЕТОД РАБОТЫ НАД РОЛЬЮ КАК ОСНОВА ТЕАТРАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ТЕАТРЕ

СИЛЕНОК АНДРЕЙ ИВАНОВИЧ
студент
Институт гуманитарного образования и спорта СурГУ

Научный руководитель: ***Бедных Ольга Геннадьевна***
старший преподаватель,
Институт гуманитарного образования и спорта СурГУ

Аннотация: В театральном искусстве существует множество подходов к работе над ролью, одним из них, является этюдный метод работы над ролью, разработанный Константином Сергеевичем Станиславским за многие годы его педагогической, актёрской и режиссёрской практики. Данный подход как требует знания основ актёрского мастерства, так и способен развивать их до бесконечного предела.
Ключевые слова: Константин Сергеевич Станиславский, Мария Осиповна Кнебель, этюд, актёр, роль, любительский театр.

THE SKETCHY METHOD OF WORKING ON A ROLE AS THE BASIS OF THEATRICAL PEDAGOGY IN AMATEUR THEATER

Silenok Andrey Ivanovich

Scientific adviser: Bednih Olga Gennadievna

Annotation: In theatrical art, there are many approaches to working on a role, one of them is the sketch method of working on a role, developed by Konstantin Sergeevich Stanislavsky over the many years of his teaching, acting and directing practice. This approach both requires knowledge of the basics of acting, and is able to develop them to an infinite limit.
Keywords: Konstantin Sergeevich Stanislavsky, Maria Osipovna Knebel, sketch, actor, role, amateur theater.

Константин Сергеевич Станиславский — выдающийся российский театральный режиссер и актер, великий реформатор театра, театральный педагог основатель системы актерского мастерства, которая направляет внимание актера на глубокое понимание персонажа и его внутренней мир. В рамках своей системы он разработал этюдный метод, позволяющий актерам исследовать роли через импровизацию и физическое действие, что способствует созданию естественного и правдоподобного исполнения.

Этюд – это маленький спектакль с одним событием.

Для успешной реализации этюдного метода как процесса поиска правильного физического действия и актерского существования необходимо убедиться, что каждый из исполнителей определил для себя предлагаемые обстоятельства, событие, физическое состояние и самочувствие, конфликт, сверхзадачу, сквозное действие, линию роли, и что весь коллектив разобрался не только с главными

событиями пьесы, но и с более мелкими, второстепенными, дабы ничто не могло отвлечь их от задач, поставленных автором и режиссёром.

Сам процесс этюдной работы над ролью представляет собой творческий процесс переноса всех теоретических знаний о персонаже на практику, здесь начинается воплощение актёра в роль. Необходимо, в первую очередь, поставить себя на место своего персонажа, перенять его предлагаемые обстоятельства и положение, предложенные автором в произведении.

Нужно действия персонажа пьесы сделать своими собственными, поскольку только своими действиями создаётся на сцене правда, в которую зритель способен поверить. Для этого не обязательно наизусть знать текст пьесы, главное – понимать действенный ход и мысли персонажа, который находится в той или ной ситуации. Тогда, при выходе на площадку, даже в рамках импровизированного текста – тело актёра само начинает находить верные физическое и психическое состояние персонажа, собирая по пазлам каждый шаг, слово, действие и оценку.

Данный метод работы над ролью отличается тем, что во время выхода на площадку актёр оказывается в тех обстоятельствах, в которых он так или иначе начинает искать оправдание своих действий, в которых ему приходится включать мозг, рождать свою личную психофизику и погружаться во все аспекты своей роли. Если при читке за столом включалась, в большей степени, только психическая (внутренняя) составляющая персонажа, то с выходом на площадку она начинает работать с физическим (внешним) воплощением роли. Во время старого подхода мы анализировали пьесу исключительно путём умозрительным, включая в процесс всяческие рассуждения о роли как бы со стороны, однако при новом, этюдном способе работе над ролью, актёр, выходя на площадку, с первых же шагов начинает погружаться в условия жизни образа, в сам мир пьесы и находить те способы существования в ней, которые наиболее верно помогут ему воплотить в жизнь своего персонажа.

Стоит отметить, что даже при условии хорошего освоения анализа пьесы и роли, - создать этюд не так уж просто. Во время первых попыток актёра воспроизвести в этюде определённую сцену из произведения, он прокручивает в голове множество условий, которые необходимо соблюсти, будь то предлагаемые обстоятельства, последовательность действий, взаимодействие с партнёром, время, предшествующие и будущие события и т.д. Именно поэтому после каждого выхода на площадку и созданного этюда, важно сразу же возвращаться к тексту и анализировать, что актёр сделал верно, какие условия смог осуществить, а какие аспекты ему воплотить не удалось. Такого рода действия необходимы потому, что в период событийно-действенного анализа пьесы и роли актёр ещё не приступал к физическому созданию образа, но как только он ступил на сценическую площадку – исполнитель стал действовать от лица своего персонажа.

Мария Осиповна Кнебель, ученица Константина Сергеевича, особое внимание уделяла тому, что все этюды актёрами должны созидаться исключительно на основе импровизационного текста [1, с. 46].

Это не значит, что исполнители должны отметать текст, написанный автором и молоть на площадке то, что им придёт в голову. Это означает, что этюдный метод работы над ролью ставит артиста в условия, при которых он использует свои реплики, но обязательно сохраняет при этом смысл, который в этот эпизод вложил автор. Текст, не подкреплённый осознанием авторских мыслей поведёт актёра не к удачному созданию этюда по эпизоду пьесы, а в противоположную от него сторону. Если психофизическое состояние актёра будет верно найдено при построении этюда, то и само словесное действие, продиктованное автором пьесы, тоже окажется верным.

Также Мария Осиповна отмечала, что возвращаться к авторскому тексту после каждого сделанного этюда с импровизированным текстом нужно для того, чтобы, помимо проверки смыслового содержания данного эпизода, - проверять его на грамматические и лексические особенности. Автор не так просто в некоторых местах прерывает речь персонажа паузами, или даёт ему огромный простор для самых изысканных и высокопарных монологов, а иногда, напротив, оставляет ему лишь какие-то обрывки фраз, междометия и скупую, не подкреплённую никакими важными мыслями речь. Всё это – тоже неотъемлемая часть характера персонажа, которую необходимо соблюдать при воплощении актёром роли [1, с. 48].

Таким образом, мы выяснили, что этюдный метод работы над ролью способствует воплощению актёром не только психического состояния, но и физического самочувствия, совмещая их воедино, что позволяет сразу же опробовать на практике своего персонажа и окунуться в его предлагаемые обстоятельства, мироощущение и жизнь в целом. Помимо этого, мы выяснили, что не менее важна для достижения лучшего результата творческая обстановка на площадке, в рамках которой актёры, вышедшие на площадку, смогут раскрепоститься и погрузиться в условия жизни своей роли без стеснения, страха и скованности. Также, мы выявили, что слово, импровизация в тексте и понимание авторского замысла являются одним из ключевых факторов, влияющих на ход этюдного метода работы над ролью.

Для реализации данного метода работы над пьесой – необходимы познания и практические умения в основах актёрского мастерства, а именно: внимание, память, воображение, фантазия, мышечная свобода, перемена отношения (к предмету, месту действия, партнёру), физическое самочувствие, предлагаемые обстоятельства, оценка факта и сценическое общение. Эти главенствующие и необходимые аспекты театрального мастерства позволяют начать, непосредственно, процесс этюдного метода работы над ролью.

При выходе на площадку – исполнитель, зная предлагаемые обстоятельства, примерный текст роли, своё отношение к другим персонажам, и прочее, что выясняется во время «застольного периода» - может начинать созидать, воплощать и погружаться в образ своей роли. Объяв всю сценическую площадку своим вниманием, подбирая пластику, мизансцены, взаимодействуя со своим партнёром, актёр путём практического воздействия на своё тело и разум находит те действия, которые в дальнейшем помогут ему в финальной версии создания своего персонажа.

Важно понимать, что этюдом мы называем принципиально то, что не репетируется. Любая заготовка, любое положение рук, ног, головы, придуманные за пределами репетиционной площадки, - никак не относится к этюдному методу. Можно назвать это пьесой, сочинением, выдумкой, но никак не этюдом, поскольку подлинные, настоящие чувства, действия, порывы – рождаются исключительно во время непосредственного контакта актёра с партнёром, здесь и сейчас. На это может уйти уйма времени, десятки попыток найти то самое самоощущение, в котором исполнитель сможет комфортно ощущать себя на площадке и реагировать на окружение, действия и реплики максимально правдиво и честно. Однако полноценного, искреннего понимания роли можно достичь только путём собственных проб и ошибок, которые в конечном результате приведут к верному состоянию «Верю».

По сути своей, этюдный метод работы над ролью – это беспрерывный цикл нахождения единственно верной (для конкретного актёра) «жизни человеческого духа» в рамках персонажа через многочисленные выходы на репетиционную площадку. Процесс происходит следующим образом: актёр выходит на сцену, держа в голове всё, что он запомнил при разборе пьесы (предлагаемые обстоятельства, отношение персонажа к окружению, другим людям, его внутреннее самоощущение, осознал круги его внимания, сквозное действие, сверхзадачу спектакля и т.д.), вышел на площадку и стал существовать в рамках небольшого отрывка пьесы, сохраняя при этом каждое своё действие, каждое слово и оценку, дабы в скором времени вернутся к тексту, проанализировать свою работу, сделать «разбор полётов» и выйти на площадку со знаниями того, что необходимо исправить, а что следует оставить из прошлой попытки. И такой цикл повторяется до тех пор, пока актёр не поймёт, что достаточно приблизился к задумке автора и смог воссоздать текст в действиях.

Для существования в так называемой «выгородке» не обязательно даже выставлять целые готовые декорации и надевать костюмы, в которых будет проходить спектакль. Для этюда достаточно нескольких самых необходимых атрибутов, будь то стул, стол, книга или куртка, и уже с этими компонентами актёр сможет верно действовать и выстраивать по частицам образ своего персонажа. Воображение и фантазия исполнителя всегда должны работать на максимум, ведь поиск образа начинается задолго до определения декораций, костюмов и мизансцен спектакля. А, порой, бывает так, что именно во время этюда в сознании всплывают картины, благодаря которым режиссёр начинает понимать, в каком костюме хочет видеть здесь артиста и какие декорации необходимо выстроить вокруг него, то есть – идёт от обратного.

Процесс этюдной работы над ролью представляет собой творческий процесс переноса всех теоретических знаний о персонаже на практику, здесь начинается воплощение актёра в роль. Необходимо, в первую очередь, поставить себя на место своего персонажа, перенять его предлагаемые обстоятельства и положение, предложенные автором в произведении.

Нужно действия персонажа пьесы сделать своими собственными, поскольку только своими действиями создаётся на сцене правда, в которую зритель способен поверить. Для этого не обязательно наизусть знать текст пьесы, главное – понимать действенный ход и мысли персонажа, который находится в той или ной ситуации. Тогда, при выходе на площадку, даже в рамках импровизированного текста – тело актёра само начинает находить верные физическое и психическое состояние персонажа, собирая по пазликам каждый шаг, слово, действие и оценку.

Этюдный метод работы над ролью, к слову, крайне важен и необходим в работе с любительским театральным коллективом не меньше, чем с профессионально подготовленными актёрами. Если специально обученные творцы театральной деятельности используют этюдный метод исключительно для поиска образа, отработки навыков и погружения в роль, то любители – люди, которые посвятили свою жизнь другому ремеслу, но так же любят творчество, театр и сцену – пользуются данным методом и для того, чтобы посредством этюдов на площадке, развить свою фантазию, воображение, уверенность в себе, научиться ораторскому искусству, получить некую долю самодовольства (в хорошем смысле этого слова) и провести время, занимаясь творчеством. Воспитанники любительской театральной студии зачастую даже не преследуют цели вжиться в образ своего персонажа, им, скорее, интересен сам процесс этого изменения, пусть поверхностного, но любопытного перевоплощения себя в другого человека.

Безусловно, участников любительской труппы необходимо посвятить в основы актёрского мастерства и стараться «выудить» максимум из их возможностей, но относится к ним, как к профессиональным актёрам театра, конечно, не стоит. В первую очередь для них нахождение на площадке – это способ самореализоваться в рамках их идеологии и мнимого «предела». Каждый из этих людей – профессионал в своей области труда, а театральный коллектив для них– своеобразная отдушина среди серой рабочей недели. Каждый из них приходит для того, чтобы, в первую очередь, отдохнуть от рутинных будней и попробовать себя в чём-то новом, побыть с единомышленниками, завести новые знакомства и просто хорошо провести время.

Именно поэтому этюдный метод работы над ролью так важен в любительском театральном коллективе. Конечно, первые попытки добиться успехов на площадке может вызвать диссонанс и даже «напугать» этих людей, однако после многочисленных попыток, отработок и поддержки – вы увидите, как эти люди воссияют и раскрепостятся. Когда их труд будет оправдан, и начнутся первые продвижения в работе – тут же появится непреодолимый интерес к тому, как далеко они могут зайти в своей театральной деятельности, на что они способны и как могут использовать эти умения в своей обычной жизни. Кто знает, быть может, среди этих людей таким образом проявится неогранённый алмаз театрального искусства.

Сам этюдный метод в работе с актёрами-любителями позволяет овладеть основами актёрского мастерства, ведь с каждой репетицией, с каждым выходом на площадку – навыки исполнителя будут совершенствоваться не только для понимания образа его персонажа, но и для обыденной жизни, в которой он сможет увереннее говорить, в принципе будет ощущать себя спокойнее на разного рода выступлениях и мероприятиях, сможет легче находить общий язык с другими людьми. Работа с этюдами даёт простор для творчества, которое ранее актёры-любители не имели, или не понимали, что с ним делать и как в нём творить.

Таким образом, мы выявили, что событийно- действенный анализ пьесы и роли, а также этюдный метод работы над ролью являются неотъемлемой частью профессиональной работы актёра над образом своего персонажа. Используя эти два метода вместе – исполнитель способен углубиться в предысторию, предлагаемые обстоятельства и атмосферу пьесы настолько, что сможет стать одним целым со своим персонажем и создать жизнь человеческого духа на сцене, в которую зритель будет верить и за которым он захочет наблюдать. Такая синергия так или иначе заставляет актёра думать и действовать на сценической площадке, что, в конечном счёте, позволяет ему срастись со своим персонажем и сосуществовать с ним.

Список источников

1. Кнебель М. О. О действенном анализе пьесы и роли. М.: Искусство, 1982. 119 с. Евгений Вахтангов: сборник / сост. Л. Д. Вендровская, Г.П. Каптерева. – Москва: ВТО, 1984. – 571 с.
2. Станиславский К. С. Статьи. Речи. Беседы. Письма. С. 624.
3. Станиславский К. С. Собр. соч. Т. 4. С. 340.

МУЗЫКАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 37.016:78

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ПОЛИФОНИЧЕСКОЙ ИГРЫ У УЧАЩИХСЯ ИЗ КИТАЯ

ВАН НАНЬ
аспирант
МПГУ

Аннотация: Исследование посвящено разработке педагогических стратегий преодоления культурно-обусловленных барьеров в освоении полифонической игры китайскими учащимися. Анализируются противоречия между технократическим подходом азиатской педагогики, ориентированной на техническое совершенство, и художественно-интерпретационными задачами европейской полифонической традиции. На основе синтеза принципов русской фортепианной школы и китайской дидактики предложена трансформационная модель обучения. Ключевые стратегии включают интеграцию многоголосного пения, графической визуализации контрапункта, импровизации на народном материале и цифровых инструментов анализа. Теоретическая новизна заключается в концепции культурной медиации, преобразующей традиционные методики в инструменты формирования полифонического мышления. Реализация стратегий направлена на создание «бикультурной компетенции», объединяющей логико-структурный анализ с эмоционально-смысловой интерпретацией. Работа вносит вклад в теорию межкультурной педагогики, предлагая универсальный подход к преодолению дихотомии «Восток–Запад» в музыкальном образовании.
Ключевые слова: Полифоническое Мышление, Межкультурная Педагогика, Русская Фортепианная Школа, Культурно-Педагогическая Адаптация, Бикультурная Компетенция.

PEDAGOGICAL STRATEGIES FOR DEVELOPING POLYPHONIC PLAYING SKILLS IN CHINESE STUDENTS

Wang Nan

Abstract: The study is devoted to the development of pedagogical strategies for overcoming culturally conditioned barriers in mastering polyphonic playing by Chinese students. The contradictions between the technocratic approach of Asian pedagogy focused on technical perfection and the artistic and interpretative tasks of the European polyphonic tradition are analyzed. Based on the synthesis of the principles of the Russian piano school and Chinese didactics, a transformational teaching model is proposed. Key strategies include the integration of polyphonic singing, graphic visualization of counterpoint, improvisation on folk material and digital analysis tools. The theoretical novelty lies in the concept of cultural mediation, transforming traditional methods into tools for developing polyphonic thinking. The implementation of strategies is aimed at creating a "bicultural competence" that combines logical-structural analysis with emotional-semantic interpretation. The work contributes to the theory of intercultural pedagogy, offering a universal approach to overcoming the East-West dichotomy in music education.
Keywords: Polyphonic Thinking, Intercultural Pedagogy, Russian Piano School, Cultural And Pedagogical Adaptation, Bicultural Competence.

Введение

Полифоническая музыка, занимая центральное место в европейской музыкальной традиции, сохраняет свою актуальность как фундаментальный компонент профессионального образования музыканта. Однако процесс её освоения учащимися из Китая сопряжён с комплексом культурно-педагогических противоречий, требующих научного осмысления.[1] В условиях глобализации образовательных практик возрастает необходимость разработки стратегий, преодолевающих разрыв между технократическим подходом, доминирующим в азиатской педагогике, и художественно-интерпретационными задачами, присущими работе с полифонией.

Китайская система музыкального обучения, исторически ориентированная на достижение технического совершенства через многократное повторение, демонстрирует ограниченную эффективность при формировании полифонического мышления. Культурная доминанта монодии в национальной традиции создаёт когнитивный барьер для восприятия многоголосной ткани как динамического единства контрапунктических линий. Это приводит к механическому воспроизведению нотного текста в ущерб смысловой многомерности произведения. Парадоксальным образом высокая исполнительская дисциплина китайских учащихся, столь ценная в освоении виртуозного репертуара, становится препятствием для раскрытия импровизационной природы барочной полифонии.

Целью исследования выступает не просто перечисление методических приёмов, но создание концептуальной модели, синтезирующей достижения русской фортепианной школы с антропологическими особенностями китайского восприятия. Речь идёт о трансформации педагогического процесса, где техническая точность становится не конечной целью, но инструментом для выявления смысловых связей между голосами. Акцент смещается с внешней имитации западных образцов на внутреннее проживание полифонической структуры через призму национального музыкального сознания.

Значимость работы определяется её вкладом в теорию межкультурной педагогики, предлагающей не механический перенос методик, но их творческую адаптацию. Результаты исследования могут стать основой для диалога музыкальных образовательных систем, где синтез рационального и эмоционального преодолевает границы локальных традиций.

Теоретико-методологические основы исследования

Понятие полифонической игры, сформулированное в трудах классиков русской фортепианной педагогики, предполагает диалектическое единство аналитического и художественного начал. К.Н. Игумнов, акцентируя приоритет «осмысленного звука» над механическим воспроизведением, рассматривал полифонию как пространство интеллектуального диалога, где каждый голос обретает семантическую автономию в системе контрапунктических отношений.[2] А.Б. Гольденвейзер развивал этот тезис через призму «архитектонического слуха» — способности воспринимать многоголосие как иерархию смысловых пластов, требующую не только технического контроля, но и эмоционально-интеллектуального синтеза.[3]

Культурная специфика китайских учащихся проявляется в глубинных противоречиях между традиционным музыкальным сознанием и требованиями западной полифонической традиции. Монодическая природа китайской музыки, основанная на принципе вариационного развития единой мелодической линии, формирует когнитивную установку на вертикальное восприятие звукового пространства. Это приводит к тенденции трактовать полифонические голоса как аккордовые комплексы, а не как самостоятельные нарративы. Психолого-педагогический парадокс заключается в том, что исключительная дисциплина и трудолюбие учащихся, обеспечивающие безупречное исполнение технически сложных пассажей, становятся препятствием для спонтанного взаимодействия с контрапунктической структурой, требующей одновременного удерживания множества логико-эмоциональных планов.

Методологическая основа исследования базируется на принципе культурно-исторической медиации, позволяющем преодолеть бинарную оппозицию «западные методики — восточная ментальность». Речь идёт не о механической адаптации педагогических приёмов, но о создании трансформационной модели, где технические упражнения переосмысливаются как инструмент формирования полифонического сознания. Такой подход предполагает перекодировку традиционных для китайской педагогики категорий: точность исполнения трансформируется в точность интонирования смысловых ак-

центов, многократное повторение в процесс смыслообразующего варьирования.Теоретическая значимость данного подхода заключается в преодолении редукционизма, свойственного кросс-культурным исследованиям. Вместо противопоставления «логики» и «эмоции» предлагается концепция полифонического мышления как когнитивно-аффективного синтеза, где рациональный анализ голосоведения становится основой для эмоционального проживания музыкального текста.

Педагогические стратегии

Формирование полифонического мышления у китайских учащихся требует разработки многоуровневой системы педагогических воздействий, синтезирующей методологические достижения западной музыкальной педагогики с антропологическими особенностями восточного восприятия.[4] Центральным принципом становится идея диалектического перехода от аналитической деконструкции музыкального текста к его эмоционально-смысловому синтезу. Русская фортепианная школа, представленная в трудах К.Н. Игумнова и А.Б. Гольденвейзера, предлагает концепцию «осознанного голосоведения», где техническое освоение контрапункта подчиняется задаче выявления смысловой иерархии голосов. Однако прямое копирование этих методик в китайский образовательный контекст оказывается недостаточным в силу культурно-обусловленных когнитивно-перцептивных барьеров.

Решением становится адаптационная модель, трансформирующая традиционные для китайской педагогики приёмы в инструменты полифонического воспитания. Многократное повторение, составляющее основу технической подготовки, приобретает новое качество через принцип «вариационной рефлексии»: каждое воспроизведение фразы сопровождается смещением акцентов между голосами, что формирует навык параллельного удержания нескольких смысловых линий.[5] Этот подход коррелирует с философией китайской каллиграфии, где совершенствование техники мазка неотделимо от медитативного погружения в семантику иероглифа. Конкретные методические решения выстраиваются по принципу комплементарности аналитических и импровизационных практик. Развитие слухового самоконтроля через хоровое многоголосие позволяет преодолеть монодическую инерцию восприятия: пропевание отдельных голосов в ансамбле создаёт нейрофизиологическую основу для внутреннего слышания полифонической ткани. Графическая визуализация контрапунктических структур с помощью цветовых кодов и пространственных схем актуализирует традиционную для китайской дидактики опору на зрительные образы, переводя абстрактные музыкальные концепции в плоскость гештальт-восприятия.

Импровизационные упражнения на материале народных мелодий выполняют роль культурного моста: преобразуя знакомые монодические напевы в многоголосные конструкции, учащиеся осваивают принципы голосоведения через актуализацию коллективного музыкального бессознательного. Этот приём согласуется с теорией Л.С. Выготского о зоне ближайшего развития, где опора на «культурные орудия» обеспечивает скачок в когнитивном освоении новых структур.

Технологический компонент стратегии реализует принцип «аналитической визуализации», характерный для современной цифровой педагогики. Программный анализ MID-записей с выделением отдельных голосов в спектрограммах создаёт мультисенсорный интерфейс для изучения контрапункта. Однако в отличие от западного подхода, акцентирующего технологическую составляющую, в китайском контексте цифровые инструменты используются как средство материализации традиционной концепции «единства формы и содержания»: виртуальная «разборка» полифонической фактуры на слои соотносится с даосской практикой медитативного созерцания многоуровневых структур. Системообразующим элементом предложенной стратегии становится принцип культурной синергии, при котором педагогические приёмы приобретают бикультурную семантику. Технические упражнения на артикуляцию голосов обретают философскую глубину через параллели с искусством пекинской оперы, где дифференциация вокальных регистров служит выражению драматургических конфликтов. Работа над динамическими нюансами переосмысливается через эстетику китайской живописи тушью, где градации силы нажима кисти создают пространственную перспективу.

Теоретическая новизна подхода заключается в преодолении дихотомии «традиция vs инновация» через механизм культурной трансляции. Формирование полифонического мышления предстаёт не как замена одних когнитивных схем другими, но как процесс семиотического обогащения: европей-

ские контрапунктические принципы усваиваются через призму китайских культурных кодов, приобретая новые измерения смысла.

Ожидаемые результаты внедрения стратегий

Реализация предложенных педагогических стратегий предполагает качественную трансформацию музыкально-исполнительского сознания китайских учащихся, преодолевающую традиционную дихотомию между рациональным и эмоциональным аспектами интерпретации. Системное понимание полифонии как единства логико-структурных закономерностей и художественно-экспрессивного содержания становится не просто когнитивным достижением, но показателем сформированности нового типа музыкального мышления. В его основе лежит способность воспринимать контрапунктические линии одновременно как автономные смысловые потоки и элементы целостного звукового организма, что соответствует онтологическим принципам русской фортепианной школы, где техническая точность служит средством раскрытия философской глубины произведения.Культурный синтез, заложенный в методологической основе стратегий, способствует деконструкции стереотипов исполнительского мышления, укоренённых в монодической традиции. Преодоление механистического воспроизведения нотного текста осуществляется через активизацию «диалогического сознания», где взаимодействие голосов осмысливается как динамический процесс смыслопорождения. Этот феномен находит параллели в конфуцианской концепции «ли» (ритуала), преобразуемой в педагогическом контексте: формальные требования к точности исполнения наполняются содержательной функцией, становясь инструментом выражения семантических нюансов.[6]

Важнейшим прогнозируемым результатом выступает возникновение бикультурной компетенции, позволяющей учащимся транслировать европейские полифонические принципы через призму национальной эстетики. Синтез техник русской школы с приёмами китайской дидактики создаёт предпосылки для формирования уникального исполнительского стиля, в котором строгость барочных конструкций обогащается тонкой нюансировкой, характерной для традиционной инструментальной музыки Китая.

Теоретическая значимость результатов заключается в демонстрации продуктивности культурно-антропологического подхода к музыкальной педагогике. Практическая ценность проявляется в разработке универсальной модели преодоления кросс-культурных барьеров, применимой не только в области полифонического воспитания, но и в других аспектах межцивилизационного музыкального диалога. Формирование «транскультурного слуха» у учащихся открывает перспективы для возникновения новых интерпретационных традиций, синтезирующих историческую аутентичность с современным пониманием музыкальной семиотики.

Заключение

Разработанные педагогические стратегии преодоления культурно-обусловленных барьеров в освоении полифонии открывают новые горизонты для международного диалога в области музыкального образования. Их значение выходит за рамки узкопрофессиональных задач, приобретая характер методологического моста между цивилизационными традициями. Принцип культурной медиации, лежащий в основе методики, демонстрирует возможность синтеза казалось бы несовместимых парадигм: рациональной строгости европейской контрапунктики и образно-ассоциативного мышления восточной музыкальной традиции.

Перспективы адаптации предложенного подхода связаны с его способностью к смысловой трансформации в различных культурных контекстах. Технология «бикультурного кодирования» педагогических приёмов, успешно апробированная на китайских учащихся, может получить развитие в работе с представителями других музыкальных цивилизаций — от индийской раги до арабского макамата. Ключевым условием становится не механическое заимствование методик, но их глубинное переосмысление через призму локальных эстетических концепций.

Значимость исследования определяется его вкладом в теорию современной педагогики, утверждающей необходимость «третьего пути» — творческого преодоления бинарных оппозиций «Восток–Запад». Дальнейшая разработка предложенной концепции может привести к формированию новой парадигмы музыкального образования, где культурная идентичность становится ресурсом, а не препятствием для освоения универсальных художественных ценностей.

Список источников

1. Цзинь Л. Освоение песенного фольклора провинции Шанси обучающимися образовательных школ КНР // Современное педагогическое образование. 2024. № 7. С. 82-86.
2. Игумнов К.Н. Мои исполнительские и педагогические принципы // Выдающиеся пианисты-педагоги о фортепианном искусстве / сост. С.М. Хентова. М.–Л.: Музыка, 1966. С. 144-146.
3. Гольденвейзер А.Б. Состояние вокального образования в Союзе ССР // Концертмейстерское искусство. Теория, история, практика: сб. статей. 2016. С. 105-109.
4. Шичу Ц. Музыкальность камерной музыки в контексте современного музыкального образования: инновационные подходы к обработке и анализу // Мир науки, культуры, образования. 2024. № 5 (108). С. 236-238.
5. Сяньюй Х. Система музыкального образования в Китае // Вестник Санкт-Петербургского государственного института культуры. 2012. № 2. С. 155-159.
6. Хуэйвэнь С. Влияние музыкальной грамотности на процесс обучения игре на фортепиано: исследование практических аспектов // Управление образованием: теория и практика. 2023. Т. 13, № 9. С. 258-265.

КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

УДК 376.37

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКА СОСТАВЛЕНИЯ ОПИСАТЕЛЬНОГО РАССКАЗА У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМ НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ В УСЛОВИЯХ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

ВАЙГЕЛЬ ТАТЬЯНА АНАТОЛЬЕВНА
магистрант
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет»

Научный руководитель, Сурнина Марина Владимировна
кандидат педагогических наук, доцент
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет»

Аннотация: в данной статье рассматриваются особенности формирования навыка составления описательных рассказов у младших школьников с тяжелым нарушением речи. Автор исследует, как особенности речевого развития таких детей влияют на их способность освоить навыки описания и рассказывания, а также подчеркивает важность системной коррекционно-логопедической работы для преодоления речевых недостатков.
Ключевые слова: навык составления описательных рассказов, дети с тяжелым нарушением речи, тяжелые нарушения речи, связная речь, коррекционно-образовательный процесс, логопедическое сопровождение.

THEORETICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM OF FORMING THE SKILL OF COMPOSING A DESCRIPTIVE STORY IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH TNR IN THE FRAMEWORK OF SPEECH THERAPY SUPPORT.

Weigel Tatiana Anatolyevna

Scientific supervisor: Surnina Marina Vladimirovna

Abstract: This article examines the specifics of developing the skill of composing descriptive stories in primary school children with severe speech impairment. The author examines how the specifics of speech development in such children affect their ability to master the skills of description and storytelling, and also emphasizes the importance of systematic speech therapy work to overcome speech deficiencies.
Keywords: skill of writing descriptive stories, children with severe speech impairment, severe speech impairment, coherent speech, correctional and educational process, speech therapy support.

В рамках обширных педагогических и логопедических исследований особое значение придается формированию у детей умения создавать связные и содержательные рассказы. Этот навык рассматривается как важнейшая составляющая развития связной речи, а также как средство активизации речевой деятельности и стимуляции творческого мышления. Освоение умения составлять описательные рассказы считается очень важным в процессе овладения языком, поскольку оно способствует развитию способности структурировать собственные мысли, выражать их ясно, логично и последовательно. Важность этого процесса обусловлена тем, что умение правильно и выразительно описывать предметы, явления и ситуации служит не только средством коммуникации, но и важным условием формирования у ребенка аналитического мышления, памяти и внимания.

В. В. Гербова интерпретирует описание, как изложение характерных признаков предмета или явления, которое обычно носит деловой и точный характер, включает определения и обстоятельства. Однако, чтобы сделать описание более привлекательным и запоминающимся, желательно, чтобы оно содержало элементы образности, яркие сравнения, метафоры и выразительные средства. Использование образных средств способствует не только лучшему восприятию информации, но и развитию воображения у детей, что важно для их общего интеллектуального развития. В этом контексте описание превращается из простого перечисления признаков в увлекательное и познавательное занятие, стимулирующее творческое мышление [2].

В. К. Воробьева подчеркивает, что описание как форма связной монологической речи представляет собой более сложный для детей с тяжелыми нарушениями речи, чем для их сверстников с нормотипичным развитием. Трудности в освоении описания связаны с недостатком жизненного опыта и требуют активных интеллектуальных усилий со стороны ребенка по выделению важных признаков и характеристик предмета или явления, а также их последовательному и логическому изложению. В таких случаях важно учитывать особенности развития детей с речевыми нарушениями, адаптировать методы обучения и использовать специальные приемы, направленные на развитие внимания, памяти и мышления.

Некоторые исследователи, такие как Н. С. Жукова, Е. М. Мастюкова и Т. Б. Филичева, обращают внимание на то, что для детей с тяжелыми речевыми нарушениями наиболее сложной или практически недоступной является самостоятельное описание игрушки или другого знакомого предмета. Обычно такие описания ограничиваются называнием одного признака или перескакиванием с одной мысли на другую, что негативно сказывается на грамматической структуре речи и усложняет расширение лексического запаса. Это связано с недостаточной сформированностью речевых компонентов и ограниченностью словарного запаса, что мешает создавать развернутые и связные высказывания. В таких случаях необходимо применять специальные методики, направленные на развитие лексической и грамматической компетенции, а также формирование навыков логического структурирования информации.

Исследования Р. Е. Левиной показывают, что у детей с тяжелыми нарушениями речи при составлении описательных рассказов отмечается повышенное использование существительных, местоимений и прилагательных. Частое употребление существительных связано с трудностями в развертывании высказываний, а преобладание местоимений и наречий с обобщенным смыслом — с ограниченностью словарного запаса. Эти особенности свидетельствуют о необходимости систематической работы по расширению лексического запаса и развитию грамматических навыков, что способствует более развернутому и связному выражению мыслей.

В. П. Глухов подчеркивает, что у младших школьников с тяжелыми речевыми нарушениями самостоятельное формирование монологической речи затруднено. Они испытывают сложности с построением предложений, используют перефразировки и жесты, теряют основную мысль, путают последовательность событий и иногда неправильно выделяют главную идею, а также не завершают фразы. В результате речь становится хаотичной, бедной выразительными средствами, что мешает полноценному восприятию и усвоению информации. Для преодоления этих трудностей необходимо проводить систематическую работу по развитию навыков построения предложений, расширению словарного запаса и формированию умения логически связывать отдельные части рассказа.

В. К. Воробьева выделяет, что развитие у детей навыков построения связных и развернутых высказываний тесно связано с развитием речевых и познавательных умений, а также с совершенствова-

нием грамматического строя и расширением словарного запаса. Поэтому логопедическая деятельность должна быть направлена на развитие лексических и грамматических средств языка, что особенно важно для детей с тяжелыми нарушениями речи, чтобы повысить их способность к самостоятельному и осознанному выражению своих мыслей. Качество описательного рассказа определяется такими аспектами, как связность (согласованность слов в предложениях и наличие связующих элементов), объем указанных признаков, соблюдение структуры, использование выразительных средств и полнота описания (обозначение главных признаков и их точное называние). Важным является также развитие навыков использования различных языковых средств для передачи оттенков смысла и эмоциональной окраски.

Исследования В. П. Глухова, Т. Б. Филичевой и С. Н. Шаховской показывают, что дети с тяжелыми речевыми нарушениями значительно отстают от сверстников с нормальным развитием в овладении связной монологической речью, особенно в области описания. У них возникают трудности с программированием содержания высказываний, их языковым оформлением, что мешает формированию полноценных, логичных рассказов. Для устранения этих проблем необходимо внедрять комплексные коррекционные программы, включающие развитие лексики, грамматики, навыков планирования и организации речи [5].

М. М. Кольцова подчеркивает необходимость систематической работы логопеда по формированию связной речи, которая должна включать комплексные занятия, направленные на развитие всех компонентов речевой системы. Она отмечает, что овладение навыком составления описательного рассказа возможно лишь при достижении определенного уровня развития словарного запаса и грамматического строя, что требует постоянных и целенаправленных усилий. Важное значение имеет развитие лексических и грамматических средств, так как речь детей с тяжелыми нарушениями системно нарушена и нуждается в системной коррекции. В этом контексте актуально использование дидактических игр, упражнений и методов, стимулирующих активное развитие речевых навыков [3].

Обобщая работы различных авторов, можно сделать вывод, что развитие связной монологической речи является одной из важнейших задач в логопедической деятельности и необходимым условием успешного обучения в школе. Для детей с тяжелыми речевыми нарушениями овладение навыками составления описательных рассказов сопряжено с множеством сложностей, обусловленных особенностями их языкового и когнитивного развития. Недоразвитие компонентов языковой системы и наличие вторичных отклонений в психическом развитии создают дополнительные барьеры.

Таким образом, развитие у детей умения создавать структурированные и содержательные рассказы требует системного, комплексного подхода, включающего развитие лексики, грамматики, внимания, памяти, мышления и коммуникативных умений. Важным аспектом является создание условий для активной речевой практики, использование игровых, дидактических методов и современных технологий обучения. Только при таком подходе возможно добиться значительных успехов в формировании связной речи у детей с тяжелыми речевыми нарушениями, что существенно повышает их шансы на успешную адаптацию в учебной и социальной сферах, а также способствует развитию их личностных и коммуникативных качеств.

Список источников

1. Воробьева В.К. Методика развития связной речи у детей с системным недоразвитием речи / В.К. Воробьева. – М.: Астрель, 2021. – 136 с. – EDN QVPYHL
2. Гербова В.В. Составление описательных рассказов / В.В. Гербова. – М.: Аркти, 2018. – С. 28.
3. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга / М.М. Кольцова. – М., 2010. – 231 с.
4. Ткаченко Т.А. Формирование и развитие связной речи у детей / Т.А. Ткаченко. – Ульяновск; М.: Аркти, 2023. – 135 с.
5. Филичева, Т. Б. Основные направления педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья / Т. Б. Филичева, Т. В. Туманова // Логопедия. – 2014. – № 3(5). – С. 78-82.

УДК 37.015.31

ПОВЫШЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

МАХОНИНА ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВНА
старший преподаватель
ФГАОУ ВО «Российский Государственный Гуманитарный Университет»

Аннотация: Физическая культура играет важную роль в жизни каждого человека, способствуя не только физическому развитию, но и социальной интеграции, улучшению психоэмоционального состояния и формированию здорового образа жизни. Однако для студентов с ограниченными возможностями доступ к занятиям физической культурой часто оказывается затруднённым. В этой статье мы рассмотрим способы повышения возможностей таких студентов в вузах.
Ключевые слова*:* Физическая культура, вуз, адаптивность, новейшие технологии, VR, интерактивные технологии.

INCREASING ACCESSIBILITY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS WITH DISABILITIES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Makhonina Olga Vasilievna

Abstract: Physical culture plays an important role in the life of every person, contributing not only to physical development, but also to social integration, improvement of the psycho-emotional state and formation of a healthy lifestyle. However, access to physical education classes is often difficult for students with disabilities. In this article, we will look at ways to increase the opportunities of such students in universities.
Keywords: Keywords: Physical education, university, adaptability, latest technologies, VR, interactive technologies.

Первое с чего я начну, это конечно же, применение адаптивных программ по физической культуре в вузе, а точнее применение интерактивных методов в таких программах. Адаптивные программы физической культуры предназначены для студентов с особыми потребностями, включая физические, интеллектуальные и психические ограничения. Эти программы помогают интегрировать таких студентов в общественную жизнь, развивать их физические способности и улучшать общее состояние здоровья.

Так, например, в 2022/2023 учебном году в одном из филиалов РАНХИГСа был проведен эксперимент по интегрированию интерактивных технологий в адаптивные программы физической культуры[1]. 27 студентов с ограниченными возможностями разделили на две группы: экспериментальную и контрольную. В экспериментальной группе применяли интерактивный метод «спортигра», а в контрольной нет.

В результате экспертной оценки знаний студентов обеих групп было выявлено значительное преимущество студентов экспериментальной группы (9,6 баллов из 10) по сравнению с контрольной

группой (3,5 баллов из 10), участники которой не принимали участие в предложенной игре. Эксперты отметили высокие результаты студентов экспериментальной группы, которые уверенно отвечали на заданные вопросы, приводя практические примеры и обосновывая свои мнения по всем вопросам.

Во второй части эксперимента участникам экспериментальной группы было предложено самостоятельное изучение материала на платформах Yandex и Google.

Особенностью освоения образовательной программы была последовательность в изучении учебно-информационного материала, которая включала следующие этапы:

1. Самостоятельная работа, в ходе которой студенты изучали различные оздоровительные методики и осваивали способы их демонстрации.
2. Контактная работа, предполагающая практическое выполнение оздоровительных методик, которые студенты предварительно изучили теоретически, с поддержкой преподавателя и пояснениями, связанными с конкретной темой учебной программы, а также осознанием выполняемых двигательных действий.

Члены экспертной группы единогласно признали, что студенты экспериментальной группы (ЭГ) продемонстрировали значительно более высокий уровень знаний, получив 9,2 балла из 10, по сравнению с контрольной группой (КГ), которая набрала 3,6 балла из 10. Также стоит отметить, что все эксперты отметили рост интереса студентов как к отдельным темам, так и к общей информации по адаптивной физической культуре, что проявилось в их обратной связи.

Следующее, о чем пойдет речь — это виртуальные технологии[2]. Виртуальная реальность (VR) обладает значительным потенциалом в сфере физической культуры для студентов с ограниченными возможностями. Рассмотрим несколько способов, как VR может быть применена в этой области:

1. Персонализированные тренировки: VR позволяет разрабатывать индивидуальные программы физических упражнений, учитывающие особенности и ограничения студентов. Это могут быть занятия, которые выполняются сидя или требуют минимальных движений.

2. Безопасная тренировочная среда: Студенты могут заниматься в виртуальном пространстве, где они могут безопасно пробовать различные движения и техники без опасности получить травму.

3. Улучшение координации и моторики: Игры и симуляции в VR помогают развивать координацию и мелкую моторику через интерактивные задания, требующие точности и быстрой реакции.

4. Социальное взаимодействие: Виртуальные платформы могут объединять студентов с ограниченными возможностями, позволяя им участвовать в командных играх и групповых занятиях, что способствует их социальной интеграции.

5. Повышение мотивации: Игровые элементы VR делают занятия физической культурой более интересными и вдохновляющими, что помогает студентам сохранять интерес к активностям и улучшать свою физическую форму[5].

6. Реабилитация: VR может использоваться в программах восстановления после травм, предлагая интерактивные упражнения для восстановления функций и сил.

7. Обучение безопасности: Студенты могут осваивать безопасные методы выполнения физических упражнений и спортивных техник в виртуальной среде, что снижает вероятность травм.

8. Доступ к разнообразным видам спорта: VR открывает возможность попробовать различные виды спорта, которые могут быть недоступны в реальной жизни из-за физических ограничений.

Таким образом, применение виртуальной реальности в физической культуре создает новые возможности для студентов с ограниченными возможностями, позволяя им активно участвовать в спортивных мероприятиях и поддерживать свое здоровье.

Далее я хочу затронуть тему новейших технологий, а именно одну из ключевых технологий — экзоскелет. Эти уникальные механические устройства предназначены для поддержки людей с ограниченными возможностями, позволяя им двигаться и заниматься физическими упражнениями [3]. Использование экзоскелетов на занятиях физической культуры в вузе для людей с ограниченными возможностями может значительно улучшить качество обучения. Вот несколько научно обоснованных фактов [4]:

1. Экзоскелеты позволяют студентам с ограниченными возможностями участвовать в физических упражнениях наравне с другими, что способствует созданию инклюзивной образовательной среды.

2. С помощью экзоскелетов можно адаптировать традиционные физические упражнения и спортивные игры, позволяя студентам выполнять их с учетом их физических возможностей.

3. Экзоскелеты способствуют увеличению уровня физической активности, что важно для здоровья и общего благополучия студентов. Это может помочь в профилактике сопутствующих заболеваний.

Таким образом, внедрение экзоскелетов в занятия физической культуры в вузе требует тщательной подготовки, но может существенно обогатить опыт студентов и сделать образовательный процесс более доступным и разнообразным.

Так же стоит упомянуть об еще одной новейшей технологии — роботе-помощнике. Это одно из новых достижений в сфере адаптивной физической культуры. Эти автономные устройства разработаны для того, чтобы поддерживать людей с ограниченными возможностями во время тренировок и повседневных дел. Они могут обеспечить стабильность при сохранении равновесия, помочь в передвижении или даже выполнять некоторые упражнения вместе с человеком [4].

Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что в условиях стремительного развития технологий студенты с ограниченными возможностями теперь имеют возможность заниматься наравне со своими сверстниками.

Список источников

1. Коколова О.В. Адаптивная физическая культура в вузе // Столыпинский вестник, № 2.
2. Боброва Е.И. Роль виртуальной реальности в в в адаптивной физической культуре // Физическая культура и спорт в вузе, 2019.
3. Воробьев А.А, Петрухин А.В,Засыпкина О.А,Кривоножкина П.С,Поздняков А.М Экзоскелет как новое средство в абилитации и реабилитации инвалидов [Текст] / Воробьев А.А,Петрухин А.В,Засыпкина О.А,Кривоножкина П.С,Поздняков А.М // СТМ. — 2015. — № Том 7,№2 (187).
4. Фатеенков М.М., Чернышева И.В., Егорычева Е.В., Шлемова М.В., Мустафина Д.А / СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5-4.
5. Адырхаев С.Г.//ИННОВАЦИОННАЯ МОДЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗе СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ//Львов.2016 г.

ПСИХОЛОГИЯ

УДК 336.1

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ АСПЕКТЫ: САМОРАЗРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ: МЕХАНИЗМ АУТОАГРЕССИИ

ГРЯЗНОВА Я.О.
студент кафедры
Уфимский университет науки и технологий
Высшая школа философии, психологии и педагогики
Россия, Уфа

Научный руководитель: Газизова Регина Расиховна
к.пс.н, доцент
Уфимский университет науки и технологий
Высшая школа философии, психологии и педагогики
Россия, Уфа

Аннотация. В статье рассматриваются психологические аспекты саморазрушительного поведения у подростков, с акцентом на механизмы аутоагрессии. Рассмотрены ключевые факторы, способствующие развитию данного поведения, такие как эмоциональная нестабильность, проблемы в межличностных отношениях и высокий уровень стресса. Анализируется влияние социального отражения и культурных норм на формирование саморазрушительных тенденций. Рассматриваются типичные формы аутоагрессии, их причины и последствия для психологического здоровья подростков. Статья нацелена на специалистов в области психологии, педагогики и социальной работы, а также на родителей, стремящихся лучше понять проблемы своих детей.
Ключевые слова. Подростковый возраст, аутоагрессия, саморазрушительное поведение, адаптация подростков.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SELF-UNLOADING BEHAVIOR IN ADOLESCENTS: THE MECHANISM OF AUTOAGGRESSION

Gryaznova Ya.O.

Scientific supervisor: Gazizova Regina Rasikhovna

Annotation. The article examines the psychological aspects of self-destructive behavior in adolescents, with an emphasis on the mechanisms of autoaggression. The key factors contributing to the development of this behavior, such as emotional instability, problems in interpersonal relationships and high stress levels, are considered. The influence of social reflection and cultural norms on the formation of self-destructive tendencies is analyzed. Typical forms of autoaggression, their causes and consequences for the psychological health of adolescents are considered. The article is aimed at specialists in the field of psychology, pedagogy and social work, as well as parents seeking to better understand their children's problems.
Keywords. Adolescence, autoaggression, self-destructive behavior, adolescent adaptation.

Аспекты психологического саморазрушительного поведения у подростков представляют одну из важных тем современного общества. Среди молодого поколения все чаще появляется склонность к развитию случаев аутоагрессии, что вызывает подозрения психологов, педагогов и родителей. Такие факторы как стресс и недовольство собой приводит к безразличию собственным здоровьем и саморазрушению. Саморазрушительное поведение может проявляться в различных формах, включая физическую аутоагрессию и деструктивные привычки. Чтобы понять причины и устройство этих губительных проявлений, важно осветить не только личностные психологические особенности подростков, но и влияние их социальной среды.

Общество постоянно сталкивается с саморазрушением, как чаще всего это бывает с аутоагрессией. Интерес зарубежных и отечественных ученых к этой теме существует уже много лет. Первые исследования начались с глубоких размышлений и наблюдений психологов и психиатров.

Один из первых ученых, кто обратил внимание на саморазрушительность как самостоятельной категории поведении человека, был немецкий учений-психиатр Карл Меннингер, который в своей книге «Человек против себя» (1938) предложил считать аутоагрессию признаком того, что у человека есть стремление самоуничтожению. Эта идея стала стала основой для последующих дискуссий и исследования в области саморазрушительного поведения.

Североамериканский психолог Лестер Бернеман также привнёс личный вклад в исследование аутоагрессии, рассматривая её как механизм адаптации к внешним вызовам [7, с. 1346–1352]. Он подчёркивал, что аутоагрессия является итогом взаимодействия генетических, биохимических и психологический факторов. Такой подход к вопросу раскрыл последние интересы для анализа и осмысления данного феномена.

Кроме того, данный аспект рассматривал филосов Жак Лакан. Его теория зеркальной стадии объясняет, как начинается процесс отчуждения, который может приводить к аутоагрессии [9, с. 75–81]. Лакан утверждал, что негативное восприятие себя формируется уже в раннем детстве, когда ребёнок сталкивается с разрывом между собственным образом восприятия и представлениями о себе, навязанными окружающими.

В 1960-70-х годах наблюдается рост интереса к проблемам подростковой агрессии и автоагрессии, что связанно с культурными изменениями и социальной динамикой, а также подъёмом движений, направленных на защиту прав молодёжи. В это время исследователи, такие как Эрик Эриксон, подчёркивают важность идентичности и кризисов, с которыми сталкиваются подростки [8, с. 288].

Современные исследователи сосредоточелись на изучении аутоагрессии в контексте клинической психологии, выделяя различные её виды и разрабатывая диагностические критерии. Например, работы американского исследователя Артура Морзе помогают глубже понять различия между импульсивной, хронической аутоагрессией и аутоагрессией как реакцией на экзистенциальные кризисы [10, с. 256].

В России исследования аутоагрессии начали активно развиваться только в 1990-х годах, когда общество столкнулось с переходным периодом и соответствующими психосоциальными проблемами. Учёные, такие как Гуляева Р. Н., исследовали психологические характеристики саморазрушительного поведения у подростков, уделяя внимание влиянию социокультурных факторов и изменениям в системе ценностей [4, с. 124–135].

Ананьев Б. Г. посвятил много исследований возрастным изменениям личности, подчёркивая особенно высокий риск аутоагрессивного поведения в подростковом возрасте [1]. Реан А. А. развивал концепции о влиянии социума и культурной среды, утверждая, что социализация играет ключевую роль в формировании саморазрушительных установок [5, с. 176].

К началу XXI века в международной практике акцент делается на биопсихосоциальной модели, учитывающей генетические, психологические и социальные аспекты, влияющие на появление аутоагрессии. Методы работы с подростками начинают включать интегративные подходы, основанные на кросс-культурных исследованиях и сравнительных анализах. Современные исследования показывают, что саморазрушительное поведение часто связанно с эмоциональными расстройствами, межличностных отношениях и давлением со стороны общества [2].

Психологические аспекты саморазрушительного поведения у подростков многогранны. Среди них можно выделить стресс и тревожность, депрессию, низкую самооценку, проблемы в отношениях и травматический опыт.

Подростки, находящиеся в состоянии постоянного стресса и повышенной тревожности, часто прибегают к аутоагрессивному поведению- нанесению вреда собственному телу-как способу совладания с эмоциональными переживаниями [2]. Это поведение позволяет временно снизить напряжение и отвлечься от негативных эмоций, хотя в долгосрочной перспективе оно лишь усугубляет психологические проблемы.

Депрессия является одним из основных факторов риска развития аутоагрессии среди подростков. Низкая самооценка и неуверенность в себе приводят к формированию негативного образа собственного Я, вследствие чего ребёнок чувствует себя нелюбимым, отвергнутым и никчёмным [4 с. 124–135]. Эти чувства способствуют усилению саморазрушительного поведения, поскольку внутренний конфликт становится невыносимым и требует внешнего выражения.

Дети и подростки, пережившие травму, особенно насилие, нередко проявляют признаки аутоагрессии. Этот механизм помогает блокировать неприятные эмоции и подавлять болезненные воспоминания, создавая иллюзию контроля над собственной жизнью. Однако такое поведение существенно увеличивает риск серьёзных психических расстройств, включая депрессию, тревогу и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) [1].

Эмоциональная нестабильность играет значительную роль в формировании таких тенденций. Исследования показывают, что подростки, испытывающие сильные эмоции, склонны к импульсивным действиям и могут направлять свою агрессию на себя [2]. Проблемы межличных отношений также оказывают влияние на уровень аутоагрессии, поскольку отсутствие поддержки и понимания со стороны окружающих может привести к чувству изоляции и безнадёжности [3, с. 368].

Аутоагрессия - это сложный поведенческий феномен, характеризующийся целенаправленным причинением себе физического ущерба с целью снятия внутреннего напряжения и регуляции сильных отрицательных эмоций [5, с. 176]. Основой психологической предпосылкой возникновения аутоагрессивного поведения являются сильные негативные эмоции, такие как чувство вины, отчаяния, гнева или тревоги. Часто подросткам сложно выражать свои эмоции конструктивным способом из-за страха осуждения, непринятия осуждающими или внутренних барьеров. То есть неудовлетворённые потребности в самовыражении, принятии и понимании вызывают перенаправлении агрессии внутрь себя [4, с. 124–135].

Проявления аутоагрессии варьируются от относительно лёгких повреждений кожи до тяжёлых травм, угрожающих здоровью и даже жизни. Причины включают потребность в ощущении контроля над своей жизнью, стремление привлечь внимание окружающих, желание наказать себя за мнимые проступки или несовершенство, снятие накопившегося нервного напряжения [6, с. 1-12]. Иногда аутоагрессия выступает как средство самолечения, позволяя пережить травмирующие события прошлого путём символической репарации травмы («переписывания сценария»).

Важно отметить, что аутодеструктивное поведение может выступать индикатором наличия глубоких личностных проблем, таких как низкая самооценка, хронический стресс, депрессия, отсутствия доверия к окружающим людям и другие факторы, повышающие уязвимость подростка перед лицом жизненных трудностей [7, с. 1346–1352].

Подростки, столкнувшиеся с постоянными стрессовыми ситуациями и высокими уровнями тревожности, зачастую обращаются к аутоагрессии как способу борьбы с мучительными внутренними переживаниями [10, с. 1346–1352]. Решение проблемы требует особого подхода, основанного на междисциплинарном взаимодействии медицинских специалистов, психологов и педагогов. Терапевтические меры направленны на осознание глубинных причин аутоагрессивного поведения, выработку новых стратегий реакции на стресс и создание условий для полноценного восстановления душевного равновесия. Решающую роль в процессе реабилитации подростков, подверженных аутоагрессии, играет поддерживающая среда. Она обеспечивает возможность открыто говорить о своих проблемах и получать квалифицированную помощь, играет [2].

Понимать психологические аспекты саморазрушительного поведения у подростков является важной задачей для специалистов в области психологии и образования. Ведь их работа направлена на преодоление аутоагрессии и поддержку подростков. Данный вид деятельности поможет значительно улучшить их качество жизни и адаптироваться к окружающему миру.

В статье была представлена всесторонняя аналитика психологических аспектов саморазрушительного поведения у подростков, с акцентом на механизмы аутоагрессии. На основе анализа выявленные ключевые факторы, такие как эмоциональная нестабильность, трудности в межличностных отношениях и высокий уровень стресса. В совокупности они подчеркивают сложность данного явления и его многогранность. Важность социального отражения и культурных норм как катализаторов аутоагрессивных тенденций также может быть недооценена, так как они формируют контекст, в котором подростки воспринимают и выражают свои эмоции.

Типичные формы аутоагрессии, исследуемые в статье, показывают разнообразие проявлений саморазрушительного поведения и их последствия для психического здоровья самого подростков. Понимание данных механизмов необходимо как для специалистов в области психологии, педагогики и социальной работы, так и для родителей. Знания в данной области помогут лучше понять эмоциональные и психологические потребности подростков и, в свою очередь, развить эффективные стратегии вмешательства и поддержки.

Таким образом, дальнейшие исследования в данной области имеют критическое значение для формирования более обоснованных методов профилактики и коррекции саморазрушительного поведения у подростков, что позволит создавать более безопасное и поддерживающее окружение для их развития и адаптации.

Список источников

1. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. — Москва: Педагогика, 1980. — Т. I—II.
2. Гуляева, Р.Н. Психология саморазрушения у подростков / Р.Н. Гуляева // Психологическая наука и образование. — 2019.
3. Меннингер, К. Человек против себя / пер. с англ.; под ред. М.Г. Ярошевского. — Москва: Издательство Московского университета, 1999. — 368 с.
4. Попельчук, Г.А.; Корелина, Н.В. Аутоагрессия в подростковом возрасте: теоретический анализ проблемы // Молодой ученый. — 2025. — № 1. — С. 124–135.
5. Реан, А.А. Агрессия и агрессивность личности. — СПб.: Образование, 1996. — 176 с.
6. Axtamova, F.G. Auto-Aggressive Behavior of Adolescents and Socio-Psychological Methods of Its Prevention // Jurnal Psikologi. — 2025. — Vol. 2. — Iss. 3. — P. 1–12.
7. Bernean, L. Suicide: A Psychodynamic Approach // American Journal of Psychiatry. — Vol. 125, No. 10. — October 1968. — Pp. 1346–1352.
8. Erikson, E.H. Identity: Youth and Crisis. — New York: W.W. Norton & Company, 1968. — 288 p.
9. Lacan, J. Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je telle qu'elle nous est révélée dans l'expérience psychanalytique // Écrits: The First Complete Edition in English. — New York: W.W. Norton & Company, 2006. — Pp. 75–81.
10. Morse, A.R., McCann, J.T. Self-Injurious Behavior: Theory and Research. — London; Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2006. — 256 p.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ПОЛУЧЕНИЯ ТРАВМЫ

ЛААС КИРА СЕРГЕЕВНА,
КОРОСТЫЛЕВА АЛИСА ВЛАДИМИРОВНА
студенты
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский университет
Государственной противопожарной службы МЧС России
имени Героя Российской Федерации генерала армии Е.Н. Зиничева»

Аннотация: В статье определены важные аспекты деятельности спортивного психолога при работе со спортсменами после получения травм. Одним из действенных механизмов, способствующих эффективной реабилитации после спортивной травмы является создание служб психологического сопровождения. Рассмотренные в статье особенности психологического сопровождения могут быть использованы для конкретизации функций спортивного психолога в профессиональном стандарте.
Ключевые слова: психология спорта, спортивный психолог, травма, спортсмен, психологическое сопровождение.

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR ATHLETES AFTER INJURY

Laas Kira Sergeevna,
Korostyleva Alisa Vladimirovna

Abstract: The article defines important aspects of the sports psychologist's activities when working with athletes after receiving injuries. One of the effective mechanisms that contribute to effective rehabilitation after a sports injury is the creation of psychological support services. The features of psychological support considered in the article can be used to specify the functions of a sports psychologist in a professional standard.
Keywords: sports psychology, sports psychologist, injury, athlete, psychological support.

В современных условиях все больше возникает необходимость психологического сопровождения спортсменов после получения травмы. Большинство видов спорта являются высоко травмоопасными, но ради достижения цели спортсмены и тренера идут на риск. Зачастую тренера сознательно изменяют методику организации тренировок и закрывают глаза на наличие заболеваний и микротравм у спортсмена. Спорт молодеет с каждым годом, и уже сейчас на крупных соревнованиях мы видим не взрослых сформировавшихся физически спортсменов, а подростков, для которых нагрузки не всегда соизмеримы с их физиологическим здоровьем. Кроме того, технически усложняются программы выступлений с тем, чтобы достойно конкурировать на соревнованиях. Все эти факторы значительно увеличивает риск получения травмы [1].

Любой человек, занимающийся спортом профессионально или на любительском уровне должен понимать, что получение травмы – неотъемлемая часть спорта высших достижений. И здесь, в первую очередь, конечно же встает вопрос о реабилитации спортсменов. В настоящее время реабилитация спортсменов предполагает применение различных методов и способов, способствующих восстановле-

нию здоровья или компенсации утраченных функций. Однако, помимо этого, всем спортсменам требуется и психологическая помощь. До сих пор не во всех профессиональных клубах и организациях, не говоря уже о многочисленных секциях и спортивных кружках, есть в штате спортивный психолог. Чаще всего эту роль берут на себя тренера, не имея соответствующего образования и знаний, и не совсем понимая задачи, которые стоят перед этим специалистом. Следует отметить тот факт, что до сих пор не разработан профессиональный стандарт, а практические задачи спортивного психолога, в лучшем случае, заключаются в проведении диагностик психического здоровья спортсменов, проведении мероприятий на сплочение команды и настроя на победу. При этом при получении травмы спортсмен остается один на один со своими проблемами. При возможности восстановления и возвращения в спорт еще поддерживается связь с тренерским составом, но в случае серьезных повреждений, как правило, клубы достаточно быстро забывают о бывших подопечных, заменяя их резервными кадрами [2].

Таким образом, все чаще встает вопрос необходимости и важности психологического сопровождения спортсмена после получения травмы. Здесь следует отметить, что психологические аспекты восстановления различаются для тех, кто может восстановиться в кратчайшие сроки и продолжить спортивную карьеру и для тех, кто после травмирования однозначно не сможет вернуться в спорт. У каждой из этих групп есть свои особенности, требующие особого психологического подхода.

Первое на что нужно обратить внимание, это необходимость комплексной реабилитации: одновременное проведение медицинских, восстановительных и психологических мероприятий, что будет способствовать сокращению времени выздоровления и возможности максимально быстро вернуть себе спортивную форму.

В первые дни спортсмены после получения травмы не могут признать и принять факт травмирования [3]. Такое эмоциональное состояние вполне нормальное для любого человека. Гнев, обида на себя и окружающих, отрицание происходящего – это те эмоции, над которым нужно работать в этот период спортивному психологу. В данном случае психологическое сопровождение поможет разобраться в них и постепенно принять произошедшие изменения.

После осознания и принятия травмы наступает период повышенной тревожности и сомнений по поводу возврата в спорт, возможности принятия участия в соревнованиях. Совместная работа со спортивным психологом по управлению эмоциями позволит в этот период справиться со стрессом и акцентировать внимание на восстановлении здоровья. Немаловажную роль играет поддержка не только семьи, но и друзей спортсменов, тренеров, тех, кто пережил подобные травмы. Одной из задач психолога на данном этапе является акцентирование внимания на том, что в данный момент спортсмен может сделать. Не всегда верно мнение, что напоминание о прошлых победах может мотивировать спортсмена на позитивный настрой и тем самым возможно сократить срок реабилитации. Важно помнить, что каждый спортсмен уникален со своими личностными особенностями и единый психологический подход в данном случае не применяется, особенно тогда, когда травма достаточна серьезная и велика вероятность окончания спортивной карьеры [4].

После реабилитации и восстановления чаще всего спортсмены испытывают страх возможности получения повторной травмы и тем самым осторожно приступают к тренировочному процессу, что не всегда согласуется с ожиданиями и требованиями тренера, желающего как можно быстрее вывести спортсмена на соревнования. Задача спортивного психолога с одной стороны, проработать со спортсменом его страхи и научить справляться с ними, а с другой стороны следует соотнести потребности и желания тренера с психологическими особенностями спортсмена в этот период [5].

Однако, есть спортсмены, которые после восстановления стремятся активно тренироваться, чтобы быстрее вернуть форму, что может быть обусловлено как потребностями самого спортсмена в продолжении спортивной карьеры и его амбициями, так и чувством вины перед тренером и командой. Такой поход к тренировочному процессу может спровоцировать вторичную травму. В данном случае также важно психологическое сопровождение для проработки эмоционального состояния спортсмена.

Особые задачи стоят перед спортивным психологом при работе со спортсменами, которые, получив серьезную травму, не смогут продолжить спортивную карьеру. Понимание этого происходит не сразу. В целом каждый спортсмен, получивший травму, верит в то, что он сможет вернуть себе форму

и продолжить тренироваться. Однако, чем дольше длиться реабилитация и чем серьёзнее травма, тем меньше шансов продолжать спортивную карьеру. И в этом случае нужно научиться жить в новых реалиях и главное принять ту ситуацию, которая произошла. Задача спортивного психолога помочь осознать потерю мечты, будущих побед и званий, а также пережить социальную изоляцию коллег по команде и тренера, чаще всего сопровождающего тех, кто уже не вернется в форму и не сможет продолжить свою спортивную карьеру. Дальнейшее психологическое сопровождение позволит спортсмену адаптироваться к новым условиям жизни, найти новую цель, возможно, найти новое место в спортивной деятельности и научиться использовать время реабилитации для личностного роста и развития [6].

Таким образом, важность и необходимость развития служб психологического сопровождения спортсменов после получения травмы обусловлена успешностью преодоления последствий травм и скорейшим возвращением в спортивную форму, а также, возможно, переосмыслением и переоценкой своей деятельности при невозможности предложить спортивную карьеру. Кроме того, авторы обратили внимание на тот факт, что на сегодняшний день нет принятого проекта стандарта «Спортивный психолог». Однако в разработанном проекте такая трудовая функция как психологическое сопровождение спорсмена после получения травмы отражена как проведение профилактических мероприятий, по предупреждению травм и проведение коррекционно-развивающих занятий для актуализации психологического ресурса.

Список источников

1. Федунина Н.Ю., Грушко А.И., Ковалева А.В., Банников Г.С. Случай консультирования по поводу спортивной травмы на основе метода Пьера Жане // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 2018. - №2. - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sluchay-konsultirovaniya-po-povodu-sportivnoy-travmy-na-osnove-metoda-piera-zhane (20.05.2025).

2. Хвацкая Е. Е., Коршунова О. В., Фациевич-Слинченко А. В., Брынцева Е. В., Юзова О. И. Ретроспективное и актуальное отношение тренеров к спортивному психологу // ТиПФК. - 2023. - №9. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://cyberleninka.ru/article/n/retrospektivnoe-i-aktualnoe-otnoshenie-trenerov-k-sportivnomu-psihologu (20.05.2025).

3. Лежнёва Ю. В., Петровский С. С. К вопросу о переживаниях спортивной травмы // Форум молодых ученых. - 2018. - №3 (19). - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-perezhivaniyah-sportivnoy-travmy (20.05.2025).

4. Попов В. А., Козлов А. П. Социально-психологическая реабилитация спортсменов после участия в соревнованиях // Символ науки. - 2022. - №1-2. - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-reabilitatsiya-sportsmenov-posle-uchastiya-v-sorevnovaniyah (20.05.2025).

5. Дазмаров Н.М., Беляева Е.А. Психологическое сопровождение спортсменов // Столыпинский вестник. - 2022. - №8. - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-sportsmenov-1 (20.05.2025).

6. Финошина В.Э., Белецкая Е.В. Психологическая социализация и адаптация спортсменов после завершения спортивной карьеры // Материалы XIV Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://scienceforum.ru/2022/article/2018030174 (20.05.2025).

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ПЕДАГОГИКА: ТРАДИЦИИ, ОПЫТ, ИННОВАЦИИ

Сборник статей
Международной научно-практической конференции
г. Пенза, 25 мая 2025 г.
Под общей редакцией
кандидата экономических наук Г.Ю. Гуляева

Подписано в печать 26.05.2025.
Формат 60×84 1/16. Усл. печ. л. 5,7

МЦНС «Наука и Просвещение»
440062, г. Пенза, Проспект Строителей д. 88, оф. 10
www.naukaip.ru