

ISSN 2072-0297

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



50 2019
ЧАСТЬ IV

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 50 (288) / 2019

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

Ахметова Мария Николаевна, доктор педагогических наук
Иванова Юлия Валентиновна, доктор философских наук
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук
Лактионов Константин Станиславович, доктор биологических наук
Сараева Надежда Михайловна, доктор психологических наук
Абдрасилов Турганбай Курманбаевич, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Авдеюк Оксана Алексеевна, кандидат технических наук
Айдаров Оразхан Турсункожаевич, кандидат географических наук (Казахстан)
Алиева Тарана Ибрагим кызы, кандидат химических наук (Азербайджан)
Ахметова Валерия Валерьевна, кандидат медицинских наук
Брезгин Вячеслав Сергеевич, кандидат экономических наук
Данилов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук
Дёмин Александр Викторович, кандидат биологических наук
Дядюн Кристина Владимировна, кандидат юридических наук
Желнова Кристина Владимировна, кандидат экономических наук
Жуйкова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук
Жураев Хусниддин Олтинбоевич, кандидат педагогических наук (Узбекистан)
Игнатова Мария Александровна, кандидат искусствоведения
Искаков Руслан Маратбекович, кандидат технических наук (Казахстан)
Кайгородов Иван Борисович, кандидат физико-математических наук (Бразилия)
Калдыбай Кайнар Калдыбайулы, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Кенесов Асхат Алмасович, кандидат политических наук
Коварда Владимир Васильевич, кандидат физико-математических наук
Комогорцев Максим Геннадьевич, кандидат технических наук
Котляров Алексей Васильевич, кандидат геолого-минералогических наук
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Кузьмина Виолетта Михайловна, кандидат исторических наук, кандидат психологических наук
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Кучерявенко Светлана Алексеевна, кандидат экономических наук
Лескова Екатерина Викторовна, кандидат физико-математических наук
Макеева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук
Матвиенко Евгений Владимирович, кандидат биологических наук
Матроскина Татьяна Викторовна, кандидат экономических наук
Матусевич Марина Степановна, кандидат педагогических наук
Мусаева Ума Алиевна, кандидат технических наук
Насимов Мурат Орленбаевич, кандидат политических наук (Казахстан)
Паридинова Ботагоз Жаппаровна, магистр философии (Казахстан)
Прончев Геннадий Борисович, кандидат физико-математических наук
Семахин Андрей Михайлович, кандидат технических наук
Сенцов Аркадий Эдуардович, кандидат политических наук
Сенюшкин Николай Сергеевич, кандидат технических наук
Титова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук
Ткаченко Ирина Георгиевна, кандидат филологических наук
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры
Фозилов Садриддин Файзуллаевич, кандидат химических наук (Узбекистан)
Яхина Асия Сергеевна, кандидат технических наук
Ячинова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук

Международный редакционный совет:

Айрян Заруи Геворковна, кандидат филологических наук, доцент (Армения)
Арошидзе Паата Леонидович, доктор экономических наук, ассоциированный профессор (Грузия)
Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, профессор (Россия)
Ахмеденов Кажмурат Максutowич, кандидат географических наук, ассоциированный профессор (Казахстан)
Бидова Бэла Бертовна, доктор юридических наук, доцент (Россия)
Борисов Вячеслав Викторович, доктор педагогических наук, профессор (Украина)
Велковска Гена Цветкова, доктор экономических наук, доцент (Болгария)
Гайич Тамара, доктор экономических наук (Сербия)
Данатаров Агахан, кандидат технических наук (Туркменистан)
Данилов Александр Максимович, доктор технических наук, профессор (Россия)
Демидов Алексей Александрович, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Досманбетова Зейнегуль Рамазановна, доктор философии (PhD) по филологическим наукам (Казахстан)
Ешиев Абдыракман Молдоалиевич, доктор медицинских наук, доцент, зав. отделением (Кыргызстан)
Жолдошев Сапарбай Тезекбаевич, доктор медицинских наук, профессор (Кыргызстан)
Игисинов Нурбек Сагинбекович, доктор медицинских наук, профессор (Казахстан)
Кадыров Кутлуг-Бек Бекмурадович, кандидат педагогических наук, декан (Узбекистан)
Кайгородов Иван Борисович, кандидат физико-математических наук (Бразилия)
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Козырева Ольга Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Россия)
Колпак Евгений Петрович, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Кожурбаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Кыят Эмине Лейла, доктор экономических наук (Турция)
Лю Цзюань, доктор филологических наук, профессор (Китай)
Малес Людмила Владимировна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Нагервадзе Марина Алиевна, доктор биологических наук, профессор (Грузия)
Нурмамедли Фазиль Алигусейн оглы, кандидат геолого-минералогических наук (Азербайджан)
Прокопьев Николай Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Прокофьева Марина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Казахстан)
Рахматуллин Рафаэль Юсупович, доктор философских наук, профессор (Россия)
Ребезов Максим Борисович, доктор сельскохозяйственных наук, профессор (Россия)
Сорока Юлия Георгиевна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Узаков Гулом Норбоевич, доктор технических наук, доцент (Узбекистан)
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры (Россия)
Хоналиев Назарали Хоналиевич, доктор экономических наук, старший научный сотрудник (Таджикистан)
Хоссейни Амир, доктор филологических наук (Иран)
Шарипов Аскар Калиевич, доктор экономических наук, доцент (Казахстан)
Шуклина Зинаида Николаевна, доктор экономических наук (Россия)

На обложке изображен *Амартия Кумар Сен* (1933), индийский экономист.

Амартия Сен родился в университетском городке Сантиникетан провинции Бенгалия Британской Индии. Его отец Ашьютош Сен преподавал химию в Университете г. Дакка (современная столица Бангладеш), а мать была студенткой колледжа Рабиндраната Тагора, куда после учебы в школе поступил и Амартия. Его интересы были весьма разносторонни, он увлекался санскритом, математикой, физикой и лишь впоследствии почувствовал интерес к экономической теории.

Десятилетним ребенком Амартия оказался свидетелем кровавых межнациональных конфликтов, а в 1943 году — страшного голода в провинции Бенгалии, унесшего около трех миллионов человеческих жизней. Эти события наложили отпечаток на всю его дальнейшую жизнь.

Степень бакалавра по экономике Сен получил в Президентском колледже Калькутского университета, а магистерскую и докторскую степень — в Тринити-колледже Кембриджского университета. В это же время он интенсивно занимался разработкой морально-этических и политико-философских вопросов, развивая свои прежние подходы к демократии и социальному неравенству. В это время в свет вышли первые публикации Сена в области теории общественного выбора, в которых анализ проблем неравенства и распределения базировался на использовании не только математической логики, но и морально-этических принципов.

Вернувшись в Индию, он стал профессором Школы экономики и Университета Дели. Параллельно с преподавательской деятельностью Сен активно занимался разработкой проблем теории общественного выбора, теории благосостояния и экономики развивающихся стран. Своей первой монографией «Коллективный выбор и общественное благосостояние» ученый существенно обогатил теорию общественного выбора, развил ряд новых подходов, позволивших продвинуться в решении так называемой «теоремы невозможности» Эрроу, заключающейся в том, что на основе принципа голосования большинства невозможно определить общественные приоритеты, которые соответствовали бы индивидуальным предпочтениям всех членов общества относительно экономических благ.

Амартия Сен долгое время преподавал в Лондонской школе экономики, а также в Оксфордском университете и Гарварде.

Под его научным руководством был написан и защищен ряд кандидатских диссертаций, в которых с использованием методологии Сена разрабатывались отдельные стороны теории общественного выбора.

Со временем научные интересы Сена переместились из области чисто теоретического анализа проблем общественного выбора к более практическим проблемам. Заслуга Сена заключалась в развитии методов и техники экономического анализа путем разработки новой системы индексов благосостояния и бедности. Он занимался изучением причин такого характерного для стран третьего мира явления, как голод, и разработкой способов предотвращения этого бедствия. Работа в этом направлении была инициирована Международной организацией труда в рамках Международной программы занятости, и по результатам своих исследований Сен подготовил книгу «Бедность и голод», в которой попытался рассмотреть голод как специфическую экономическую проблему. Работы ученого способствовали распространению более широкого подхода к проблеме нищеты и оказали влияние на международную политику экономической помощи развивающимся странам. Непосредственное практическое применение его исследований нашло выражение в отказе от рассмотрения проблемы бедности (прежде всего в развивающихся странах) с ограниченной точки зрения дохода и создания для бедняков возможностей выбора.

Вскоре после смерти своей второй жены Евы Сен вновь переехал в США и возобновил преподавательскую и исследовательскую работу в Гарвардском университете. Он опубликовал книгу «Неравенство, рассмотренное повторно», в которой проанализировал ряд новых для себя проблем, таких как характеристики рациональности, требования объективности и др. В начале 1998 года он вернулся в Великобританию и в настоящее время возглавляет Тринити-колледж Кембриджского университета.

Амартия Сен — автор более десятка монографий и нескольких десятков статей по проблемам экономики благосостояния и теории общественного выбора. Он почетный доктор ряда университетов и научных сообществ. Премия памяти Альфреда Нобеля по экономике за 1998 год была присуждена Селу «за его вклад в экономику благосостояния и восстановление этического подхода к жизненно важным экономическим проблемам».

Екатерина Осянина, ответственный редактор

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕДАГОГИКА

- Точилина С. Г.**
Методические рекомендации для воспитателей ДОУ по развитию творческих способностей у детей старшего дошкольного возраста посредством нетрадиционной аппликации 393
- Трошин С. А., Машичев А. С., Вишняков Д. В.**
Анализ преподавания предмета «Физическая культура и спорт» в вузе 395
- Улухужаев Н. З.**
Изучение ударения в спрягаемых формах глагола в курсе «Современный русский язык» 397
- Умхажиева Х. Т.**
Использование информационно-коммуникационных технологий в обучении детей младшего школьного возраста 399
- Умхажиева Х. Т.**
Операционные механизмы аттенционных способностей младших школьников 401
- Хохлова Э. Г.**
Формирование навыков чтения у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 404
- Чаплинская О. А., Загороднюк С. М.**
Учет возрастных особенностей нахимовцев как условие профилактики нарушений в их поведении 406
- Шакирова Л. Р., Чернышева А. Р.**
Теоретические основы изучения музыкальных способностей детей старшего дошкольного возраста 408
- Шамсиева Г. Б.**
Rhetorical techniques of accessible presentation of the material in English lesson 411
- Шевченко О. И., Чиаев Р. Н.**
Роль информационных технологий в современном высшем образовании 413
- Юнусходжаева А. С.**
Actual problems in assessing the quality of university education 415

ПСИХОЛОГИЯ

- Акшевская П. В.**
Механизмы психологической защиты и уровень притязаний личности 417
- Виноградов А. В., Пономарева Г. Т.**
Исследования мотивации студентов к учебному процессу на примере Московского государственного гуманитарного-экономического университета 418
- Ефимова Ю. В.**
Формирование психологической готовности к школьному обучению в условиях ДОУ 423
- Колпакова А. Ю., Жарлагапова А. И.**
Феноменология лидерства 425
- Коновалова К. С.**
Факторы, влияющие на уровень удовлетворенности браком супругов 426
- Кузнецов А. С.**
Определение лжи по невербальным признакам 428
- Лысенко С. В.**
Проблемы развития когнитивного компонента готовности к обучению в школе у детей 6 и 7 лет 430
- Наговицына Е. А., Петунц Л. А., Рохлов А. Е.**
Проблема неприятия собственного тела как распространенное явление среди современной молодежи 434
- Панкова О. А.**
Проблема профилактики сохранения психологического здоровья семьи онкологического больного 436
- Сударикова Т. Ю.**
Психологическая помощь молодым матерям: актуальность, направления и особенности 438
- Ханбекова А. С.**
Психолого-педагогическое сопровождение в детском объединении социально-педагогической направленности «Комсомольцы» 442

Шевченко О. И., Газзаев А. В. Психологическое воздействие и способы противодействия	444
--	-----

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Vasilev A., Mavliev A. The peculiarities of the cardiovascular system development from childhood to teenage	448
---	-----

Джалилов Д. Ш. Модель формирования жизнестойкости детей- сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома	450
---	-----

Есин С. Н., Машичев А. С., Трошин С. А. Характеристика деятельности преподавателя предмета «Физическая культура и спорт» в вузе	455
---	-----

Каримов Б. Б. Motivation for sports in our life.....	456
--	-----

Конькова И. П., Абазян А. Г. Физическая культура музыканта.....	458
---	-----

Писаренко А. Н., Щербакова М. П., Егоров К. В. Лечебная физическая культура как сопутствующий метод лечения кокситрозозов.....	460
--	-----

Чупров А. С., Батоболотов А. Б., Мирошникова А. Н., Егоров П. В. Соответствие биологического и календарного возраста студентов Читинской государственной медицинской академии	462
---	-----

Шакирзянова М. Р., Колесникова Е. В. Нагрузки на организм при фигурном катании	466
---	-----

ПЕДАГОГИКА

Методические рекомендации для воспитателей ДОУ по развитию творческих способностей у детей старшего дошкольного возраста посредством нетрадиционной аппликации

Точилина Светлана Георгиевна, воспитатель
МБДОУ Детский сад № 39 «Золушка» г. Туапсе (Краснодарский край)

Процесс творческого воспитания дошкольников основан на формировании у детей знаний о разнообразии приемов, отражающих реальный мир. Участвуя в творческом процессе, дети проявляют интерес к миру природы, гармонии цветов и форм. Это позволяет особым образом взглянуть на все свое окружение, привить любовь всему живому.

Обучение с использованием нетрадиционной аппликации происходит в следующих областях:

- от нетрадиционной аппликации отдельных объектов до рисования сюжетных эпизодов и далее к сюжетной нетрадиционной аппликации;

- от применения самых простых видов нетрадиционной технологии визуализации до более сложных;

- от использования готового оборудования, материалов для использования, таких, которые должны быть изготовлены нами самими;

- от использования метода имитации до самостоятельного исполнения намерения;

- от применения при рисовании одного типа технологии до использования методов смешанного изображения;

- от индивидуальной работы до коллективного изображения предметов, сюжетов нетрадиционных приемов рисования.

Тема ОД	
«Плывёт кораблик по волнам»	Оттиск мятой бумаги.
«Волшебные бабочки»	Использование цветного скотча
«Ёжик на полянке»	Аппликация с вилками.
«Цветочная полянка»	Оттиск мятой бумаги.
«Барашки-завитушки»	Использование хлопкового волокна — ваты
«Машины в городе»	Нетрадиционная аппликация с применением пуховых красок.
«Подсвечник и свеча»	Свеча и акварель.
«Федора в гостях у ребят»	Использование обрывной бумаги, техника коллажа
«В гости к Пятачку»	Ниткография.
«Снеговик»	Аппликация с методом магического рисунка.
«Божьи коровки»	Использование дырокола
«Подвеска-ангелочек»	Аппликация с мелкой галькой.
«Стайка дельфинов»	Коллективная композиция
«Ёжики на полянке»	Аппликация с методом магического рисунка.
«Дружные котята»	Торцевание
«Девочки танцуют»	Ниткография.
«Морская тематика»	Аппликация с методом магического рисунка.
«Кактус»	Аппликация с вилками.
«Мой детский сад» «Золушка»	Нетрадиционная аппликация с применением пуховых красок.
Итоговое ОД	Оттиск мятой бумаги.
«Мой город Туапсе»	Аппликация с мелкой галькой.

Приобретая соответствующий опыт рисования в нетрадиционных техниках и преодолевая страх неудачи, ребенок будет продолжать получать удовольствие от работы, свободно переходя к овладению новыми техниками аппликации.

Отпечаток мятой бумаги. Выразительно: текстура, цвет. Материалы: блюдце или пластиковая коробка с рельефной пенной прокладкой, пропитанной гуашью, плотная бумага любого цвета и размера, мятая бумага. Метод визуализации: ребенок толкает мятую бумагу к штемпелю с краской и наносит отпечаток на бумагу.

Свеча и акварель. Средства выразительности: цвет, линия, пятно, текстура. Материалы: свеча, плотная бумага, акварель, кисти. Способ получения продукта: ребенок рисует свечу на бумаге, затем красит лист акварелью в один или несколько цветов. Подсвечник остается белым. Затем вырезаем подсвечник и при помощи сгиба внизу подиагонали наносим клей, приклеиваем к основанию заготовки картона.

Аппликация с методом магического рисунка. Этот метод реализован следующим образом. Угол восковой свечи на белой бумаге рисует картину (рисунок елочкой, дом и, возможно, целый участок). Затем он наносится кистью на весь рисунок или лучше на вату или губчатую резину. Поскольку краска не падает на жирное изображение свечи, изображение внезапно появляется перед детьми и проявляет себя. Вы можете достичь того же эффекта, сначала используя офисный клей или кусок мыла. В этом случае выбор фона для объекта играет важную роль. Например, снеговика, покрашенного свечой, лучше всего окрашивать в синий цвет и лодку зеленого цвета. Вам не нужно беспокоиться, если свечи или мыло развалится во время рисования. Это зависит от их качества.

Аппликация мелкими камнями. Конечно, большую часть времени ребенок работает с бумагой, но плоское изображение дома, деревьев, машин, животных на бумаге привлекает меньше, чем создание трехмерных собственных творений. В связи с этим в идеале используются морские камешки. Они гладкие, маленькие и имеют другую форму. Форма камешка иногда бросает вызов ребенку к картине. Например, нарисуйте одну гальку под лягушкой, другую — под жуком, и из третьего вырастет чудесный гриб. На камень наносится яркая густая краска — и картина готова. А закончить лучше так: высушив гальку, сверху нанесите бесцветный лак. В этом случае ярко светится блестящий жук или лягушка, сделанные руками ребенка. Эта игрушка больше не будет участвовать в самостоятельных детских играх и принесет значительную пользу своему владельцу.

Ниткография. щиток 25x25 см сформирован из картона. Сверху картоне наклеена или бархатистая обертка, или ткань монотонного тона. Нити, приклеиваются обычным клеем ПВА к фланелевой или бархатной бумаге. Необходимо только лишь закрепить их воздушными движениями указательного пальца. с данных тем возможно выполнять увлекательные ситуации. Формируется фан-

тазия, ощущение вкуса. В особенности ребята обучаются искусно согласовывать тона.

Некоторые цвета ниток подходят для светлой фланели, и совершенно разные цвета для темной фланели.

Аппликация с вилками. Одноразовые пластиковые вилки — инструмент, который может создать для вас интересную технику нетрадиционного рисунка. Все рисунки, где вам нужен характерный мохнатый мазок, просто и быстро рисуют даже маленького ребенка.

Вот пример такой работы для детей дома. Родитель рисует пень на листе бумаги. От корня линия идет вверх — это ось будущей елки. Вилкой выкопайте густую краску и нанесите отпечатки в направлении со стороны оси вниз. Сначала обрабатываем правую сторону оси, затем левую сторону от центрального вала елки.

И третий этап — мы ставим еще один слой центральные мазки поверх этих ударов — более вертикально вниз от центра, немного в стороне. Для удобства краска наливается в миски.

И чтобы расход краски был меньше, гуашь можно разбавить клеем ПВА — один к одному или в другой пропорции.

В такой нетрадиционной технике можно нарисовать любые колючие элементы рисунка — например, еж или кактус.

Также вилка поможет рисовать мохнатых персонажей. Например, желтый пушистый цыпленок, или котенок, или медвежонок.

Поскольку краска уже содержит клей ПВА, любые бумажные детали (клюв, глаза, уши, хвосты) можно приклеивать к влажной краске, которая еще не высохла.

Нетрадиционная аппликация с пуховыми красками. А вот еще один замечательный материал для нетрадиционной аппликации с сочетанием рисунка, который так любят маленькие дети. Это объемная краска для создания пухлых узоров. Такую краску делают дома быстро и просто — в миске смешайте клей ПВА с гуашью и добавьте пену для бритья. Для арбуза нужно всего два цвета — поэтому начните с него. Кости арбуза — это простая черная гуашь. В этой технике аппликации для детей в детском саду могут быть реализованы различные идеи. Самый простой — вафельный рожок с мороженым. Рог вырезан из грубой упаковки картона; на нем рисуем вафельную сетку с маркером. Ребенок прикрепляет рог на листе бумаги (внизу) и выкладывает на него круглые шарики с трехмерным рисунком. Вы можете дать ребенку круглый узор, который он сначала обведет, карандаш над краем рога, а затем в этих круглых контурах будет лежать пенная краска.

Успех обучения нетрадиционным методам зависит от того, какие методы и приемы используются для передачи определенного контента детям, формирования их знаний, навыков и способностей. Крайне важно использовать игровые приемы, эффект неожиданности и, конечно же, не следует забывать о наличии материалов для творчества и возможности в любой момент действовать с ними. Все это поможет заинтересовать ребёнка, настроить на творческую деятельность.

Литература:

1. Афонькина Ю. А., Себрукович З. Ф. Развитие художественно-творческих способностей у дошкольников на основе интеграции. Модель инновационной деятельности. ФГОС.
2. Белобрыкина О. А. Маленькие волшебники, или на пути к творчеству. Новосибирск, Издательство: НГПИ.
3. Григорьева Г. Г. Игровые приемы в обучении дошкольников изобразительной деятельности. — М.
4. Загвязинский В. И. Теории обучения и воспитания. Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. Гриф УМО вузов России.
5. Казакова Р. Г., Сайганова Т. И., Седова Е. М. и др. ИЗО-деятельность с детьми дошкольного возраста: нетрадиционные техники, планирование, конспекты занятий. — М.: Сфера.

Анализ преподавания предмета «Физическая культура и спорт» в вузе

Трошин Сергей Александрович, преподаватель;
 Машичев Александр Сергеевич, старший преподаватель;
 Вишняков Денис Владимирович, студент
 Брянский государственный технический университет

Физическая культура нужна для того, чтобы развить целостную, гармоничную личность, для полноценной реализации своих сил в здоровом и профессиональном стиле жизни, поэтому является обязательным предметом в образовательном процессе в вузе.

Занятия физической культурой позволяют достигать совмещение знаний, творческого действия, чувств и общения физического и духовного, устранять противоречия между природой и производством, работой и отдыхом, духовным и физическим.

Если личность достигает такой гармонии это придает ей социальную устойчивость и комфортно жить и трудиться с психологическим равновесием.

В сфере физической культуры ценности по качественному критерию могут быть представлены как:

1. Физические (физические качества, телосложение, физическая подготовленность и здоровье)
2. Психические (черты характера, эмоциональные переживания, творческие задатки)
3. Материальные (как проходят занятия, качество спортивной формы и инвентаря)
4. Социально-психологические (развлечение, отдых, чувства чести, благородства, совести, долга)
5. Культурные (чувство собственного достоинства, самоуважение, авторитет, познание)

Программа физического воспитания для вузов регламентируется государственной программой. Включает теоретический, практический и контрольный учебный материал.

Теоретические знания передаются в форме лекций, бесед, а также на практических занятиях.

Учебно-тренировочные занятия базируются на применении теоретических знаний. Таким образом теория вплотную связана с методико-практическими занятиями.

Физическая культура в вузе выполняет такие социальные функции:

1. Преобразовательно-созидательную (совершенствование личности, укрепления ее здоровья, подготовку её к профессиональной деятельности)
2. Проективно-творческую (профессионально-личностное развитие человека, стимулирует творческие способности, осуществляется процессы самоутверждения, саморазвития)
3. Интегративно-организационную (объединение молодежи в команды, организации, клубы для совместной физкультурно-спортивной деятельности)
4. Ценностно-ориентационную (формирование профессионально и личностно-ценностная ориентация, что позволяет профессиональное саморазвитие)
5. Коммуникативно-регулятивную (организация содержательного досуга, оказывающее влияние на коллективные настроения, отвлечение от курения, алкоголя и токсикомании)
6. Проективно-прогностическая (расширение эрудиции студентов в сфере физической культуры)
7. Социализации (включение индивида в систему общественных отношений)

Чтобы были достигнуты цели физического воспитания нужно решить воспитательные, оздоровительные, развивающие и образовательные задачи. Такие, как понимание роли физической культуры в развитии личности при подготовке к профессиональной деятельности; понимать основы физической культуры; формировать у студентов установку на здоровый образ жизни; овладеть системой практических навыков и умений, для укрепления психического и физического здоровья.

В Вузе проводится физическое воспитание на протяжении 1–3 курсов, которое осуществляется в форме

практических и теоретических занятий в обязательном порядке в объеме 4 часов в неделю предусмотренным учебным планом по всем специальностям.

У студентов есть занятия в спортивных клубах, секциях и группах. Происходят массовые оздоровительные, физкультурно-спортивные мероприятия.

Каждый семестр включает в себя законченный цикл практических занятий, в котором решаются определенные задачи.

Основной формой физического воспитания являются учебные практические занятия: теоретические, практические, контрольные.

Теоретический раздел необходим для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, для самосовершенствования, для профессионального-личностного развития.

Практический раздел учебного материала состоит из двух подразделов.

Первый — методико-практический

Второй — учебно-тренировочный.

Первый раздел помогает студентам овладеть методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для улучшения профессиональных целей.

Второй раздел помогает получить опыт творческой практической деятельности. На занятиях студенты учатся регулировать свою двигательную активность, поддерживать необходимый уровень физической подготовленности в период обучения, применять свой опыт для индивидуального физического развития. Учатся использовать средства физической культуры для организации активного отдыха, предотвращения травматизма, профилактики общих и профессиональных заболеваний.

Контрольный раздел занятий обеспечивает оперативную, текущую и итоговую информацию о качестве освоения теоретических и методических знаний-умений. Показывает динамику и состояние физического развития. Оперативный контроль дает информацию о выполнении конкретного раздела, вида учебной работы. Зачеты, экзамен показывают уровень сформированности физической культуры студента.

Для того, чтобы студента допустить к итоговой аттестации, выполняются обязательные тесты по общефизической и профессионально-прикладной подготовке.

Литература:

1. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении-Студопедия https://studopedia.ru/8_193516_tsenostnie-orientatsii-i-otnoshenie-studentov-k-fizicheskoy-kulture.html
2. Мир знаний. Физкультура и спорт. <https://mirznanii.com/a/222565/tekhnologiya-prepodavaniya-fizicheskoy-kultury-v-vuzakh>

Аттестация проводится в форме устного опроса по методико-практическому и теоретическому содержанию программы.

При завершении обучения по дисциплине «Физическая культура» студенты должны:

знать основы физической культуры и здорового образа жизни

понимать роль физической культуры в развитии человека

иметь мотивацию самоопределиваться в физической культуре с установкой на здоровый образ жизни.

При итоговой аттестации учитывается уровень выполнения студентом практического раздела программы.

Содержание дисциплины «Физическая культура» осваивается за 408 часов. Курс можно дополнить факультативами различной направленности, которые учитывают индивидуальность студента, его интересы, потребности.

Для практических занятий студенты разделяются по учебным отделениям: основное, специальное и спортивное. Распределение происходит в начале учебного года по медицинским показателям. Студенты проходят медицинское обследование в медицинском центре. Учитывается состояние здоровья, пол, физическое развитие, спортивная подготовленность и интересы студента. Не прошедшие медицинское обследование студенты к учебным занятиям не допускаются.

В основную группу зачисляются те студенты, которые отнесены к основной и дополнительной медицинской группе. В специальную группу зачисляются студенты, которые отнесены к специальной медицинской группе, с учетом их физического состояния, пола.

Студенты, которые по состоянию здоровья освобождены от практических занятий принимаются в специальное отделение для освоения доступных им разделов программы.

В спортивную группу зачисляются студенты из основной группы, которые показали хорошую общую физическую и спортивную подготовку и изъявившие желание заниматься одним из видов спорта, организованном в вузе. Такие студенты могут учиться по индивидуальным графикам занятий, но с обязательным выполнением зачетных требований в установленные сроки.

Изучение ударения в спрягаемых формах глагола в курсе «Современный русский язык»

Улухужаев Нарзуллохон Зиевадинович, кандидат педагогических наук, доцент
Наманганский государственный университет (Узбекистан)

Представлена сравнительная характеристика ударения в спрягаемых формах глагола в русском и узбекском языках. Приведены методические рекомендации по обучению студентов групп с узбекским языком обучения постановке ударения в спрягаемых формах глагола русского языка.

Ключевые слова: *глагол, спрягаемая форма, разноместность, подвижность, прикрепленность к определенному слогу, последний слог, акцентологические нормы, сложность, акцентный тип, учебный план, практическая основа, грамматические категории.*

Действующим учебным планом направления бакалавриата 5111700 — «Начальное образование и спортивно-воспитательная работа» университетов Узбекистана для изучения в группах с узбекским языком обучения предусмотрен предмет «Современный русский язык». Особенность изучения этого курса заключается в том, что он состоит только из практических занятий, в ходе которых преподаватель должен ознакомить студентов на эмпирической основе с теоретическими сведениями из научной грамматики русского языка, необходимыми для формирования у студентов умений и навыков устной и письменной речи для общения на данном языке.

Известно, что овладение любым языком, в том числе и русским, как средством формирования и формулирования мысли предполагает знания и соблюдения орфоэпических, орфографических, морфолого-синтаксических и, конечно же, акцентологических норм (норм ударения).

Акцентологические нормы современного русского литературного языка являются одним из трудных и сложных разделов преподавания русского языка в группах с узбекским языком обучения. Трудности усвоения норм ударения русского языка обусловлены, во-первых, фонетической природой русского ударения, и, во-вторых, особенностью этого фонетического явления в узбекском языке.

Ударение в русском языке разноместное, подвижное. Оно не прикреплено постоянно к какому-нибудь определенному слогу или к определенной части слова и в разных словах может находиться на любом слоге словоформы и на разных морфемах. Русское ударение может перемещаться с основы на флексию и с флексии на основу., например: вызвал, играю, спала, передавала, братъ, брала, расскажу, расскажешь.

В узбекском языке ударение фиксированное, оно падает на последний слог основы, а при наращивании аффиксов переходит с основы на присоединяемые аффиксы. Как и в русском, ударение в узбекском языке динамическое, однако динамика русского и узбекского ударения различна.

Русский ударный слог, в отличие от узбекского, произносится с большей силой, поэтому русские гласные звучат более отчетливо под ударением, качественная и количественная редукция происходит в безударном слоге.

Явление, именуемое в русском языке качественной и количественной редукцией, в узбекском языке отсутствует, в трехсложных словах наиболее длительным является предшествующий ударному слогу. В связи с этим у студентов групп с узбекским языком обучения наблюдается акцентологическая интерференция по месту ударения: они произносят русские слова со сдвигом ударения на последний слог, что приводит к ритмическим искажениям в слове и в речи в целом. Изменение места ударения изменяет фонетическую структуру русского слова, делает его непонятным для собеседника.

Особенно трудным для усвоения являются акцентологические нормы спрягаемых глаголов, так как глагол обладает многочисленными категориями, большая часть которых тесно связана с его семантикой и принадлежит только ему, в том числе с категориями вида и рода, отсутствующими в узбекском языке, многообразием глагольных парадигм, непостоянным местом ударения у целого ряда словоформ.

Ударение в русском языке представляет собой определенную систему, которая наиболее подробно представлена в «Грамматике — 80». Для глагола, как для других изменяемых частей речи, основной единицей классификации по ударению является акцентный тип. [2].

«Акцентный тип — это общая схема размещения ударений в словоформах определенного множества слов, относящихся к данной части речи» [2.672].

В спрягаемых формах глагола выделяются акцентные типы **A, B, C, D**.

Акцентные типы **A и D** характеризуются неподвижным ударением: акцентный тип **A** — на одном и том же слоге основы во всех словоформах, акцентный тип **D** — на флексии во всех словоформах: начинать — начинаю, начинаешь, начинаем, начинаете, начинаем, начинал, начинала, начинали.

Акцентные типы **B и C** характеризуются подвижным ударением.

Акцентный тип **B** характеризуется ударением на последнем слоге основы в прошедшем времени и на флексии во всех формах настоящего времени и в повелительном наклонении: звонить — звоню, звонишь, звонит, звоним, звонят, звонил, звонила, звонила, звонили.

Акцентный тип **С** характеризуется ударением на флексии в 1 л. ед. числа настоящего времени, на основе в других формах (причем в формах прошедшего времени — на последнем слоге основы). Например: писать-пишу, пишешь, пишет, пишем, пишете, пишут, писало, писали [2,674].

Следует отметить, что, несмотря на достаточное количество методической литературы по вопросам обучения постановке ударения, исследуемая нами проблема в указанном аспекте не является достаточно изученной. В связи с этим предлагаем систему работы, апробированной нами на 1 курсе групп с узбекским языком обучения направления «Начальное образование и спортивно-воспитательная работа» Наманганского государственного университета в 2018/2019 учебном году.

На начальном этапе определили лексический минимум глаголов, подлежащих изучению. При составлении минимума учитывались и их акцентологические особенности: принадлежность к определенному типу, особые явление в ударении спрягаемых форм. Грамматические категории глагола изучались в связи с акцентологией.

При работе над категорией вида обращалось внимание на видообразующую функцию ударения, для чего выпол-

нялись упражнения на различение видовых пар глаголов: в данных глаголах поставьте ударение, определите, как они образованы: нарезать — нарезать, разрезать — разрезать, срезать — срезать, подрезать — подрезать, вырезать — вырезать, всыпать — всыпать, подсыпать — подсыпать.

На следующей ступени работы студенты были ознакомлены со следующими акцентологическими правилами:

1. Большинство глаголов совершенного вида с суффиксом -ну- в значении быстрого действия имеет ударение на суффиксе: толкнуть мигнуть

Глаголы несов. вида с суффиксом -ну- в значении постепенно усиливающегося действия имеют ударение на основе: мокнуть, сохнуть, вянуть.

2. Глаголы несов. вида с суффиксами -ива-, -ыва- имеют ударение на гласном, предшествующем суффиксу: подписывать, рассматривать.

3. Приставка вы- ударная в глаголах сов. вида и безударная в глаголах несов. вида: выскочить — выскакивать. Исключение: выгладеть.

При изучении категории наклонения и времени мы дали понятие об акцентных типах, используя таблицу акцентных типов спрягаемых форм глагола [2,674]

Таблица 1. Акцентные типы глаголов (спрягаемые формы)

Формы			Акцентные типы *			
			А	В	С	Д
Настоящее время	Ед. число	1 лицо	гуляю	верну	тяну	несу
		2 лицо	гуляешь	вернёшь	тянешь	несёшь
		3 лицо	гуляет	вернёт	тянет	несёт
	Мн. число	1лицо	гуляем	вернём	тянем	несём
		2 лицо	гуляете	вернёте	тянете	несёте
		3 лицо	гуляют	вернут	тянут	несут
Прошедшее время	Ед. число	муж.род	гулял	вернул	тянул	нес
		жен.род	гуляла	вернула	тянула	несла
		сред.род	гуляло	вернуло	тянуло	несло
	Мн. число		гуляли	вернули	тянули	Несли

* Черными кружками обозначены ударные основы, белыми — флексии.

При работе над таблицей сначала обращается внимание на акцентные типы **А** и **Д**, так как они характеризуются неподвижным ударением, а затем на типы **В** и **С**, для которых характерно подвижное ударение.

В процессе изучения прошедшего времени глагола внимание акцентируется на особые явление в ударении спрягаемых форм, выделяются глаголы акцентных типов **А**, **В**, **С**, которые имеют ударение на флексии в форме женского рода прошедшего времени, префиксальные глаголы с ударением на префиксе, за исключением форм женского рода.

На завершающем этапе занятия были использованы упражнения следующего характера:

Упражнение 1. Слушайте и повторяйте. Эти глаголы отличаются местом ударения. Проставьте ударения.

В один столбик запишите глаголы, в другой существительные: вести — вести, ношу — ношу, пропасть — пропасть села — села, слезу — слезу.

Упражнение 2. В приведенных глаголах проставьте ударение по слуховой опоре, Составьте предложение с данными глаголами: заплачу, заплачу, стоит, стоит, спала, спала.

Упражнение 3. Закончите предложение глаголом антонимом.

Я кончаю писать, а он только...

Упражнение 4. К данным глаголам подберите глагол противоположного вида

Выписать, прыгать, подписать, прочитать. Рассмотреть.

Упражнение 5. Переделайте утвердительные предложения в отрицательные.

Преподаватель разрешил нам взять с собой тетради.

Будьте любезны, включите свет.

Упражнение 6. Опираясь на вопросы, подберите к глаголу видовую пару, поставьте ударение (при затруднении воспользоваться словарем)

(что делать?) облегчать — (что сделать?)

(что делать?) углублять — (что сделать?)

(что делать?) упрощать — (что сделать?) [1]

Упражнение 7. К указанным глаголам подберите парные глаголы другого вида и укажите, каким способом они образованы.

Вянуть, гибнуть, гнить, допить, дряхлеть, желтеть, замедлить, запереть, искать, крепнуть, наказывать, обсыхать, объяснить, отвечать, оценить, очистить, признать, прикинуть, промокать, протечь, прочитать, прыгать, рассыпать, темнеть, утолить, утонуть.

Литература:

1. Жапкабаева (Сарсенова) А. А. Урок по русскому языку на тему «Глаголы совершенного и несовершенного вида. Видовые пары глагола» // <https://multiurok.ru>
2. Русская грамматика. АН. СССР, М. — 1982. Т. I.
3. Улужаев Н. З., Инсапова Г. Г. Сборник упражнений по родному языку. — Наманган, 2015.

Упражнение 8. От данных глаголов образуйте личные формы и проставьте ударение. Быть, везти, взглянуть, видеть, возить, выгладить, выкрасить, вымазать, глядеть, гнить, ехать, закупорить, лазить

Упражнение 9. От данных глаголов образуйте все возможные формы времени. Установите зависимость системы времен глагола от его вида. Проставьте ударение. 1. Выздороветь — выздоравливать, настоять — настаивать, обессилить — обессилеть, озаботить — озабочивать, промокать — промокнуть, разыграть — разыгрывать, стихать — стихнуть. 2. Гибнуть, ездить, зажечь, идти, исколесить, крепнуть, мутить [3].

Практика работы показала, что изучение ударения спрягаемых форм глагола по целенаправленной системе в значительной мере будет способствовать эффективному усвоению акцентологических норм спрягаемых форм глагола.

Использование информационно-коммуникационных технологий в обучении детей младшего школьного возраста

Умхажиева Хадишт Туркоевна, студент магистратуры
Московский педагогический государственный университет

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме использования информационно-коммуникационных технологий в обучении детей младшего школьного возраста. В данной статье проанализированы психолого-педагогические основы использования информационно-коммуникационных технологий в обучении младших школьников.

Ключевые слова: ИКТ, Информационно-коммуникационные технологии в учебно-воспитательном процессе, компьютер, компьютерная грамотность, организаторский процесс обучения младших школьников, средства обучения.

«Важным этапом научно-технической революции явилась компьютеризация всех сфер деятельности человека» [4, с. 116]. Вопрос влияния информационно-коммуникационных технологий на образовательный процесс начали рассматривать относительно недавно. Это обусловлено тем, что компьютеры могут вывести образование на новый уровень. Все мы знаем, что использование в начальной школе информационно-коммуникационных технологий влияет на качество обучения.

Компьютерами в век информатизации пользуются все, как дети, так и взрослые. Однако, дети на сегодняшний день более технологичны и зависимы от техно-

логий, чем взрослые, когда-либо прежде. К сожалению, хотя это имеет свои преимущества, нельзя отрицать, что у них есть и негативные аспекты. Технологическая перегрузка может привести к социальной изоляции, большому количеству зависимости от игр, смартфонов и социальных сетей.

Внедрение информационно-коммуникационных технологий в начальную школу началось 5–6 лет назад.

Использование информационно-коммуникационных технологий в начальной школе предусматривает методику проведения занятий, основанную на проблемных, эвристических, игровых и других продуктивных формах

обучения, развивающих индивидуальность учащегося, самостоятельность мышления младшего школьника, стимулирующих его способности через непосредственное вовлечение в творческую деятельность, восприятие.

Компьютерные технологии и устройства формируют у младших школьников такие качества личности, как самостоятельность и ответственность. Поскольку при использовании информационно-коммуникационных технологий ученики получают контроль над обучением и над самостоятельностью принятия решений. А сформулированная при этом мотивация возвращается в учебный процесс.

Информационно-коммуникационные технологии помогают сломать барьеры формального, авторитарного обучения. Учащиеся реагируют гораздо позитивнее в непринужденной, приятной учебной среде. Исследования показывают, что младшие школьники учатся лучше и в большей степени способны решать логические проблемы с помощью компьютерных технологий.

Информационно-коммуникационные технологии могут в значительной степени помочь учащимся с трудностями в обучении, преодолев барьер и встав в один ряд со своими сверстниками.

Психолого-педагогические основы использования информационно-коммуникационных технологий в обучении младших школьников, свидетельствуют о том, что информационно-коммуникационные технологии оказывают существенное влияние на развитие памяти, воображения, мышления, речи и внимания младших школьников.

Память — исходя из того, что младшим школьникам очень нравится учиться благодаря интересным развивающим компьютерным играм, им легче запоминается учебный материал. При работе с педагогическими программными средствами, детям не нужно напрягаться для того, чтобы заострить внимание на определенном объекте, так как чаще всего процесс обучения будет проходить в виде игры. А плюсы игровой деятельности, как мы знаем, заключается в том, что тот материал, который младшие школьники пропускают через себя лучше запоминается в игровой обстановке, по сравнению с традиционным обучением.

Воображение — благодаря использованию в компьютерных программах интересных составляющих, при высоком уровне заинтересованности младших школьников к работе с персональным компьютером, у них улучшается воображение. И с помощью компьютера младшие школьники могут ее развивать по всем направлениям, что положительно отразится на их активности при обучении.

Мышление — правильно организованное программное средство заставляет младших школьников думать индивидуально, без влияния постороннего мнения или чужих идей и мыслей, что в свою очередь позволяет каждому учащемуся оптимально развиваться, формируя у них соответствующий стиль мышления.

Речь — для развития речи учащихся используются различные лингвистические программные средства.

Внимание — доказано, что при использовании мультимедийных презентаций и кадровых демонстраций, внимание младших школьников повышается в 5 раз. Это намного больше, чем в традиционном обучении.

«Средства обучения — обязательный элемент оснащения учебных кабинетов и их информационно-предметной среды, а также важнейший компонент учебно-материальной базы школ различных типов и уровней» [1].

Компьютерные технологии являются корнем основных изменений и инноваций. Они могут мотивировать учащихся отказаться от пассивного участия в образовательном процессе и стать более активными. Они могут служить средством для привлечения внешнего мира в школу, и в целом вызывать изменения в способе предоставления образования.

В этом контексте чаще всего упоминается умение работать с информационными и коммуникационными технологиями. Основным условием успешного разрешения такой ситуации является то, что сами учителя могут хорошо разбираться в работе с информационными и коммуникационными технологиями на необходимом уровне.

Образовательные программы всех развитых стран, при рассмотрении программы для начального образования, сочли нужным внедрить в образовательную область информационные и коммуникационные технологии.

Если выразиться более развернуто, то предполагается, что к концу 4 — го класса начальной школы ученики смогут использовать стандартные функции компьютера, то есть они смогут работать с данными, находить информацию на интернет-порталах, общаться через Интернет и так далее.

Из этого следует, что мы должны разрешать детям знакомиться с новыми технологиями, чтобы они могли использовать его эффективно, правильно и в соответствии со здоровьем сберегающими технологиями.

Тем не менее, эффективное внедрение информационных технологий требует от учителей готовности отказаться от традиционной роли практикующего учителя, который предпочитает описательные методы, и вместо этого принять роль учителя, который координирует и моделирует учебный процесс, а не учит знаниям учебника.

Компьютер — универсальное техническое средство обучения. Учитель должен иметь компьютерную грамотность, чтобы пользоваться им на своих уроках.

«Компьютерная грамотность — это навыки решения задач с ЭВМ, умение планировать действия и предвидеть их последствия» [2]. В условиях цифровой трансформации образования сегодня необходима подготовка «педагога, способного создавать собственные модели электронного обучения и осуществлять сетевое педагогическое взаимодействие. Благодаря ему учитель может продемонстрировать интересную, яркую деталь или какое ни будь изображение, создать и показать презентацию, разработать план — конспект урока, прослушать с учащимися музыкальный отрывок, пересмотреть учебный видеофильм, путешествовать по страницам всемирной паутины, переписываться с коллегами, обсуждать проблемы

на форумах, делиться опытом, опубликовав свои исследования в Интернет и так далее.

Частота использования данных компьютерных технологий на уроках должна учитывать готовность не только учителя, но и учащихся. Передаваемая информация может быть усвоена младшими школьниками неполно или неточно при изменении частоты применения таких средств. Так как использование информационно-коммуникационных технологий становится для учащихся чем-то особенным, вызывая у них эмоциональное возбуждение.

Чтобы такая форма работы была привычна для младших школьников и не вызывала излишнего эмоционального возбуждения, нужно предварительно познакомить учащихся с техникой которая будет использована на занятиях.

Известно, что слишком частое использование информационно-коммуникационных технологий оказывает отрицательное влияние на восприятие информации и может вызвать у младших школьников потерю интереса к излагаемому учителем материалу.

Литература:

1. Долганова О., Шарохина Е., Петрова О. Педагогика. — М.: Альпина-Паблшер, 2017.
2. Ковалевич, И. А. Управление человеческими ресурсами [Электронный ресурс]: учеб. пособие / И. А. Ковалевич, В. Т. Ковалевич. — Красноярск: Сибирский федеральный ун-т, 2011. — 210 с.
3. Козилова Л. Какой педагог нам нужен? Сборник материалов научно-практической конференции преподавателей и студентов педагогического факультета 15 апреля 2008 года. — М.: Директ-Медиа, 2014.
4. Кузнецова Н. В. Методика обучения и воспитания по безопасности жизнедеятельности. — М.: Директ-Медиа, 2017.

Операционные механизмы attentionных способностей младших школьников

Умхажиева Хадишт Туркоевна, студент магистратуры
Московский педагогический государственный университет

В статье рассматриваются подходы к изучению проблемы способностей, раскрываются особенности операционных механизмов познавательных способностей применительно к attentionным. Представлена сущность интеллектуальных операций как операционных механизмов attentionных способностей (внимания) в учебной деятельности младших школьников.

Ключевые слова: способности, функциональные, операционные и личностно-регулирующие механизмы, интеллектуальные операции, анализ, синтез, абстрагирование, attentionные способности, внимание, свойства внимания.

Начиная еще с 19 века и по настоящее время проблема способностей находит отражение в трудах зарубежных и отечественных психологов, таких как: В. Штерн, А. Бине, Ф. Гальтон, Ж. Пиаже, Ч. Э. Спирмен, С. Л. Рубинштейн, Б. М. Теплов, Д. Б. Богоявленская, В. Н. Дружинин, В. Д. Шадриков и другие. И в течение всего этого времени было очень важно определить и понимать: что же такое способности, интеллект, и помнить, что стоит под тем или иным понятием [5].

Наиболее известную попытку дать определение, что такое способности сделал Б. М. Теплов, и на его позициях были воспитаны психологи нескольких поколений.

Использование компьютерных технологий развивает не только образовательную систему, но и участников образовательного процесса. Это важно, поскольку, совмещая методику и компьютерные технологии, учитель может добиться отличных результатов. «В этом случае происходит не только личностный рост ученика, но и совершенствуется личность самого учителя» [3, с. 8].

Таким образом, информационно-коммуникационные технологии при необходимой организации и учете многих факторов могут эффективно использоваться при организации обучения младших школьников различным школьным предметам.

Как видим, компьютер очень важный компонент современного образования, он показывает большой потенциал возможностей в педагогической науке, но также требует глубокого изучения во всех отношениях воздействия на личность школьника. Но, как и любое мощное средство в руках плохого учителя может навредить учащемуся, как в руках хорошего учителя — помочь.

Понятие «способности» Б. М. Теплов описывает тремя признаками:

- под способностями понимаются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого;
- способностями называют не всякие индивидуальные особенности, а лишь те, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности;
- понятие способность не сводится к знаниям, навыкам и умениям, которые уже выработаны у данного человека.

Б. М. Теплов, анализируя проблему способностей, писал: «Я не предлагаю дать общую теорию способностей, не предполагаю даже развить какую-либо гипотезу о том, какова должна быть такая теория. В настоящее время это еще неисполнимо. Для теории способностей еще не хватает эмпирических факторов и научно обработанный материал, которым мы располагаем, пока очень невелик» [8, с. 288].

В 80-х годах психологическом журнале Шадриков В. Д. дает новое определение способностей. Способности — это «свойства функциональных систем, реализующие отдельные психические функции, которые имеют индивидуальную меру выраженности, и обеспечивающие лёгкость вхождения в деятельность и продуктивность этой деятельности» [10, с. 50]. Он является сторонником функционально-генетического подхода к способностям.

В своей теории Шадриков В. Д. определяет структуру способностей как интеграцию трёх типов механизмов — функциональных, операционных и мотивационных (личностно-регулирующих).

Функциональные механизмы В. Д. Шадриков относит к характеристикам человека как индивида, и тем самым они являются механизмами, обусловленными биологическим развитием. Операционные относятся к характеристикам человека как субъекта деятельности и формируются у человека прижизненно. Личностно-регулирующие механизмы определяют и формулируют способности личности, к которым относятся способности субъекта деятельности, рассматриваемые под призмой нравственного контроля, проявляющиеся в поведении человека.

Если мы говорим о способностях ребенка, успешности освоения им учебной деятельности, то нельзя не коснуться темы интеллектуальных операций. Ж. Пиаже был предложен термин «интеллектуальные операции» и он же разработал теорию интеллектуального развития, которая охватывает период с младенческого возраста до достижения зрелости. В этой теории в целом обозначены 4 стадии развития интеллектуальных операций: сенсомоторная — временной период от рождения до 2 лет; дооперациональная — для возраста от 2 до 7 лет, стадия конкретных операций — возраст от 7 до 12 лет и стадия формальных операций — в возрасте от 12 лет и старше. И на каждой из этих стадий Ж. Пиаже различал три уровня: неудача, частичный успех, успех, рассматривая развитие как движение по спирали, для переосмысливания и реструктурирования на более высоком уровне.

Б. Г. Ананьев же утверждал, что операционные механизмы находятся не в самом мозге, а усваиваются индивидом в процессе воспитания, образования и общей социализации, и носят конкретно-исторический характер.

Развитие способностей необходимо для нас (в частности младшим школьникам) для того, чтобы в какой-либо деятельности быть успешными. Развитие способностей младших школьников традиционно связывают с вхождением ребенка в учебную деятельность. В этом процессе у них складываются операционные механизмы

способностей, которые не заданы природой, а формируются в различных видах научения [5]. Операционные механизмы в этом возрасте выступают в качестве интеллектуальных операций. В общем, развитие операционных механизмов начинается именно с развития у детей внешних предметных действий. Эти действия переходят к двум годам во внутреннюю структуру человеческой психики и только тогда у человека формируются интеллектуальные операции.

Шадриков В. Д. определяет интеллектуальные операции как осознанные психические действия, которые связаны с познанием и решением задач, стоящих перед индивидом.

С интеллектуальными операциями ребенок не рождается, их предвестниками являются предметные действия, которыми ребенок овладевает на начальном этапе онтогенеза, с момента взаимодействия с мамой. Взаимодействуя с матерью, у него будут развиваться в общении внешние предметные действия. Они постепенно становятся операционными механизмами способностей. А затем, с развитием превращаются в интеллектуальные операции. Все это происходит к двум-трем годам жизни ребенка.

В. Д. Шадриков приводит содержательную характеристику интеллектуальных операций, описывая все их стороны. Каждый предмет окружающей действительности обладает множеством свойств и при их изучении мы рассматриваем каждую вещь по отношению к другим вещам в деятельности, то есть нами проводится анализ. Затем она рассматривается с ее функциональной стороны, абстрагируясь от других сторон. Интеллектуальная операция абстрагирование предполагает мысленное отвлечение от одних свойств предметов и сосредоточение на других его свойствах, при этом постоянно удерживая в сознании выделенные существенные свойства в процессе деятельности.

Для актуализации интеллектуальных операций обязательна интеграция механизмов функциональных и операционных. При их помощи у человека формируется познавательный процесс, который способствует их развитию. В. Д. Шадриков выделяет интеллектуальные операции анализа и абстрагирования в качестве базовых операций. А проведению анализа и абстрагирования способствует интеллектуальная операция аналогия.

В учебной деятельности складываются операционные механизмы способностей, и они не заданы природой, а формируются в различных видах научения. Они являются основными преобразующими механизмами способностей в деятельности [3].

При решении какой-то задачи человек пользуется совокупностью связанных друг с другом операций. Сравнение помогает выделить сходства и различия предметов и явлений. На основе этого сравнения можно осуществлять классификацию и систематизацию.

Такая интеллектуальная операция как обобщение предполагает зафиксирование только существенных свойств вещей (предметов и явлений).

Кроме тех интеллектуальных операций, которые упомянуты здесь, существует множество других. Все эти операции делятся на простые, к которым относят одноложные и составные, и сложные, в состав которых входят метаинтеллектуальные и разноуровневые интеллектуальные операции.

Для каждого возрастного периода характерно развитие и повышение качественного уровня уже имеющихся интеллектуальных операций, а также появление новых. Детям младшего школьного возраста свойственно развитие и нарастание конкретных интеллектуальных операций, которые будут выступать в виде операционных механизмов attentionных способностей. В виде конкретных интеллектуальных операций выступают: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение и другие [7].

Основным видом деятельности младшего школьника является учебная, и успешность его познавательного процесса зависит от совокупности способностей, которыми он обладает. Одной из этих важных способностей выступает attentionная (внимание), которая является основой для эффективного обучения детей младшего школьного возраста.

Проблемой внимания занимались известные зарубежные и отечественные педагоги и психологи: Дж. Миль, И. Гербарт, Э. Титченер, Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, Н. Ф. Добрынин, Я. Л. Коломинский, В. А. Крутецкий, С. Л. Рубинштейн, Д. Н. Узнадзе, В. Д. Шадриков и другие. П. Я. Гальперин отмечал, что проблема природы внимания остается одной из самой темной в психологии и связывал функцию внимания с мышлением, как сторону «умственного действия» [1].

В. Д. Шадриков определяет внимание как attentionную способность, также имеющую в своей структуре функциональные, операционные и личностно-регулируемые (мотивационные) механизмы. Под attentionными способностями понимаются свойства функциональных систем, которые реализуют функцию внимания, имеющие индивидуальную меру выраженности, проявляющиеся в успешности и качественном своеобразии освоения и реализации деятельности. Внимание есть сторона психического процесса, сосредоточенность сознания на объектах, которая предполагает интеллектуальную активность [6, с. 134].

Традиционно вниманию характерен ряд следующих свойств: концентрация, объем, устойчивость, распределение и переключаемость. Концентрация проявляется в степени сосредоточенности сознания на объекте при отвлечении от всего постороннего. Объем измеряется количеством объектов, на которые направлено внимание и воспринимающиеся одновременно. Устойчивость — важное условие внимательности учащихся на уроке, строящееся его познавательным интересом. Она выступает как длительное сосредоточение внимания на объекте или явлении. Распределение внимания — умение или возможность одновременного выполнения нескольких видов действий в процессе одной деятельности. Это свойство необходимо ученику, например, для одновременного прослушивания материала, передаваемого учителем и наблю-

дения за тем, что он демонстрирует (карта, репродукция и т. д.). Переключаемость есть способность перестройки внимания с одного объекта или процесса на другой [3].

Чтобы избежать проблемы с усвоением учебного материала необходимо развивать у учащихся эти свойства. Зачастую трудности при выполнении учебных и самостоятельных работ у учащихся могут объясняться не отсутствием способностей или проблемами в развитии, а именно проблемой внимания. Развитием attentionных способностей в образовательном процессе руководит никто иной, как учитель. Образование на современном уровне дает возможность педагогам поддерживать внимание через смену видов деятельности (дидактические игры, презентации, электронные учебники и др.), а психологам для его развития.

Развитие attentionных способностей младших школьников протекает за счет овладения ими на уроке операционными механизмами. В виде их основных функций выступают: отбор релевантных воздействий; регулирование, контроль и протекание деятельности; и конечно, удержание деятельности до момента достижения цели [9]. Самое главное в педагогической практике — помнить об индивидуальных особенностях внимания младших школьников и действовать (т.е. развивать attentionные способности) на их основе. Как правило, стадия состояния внимания бывает ярко выражена во внешних признаках: мимике, жестах, и в целом, в движениях.

Чтобы развивать внимание (и его свойства) в начальных классах учитель может применять разные методики развития интеллектуальных операций. Интеллектуальные операции создают условия для умственной деятельности человека, и такая деятельность влечет за собой постоянные переживания. Эти эмоции могут иметь связь со всеми формами сознания, а их образование в процессе интеллектуальной деятельности людей трактуется несколькими фазами. И одной такой фазой выделяют удивление, которое является устойчивым состоянием. «Удивление пробуждает внимание, ведёт к сосредоточению сознания на одном объекте» [7, с. 10].

Так как базовым элементом умения учиться является самостоятельность учащегося, первая обязанность педагогов, психологов и родителей, развитие у него определенных способностей. Это же является необходимым условием для успешного обучения ребенка в целом. Развивая операционные механизмы внимания, а затем и личностно-регулирующие (мотивационные), мы будем развивать качественный уровень самих attentionных способностей.

Таким образом, мы можем утверждать, что родитель, учитель и психолог, а также все, кто так или иначе воздействуют на познавательный процесс ребенка, в качестве важной цели должны выдвигать — развитие уровня интеллектуальных операций детей младшего школьного возраста. И как результат они получают основу для успешной учебной деятельности и развитие способностей внимания в ней.

Литература:

1. Гальперин П. Я. Введение в психологию: учеб. пособие для вузов. М.: Книжный дом «Университет», 1999. 332 с.
2. Макарова К. В. Духовный фактор в деятельности и творчески способностях. Монография. 3-е изд., дополн. — М.: Прометей, 2016. — 242 с.
3. Макарова К. В., Таллина О. А. Психология человека. М.: Прометей, 2011. 160 с.
4. Рубинштейн С. Л. Проблема способностей и вопросы психологической теории // Вопросы психологии. — 1960. — № 3. С. 12–23.
5. Шадриков В. Д. Введение в психологию: способности человека. — М.: Логос, 2002. 160 с.
6. Шадрикова В. Д. Диагностика познавательных способностей: Методики и тесты. Под ред. Шадрикова В. Д. Учебное пособие. — М.: Академический проект, 2009. 544 с.
7. Шадриков В. Д. Интеллектуальные операции: Монография. М.: Логос, 2006. 108 с.
8. Шадриков В. Д. Психология способностей. Хрестоматия. М.: 2008. 358 с.
9. Шадриков В. Д., Мазиллов В. А. Общая психология. М.: Юрайт, 2018. 411 с.
10. Шадриков В. Д. Качество педагогического образования: учеб. пособие. — М.: Логос, 2012. 200с.

Формирование навыков чтения у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Хохлова Эллона Георгиевна, учитель-логопед
МБОУ СОШ № 3 г. Ноябрьска

***Ключевые слова:** ограниченные возможности здоровья, нарушения речи, коррекция ошибок письменной речи, программный материал, первоначальный этап обучения.*

При поступлении первоклассника в школу, очень важно, чтобы у ребенка были сформированы все компоненты устной речи. Ведь это является залогом успешного овладения программным материалом по русскому языку и литературному чтению.

Овладение ребенком навыками чтения очень значимо на первоначальных этапах обучения. Уже в начале школьного обучения ребята сталкиваются с выполнением тестовых заданий, проектной деятельностью. Даже, чтобы решить задачу по математике, сначала нужно ее прочитать.

В последние годы в общеобразовательных школах увеличилось количество детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Для таких детей характерны нарушения речевого развития, что влияет на формирование навыков письменной речи. Дети испытывают значительные трудности в усвоении программного материала по основным учебным предметам. Что вызывает много огорчений и нежелание учиться. Поэтому очень важно скомпенсировать все нарушения на первоначальных этапах обучения.

При обследовании обучающихся с речевыми нарушениями, можно выявить несформированность фонетико-фонематических процессов, недостаточно сформированный лексико-грамматический строй речи, нарушения просодической стороны речи, незрелые познавательные-психические процессы.

Несформированность зрительного и пространственного восприятия ведет к возникновению оптических ошибок. Ребенок путает оптически сходные буквы по написанию (по количеству элементов или пространственному расположению). Для коррекции данных нарушений, можно использовать следующие упражнения.

Упражнение 1.

Найди и раскрась карандашами разных цветов все клетки с буквой Ш, Щ. [3, с. 41]

Н	В	Ч	Г	Н	Ф	О	Ц	Г
Г	Ш	Я	З	Ш	В	П	Ш	К
Щ	Ш	Э	Щ	Ш	А	Р	Ш	И
З	Ш	Д	Ц	Ш	П	В	Ш	Ы
Ы	Ш	А	П	Ш	З	Г	Ш	Д
А	Ш	В	Р	Ш	Ц	Е	Ш	Ж
П	Ш	Ы	О	Ш	И	А	Ш	Х

Р	Ш	Ш	Ш	Ш	Ш	Ш	Ш	У
О	В	Ф	Л	Й	З	Б	Н	С
Е	Ф	С	Л	Ц	К	З	И	Ц
Н	Щ	Ч	Г	Щ	Ф	О	Щ	Г
Х	Щ	Л	Й	Щ	Р	М	Щ	Ч
Ъ	Щ	О	В	Щ	Г	Ш	Щ	Ц
Ф	Щ	П	А	Щ	Ш	Х	Щ	Ш
Ы	Щ	А	П	Щ	З	Г	Щ	Д
А	Щ	В	Р	Щ	Ц	Е	Щ	Ж
П	Щ	Ы	О	Щ	И	А	Щ	Х
Р	Щ	Щ	Щ	Щ	Щ	Щ	Щ	Щ
О	В	Ф	Л	Й	З	Б	Н	Щ

Данные упражнения способствуют формированию зрительного восприятия и памяти.

У обучающихся с нарушениями речи зачастую можно наблюдать ошибки в окончаниях слов, что связано с недостаточно сформированным лексико-грамматическим строем речи. Последующие упражнения направлены на коррекцию ошибок в конце слова, отработку плавности и беглости чтения, чтобы ребенок не читал по догадке, читал осмысленно, понимал смысл прочитанного.

Упражнение 2.

Соедини части слова. Одна часть слова — в первой восьмерке, другая — во второй. Произноси слова плавно. Читай восьмерки без остановки.

		1				2		
	вели	пер		кни	выи			
бур	бога	чер	лю	ный	тый	ный	тый	
	вол	шум		чпи		ный	ный	
	гроз	хоро		ный	той	шпи		
	гус	се		дой		дой		
	се	се		кни		вой		
пря	ред	жи	жут	мой	кни		кни	
	тяж	круг			кни	рыи	лыи	
	ост	кру			рыи	той		
	могу				чпи			

Упражнение 3.

Соотнеси части слова, покажи их быстро в таблице: тюльпан, песня, клыки, ромашки, клюшка, лисицы, каникулы, ручей, снежинки. [1, с. 55]

клы	ро	тюль		машки	цы	жинки
клю	лиси	кани		ня	кулы	пан
ру	сне	пес		чей	шка	ки

Так же у детей с ОВЗ во время чтения можно наблюдать неправильное распределение речевого дыхания. Что проявляется в паузах в середине слова или фразы. Следующее упражнение направлено не только на отработку речевого дыхания, но и на отработку навыка чтения словами. Так же данное упражнение способствует исключению ошибок в конце слова. [3, с. 24]

Упражнение 4.

Закончи слог так, чтобы получилось слово.

ка ша, др, тер, ска, питан	→
ло б, р, съ, то, за, дка	→
ми г, р, на, нус, шка	→
ты л, н, ква, сяча	→

Одной из часто допускаемых ошибок при чтении, является неправильная постановка ударения. Для отработки этого навыка, можно применить следующий вид работы. [2, с. 17]

Упражнение 5.

Прочитай слова в столбике, сохраняя ритм.

та-та-та	та-та-та	та-та-та
дедушка	малина	самолет
дерево	ромашка	крокодил
радуга	бумага	снегопад
ножницы	подружки	интерес
ягоды	полоска	муравей

Литература:

1. Ишимова О.А. Чтение. Читаю словами. — М.: Просвещение, 2014. — 79 с.
2. Ишимова О.А. Чтение. От слога к слову. — М.: Просвещение, 2016. — 64 с.
3. Ишимова О.А. Чтение. От буквы к слогу и словам. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2018. — 79 с.

Учет возрастных особенностей нахимовцев как условие профилактики нарушений в их поведении

Чаплинская Оксана Алексеевна, воспитатель учебного курса;
Загороднюк Сергей Михайлович, воспитатель учебного курса
Филиал Нахимовского военно-морского училища (Севастопольское президентское кадетское училище)

В статье воспитатели акцентируют свое внимание и на вопросах коррекции, и на профилактике отклонений в поведении воспитанников. Безусловно, лучше предотвратить, чем исправлять. Знание возрастных особенностей обучающихся и умение эти знания применять в учебно-воспитательном процессе является самым действенным и доступным способом профилактики.

Ключевые слова: возрастные особенности, профилактика, нарушение, поведение.

Филиал Нахимовского военно-морского училища (Севастопольское президентское кадетское училище), в котором мы работаем, — это общеобразовательное учебное заведение пансионного типа, целью которого является подготовка несовершеннолетних воспитанников к военно-морской службе. Возраст нахимовцев 4 курса — подростковый, то есть это период пубертатного (полового) созревания. В 13–14 лет половые гормоны воспитанников сказываются на настроении и поведении. В этот период формируется половая ориентация нахимовцев. В условиях заведений пан-

сионного типа особенности пубертатного развития выражены сильнее: однополый коллектив сверстников, фиксированный распорядок жизни, повышенная значимость мужественности [4, с. 11]. Чтобы избежать осложнений в пубертатном развитии нахимовцев, в распорядок дня включены обязательные систематические занятия физической культурой и спортом, многие мероприятия носят активный, подвижный характер [1, с. 58]. Физическая активность снимает физиологическое напряжение и формирует красивую, крепкую, сильную фигуру, о которой мечтает любой воспитанник. В ФНВМУ значительное внимание уделяется развитию духовной культуры, морально-нравственных устоев воспитанников. Нахимовец должен быть и будущим защитником, и грамотным специалистом своего дела, и галантным кавалером, и интересным собеседником. Именно поэтому в нашем училище традиционно проходит Новогодний бал, который проходит с особой пышностью, с участием приглашенных партнерш по танцу.

Для подросткового возраста также характерны резкий рост и качественные изменения в самосознании. В. С. Мухина выделила в структуре самосознания пять компонентов: притязания на признания; имя и физический облик; социальное пространство личности (права и обязанности); половую идентификацию; психологическое время личности. И если один из компонентов не сформирован, то это может привести к появлению трудностей в общении, тревожности, агрессивности. Телесное самовосприятие восьмиклассников начинает выступать как одно из оснований самооценки. В телесном облике проявляются признаки взросления. Спортивная фигура, высокий рост позволяют нахимовцам чувствовать себя увереннее тех, у которых есть проблемы с внешностью. Чтобы снизить эту проблему до минимума, на помощь воспитателям приходят курсовые соревнования, строевая подготовка, кроссы, спортивные секции в системе дополнительного образования. Однако восьмиклассники притязают не только на признание своей внешности, но и факта взросления. Они хотят, чтобы их воспринимали как взрослых. Воспитатели, строгая дисциплина, строевая подготовка, нахимовская форма одежды воспринимаются нахимовцами как реалии взрослой жизни, как необходимая подготовка к профессиональной карьере. Часто воспитанники претендуют на увеличение своих прав и пренебрегают при этом своими обязанностями. В Уставе ФНВМУ перечислены права и обязанности нахимовцев. Эти обязанности понятны и вполне посильны для выполнения: воспитанник обязан беречь имущество училища и охранять его от порчи; совершенствовать физическую подготовку, выполнять правила ношения одежды; соблюдать правила личной гигиены [1, с. 55]. Еще один компонент подросткового самосознания — психологическое время личности. Деятельность восьмиклассника в настоящем определяется тем, как он прогнозирует свое будущее. Если будущее представляется как короткая, линия, если оно мало реалистично, то воспитанники живут сиюминутными со-

бытиями, у них может наблюдаться инфантильное отношение к жизни вообще. Для предотвращения таких нежелательных явлений в воспитательный процесс 4 курса включены мероприятия, направленные на развитие временной перспективы жизни (занятия по профориентации, посещение воинских частей, музеев, индивидуальные беседы о жизненных планах), расширяется и круг их интересов нахимовцев (есть хор, танцы, начальная автомобильная подготовка, авиасудомоделирование, журналистика, спортивные секции по армейскому рукопашному бою, гандболу, хоккею, регби, футболу, плаванию, легкой атлетике). Нарушения поведения в подростковом возрасте могут возникать на фоне типичных подростковых реакций, например, реакции группирования, которая позволяет восьмиклассникам найти свое место среди себе подобных, научиться неформально общаться [4, с. 11]. Группа для них становится стабильной предсказуемой территорией, которая обеспечивает им безопасность.

Поступив в ФНВМУ, воспитанник попадает в большую, но незнакомую группу сверстников. В таких случаях наблюдаются процессы, характеризующие групповую динамику: появление лидеров (явных и теневых), образование внутри группы отдельных подгрупп, распределение и смена ролей, сплочение группы, конфликты [5, с. 157]. Эти закономерные процессы развития группы должны регулироваться усилиями педагога-психолога, воспитателей. Условия воспитания нахимовцев содержат в себе определенные трудности, ведь воспитанникам нужно подчиняться своему ровеснику — младшему командиру (старшине класса, командиру отделения), который назначается офицером-воспитателем и начальником курса. Командиры из числа нахимовцев должны подчинять себе своих одноклассников, не имея никаких рычагов управления, кроме собственного авторитета. Здесь есть признаки жестко регламентированной группы: однополый состав, назначенный лидер, относительно фиксированные роли [3, с. 5]. Такие группы часто вступают в конфронтацию с другими группами, конфликтуют за лидерство. Для положительного протекания реакции группообразования в воспитательном процессе ФНВМУ предусмотрено деление роты на 5 взводов по 20 нахимовцев в каждом. Каждый нахимовец — это индивидуальность. Предоставляя ему возможность показать и закрепить свою индивидуальность в группе сверстников, мы тем самым, обеспечиваем его эмоциональную привлекательность в глазах других воспитанников. Многие действия воспитателей направлены на подчеркивание сходства членов группы между собой. Проще всего обеспечить сходство по возрасту и внешнему облику (все коротко подстрижены, носят одинаковую форму) [24, с. 7]. Но гораздо важнее обеспечить сходство группы во взглядах, ценностях. Этому способствуют не только групповые мероприятия, но и традиции ФНВМУ (спортивные соревнования; музыкально-эстетическое воспитание, курсовые проекты). Данные мероприятия «работают» на сплоченность группы.

Итак, нами рассмотрены лишь отдельные особенности подросткового возраста, мы показали, что учет возрастных особенностей нахимовцев необходим для органи-

зации эффективного учебно-воспитательного процесса, что позволит предотвратить те или иные поведенческие нарушения.

Литература:

1. Маклаков А. Психология и педагогика. Военная психология. // СПб: Учебник для вузов, 2004. — 176 с., С. 55–58.
2. Психология и педагогика военного управления: Учебно-методическое пособие. — М.: Изд. ВВИА им. В. В. Жуковского, 1992. — 53 с., С. 7–9.
3. Профилактика конфликтов на национальной основе (опыт, анализ, рекомендации). — М.: Воениздат, 1991. — 95 с., С. 3–5.
4. Теория и практика воспитания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации: Учебное пособие. — М., 2003. — 98 с., С. 11–13.
5. Селезнев В., Макаров В. Профилактика неуставных взаимоотношений: Подходы и решения, программа для практиков. Учебно-методическое пособие. — М.: ВПА, 1991. — 243 с., С. 157–158.

Теоретические основы изучения музыкальных способностей детей старшего дошкольного возраста

Шакирова Лилия Разифовна, музыкальный руководитель;
Чернышева Альфия Разифовна, музыкальный руководитель
МАДОУ № 22 «Детский сад комбинированного вида» г. Кемерово

Музыкальные способности изучаются психологами более ста пятидесяти лет. Но анализ музыкально-педагогической и психологической литературы даёт основание утверждать, что в настоящее время среди учёных нет единой точки зрения на природу, структуру музыкальных способностей, на содержание основных понятий, при помощи которых психологи описывают музыкальные способности. Проблема музыкальности музыкальных способностей — одна из самых центральных и «исконных», как её обозначает К. В. Тарасова, для музыкальной психологии и педагогики. Является ли музыкальность наследственным, врождённым, или прижизненным, приобретённым, образованием, или она — результат взаимодействия этих факторов, этот вопрос является дискуссионным.

Ключевые слова: музыкальные способности, музыка, задатки, музыкальный слух, ритм, музыкальная память, музыкальное мышление, музыкальное воображение, музыкальное занятие.

Музыкальные способности — это индивидуально-психологические особенности личности, обуславливающие восприятие, исполнение, сочинение музыки, обучаемость в области музыки. К основным музыкальным способностям современная наука относит: музыкальный слух, чувство музыкального ритма, музыкальную память, музыкальное мышление и музыкальное воображение.

В той или иной степени музыкальные способности проявляются практически у всех людей. Способность — только одно из возможных проявлений задатка. В самом широком плане задатками элементарных музыкальных способностей выступают основные сенсорные, интеллектуальные, двигательные функции человеческой психики. В практике работы с детьми задатками считают высокую степень развития таких музыкальных способностей, как звуковысотный слух, ладовое чувство, чувство ритма, музыкальной памяти. Структура музыкальных способностей

изменяется с возрастом, в зависимости от характера музыкального обучения и накопления музыкально опыта человека.

Сухомлинский В. А. писал, что «музыкальное воспитание — это не воспитание музыканта, а воспитания человека» [5, с. 4]. Музыка разворачивает динамику возникновения тех или иных эмоциональных или интеллектуальных переживаний, захватывая и интонируя то телесно-двигательный аспект переживания, то внутренне-психологическую картину эмоциональной жизни, то духовно-преображающие чувства, то различные их комбинации [2, с. 8].

Применительно к формированию музыкальных способностей у ребёнка дошкольного возраста, эта проблема рассматривалась сравнительно небольшим количеством специалистов (М. А. Румер, Н. А. Ветлугина, Г. А. Ильина, К. В. Тарасова). В отечественной психологии концепция изучения развития способностей у до-

школьников складывалась на протяжении длительного времени под руководством таких психологов, как А. В. Запорожец, Л. А. Венгер, О. М. Дьяченко.

Выдающийся ученый советской эпохи Б. М. Теплов в классическом труде «Психология музыкальных способностей» впервые классифицировал музыкальные способности на основные и специальные [6, с. 12]. Подход Теплова был развит в отечественной музыкальной психологической и педагогической науке в работах Л. Л. Бочкарёва, Н. А. Ветлугиной, А. Л. Готсдинера, В. М. Остроменского, М. С. Старчеуса, Г. М. Цыпина и др.

Среди достижений российских ученых так же следует отметить работы Л. А. Баренбойма, А. Н. Сохора, М. Г. Арановского, Г. М. Цыпина и др. Обобщением этих достижений стала концепция музыкальности К. В. Тарасовой, отраженная в исследовании «Онтогенез музыкальных способностей». В последние годы вышли фундаментальные труды М. С. Старчеус «Слух музыканта» и Д. К. Кирнарской «Музыкальные способности».

К основным музыкальным способностям современная наука относит: музыкальный слух, чувство музыкального ритма, музыкальную память, музыкальное мышление и музыкальное воображение [1, с. 28]. Тарасова К. В. вводит классификацию музыкальных способностей на сенсорные (т. е. связанные с ощущением) и интеллектуальные. Первые включают музыкальный слух и чувство музыкального ритма, вторые — музыкальную память, музыкальный интеллект и музыкальное воображение. Следует учесть, что даже очень музыкально одаренный человек рождается не с «готовыми» музыкальными способностями, а только с их задатками. А дальше необходима благоприятная музыкальная обстановка, чтобы из этих задатков сформировались музыкальные способности. Развитие музыкальных способностей — комплексный и непрерывный процесс.

Старший дошкольный возраст характеризуется развитой любознательностью. Происходит интенсивное развитие нравственно-волевой, интеллектуальной и эмоциональной сфер личности. Ребенок продолжает осмысливать связь между различными явлениями и событиями окружающей его действительности и делать простейшие обобщения. Познавательные процессы претерпевают качественные изменения. Наряду с наглядно-образным мышлением появляются элементы словесно-логического мышления.

Дети 5–6 лет на фоне их общего развития достигают новых по качеству результатов. Они способны выделять и сравнивать признаки отдельных явлений, в том числе и музыкальных, устанавливать связи между ними. Восприятие носит целенаправленный характер: проявляется способность формировать свои музыкальные предпочтения, давать свою оценку произведений. В этом возрасте дети не только предпочитают тот или иной вид музыкальной деятельности, но и избирательно относятся к различным ее сторонам. Например, они больше любят танцевать, чем водить хороводы, у них появляются любимые песни, музыкальные игры. Дети могут объяснить, как исполняется, например, лирическая

песня: «Нужно спеть красиво, протяжно, ласково, нежно». На основе опыта слушания музыки дети способны к некоторым обобщениям несложных музыкальных явлений. Так, о музыкальном вступлении ребенок говорит: «Это играется вначале, когда мы еще не начали петь».

Значительно укрепляются голосовые связки ребенка, налаживается вокально-слуховая координация, дифференцируются слуховые ощущения. Большинство детей способны различить высокий и низкий звук в интервалах квинты, кварты, терции. У некоторых детей пяти лет голос приобретает звонкое, высокое звучание, появляется более определенный тембр. Диапазон голосов звучит лучше в пределах ре — си первой октавы, хотя у некоторых детей звучат и более высокие звуки — до, ре — второй октавы.

Ребята больше обращают внимание на звучание музыки, лучше согласовывают движения с ее характером, формой, динамикой. Благодаря возросшим возможностям дети лучше усваивают все виды музыкальной деятельности: слушание музыки, пение, ритмические движения. Постепенно они овладевают и навыками игры на музыкальных инструментах. Усваивают простейшие сведения по музыкальной грамоте. Все это база для разностороннего музыкального развития детей.

Охрана певческого голоса у детей старшего дошкольного возраста должна быть наиболее активной, так как певческое звукообразование происходит за счет натяжения краев связок в голосовом аппарате. Надо следить, чтобы дети пели без напряжения, негромко, а диапазон должен постепенно расширяться (ре первой октавы — до второй). Этот диапазон наиболее удобен для многих детей, но могут быть и индивидуальные особенности.

При развитии слуховых ориентировок, прежде всего, необходимо обратить внимание на богатство слуховых впечатлений. Мир, окружающий ребенка, наполнен разнообразными звуками различной силы, длительности, окраски. Явления природы сопровождаются мелодическими звуками и шумами, звуками, едва уловимыми и грохочущими. Это разнообразные голоса птиц, животных, звуки капели, дождя, журчание ручья, шелест листьев, шорох колосьев поспевающей ржи и многие, многие другие. В этом отношении исключительную роль играют музыкальные способности.

Развитие специальных способностей является сложным и длительным процессом. Для разных специальных способностей характерно неодинаковое время их выявления. Ранее прочих проявляются дарования в области искусств, и прежде всего в музыке. Возможно предположить, что в возрасте до пяти лет развитие музыкальных способностей происходит наиболее благоприятно, так как именно в это время формируются музыкальный слух и музыкальная память ребенка [4, с. 210].

Основными целями и задачами развития детей дошкольного возраста в области музыкальной деятельности является приобщение к музыкальному искусству; развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания музыкального искусства; формирование

основ музыкальной культуры, ознакомление с элементарными музыкальными понятиями, жанрами; воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии музыкальных произведений [7, с. 91]. На музыкальных занятиях первоочередное внимание уделяется развитию музыкальных способностей: поэтического и музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти; формирование песенного, музыкального вкуса.

Формы организации занятий достаточно гибки. Они ведутся одновременно со всей группой (фронтально) или варьируются в зависимости от учебных заданий и возраста детей. Старшие дошкольники, помимо коллективного обучения, приглашаются на индивидуальные занятия и занятия небольшими группами, особенно если этого требует учебный материал.

Построение занятия должно отвечать следующим требованиям:

- 1) учитывать умственную, физическую и эмоциональную нагрузки детей;
- 2) устанавливать преемственность развития музыкальных способностей в процессе приобретения навыков, знаний, усвоения музыкальных произведений;
- 3) обеспечить связь и последовательность видов деятельности и разучиваемого материала;
- 4) быть вариативным и соответствовать возрастным возможностям детей, учебным заданиям [2, с. 43].

Рассмотрим более подробно данные требования.

1. Учебный материал различен по степени трудности. Отдельные задания требуют от детей умственных усилий. Естественно, что их надо давать, когда ребята внимательны и активны. Обычно это бывает в начале занятия. Важно учитывать и физическую нагрузку. Если перед исполнением песни, например, дать трудное двигательное упражнение, то это снизит качество певческого дыхания, а следовательно, и пения. Интенсивность движений к концу занятия также должна быть снижена, чтобы не перегружать детей, а создавать у них спокойное и бодрое настроение.

Музыкальные произведения, используемые в разных видах деятельности, вызывают разнообразные чувства. Например, весёлая игра активизирует, возбуждает ребёнка. Поэтому её лучше не планировать в начале занятия, когда предстоит выполнение более сложных заданий.

2. На занятиях должна быть обеспечена преемственность в усвоении материала и программных навыков и умений. Тематическая направленность репертуара определяется воспитательными и образовательными задачами, а также общественными событиями и природными явлениями. Её определяет и необходимость ознакомления с различными музыкальными жанрами.

Основные навыки — восприятия, певческие, ритмические — усваиваются путём постоянных упражнений и повторений, усложняется лишь репертуар. Каждое занятие — это определенное звено в ряду других, предыдущих и будущих. Поэтому важна системность постановки новых заданий при разучивании песни, пляски, танца. Каждая новая задача подготавливается усвоением преды-

дущего материала и вместе с тем предполагает его дальнейшее совершенствование.

3. На занятиях одновременно разучиваются 2–3 песни, поются попевки, выполняются упражнения для музыкального слуха, проводятся игры, пляски. Часть этого материала легко усваивается детьми после 2–3 повторений. Другая часть требует более длительного периода усвоения. Поэтому педагог, планируя последнее занятие, учитывает степень каждой песни, танца, игры, точно определяет, над чем будет работать в следующий раз. Так соблюдается последовательность.

4. Гибкость и вариативность структуры занятий подразумевает некоторые варианты. Например, в практике существует традиционное построение учебного процесса, связанного с различными видами деятельности. Чаще всего занятия начинаются с небольших упражнений, в основном, тренировочного характера. Это могут быть музыкально-ритмические задания, построения, необходимые для будущей пляски, хоровода. Такие движения хорошо организуют ребят готовят к более сложным, требующим слухового внимания заданиям. Кроме того, они дают разрядку детям после занятий по счёту и грамоте. Затем дети поют или слушают музыку сидя. Это могут быть разнообразные распевания, выполнение творческих заданий и заданий на развитие музыкального слуха, а также разучивание песен.

Слушание музыки предваряет певческую деятельность в том случае, если исполняется новое произведение. Если новых произведений несколько (по пению или ритмике), то прослушивание можно проводить в иной форме — как первоначальное ознакомление с неизвестным, которое требует достаточных усилий. Заключительная часть занятия снова отводится для ритмики, но уже в форме игры, импровизированного танца. Спокойные задания хорошо чередуются с динамичными, а движения позволяют равномерно распределить физическую нагрузку.

Музыкальные занятия с небольшими группами проводятся с детьми, у которых недостаточно развиты музыкально слуховые представления, музыкально-ритмическое чувство, с застенчивыми детьми, которые могут проявлять себя творчески, но боятся коллектива. На них решаются задачи музыкально-сенсорного развития детей, обучения различным способам выполнения музыкальных заданий по пению, творческие музыкальные задачи.

Жизнь ребенка становится красочнее, полнее, радостнее, если не только на музыкальных занятиях, но и в остальное время в детском саду создаются условия для проявления и развития его музыкальных склонностей, интересов, способностей. Возникновение самостоятельной музыкальной деятельности в детском саду — один из показателей высокого уровня развития детей, характеризующегося определенными музыкальными умениями и навыками, способностью переносить разнообразные музыкальные действия в повседневную жизнь. Ребенок должен уметь применять накопленный музыкальный опыт, сформированные музыкальные умения и навыки

в новых условиях, в самостоятельной музыкальной деятельности по своим интересам и желаниям.

Самостоятельная музыкальная деятельность детей способствует развитию таких качеств личности, как инициативность, самостоятельность, творческая активность, а роль воспитателя — побуждать детей применять навыки, полученные на музыкальных занятиях в повседневной жизни детского сада. Основная линия поведения воспитателя в руководстве музыкальной самостоятельной деятельностью — это его соучастие в ней. Для развития самостоятельной музыкальной деятельности детей в группе должны быть оборудованы «музыкальные уголки», куда помещаются детские музыкальные инструменты, дидактические игры, игрушки-забавы, которые впоследствии могут быть обыграны воспитателем. Оформление музыкальных уголков в группах младшего дошкольного возраста, желательно строить на сюжетной основе, а в старших — на дидактической. Музыкальная предметная среда должна быть расположена на уровне глаз, действий руки, роста ребенка. Пособия развивающей среды добротны, эстетичны, привлекательны, просты в обращении, вызывать желание действовать с ними.

Музыка может входить как составная часть и в разные занятия. Допускается включение музыки в занятия по разным видам деятельности: изобразительной, физкуль-

турной, по ознакомлению с природой и развитию речи и т.д. Эстетическое восприятие природы порождает у детей любовь к Родине. Музыка же помогает им более глубоко эмоционально воспринимать образы природы, ее отдельные явления. В то же время, наблюдения за природой углубляют восприятие музыки. Она становится более понятной и доступной. Например, если, идя на прогулку в парк или лес, дети обратят внимание на красивую стройную березку, то воспитатель должен предложить детям внимательно ее рассмотреть, вспомнить о ней стихотворение, а еще лучше спеть песню или водить хоровод. Таким образом, воспитатель закрепляет детские впечатления, полученные от непосредственного наблюдения природы при помощи музыкального произведения [3].

В заключении необходимо подчеркнуть, что музыкальное воспитание детей дошкольного возраста и развитие их способностей реализуется при условии активности самих детей и правильной организации педагогами их разнообразной деятельности. Таким образом, всё вышперечисленное ещё раз доказывает необходимость развития музыкальных способностей в дошкольном возрасте, поскольку именно этот период является наиболее сензитивным, и, если не руководить музыкальным развитием ребенка, то эти спонтанные проявления останутся нереализованными.

Литература:

1. Анисимов, В. П. Диагностика музыкальных способностей детей [Текст]: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В. П. Анисимов. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 128 с.
2. Ветлугина, Н. А. Музыкальное воспитание в детском саду [Текст] / Н. А. Ветлугина. — М.: Просвещение, 2001. — 240 с.
3. Жидкова, Н. Ю. Воспитатель и музыкальный руководитель: «Вопросы успешного сотрудничества воспитателя и музыкального руководителя в ДОУ в условиях внедрения ФГОС» [Электронный ресурс]: — Режим доступа: http://sadi11-kolokolchik.ru/files/muzika_VGOS.pdf. — Загл. с экрана (дата обращения: 15.04.2019 г.)
4. Кирнарская, Д. К. Психология специальных способностей. Музыкальные способности [Текст] / Д. К. Кирнарская. — М.: Таланты — XXI век, 2009. — 496 с.
5. Овсянкина, Г. П. Музыкальная психология [Текст] / Г. П. Овсянкина. — Санкт-Петербург: Издательство «Союз художников», 2014. — 239 с.
6. Теплов, Б. М. Психология музыкальных способностей [Текст] / Б. М. Теплов. — М., 2003. — 231 с.
7. Цыпин, Г. М. Психология музыкальной деятельности: Теория и практика [Текст]: Учебное пособие / Д. К. Кирнарская, Н. И. Киященко, К. В. Тарасова. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 368 с.

Rhetorical techniques of accessible presentation of the material in English lesson

Шамсиева Гулзода Баходировна, преподаватель
Ташкентский государственный аграрный университет (Узбекистан)

The article discusses effective rhetorical techniques of accessible presentation of material in an English lesson and raises the question of the place of explanation in pedagogical communication.

Keywords: explanation, rhetorical techniques, the explanatory speech of the teacher.

Teacher's explanatory speech has recently become the subject of analysis of modern researchers (Suprunova,

2015; Sergeev, 2014). It can be defined as a speech genre of an informative type, which is realized by the teacher in

the speech situation of the lesson. It is in the explanatory speech of the teacher that one can find the rhetorical techniques that the teacher applies [2, p. 50–51]. The substantial component of the teacher's explanatory speech includes explanations of concepts (analysis stage, comparison stage, abstracting stage), patterns (observation, isolation, concretization) and facts (communication, correlation, generalization). Each component obeys a certain logic of explanation [1, p. 307]. The predominant process in pedagogical communication is the transfer of knowledge from the explainer to the one who accepts the premise of explanation. Therefore, we cannot deny the highest importance of the process of explanation within the framework of pedagogical communication of any nature, be it the model «student-student», «teacher-student» or «teacher-teacher», «source of information — student».

The speech strategies of pedagogical interpretation are the speech means by which the teacher makes the knowledge as accessible as possible for students. The techniques are based on various lexical and syntactic means of imparting speech to imagery and expressiveness — trails and rhetorical figures. A teacher being rhetorical personality is able to apply speech strategies, combine their elements for a more successful explanation. The transfer and popularization of knowledge in a foreign language lesson in no way give, for example, complete scientific understanding of a related subject, if we are not talking about bilingual programs in which the exact and humanities are taught in a foreign language. A foreign language lesson is a kind of symbiosis of a communicative task and related subjects that motivate students to use a foreign language. Let us turn to some speech methods of pedagogical interpretation, consider their structural and functional components.

Analogy. The analogy creates a verbal-figurative visualization, which is based on the personal experience of the student (going to the museum, a significant fact, hobby, transmission on television). Concrete personal experience is the key to discovering educational material. Thanks to the use of analogy, knowledge is systematically structured in the student's mind, supplementing the already known information about the picture of the world. By introducing an analogy into his explanatory speech, the teacher takes care of the listener, creates a model of dialogue communication. The process of finding the «unfamiliar» «acquaintance» gives the listener a chance to feel like a pioneer and accomplice in the process of cognition. Referring to the personal life experiences of students, a teacher clarifies a complex legal term by translating an abstract concept into the category of childhood memories.

Pronouncing. An equally important aspect of the teacher's explanatory speech is intonation techniques. Timbre and pitch control, change of intonation model, its flexibility in relation to various educational and speech situations explaining new information.

The teacher uses intonation models and volume of sound to concentrate students' attention to the central objects of explanation, namely words to indicate the beginning of com-

pletion of any reasoning in English. Through descending and ascending intonation, he highlights the word «Finally,» and also focuses students on the word «Eventually» with a long logical pause and increase the volume of sound.

Comparisons. It's hard to imagine an explanatory speech teacher without the use of comparisons that create imagery, verbal visibility and, most importantly, the popularity of the presentation of the material.

The teacher produces an explanation of the situational semantic difference between the verb grow and grow up through a subtle comparison of their use in real-life situations. The teacher also makes a comparison between the term «plant» and the completely neutral word «child». Both concepts in their manifestation in real life are capable of growth, therefore, the verb grow and the phrasal verb grows up is equally applicable in the understanding of students.

However, there is a difference in situational application, and the teacher demonstrates it through comparison, pointing out the possible erroneous logic of the student on the subject the use of words that are similar in semantics but different in terms of syntagmatic criteria.

Introducing Fictional Speech. The introduction of a fictional speech is a technique that manifests itself in the use of sentences with direct and indirect speech. The teacher introduces statements, other people, including participants and interlocutors. Using this technique, the teacher motivates and involves students as their own voices thoughts, questions, and conjectures. Material which is the answer to the question is always perceived better, for this it is advisable to voice a fictitious question, which may be rhetorical on behalf of a student before introducing new material.

At this stage of the lesson, students develop their critical thinking and anticipation. They were given the task to predict the truthfulness or falsity of the statements of the inhabitants of the Indian city about rickshaws. For more authentic the teacher resorts to accept the introduction of a fictional speech. The teacher voices the presented statements with the intonation inherent in a group of people who expresses his opinion. So the teacher says on behalf of a dissatisfied/consonant group of people, giving discuss authenticity and credibility. This approach motivates students to reason and analyzes, since it is easier to object to an uncertain opinion group of people whose words the teacher speaks, than to the teacher's own opinion, who is a slightly mocking manner imitates the speech of dissatisfied their neutral position and readiness to reason. Moreover, the teacher deliberately ahead of the students and the answers the questions posed and thereby introduces into his speech their alleged answers are «... / when you think of London / What do you think of / Black cabs / red buses / Big Ben / those represent London // ». In this case, the teacher resorts to a fictitious speech strategy, to keep students focused on discussion and reasoning, and not on answers to simple questions that should only stimulate the reasoning process.

Thus, considering application examples a teacher of some rhetorical techniques of accessible presentation of material

in an English lesson, you can talk about their importance and effectiveness since they simplify the understanding of the

material and emphasize students on important aspects of explained material and stimulate their mental activity.

References:

1. Pospelova Yu. Yu. Pedagogical discourse and its characteristics // Bulletin of KSU. 2009. P. 307–308.
2. Suprunova L. V. Theoretical problems of the study of rhetorical means in the explanatory speech of the teacher as a speech genre // Bulletin of SUSU. Series: Linguistics. 2015. No2. P. 51–52.
3. Sergeev S. F. Communication as a source of pedagogical influence in the learning environment // Educational resources and technologies. 2014. No3 (6). P. 23–25.

Роль информационных технологий в современном высшем образовании

Шевченко Ольга Ивановна, кандидат педагогических наук, сотрудник;

Чиаев Руслан Нодарович, сотрудник

Академия Федеральной службы охраны Российской Федерации (г. Орел)

В статье рассмотрены возможности использования компьютеризации (достоинства и недостатки). Авторы особое внимание уделяют способу конструктивного применения компьютера в рамках программы высшего профессионального образования. Статья выполнена в русле современных требований к совершенствованию информационных технологий обучения. Она представляет интерес для преподавателей образовательных организаций. Материалы статьи могут быть использованы при проведении научно-педагогических семинаров в образовательных организациях.

Ключевые слова: информационные технологии, компьютеризация, обучающиеся, образовательная организация.

Современные информационные технологии давно и прочно вошли в быт человека, а также в производственную и образовательную сферу. Персональный компьютер с выходом в интернет имеется дома практически у каждого студента или ученика средней общеобразовательной школы, и это считается нормой. Практически во всех школах введены обязательные уроки компьютерной грамотности.

Уроки информатики начинаются с первого класса и продолжаются до окончания школы. Учащиеся осваивают азы компьютерной грамотности, учатся использовать современную технику для решения элементарных учебных задач. Как правило, в рамках школьной программы изучаются основы программирования, работа с текстовым редактором «Word», «Excel» программа для работы с электронными таблицами, а также составление электронных презентаций с помощью «PowerPoint». На изучение информатики отводится несколько часов в неделю. Большинство обучающихся охотно осваивают навыки работы за компьютером, закрепляя их дома при выполнении домашних заданий и подготовке проектов.

Однако, несмотря на активное обучение информатике в школе, многие студенты-первокурсники, приходя в образовательные организации, не умея правильно использовать компьютер и интернет работы. Это является большой проблемой, которая решается на занятиях компьютерной грамотности в высших образовательных ор-

ганизациях. Если студент будет правильно использовать современные информационные технологии в процессе обучения, этот процесс значительно упростится. Проблема всеобщей компьютерной грамотности в образовательных организациях достаточно актуальна, потому что большинство студентов 1–2 курсов воспринимают компьютер неправильно, а именно как средство:

- предназначенное исключительно для игр;
- праздного поиска ненужной информации в интернете;
- для выполнения сугубо утилитарных задач (набор текстов, подготовка электронных презентаций).

Однако, на самом деле данные подходы слишком примитивны. Компьютер — это техническое устройство, которое может выполнять целый комплекс задач, облегчающих получение высшего профессионального образования. Однако не стоит забывать, что у всеобщей компьютеризации образования имеются не только преимущества, но и недостатки.

Использование современных информационных технологий в образовательных организациях имеет следующие преимущества:

- студенты получают возможность полного или частичного дистанционного (заочного) образования;
- обучающийся может в любой момент восполнить существующие пробел в знаниях, проверить и закрепить свои знания, решить учебную задачу без помощи педагога и без поисков литературы по теме в библиотеке;

– высшее образование становится доступным для людей с ограниченными возможностями;

– использование современных информационных технологий делает процесс обучения более интересным (конкретный пример — активное использование интерактивных приемов обучения в электронных учебно-методических комплексах).

Несомненно, все данные преимущества имеют большое значение для обучающихся в образовательных организациях. Из приведенного выше списка самым важным представляются второй и третий пункты. Самостоятельное восполнение пробелов в знаниях имеет большое значение для тех, кто по каким-либо уважительным причинам пропустил много занятий в институте (университете). Самостоятельная работа с электронным учебно-методическим комплексом поможет без труда получить и усвоить необходимые знания и не отстать при этом от студентов, которые уже изучают следующую тему курса. Применение компьютеризации при обучении людей с ограниченными возможностями помогает успешно окончить институт (университет) тем, кто по состоянию здоровья или из-за отсутствия в образовательных организациях доступной среды для инвалидов не может обучаться очно. Таким образом, компьютеризация современного высшего образования — скорее благо, чем «зло».

Однако, наряду с рассмотренными выше достоинствами у компьютеризации обучения в институте (университете) имеются и недостатки. Среди них можно отметить следующие:

– деперсонализация образования (компьютер заменяет общение с преподавателем или научным руководителем — с живым человеком);

– необъективность контроля знаний студентов: если обучающийся будет выполнять одно и то же задание во время занятия в аудитории на листе бумаги и в домашних условиях, у компьютера с доступом в интернет, результат, скорее всего, будет существенно различаться. Во втором случае он будет намного лучше;

– уменьшение ценности и престижа очного образования, уменьшение уровня уважения к труду преподавателя (поскольку живое общение и объяснение легко заменяется компьютером).

Также существует большая вероятность того, что студент, работающий самостоятельно с использованием информационных ресурсов сети интернет, может неправильно ориентироваться в бесконечном потоке информации и делать из полученных знаний неправильные выводы. В связи с этим, можно сделать заключение о том, что в настоящий момент о полном замещении компьютером преподавателя говорить не приходится. Можно говорить лишь о частичном переносе функций преподавателя.

Для того чтобы нивелировать основные недостатки компьютеризации современного высшего образования,

необходимо правильно и эффективно использовать современные информационные технологии в процессе обучения. Для этого необходимо учитывать специфику конкретного высшего образовательной организации, специальности и специализации студента, а также учебных дисциплин, которые он изучает.

В данный период времени принято акцентировать внимание на следующие ключевые направления внедрения компьютерной техники в сферу образования:

– применение компьютерной техники как средства обучения, повышающего уровень учебного процесса, его качество и эффективность;

– использование компьютера в качестве инструментов обучения, познания себя и действительности;

– рассмотрение компьютерных и других современных информационных технологий как предмет исследования;

– применение современных информационных технологий в качестве средства формирования творческого мышления обучающегося;

– применение современной компьютерной техники в качестве средств автоматизации процессов контроля, различных видов тестирования и диагностики;

– организация коммуникаций на основе применения информационных технологий для передачи и приобретения педагогического опыта, методической и учебной литературы;

– применение современных информационных технологий с целью организации интеллектуального досуга;

– повышение качества управления образовательным учреждением и учебным процессом с использованием системы современных информационных технологий.

Онлайн-курсы в настоящее время очень популярны и позволяют продолжить обучение, находясь в любой точке Земли. Для этого всего лишь имея компьютер и доступ к глобальной сети, Интернет. Перечисленные возможности компьютера, безусловно, могут способствовать не только развитию способностей, формированию навыков и появления самого желания обучиться, но и сопутствовать созданию условий для более быстрого усвоения в полном объеме знаний и умений, которые, безусловно, пригодятся в современном обществе.

Приведенные примеры использования информационных технологий в образовательном процессе являются лишь примерами, и вариативность их использования еще более обширна ввиду быстрого развития самих технологий. Поэтому характерной чертой современного этапа развития системы образования является качественная модернизация всех ее основных компонентов. Интенсивное инновационное обновление образования невозможно без широкого использования новейших информационных технологий. Информатизация образования является одним из приоритетов развития социальной сферы и органически связана с процессом модернизации образования.

Actual problems in assessing the quality of university education

Юнусходжаева Адихохон Саъдулла кизи, преподаватель
Ташкентский государственный аграрный университет (Узбекистан)

The article discusses the problems of assessing the quality of education in higher education. The author indicates the main directions of educational policy, which necessitate the development of objective systems for assessing the quality of education at a university, and also analyzes the results of theoretical and methodological aspects of this issue.

Keywords: *higher education, quality of education, a system for assessing the quality of education, criteria for assessing quality, reliability of assessment systems.*

At the present stage of transformational changes related to the restructuring of the system of domestic higher education, the adopted system of standards updated the problem of guaranteeing the minimum quality of the content side of education. Some aspects of educational diversification have led to the emergence of specific mechanisms for the accreditation of higher education institutions, which entailed the artificiality and bias of formulating requirements that mediate the effectiveness of professional training of university students, as well as the need to develop systems for assessing the quality of education received.

As in other countries, in Uzbekistan higher education involves the training of qualified specialists for various spheres of public life and sectors of the economy — scientific, economic, technical and others. The educational process systematizes knowledge and acquired skills, orienting students to solve theoretical and practical problems in the vector of the chosen specialization with the creative use of the achievements of modern scientific thought and technology. The university system includes: Higher education institutions that implement academic and professional programs according to state standards, regardless of departmental subordination and form of ownership. Scientific and pedagogical institutions carrying out research work necessary for the development of universities. Government bodies of education, enterprises and institutions subordinate to them. The education system of Uzbekistan provides for two levels of certification: Bachelor's degree — a basic higher education that gives basic skills and sufficient knowledge in various fields. Duration of study is not less than 4 years. At the end of the program, the state commission awards graduates with the qualification «Bachelor» according to the profile of training and issues a diploma of the established form. Master is a higher education, which involves the development of applied and fundamental theoretical knowledge in the chosen specialty. The term of study is at least 2 years. Bachelors selected by competition have access to master studies. Upon graduation, graduates receive a diploma and a master's degree in a particular specialty. Diplomas of both degrees enable their holders to engage in professional activities or continue their studies in other educational institutions. In Uzbekistan, there are three types of higher education organizations: university — offers programs of higher education or postgraduate training in the widest range of specialties; Academy —

is engaged in the implementation of pedagogical programs of higher and post-institute education in certain scientific fields and areas; Institute — works in the field of the implementation of higher education curricula and postgraduate training in certain areas and levels within the boundaries of a particular branch of knowledge.

The relevance of issues related to assessing the quality of education in universities is undeniable. In our country, this problem is of particular importance due to the fact that domestic education is undergoing significant transformations associated with the transition of Russian students to competency-based education. These transformations project the close attention of domestic psychological, pedagogical and other related sciences to solving the issues of independent assessment of the results of mastering by students of basic educational programs. It is known that the best world educational practices have reliable assessment systems based on certification. These systems are constantly updated, developed, improved. In our country, this process is still quite «slow and difficult» [3].

A number of scientists analyzing the issues under consideration concentrated their attention on such aspects as evaluation criteria quality of education, subjects of assessment, the final consequences of assessment for a higher educational institution, etc. Considering these criteria, scientists came to the conclusion that all of them (criteria) act as identifiers of the level of quality of education that students receive in these universities. The quality of education in a university, of course, should be consistent with the rating of the university itself [1; 4]. Analyzing the causes of the difficulties of assessing the quality of education, it is worth noting some specific features of the education itself, which are usually referred to as follows:

- the multidimensional quality of education itself, consisting of indicators such as the quality of the capabilities of educational systems, their impact on the effectiveness of education; the quality of the results themselves, etc;
- multilevel results revealing the degree of quality of professional training at various levels;
- multi subjectivity, reflecting an expanded range of individuals and institutions that are involved in assessing the quality of education;
- multi criteria, due to the presence of a number of quality criteria that ensure the objectivity of the assessment and many others [2].

Based on the fundamental principles of the humanitarian approach to education, quality management is considered as a special function of the university as a holistic self-organizing system, which consists in stimulating the subjective properties of the academic community, aimed at solving the problems of training competent specialists for the education sector. Managers impacts from leaders of all levels with this understanding are to create favorable external and internal circumstances for the effective work of teachers, students and other subjects of professional training.

As a result of the above, it can be said that the quality of education is a rather complex and multi-component concept, which determines the need for a qualitative solution to the problems of managing the quality of education itself and justifies the presence of a number of methodological and strategic aspects in it, such as structural, psychological, didactic,

economic, social and adaptive, internal, external (productive side of education), assessment by the consumer, not included in the educational process, etc. It should also be noted that among the main criteria for assessing the quality of education, particular importance has become occupy an education level indicator that says on the importance of certification systems available at universities and their improvement. The particular importance of this phenomenon is that a university cannot have a high rating indicator and the low quality of the educational process. These indicators should determine to complement each other, interpenetrate and interdependent to a friend. It is also necessary to develop and introduce innovative assessment tools for the quality of students' knowledge, development of the competency assessment methodology itself, in the future to have a positive assessment of graduates by employers.

References:

1. Akinfiyeva, N. V. A comparative analysis of the criteria for assessing the quality of higher education [Electronic resource] / N. V. Akinfiyeva. — 2013. — Access mode: https://www.sgu.ru/sites/default/files/textdocsfiles/2013/07/15/akinfiyeva_0.pdf
2. Brizgalina, E. V. Problems of assessing the quality of education: theory and practice [Electronic resource] / E. V. Brizgalina. — 2013. — Access mode: <http://www.chem.msu.ru/eng/books/2012/science-education-2012/124.pdf>
3. Efremova, N. F. On the question of the creation and functioning of funds of assessment funds at a university / N. F. Efremova // Higher education in Russia. — 2015. — No. 7. — P. 63–67.
4. Sviridova, N. V. Comparative analysis of the effectiveness and efficiency of universities / N. V. Sviridova, I. V. Sazonova // University management: practice and analysis. — 2011. — No. 4. — P. 83–86.

ПСИХОЛОГИЯ

Механизмы психологической защиты и уровень притязаний личности

Акшевская Полина Викторовна, студент магистратуры

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (г. Москва)

В статье проанализированы такие вопросы психологической теории как уровень притязаний личности и механизмы психологической защиты. Выявлена их взаимосвязь, и, как следствие, её влияние на развитие личности.

Ключевые слова: личность, уровень притязаний, механизмы психологической защиты, психика, развитие.

Проблема личности является одной из самых актуальных в психологии. Это понятие обуславливает социальную природу человека. Прежде всего, характеризующегося набором определенных качеств, а также знаний, умений и навыков, которые индивид приобретает в течение жизни. Современная парадигма психологической теории определяет личность как понятие, используемое для обозначения социальной природы человека, который развивается в обществе. От того, какое это будет общество, зависят и структура личности человека: направленность, знания, умения и навыки, индивидуально-типологические особенности. Социум, как живая и постоянно изменяющаяся система оказывает различное влияние на индивида, как положительное, так и отрицательное. К положительным результатам влияния следует отнести приобщение к культуре того или иного общества, позитивные ценностные ориентации, которые играют особую роль в развитии личности и уверенно занимают своё место в многогранной структуре личности, являясь частью психических явлений. Само слово «ориентир» говорит о том, что он помогает определять направление движения, находить цель, а целеполагание является важнейшей, неотъемлемой частью любой деятельности, в том числе и самой жизни человека в целом. Таким образом, ценностные ориентиры помогают человеку идентифицировать себя в сложном социокультурном пространстве XXI века. Также в большой или малой группе человек отрабатывает свои коммуникативные навыки, только постоянное общение с людьми более развитыми способствует личностному росту. Только через общение с людьми можно перенять их жизненный опыт, получать образование, которое представляет собой симбиоз обучения и воспитания. Эти процессы не могут быть только в школе или вузе, они должны занимать своё место в каждой сфере деятельности человека, от рождения и до самой смерти.

Основная цель образования — развитие тех способностей человека, которые нужны ему и обществу для включения в социально ценную деятельность. В ходе образовательного процесса его субъекты выполняют задачи по формированию знаний, привитию навыков и совершенствованию умений объекта. Развитие личности подчиняется одному из основных законов диалектики — единства и борьбы противоположностей, который является движущей силой развития. К отрицательным результатам взаимодействия индивида с обществом относятся подавление обществом индивидуальности личности, возможное психологическое давление группы на индивида, подверженность влиянию общественного мнения способствует приобретению вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков). В таком сложном взаимодействии человека с обществом особую роль играет его психика. Как было сказано выше, с рождения и на протяжении всей жизни на духовную часть человека воздействуют различные факторы: социальные, климатические и географические. В связи с чем человек определяется как сложная система материально-духовных механизмов, нормальному развитию которой способствует психика, как инструмент регулирования деятельности человека [2. с. 45—51].

Значительный вклад в изучение психики внёс австрийский психиатр и невролог Зигмунд Фрейд, который обозначил составляющие человеческой психики: ид, эго, суперэго. На различных стадиях взросления человека развиваются и эти части психики. Конкретизировал описание психики швейцарский психиатр и педагог Карл Юнг, который добавил к ней коллективное бессознательное. Как сказано выше, индивид подвержен как положительному влиянию, так и отрицательному. И как любой системе, психике необходимо иметь свою защиту. И такое свойство у психики, конечно есть. Его впервые научно обосновал

Зигмунд Фрейд и ввёл в употребление термин «механизм психологической защиты». И описал основные его составляющие. В дальнейшем его дочь дополнила работу отца. Защитные механизмы, как правило, не контролируются человеком и работают бессознательно.

Механизмы психологической защиты нужны человеку для того, чтобы в процессе своего развития ограждать сознание от негативного влияния факторов отрицательной направленности. Деятельность человека обусловлена определенными жизненными этапами, на каждом из которых человек достигает определенного развития, который определяется его жизненным опытом. Приобретая тот или иной опыт в процессе жизнедеятельности, любой человек со здоровой психикой, стремится к развитию своих способностей, повышению качества своих знаний, умений и навыков. В соответствии с этим, каждый человек бессознательно определяет своё место в той или иной сфере. В психологии такая идентификация личности называется уровнем притязаний, то есть горизонт устремлений человека в различных направлениях: семейном, деловом, общественном и т. п. Вопросы уровней притязаний впервые были изучены немецким и американским психологом Куртом Левиным и его учеником Фердинандом Хоппе. Учёные подразделяют все притязания на две части: частные и общие. Частный уровень притязаний относят к определенной, кон-

кретной сфере жизни человека. Общий же уровень включает в себя разнообразные сферы жизнедеятельности человека. По своему характеру уровни притязания могут быть адекватными или неадекватными по отношению к способностям человека. Адекватность уровня притязаний оказывает значительное влияние на взаимоотношение человека с обществом, а также может повлиять и на формирование личности в процессе развития ребенка [1. с. 122–150].

Уровень притязаний также характеризуется:

1. Трудностью;
2. Целеполаганием;
3. Самооценкой.

При адекватном уровне притязаний, когда самооценка соответствует действительному состоянию, человек, как правило, настойчив, продуктивен, уверен в себе и своих возможностях. Практика показывает, что уровень притязаний напрямую зависит от интеллекта — чем он выше, тем выше и уровень притязаний человека.

Таким образом, уровень притязаний прочно занимает своё место в сложной структуре психики человека. От уровня притязаний зависит то, каким путём человек пойдёт по жизни, какие у него будут цели и жизненные ориентиры. Задача механизмов психологической защиты уберечь личность человека от негативного воздействия различных факторов.

Литература:

1. Левин, К. Временная перспектива и преодоление трудных ситуаций / Психология личности // Под ред. Гиппенрейтер Ю. Б., Пузырей А. А., Архангельская В. В. — М.: «Аст», «Астрель», 2009 г., С. 122–150;
2. Степанов, С. С. Популярная психологическая энциклопедия / С. С. Степанов. — М.: «Эксмо», 2005. — С. 45–51.

Исследования мотивации студентов к учебному процессу на примере Московского государственного гуманитарно-экономического университета

Виноградов Алексей Валериевич, студент магистратуры;
Пономарева Галина Тарасовна, кандидат технических наук, доцент, заведующий кафедрой
Московский государственный гуманитарно-экономический университет

Vinogradov Aleksey Valerievich, undergraduate;
Ponomareva Galina Tarasovna, Candidate of Technical Sciences, Associate Professor
Moscow State University of Economics and Economics

Для того чтобы все задачи, поставленные перед организацией, были достигнуты, недостаточно только набора квалифицированных кадров. Необходимо так организовать труд, чтобы каждый работник прилагал максимум усилий для выполнения поставленных задач. Для этого необходимо разработать эффективную систему экономического стимулирования, так как мотивация трудовой деятельности — это стремление работника удовлетворить свои потребности в определенных благах по-

средством труда, направленного на достижение целей организации.

Учебный процесс и система мотивации запускает, направляет и поддерживает усилия, направленные на выполнение учебных задач. Она определяется рядом факторов:

- образовательным учреждением;
- организацией образовательного процесса;
- особенностями обучающегося;

особенностями педагога и системой отношения его к ученику;

спецификой учебного предмета.

Эволюция применения различных методов мотивации показала, как положительные, так и отрицательные аспекты их применения, так как нет идеальной модели стимулирования, которая отвечала бы разнообразным требованиям. Стимулирование — это способ активизации работников, основанный на сопоставлении эффективности труда и вознаграждения. Существующие модели мотивации весьма различны по своей направленности и эффективности.

Мотивация персонала является основным средством обеспечения оптимального использования ресурсов, мобилизации имеющегося кадрового потенциала. Основная цель процесса мотивации — это получение максимальной отдачи от использования имеющихся трудовых ресурсов, что позволяет повысить общую результативность и прибыльность деятельности предприятия. Мотивы выполняют следующие функции:

Внутренние побуждения (личные потребности, ценностные ориентации работника, личные интересы).

Внешние побуждения (правовые нормы, общественные и коллективные ценности, стимулы, административное воздействие).

Каждый специалист предприятия (организации) должен быть профессионалом в своей области. Необходимо максимальная вовлеченность сотрудников в процесс повышения квалификации.

Процесс обучения сотрудников предприятия должен идти постоянно. Непрерывность процесса обучения достигается планированием обучения сотрудников и еженедельным проведением занятий с работниками каждого подразделения. Все сотрудники предприятия должны про-

ходить обучение независимо от занимаемой должности и уровня подготовки. Итоги обучения учитываются в аттестации сотрудников.

Для повышения творческой активности инвалидов необходима разработка методов стимулирования труда.

Построение системы стимулирования труда должно проходить в несколько этапов, а именно:

1. Выбор целевого критерия программы стимулирования трудовой деятельности.
2. Исследование чувствительности сотрудников к различным видам мотивации.
3. Выбор формы реализации наиболее влиятельных групп мотивов.
4. Создание списка критериев эффективности труда персонала.
5. Формирование конкретной программы стимулирования и ее внедрение.
6. Оценка эффективности программы стимулирования и ее коррекция.
7. Утверждение программы стимулирования.

Могут быть использованы материальные и нематериальные методы стимулирования труда.

Внедрение программы стимулирования труда позволит значительно улучшить результаты работы организации и повысить лояльность сотрудников. Система должна быть справедливой, сбалансированной и прозрачной, то есть понятной всем сотрудникам.

Стимулы должны быть адекватными и при их разработке следует учитывать множество факторов.

Были обследованы две учебных группы заочного обучения и очного обучения.

Результаты опроса студентов по поводу мотивации к учебному процессу представлен в таблицах 1–15.

Таблица 1. Студент заочного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	6,7	20	33,50
Овладение профессией	5,9	20	29,50
Увеличение дохода	7,4	10	74
Повышение в должности	9	10	90
Самоутверждение	6,3	10	63

Способы повышения мотивации:

1. Четко поставленные цели
2. Создание проблемной ситуации
3. Необычная форма обучения
4. Творческий характер учебно-познавательной деятельности
5. Эмоциональное воздействие

Рассматривая мотивацию учебной деятельности, необходимо подчеркнуть, что понятие мотив тесно связано

с понятием цель и потребность. В личности студента они взаимодействуют и получили название мотивационная сфера, которая включает в себя все виды побуждений: потребности, интересы, цели, стимулы, мотивы, склонности, установки.

Учебная деятельность мотивируется, прежде всего, внутренними мотивами: самоутверждение, престижность, необходимость достижения цели по овладению профессией, приобретению знаний и др.

Таблица 2. Студент заочного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5,8	20	29
Обладание профессией	3,6	20	18
Получение диплома	6,4	10	64
Мировоззрение	3,9	10	39

Таблица 3. Студент заочного обучения

Название школы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5,8	20	29
Овладение профессией	3,6	20	18
Получение регалий	6,4	10	64
Саморазвитие	6,2	10	62
Способ увеличения дохода	8	10	80

Таблица 4. Студент заочного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5,8	20	29
Овладение профессией	3,6	20	18
Получение знаний	6,4	10	64
Творческая самореализация	3,2	10	32
Социальные навыки	3,8	10	38

Таблица № 5. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	8	20	40
Овладение профессией	9	20	45
Получение диплома	-	10	-
Увеличение дохода	10	10	100
Повышение в должности	7	10	70
Самоутверждение	10	10	100
Быть в обществе	10	10	100
Быть более самостоятельным	10	10	100
Доказать, что я многое могу	10	10	100

Таблица 6. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	10	20	50
Овладение профессией	7	20	35
Получение диплома	-	10	-
Увеличение дохода	8	10	80
Повышение в должности	5	10	50
Самоутверждение	10	10	100
Общение с людьми	10	10	100
Самореализация	10	10	100

Таблица 7. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	20	20	100
Овладение профессией	20	20	100
Получение диплома	-	10	-
Увеличенные дохода	10	10	100
Повышение в должности	10	10	100
Самоутверждение	5	10	50

Таблица 8. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	15	20	75
Овладение профессией	13	20	65
Получение диплома	-	10	-
Увеличенные дохода	2	10	20
Повышение в должности	0	10	0
Самоутверждение	10	10	100

Таблица 9. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	13	20	65
Овладение профессией	15	20	75
Получение диплома	-	10	-
Увеличенные дохода	0	10	0
Повышение в должности	0	10	0
Самоутверждение	5	10	50

Таблица 10. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5	20	25
Овладение профессией	2	20	10
Получение диплома	-	10	-
Увеличенные дохода	4	10	40
Повышение в должности	-	10	-
Самоутверждение	1	10	10

Таблица 11. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	15	20	75
Овладение профессией	15	20	75
Получение диплома	10	10	100
Родители	10	10	100
Развитие во всех аспектах	10	10	100
Освобождение от воинской службы	10	10	100

Таблица 12. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	9	20	45
Овладение профессией	9	20	45
Получение диплома	5	10	50
Освобождение от воинской службы	-	10	-
Саморазвитие	9	10	90
Поступление в магистратуру	5	10	50
Денежные доходы	9	10	90

Таблица 13. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	7	20	35
Овладение профессией	10	20	50
Получение диплома	10	10	100
Освобождение от воинской службы	-	10	-
Социализация	10	10	100
Интеллектуальное развитие	9	10	90

Таблица 14. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5	20	25
Овладение профессией	5	20	25
Получение диплома	10	10	100
Освобождение от воинской службы	-	10	-
Саморазвитие	10	10	100

Таблица 15. Студент очного обучения

Название шкалы	Средний балл	Максимальный балл	%
Приобретение знаний	5	20	25
Овладение профессией	4	20	20
Получение диплома	4	10	40

Литература:

1. Разработка программ стимулирования труда // Международный журнал «Молодой учёный» № 41 (227) октябрь 2018 г.
2. Разработка методов стимулирования труда людей с ограниченными возможностями здоровья для повышения творческой активности // ДОРОГА ЗНАНИЙ № 3, 2018
3. Пономарева Г. Т. Инвалиды на рынке труда // Монография. Казань Издательство «Бук» 2019.
4. Пономарева Г. Т. История и современность развития вуза инклюзивного образования Педагогика высшей школы. Международный научный журнал. Казань 2018. № 2(12).

Формирование психологической готовности к школьному обучению в условиях ДОУ

Ефимова Юлия Владимировна, педагог-психолог

МБДОУ Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей № 52 «Белочка» г. Якутска

В статье рассматриваются вопросы психологической готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе, которая проявляется в сформированности у дошкольников мотивации к учебной деятельности, позволяющей эффективно включиться в процесс обучения. Представлена программа, направленная на формирование и развитие психологической готовности детей к школьному обучению. В программе реализуется комплекс коррекционно-развивающих и формирующих методов и форм работы со старшими дошкольниками.

Ключевые слова: *готовность к школе, психологическая готовность, дети старшего дошкольного возраста, мотивационная готовность к школьному обучению.*

Одним из важнейших компонентов психического развития в период дошкольного детства является психологическая готовность ребенка к школьному обучению. Подготовка детей к школе — задача многогранная, охватывающая все сферы жизни ребенка.

Под психологической готовностью понимается необходимый и достаточный уровень психического развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в группе сверстников [1; с. 495], его эмоциональное отношение к школе и способы психологической защиты (Гольева Г. Ю., Долгова В. И., Кондратьева О. А. [2, 3]).

Современный мир предъявляет высокие требования жизни к организации воспитания и обучения, заставляя искать новые, более эффективные психолого-педагогические подходы, нацеленные на приведение методов обучения в соответствие с требованиями жизни.

К моменту поступления в школу у ребенка должен быть достаточно развит самоконтроль, умение общаться с людьми, ролевое поведение, самостоятельность. Без хорошей работоспособности вряд ли можно рассчитывать на прочное усвоение достаточно большого объема знаний, на формирование сложных умений и навыков.

Плохо подготовленный ребенок уже в первом классе начинает отставать от сверстников, что способствует формированию сниженной самооценки и в дальнейшем приводит к устойчивой школьной неуспеваемости и дезадаптации.

Бесспорно, что чем лучше готов ребенок ко всем изменениям, связанным с началом обучения, к трудностям, которые неизбежны, тем спокойнее будет проходить процесс адаптации в школе.

Наш проект состоит из трех этапов:

Первый этап — подготовительный (сентябрь-октябрь 2018 г.) — изучение психолого-педагогической литературы по данной теме, подбор диагностического материала для детей, первичная диагностика психологической готовности детей к обучению в школе, составление программы коррекционно-развивающих занятий по подготовке детей к школе, оформление информационных

уголков, папок-передвижек в подготовительной группе «советы психолога», подготовить и разместить домашнее задание для родителей и детей на сайте детского сада, ознакомление педагогов и родителей с результатами диагностики детей, разработка рекомендаций для педагогов и родителей по повышению уровня готовности детей к школе.

Второй этап — основной (ноябрь 2018 г. — апрель 2019 г.) — организация и проведение цикла групповых коррекционно-развивающих занятий с детьми (30 занятий — 2 раза в неделю), родительское собрание в подготовительных группах «Психологическая готовность к школе», психологическое просвещение родителей и педагогов по вопросу подготовки детей к школе, конкурс «Развивающие игрушки своими руками для детей 6–7 лет» (март 2019), семинар-практикум для родителей «Я готов к школе» (апрель 2019).

Заключительный (май 2019 г.) — повторная диагностика школьной готовности, индивидуальные консультации для родителей с целью ознакомления с результатами диагностики детей, составление домашнего задания на лето для выпускников ДОУ, метапредметная олимпиада «Юный эрудит», обобщение и распространение опыта проведенной работы на педагогическом совете.

На подготовительном этапе мы выявили исходный уровень сформированности психологической готовности детей подготовительной группы.

Диагностика осуществлялась в групповой и индивидуальной форме. С целью выявления уровня готовности детей к школе применены следующие методики:

- Методика С. А. Банкова «Психосоциальное развитие ребенка»;
- Методика Л. А. Венгера «Степень школьной зрелости»;
- Методика Керна Йерасека;
- Методика «Корректирующая проба»;
- Методика «Узорный диктант».

Общее количество охвата детей составило 63 воспитанника подготовительной группы «Непоседы» и «Сказка».

Критерии, оценка результата	Диагностические методики				
	Методика С. А. Банкова «Психосоциальное развитие ребенка»	Методика Л. А. Венгера «Степень школьной зрелости»	Методика Керна Йерасека	Методика «Корректирующая проба»	Методика «Узорный диктант»
Группа	Подготовительная группа «Непоседы»		Подготовительная группа «Сказка»		
Высокий	20%		27%		
Средний	70%		67%		
Низкий	10%		6%		

Результаты диагностики показали, трудности в формированности графических навыков и психосоциальной зрелости. Дети с низким уровнем зачислены в кружок «Скоро в школу» с целью формирования психологической готовности ребенка к обучению в школе.

Опираясь на полученные данные, мы разработали психолого-педагогическую программу, предлагаемая программа психологической подготовки детей к школе «Скоро в школу» (для детей 5–7 лет) позволяет подготовить ребенка к школе в ходе игровых занятий, где учитываются особенности его психического развития, полученные в результате диагностики (на диагностическом этапе).

Цель программы: развитие необходимых познавательных процессов, а также личностных и мотивационно-потребностных черт, определяющих психологическую готовность к школе.

Программа предусматривает формирование и развитие учебно-важных качеств личности дошкольника 5,5–7 лет, включает развивающие игры, упражнения, задачи.

На занятиях дети отрабатывают на них поведенческие и школьно-необходимые навыки без усвоения новых знаний. Тем не менее, «занятия-уроки» вызывают у детей интерес, так как представляют для них новую форму работы: на них дети выполняют необычные задания, играют в подвижные игры, учатся думать, видеть, запоминать.

Каждое занятие включает три части: вводную, основную и заключительную.

Вводная часть каждого занятия направлена на создание мотивации у детей, эмоционального настроения, на объединение группы. Основные приемы работы — приветствия, игры.

Основная часть направлена на решение задач программы. В нее входят упражнения, игры, работа в тетрадях, направленные на развитие волевых качеств, а также познавательных процессов.

Заключительная часть направлена на закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

Все занятия предлагаемой программы имеют между собой смысловую связь. Занятия строятся на понятном детям материале. В программе использовались игры, упражнения направленные на развитие внимания, мышления, восприятия, слуховой и зрительной памяти. Обучение обобщать и классифицировать по общему признаку.

Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие мелкой моторики: «Пальчиковая гимнастика», «Работа в тетрадях». Как известно речь, рука и мышление связаны «одной ниточкой», и нарушения в этой цепочке неизбежно ведут к отставанию в развитии, либо мышления, либо речи.

Планируемые результаты освоения программы

Для детей:

- повысится уровень готовности детей к обучению в школе,
- дошкольники будут более активными в познании нового, уверенными в своих силах и возможностях,
- у детей будут сформированы некоторые коммуникативные умения и навыки, личностные качества,
- проведение развивающих занятий с детьми послужит толчком для более полного развития их интеллектуальной сферы (память, внимание, мышление), физического состояния (развитие крупной и мелкой моторики, повышение двигательной активности), эмоционально-волевой сферы (умение ставить цель, принимать решения, намечать план действий и принимать усилие к его реализации),
- у детей начнет формироваться позитивное отношение к обучению, предпосылки учебной деятельности, «внутренняя позиция школьника» и все ее составляющие, необходимые для успешного обучения.

Для родителей:

- информированность о наиболее важных психологических характеристиках готовности ребенка к школе;
- владение практическими знаниями о помощи детям в подготовке к школе;
- повышение родительской компетентности в вопросах дошкольной подготовки.

Данная программа успешно осуществляется мной в течение трех лет. По итогам психологической подготовки к школе ребята научились принимать учебную задачу, воспринимать обучающую помощь, образно и логически мыслить, заметно улучшились графические навыки. У детей достаточно хорошо развито произвольное внимание, зрительная и слуховая память, воображение; сформированы мотивы учения.

Литература:

1. Большой психологический словарь / под редакцией Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. — М.: Прайм-Еврознак. — 2003. — 672 с.
2. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе: Руководство практического психолога / Н.И. Гуткина. — М.: Академический проспект. — 2000. — 312 с.
3. Долгова В.И., Овчарова Р.В. Психологические детерминанты нравственного развития дошкольника // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2014. № 6. С. 40–48.
4. Долгова В.И. Формирование воображения у дошкольников: программа, результаты, рекомендации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 11 (117). С. 191–196.
5. Куражева Н.Ю. «Цветик-семицветик». Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников 6–7 лет «Приключения будущих первоклассников» / Н.Ю. Куражева — СПб.: Речь. — 2014. — 208 с.

Феноменология лидерства

Колпакова Алёна Юрьевна, студент;

Жарлагапова Алина Игоревна, студент

Саратовский социально-экономический институт (филиал) Российского экономического университета имени Г.В. Плеханова

The article considers the Genesis of leadership as a socio-psychological phenomenon. The necessary conditions for the formation and development of leadership qualities are considered.

Key words: leadership, leader, development, qualities.

Феномен лидерства достаточно противоречив, ему дано множество определений. Можно сказать, что в двадцать первом веке это понятие изучено не в полной мере. Постепенно, подходы к рассмотрению вопроса о лидерстве распространились на многие области научных исследований. Например, в сфере образования, лидерство исследуется в контексте коллектива учащихся: выдвижение на роль лидера группы, формирование лидерских качеств, необходимых для дальнейшего роста.

В психологии лидерство — это способность оказывать влияние на отдельных индивидов и коллектив в целом, в частности, направлять их усилия на достижение каких-либо целей [5, с. 177].

В философии лидерство рассматривается как человеческий (субъективный фактор), который сплачивает всю группу и мотивирует её движение к определенному результату или определенным достижениям [7].

В социологической науке под лидерством, чаще всего, понимают процесс социального влияния, в котором один человек (лидер) может привлечь помощь и поддержку других (последователей) в выполнении общего задания [8].

В социальной психологии лидерство рассматривается как процесс организации и управления социальной группой, способствующий достижению групповых целей в оптимальные сроки с оптимальным эффектом, и детерминированный господствующими в обществе социальными отношениями [4].

С точки зрения теории организационного поведения, лидерство — это, основанная на личностных качествах

лидера способность вызывать добровольное согласие последователей по широкому кругу существующих вопросов [6].

Понятие «лидерство» достаточно многообразно, в лидерстве главными элементами являются: 1) наличие влияния; 2) владение способами руководства и управления; 3) умение воздействовать и мотивировать других.

Лидера можно рассматривать, как самого авторитетного члена группы, за которым признается преимущество в статусе и право принимать решения в значимых ситуациях [2, с. 51]. Это член группы, чей авторитет, власть и полномочия признаются остальными членами группы, готовыми ему подчиняться и следовать за ним [3, с. 161].

К лидерским качествам относятся: изобретательность, активность и инициативности, интеллект, высокий уровень организационных качеств, компетентность, профессионализм, образованность, знание дела и многие другие.

Таким образом, лидеры не столько руководят группой, ориентируют ее, стараются объяснить, к чему должна стремиться группа и для чего это нужно. Лидеры обязаны мотивировать последователей, вдохновлять их; лидеру важно делать все необходимое для расширения кругозора следующих за ним людей, развивать их способности, а также помогать остальным в совершенствовании навыка, брать на себя ответственность за проделанную работу и свои действия.

Процесс лидерства является достаточно противоречивым, так как желания и стремления могут не совпасть со стремлениями последователей и их желанием или готовностью принять человека на роль лидера. А значит,

в определенных обстоятельствах или ситуациях возможности лидера возрастут, а при других, напротив, снизятся. Таким образом, развитие личности в роли лидера происходит в определенной степени именно под воздействием окружающих его людей.

Лидеры инициируют постановку трудных, но разрешимых задач для достижения более эффективных результатов. Лидеры обладают смелостью ставить такие задачи и искать способы их решения. Это позволяет коллективу добиваться успеха, развиваться и совершенствоваться. Таким образом, лидеры ведут последователей в будущее, не дают группе останавливаться на достигнутом.

Изучение вопроса о лидерстве подводит нас к одной из основных и наиболее интересующих проблем данного феномена, а именно, возможно ли развить в человеке его лидерские качества или сформировать в нем лидера, и если это возможно, то, как и где. Очевидно, что лидерами, все же, не рождаются, а становятся, а значит, лидерские качества можно развивать.

Не вызывает сомнения тот факт, что лидерские качества целесообразно начинать выявлять лидеров и работать с ними как можно раньше, особенно если личность проявляет себя в качестве лидера еще с раннего возраста (лидерская одаренность). Лидерские качества можно получить в процессе обучения в учреждении высшего образования, на этапе становления личности как профессионала в той или иной области, то есть, в процессе подготовки будущего специалиста к выходу на рынок труда.

Во-первых, период обучения в учреждении высшего образования (18–22 года) связан с интенсивными изме-

нениями системы взглядов и внутренней позиции личности, существенным преобразованием системы ценностных ориентаций, принятием на себя ответственности за собственную жизнь, переоценкой отношений с людьми и изменением стратегий взаимодействия с ними, так как «образование есть непрекращающийся процесс функционирования сознания и развития интеллекта человека» [1, с. 114]. Юношеский возраст считается периодом интенсивного формирования черт характера и становления личности.

Во-вторых, специфика обучения в учреждении высшего образования с первых дней учебы связана с освоением студентами особенностей профессионального, организационного и социального взаимодействия, а также развитием специальных способностей.

В-третьих, общение и взаимодействие учащихся осуществляется во вновь организованных группах с активизированными процессами групповой динамики, что является оптимальной социально-психологической основой для развития стремления к лидерованию у студентов.

Таким образом, личностные качества лидера, заложенные в человеке еще изначально, либо сформированные позже, в более взрослом возрасте, могут быть успешно развиты именно во время обучения в учреждении высшего образования. Ведь, являясь кадровым ресурсом общества, молодое поколение студентов, в большинстве своем, имеет стремление проявить себя в полной мере, а также сформировать наиболее востребованные для текущего момента социальные и профессиональные качества, которые бы понадобились при поступлении на работу, и сделали личность конкурентоспособной.

Литература:

1. Балабай С. В. Прагматизм современного образования и поиск новой системы ценностей // *Власть*, № 4, 2013, с. 111–114. Мещерякова, Е. В. Психология управления / Е. В. Мещерякова — Минск: Вышэйшая школа, 2005. — 237 с.
2. Немов, Р. С. Социальная психология: Учеб. пособие / Р. С. Немов, И. Р. Алтунина. — СПб.: Питер, 2008. — 432 с.
3. Парыгин, Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории / Б. Д. Парыгин. — СПб.: ИГУП, 1999. — 592 с.
4. Психология и педагогика. Учебное пособие для вузов / Составитель и ответственный редактор А. А. Радугин. Научный редактор Е. А. Кроткова, — М.: Центр, 2003. — 177
5. Холл, Р. Х. Организации: структуры, процессы, результаты / Р. Х. Холл. — СПб.: «Питер: ЗАО »Питер бук»», 2001. — 509 с.
6. Davis, K. Human Relations at Work / K. Davis. — N.Y.: McGraw-Hill, 1962. — 497 p.
7. Chemers, M. M. Leadership Research and Theory: A Functional Integration / M. M. Chemers // *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*. — 2000. — № 4(1). — P. 27–43.

Факторы, влияющие на уровень удовлетворенности браком супругов

Коновалова Ксения Сергеевна, студент магистратуры
Башкирский государственный педагогический университет имени М. Акмуллы (г. Уфа)

В статье представлен анализ исследований на тему удовлетворенности браком. Исследуется феномен удовлетворенности браком, а также раскрываются факторы, определяющие уровень удовлетворенности.

Делается вывод о том, что наиболее исследованными детерминантами удовлетворенности браком сегодня являются: характер взаимоотношений между супругами, совпадение ценностных ориентаций в семье, характер детско-родительских отношений, мотивы вступления в брак и личностные особенности каждого супруга.

Ключевые слова: брак, семья, удовлетворенность браком, факторы удовлетворенности супругов.

Исследование на тему удовлетворенности браком психологии проводится уже много лет в рамках общего подхода изучения качества брака. Выявлено большое количество факторов, которые влияют на уровень удовлетворенности браком супругов. Учитывая тот факт, что институт семьи постоянно трансформируется, претерпевает изменения, изучение данной темы по-прежнему остается актуальным.

Проведенный нами анализ работ по теме факторов удовлетворенности браком показал, что данные исследования делятся на два типа — это исследования, которые посвящены отдельно взятым факторам, где изучается влияние одного или нескольких факторов на удовлетворенность браком, и исследования, посвященные обобщению и классификации выявленных факторов.

Сначала рассмотрим исследования, посвященные изучению отдельно взятых факторов, влияющих на удовлетворенность браком. Изменение уровня удовлетворенности браком с увеличением стажа совместной жизни супругов активно исследовалось как отечественными, так и зарубежными учеными. Алешина Ю. А. была представлена обзор зарубежных исследований по данной тематике. Из обзора данного автора становится ясно, что одним из основополагающих критериев изменения уровня удовлетворенности браком является стаж брака. [1]

Часть работ отечественных психологов о причинных связях удовлетворенности браком со стажем семейной жизни супругов основываются на результатах исследования становления ролевой структуры семьи. Например, Е. В. Антонюк [2] в своей работе описывает исследование двух форм поло-ролевой дифференциации. Это традиционная и равноправная формы. При традиционной форме обязанности в семье распределяются в соответствии их с полом. При равноправной форме обязанности между супругами разделяются исходя из предпочтений, желаний и возможностей каждого из сторон, и ответственность за реализацию семейных ролей ложится в одинаковой степени как на супруга, так и на супругу. В «современных» семьях для поддержания высокого уровня удовлетворенности браком обоих супругов важны успешное решение конфликтов путем свободного сотрудничества, низкое давление друг на друга, удовлетворенность в сфере ведения домашнего хозяйства. В «традиционных» семьях — способности проявления любви, нежности, доверительность, высокая оценка жены в роли организатора досуга, создание положительного эмоционального климата в семье, готовность подчиняться мужу. Для жен также необходимой является терпимость мужа к автономии жены и активность супруга в ролях кормильца и сексуального партнера.

Отечественными учеными было изучен еще один фактор, влияющий на удовлетворенность браком, а именно степень участия супругов в распределении бытовых обязанностей при наличии профессиональной занятости у обоих супругов. Удовлетворенных браком у мужа и жены выше в случае, если оба супруга несут одинаковую нагрузку в выполнении домашних обязанностей; в семьях, где большая нагрузка ложится именно на жену — меньший уровень удовлетворенности браком наблюдается у обоих супругов.

Интересным нам представилось исследование В. П. Левкович об особенностях супружеских отношений в семьях предпринимателей-мужчин и предпринимателей-женщин. Было выявлено, что в семьях предпринимателей-мужчин и еще в большей мере в семьях предпринимателей-женщин наблюдается негативная тенденция в изменении супружеских отношений по сравнению с семьями, где мужья и жены являются наемными работниками. Это нашло отражение в более высоком уровне конфликтности супругов, снижении уровня удовлетворенности браком, уменьшении количества стабильных и увеличении проблемных и нестабильных семей. [3]

В отличие от предыдущих работ, где авторы концентрировались на каком-либо одной конкретном факторе либо группе факторов и изучали их влияние на удовлетворенность браком, есть работы, которые посвящены классификации факторов, их обобщению и систематизации.

Мы считаем, что наиболее систематизированной является классификация факторов удовлетворенности браком Т. А. Гурко, которая была создана на основе полученных данных разных исследований. Она подразделяется на четыре группы:

1) Социально-демографические и экономические характеристики: пол, стаж семейной жизни, этап развития семьи и количество детей в семье, образование, возраст, тип брака, доход семьи.

2) Характеристики вне семейной сферы жизнедеятельности супругов: профессиональная сфера (удовлетворенность профессиональной деятельностью, ее специфика), взаимоотношения супругов с ближайшим социальным окружением, социальная поддержка и т. д.

3) Установки и поведение супругов в основных сферах семейной жизнедеятельности: распределение хозяйственно-бытовых обязанностей и совпадение установок семейной жизни, организация досуга.

4) Характеристики межсупружеских отношений: чувство любви и уважения к партнеру, общие взгляды и интересы, особенности эмоционального взаимодействия (способы разрешения конфликтов), удовлетворение потребностей в семейно-брачных отношениях.

Таким образом, на удовлетворенность браком в семье оказывает влияние большое количество факторов, определяющих ее уровень. К наиболее исследованным детерминантам удовлетворенности браком можно отнести сле-

дующие: характер взаимоотношений между супругами, совпадение/несовпадение ценностных ориентаций в семье, характер детско-родительских отношений, мотивы вступления в брак и личностные особенности каждого супруга.

Литература:

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование [Текст] / Ю.Е. Алешина. — М.: Независимая фирма «Класс», 2016. — 208 с.
2. Антонюк Е.В. Становление ролевой структуры молодой семьи и ее восприятие супругами [Текст] // Вестник МГУ, 1993. № 4. С. 9–10.
3. Левкович В.П. Взаимоотношения супругов в семьях предпринимателей [Текст] / В.П. Левкович // Психологический журнал. — 2004. — Т. 25, №5. — Библиогр.: с. 31
4. Гурко Т.А. Влияние добрачного поведения на стабильность молодой семьи [Текст] // Т.А. Гурко / Социологические исследования, 1982. № 2. С. 88–93.

Определение лжи по невербальным признакам

Кузнецов Александр Сергеевич, студент магистратуры
Самарский государственный социально-педагогический университет

В статье рассмотрены основные психологические особенности установления лжи. Выявлены основные способы и приемы установления лжи по невербальным признакам. Раскрыты возможности диагностики и наблюдения за мимическими реакциями и микродвижениями лицевых мышц, а также жестами, позы собеседника, говорящего ложь.

Ключевые слова: ложь, мимические реакции, поза, невербальная коммуникация, невербальные сигналы, жесты.

The article deals with the main psychological features of lie detection. The main methods and techniques of establishing lies on nonverbal grounds are revealed. The possibilities of diagnostics and observation of facial reactions and micro-movements of facial muscles, as well as gestures, poses of the interlocutor telling a lie are revealed.

Keywords: lie, facial reactions, posture, nonverbal communication, nonverbal signals, gestures,

Задача выявления лжи по совокупности признаков, присущих лжецу, давно занимала умы не только психологов, но и специалистов в иных отраслях деятельности, например, следователей, судей, экономистов, политологов. В разных ситуациях ложь способно причинить немалый вред, а зачастую отсутствие полной и достоверной информации приводит к негативным последствиям и осложняет задачу установления истины. Например, в процессе расследования преступления важно установить все обстоятельства содеянного, а тщательно скрываемая правда со стороны потерпевшего или обвиняемого препятствует решению этой важной задачи.

Для человека свойственно утаивать свои истинные намерения, искажать смысл информации и умышленно говорить неправду. Делается это с разными мотивами, но чаще всего лжец старается показать своему собеседнику, что он искренен и говорит правду, чем вводит последнего в заблуждение. Задача выявления лжи осложняется еще тем, что не существует достоверного способа сразу определить, говорит человек правду или лжет. В этой связи

в теории и практике психологии разработаны рекомендации, как быстро установить ложь по невербальным признакам. Ведь бывают ситуации, когда проверить сообщение лжеца не представляется возможным, а установление ложности или правдивости сообщения является жизненно важной задачей.

Психологи, как правило, рассматривают три способа установления лжи. Первый способ основан на наблюдении за невербальными реакциями собеседника. Второй способ предполагает анализ речевого сообщения и признаков речи лжеца. Третий способ — наиболее сложный, но более надежный, связан с регистрацией оценкой физиологических реакций говорящего [2]. Этот способ нашел практическое применение посредством использования полиграфа.

Последний способ, будучи более действенным, практически сложен в применении, так как требует использования специальной техники и знаний регистратора. Первые два способа более доступны для применения в обычных жизненных ситуациях. Но если выбирать из

них по степени простоты использования и доступности, то нужно признать, что регистрация и анализ невербальных реакций является практически более доступным, хотя требует знаний основ невербальной коммуникации. В этой связи рассмотрим более подробно способы и особенности установления лжи по невербальным признакам.

И. Н. Горелов подчеркивает, что «невербальная коммуникация» — это является общением без единого слова, какого бы то ни было языка: русского, китайского или французского [1, с. 24]. Невербальная коммуникация является важным, кроме звуковой речи, средством общения людей. Невербальными средствами общения являются движения тела, в том числе, мимика, жесты, место расположения собеседника, поза и т.д. [4, с. 49] Особенность невербальной коммуникации заключается в том, что собеседнику сложно намеренно контролировать свои невербальные признаки, а также исказить их по своему желанию. В этой связи лжец способен намеренно исказить информацию в речи, но не способен исказить таким же образом невербальные сигналы. В связи с этим невербальные сигналы практически всегда позволяют определить ложь.

«Опытные» лжецы обладают обширным набором речевых способов ввести собеседника в заблуждения, придавая тону речи большую долю убедительности и искренности. Но стоит лишь обратить внимание на положение его тела, а также мимику или микродвижения частей тела, то становится очевидными различия между смыслом передаваемой информации и значением невербальных сигналов тела. Проблема заключается в том, что не все собеседники достаточно опытны и наблюдательны, чтобы отследить противоречия между речевым сообщением и невербальными сигналами. Некоторые люди стремятся увлечь собеседника именно речевыми сигналами, придать голосу весьма убедительный тон, стремясь намеренно отвлечь от наблюдения за невербальными признаками. Часто лжецы отличаются знанием психологии и понимают, что невербальные сигналы способны их легко выдать, поэтому стараются придать лицу меньше выразительности, ограничиваются простыми или зажатými позами, меньше жестикулируют и не смотрят своему собеседнику в глаза.

Между тем, именно взгляд в первую очередь способен легко выдать лжеца. Лгущий человек намеренно отводит взгляд в сторону, так как ему трудно удержать на себя прямой и пристальный взгляд собеседника. Взгляд лжеца может быть обращен вниз или являться бегающим. В этой связи, если есть подозрение, что собеседник лжет, лучшим способом определить ложь является постоянное наблюдение за особенностью взгляда человека. Но иногда опущенный или бегающий взгляд может быть свидетельством не лжи, а признаком волнения или стеснительности собеседника. В связи с этим нужен анализ и наблюдение за иными невербальными признаками [5, с. 102].

Для лжеца характерна неестественно напряженная улыбка. Улыбка часто служит признаком проявления индивидуального стиля общения, а также указывает на

проявление симпатии или признательности. Но лгущий человек находится в постоянном напряжении, и неестественная улыбка может служить признаком такого внутреннего напряжения, поскольку мимические мышцы тесно связаны с иными мышцами человеческого лица [3, с. 203]. Во время лжи можно наблюдать как бы пробегающую по лицу тень, вызванную микронапряжением всех лицевых мышц. Такую «тень» в процессе визуального контакта сразу можно и не обнаружить, но ее хорошо видно, если просмотреть видеозапись кадр за кадром. Именно видеオフィксация коммуникативного взаимодействия более достоверно позволяет установить ложь собеседника.

Во время лжи повышается кровяное давление, а приток тока крови к лицу усиливается. Именно этим объясняется покраснение отдельных частей тела, особенно мочек ушных раковин, расширение зрачков говорящего, учащенное моргание. Все эти признаки свидетельствуют о том, что лжец испытывает такие эмоции, как стыд и страх быть разоблаченным. Все эти микроизменения происходят на подсознательном уровне и не поддаются осознанному контролю.

Еще издревле было отмечено, что лгущий человек испытывает непривычную и произвольную сухость во рту. Дело в том, что в ситуации стресса происходит увеличенная выработка адреналина, подавляющего работу слюнных желез. Внешним проявлением такой биологической реакции становится часто облизывание губ, частые покашливание, хрипотца в голосе, что подтверждает сильное волнение говорящего.

Определить ложь возможно не только по мимическим реакциям или микродвижениям лицевых мышц. Важно с этой целью тщательно следить за особенностью позы собеседника. Часто лжеца может выдать закрытая поза, скрещенные колени. Не всегда, правда, закрытая поза может указывать на ложь. Иногда это может быть проявлением сильного волнения или указывать на стеснительность собеседника, оказавшего в непривычной для него обстановке. В этой связи особенности позы не могут точно указывать на признаки лжи. Лишь при совокупном анализе мимики, взгляда, позы можно определить явную ложь.

Итак, можно сделать вывод о том, в психологических исследованиях изучены способы и методы установления лжи по признакам невербальных реакций. В процессе невербального общения лжец не способен осознанно контролировать свои мимические реакции, взгляд, микродвижения тела, что облегчает задачу установления лжи по невербальным признакам. Между тем, для определения лжи по невербальным признакам нужно исследовать не отдельные невербальные реакции, а их совокупность. Для этого в особо важных случаях, например, в процессе ведения переговоров или при даче показаний, рекомендуется использовать анализ видеозаписи выступления или беседы, а также скрыто привлекать специалистов, которые «натренированы» устанавливать признаки лжи.

Литература:

1. Горелов И. Н. Енгальчев В. Ф. Безмолвной мысли знак: Рассказы о невербальной коммуникации. — М.: Молодая гвардия, 1991. — 240 с.
2. Гусева Н. В. Психологические аспекты распознавания лжи // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2015. — Т. 13. — С. 2936–2940. — URL: <http://e-koncept.ru/2015/85588.htm>
3. Спирица Е. В. Как распознать ложь в общении? — М.: Консалтинговая компания, 2009. — 203 с.
4. Шкляр Т. Л. Невербальное общение как вариант деловых коммуникаций // Экономика и современный менеджмент: теория и практика: сб. ст. по матер. XLVIII междунар. науч.—практ. конф. № 4(48). Часть II. — Новосибирск: СибАК, 2015. — С. 49–57.
5. Экман П. Психология лжи. Обмани меня, если сможешь. — СПб.: Питер, 2010. — 304 с.

Проблемы развития когнитивного компонента готовности к обучению в школе у детей 6 и 7 лет

Лысенко Светлана Викторовна, педагог-психолог
МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 8» г. Шебекино Белгородской области

В данной статье рассматривается проблема развития когнитивного компонента готовности к обучению в школе у детей 6 и 7 лет, т.к. в системе школьного образования наблюдается усложнение программы обучения, что предъявляет более серьезные требования к психологической готовности старших дошкольников. Рассмотрены взаимосвязанные психические качества и свойства, которые определяют готовность ребенка к обучению школе.

Ключевые слова: психологическая готовность к обучению в школе, когнитивный компонент, внимание, память, логическое мышление, восприятие.

Психологическая готовность к школе, как необходимое условие успешного обучения первоклассника, — сложная системная характеристика психического развития ребенка 6–7 лет. Она включает сформированность психологических способностей и свойств, обеспечивающих принятие ребенком новой социальной позиции школьника; возможность выполнения им учебной деятельности сначала под руководством учителя, а затем самостоятельно; наличие предпосылок для усвоения системы научных понятий; освоение новых форм кооперации и учебного сотрудничества в системе отношений с учителем и одноклассниками [7, с. 202].

Развитию психологической готовности детей старшего дошкольного возраста могут способствовать различные виды деятельности, среди которых важное место занимает деятельность по развитию интеллектуальных способностей и личностных качеств.

В. В. Богданов и Е. В. Бондаренко утверждают, чтобы развитие этих качеств детей старшего дошкольного возраста было более эффективным, а также служило цели формирования психологической готовности к школьному обучению, необходимо учитывать определенные условия.

Первое из них — это успешное вхождение ребенка в учебную деятельность зависит от его уровня психологической готовности, так как необходимое интеллектуальное развитие к обучению в школе способствует хо-

рошему усвоению учебной программы и формированию учебной деятельности.

Второе условие — развитие когнитивных процессов в ситуации комплексного и систематического воздействия вызовет изменения не только в интеллектуальной сфере, но и сформирует позитивные изменения личностных характеристик будущих школьников [3].

Л. А. Венгер [5] и Е. Е. Кравцова [8] и другие ученые указывают на такие компоненты:

1. Личностная готовность, характеризующаяся формированием у ребенка готовности относительно принятия новой социальной позиции — положения школьника, которому присущи определенные права и обязанности. К личностной готовности относится выявление степени развития мотивационной сферы.

2. Интеллектуальная готовность, предполагающая существование у ребенка кругозора наряду с развитием познавательных процессов.

3. Социально-психологическая готовность к обучению в школе, включающая формирование коммуникативных и нравственных способностей у детей.

4. Эмоционально-волевая готовность, которая оценивается как сформированная при наличии у ребенка умения по постановке цели, принятия решения, очерчивания плана действий наряду с приложением усилий для его осуществления.

Психологическая готовность к школьному обучению включает в себя несколько компонентов, количество и название у разных ученых может колебаться, как и название. Например, М. С. Барабанова к ним относит — личностную, эмоциональную, волевую и интеллектуальную готовности дошкольников, а В. А. Хохлова дополняет этот список коммуникативной готовностью.

Личностная готовность, иногда называют её мотивационной, включает наличие учебной мотивации, наличие социальной позиции школьника (желание учиться, овладевать знаниями, уметь взаимодействовать со сверстниками, умение общаться, работать совместно с другими).

Эмоциональная готовность определяет сформированность определённого уровня эмоциональной устойчивости, умения контролировать свои реакции, адекватно реагировать на слова учителя, снижение количества импульсивных реакций.

Волевая готовность говорит о том, что ребёнку необходимо выполнять предложенное задание, внимательно слушать инструкцию, выполнять даже те задания, которые не кажутся ему интересными.

Развитие психических процессов, а именно внимания, памяти, мышления (образного, словесно-логического, пространственного, умение анализировать, находить сходство и отличия, умения к обобщению, анализу, синтезу, умения объединять предметы по какому-либо признаку, устанавливать логические связи между предметами) составляют интеллектуальную готовность [2].

Коммуникативный компонент включает коммуникативные навыки, которые позволяют эффективно адаптироваться в коллективе, комфортно чувствовать себя в школе, так как ребёнок, который пришёл из коллектива, более социально активен, чем дети, не посещавшие детские сады или другие дошкольные образовательные учреждения. Отсутствие коммуникативного компонента или его низкий показатель может способствовать понижению активности ребёнка в учебной деятельности и, как следствие, снижению познавательных интересов, низкой успеваемости.

В современной зарубежной психологии много работ по проблеме готовности к школе, но нет единого мнения о ее компонентах. Например, М. Приг с соавторами отмечают, что в школьной готовности выделяется две группы характеристик детей:

- когнитивные способности и навыки предпосылки грамотности — речевая компетентность, знакомство с буквами и звуками слов, способности внимания и концентрации;

- личностные характеристики — коммуникабельность, взаимодействие с учителями и со сверстниками, регулируемое поведение, любознательность и способность к настойчивости в решении поставленных задач.

Г. П. Григорьев считает, так как и зарубежные ученые, что современными авторами указывается, что готовность к школе не является набором конкретных навыков и умений, поскольку это целостное и сложное образо-

вание. Каждой новой ступенью жизни от ребенка требуется определенная готовность — готовность открываться миру в целях восприятия преобразования мира, включения в новые отношения с другими людьми, готовность самостоятельного либо с помощью других приобретения качественных изменений собственной личности.

Помимо этого, в настоящее время дети начинают обучаться в школе с 6,6 и 7 лет. Так, если для семилетнего ребенка характерна уже сформированная готовность к школе, то у шестилетних детей окончательное формирование данной готовности происходит на протяжении первого года школьного обучения. Этому способствует применение соответствующего подхода к детям» [6, с. 12].

Итак, если в отечественной психологии с компонентами психологической готовности к школе есть определенность, которая включает группы видов готовностей, то в зарубежной психологии такой категоризации нет, возможно, это связано с тем, что именно этому вопросу стали недавно уделять внимание, а возможно из-за разницы культур и научных подходов к проблеме школьного обучения.

Особенности психического развития детей 6–7 лет

В старшем дошкольном возрасте интенсивнее происходят изменения в развитии высших психических процессов: произвольной памяти, речи, мышления и другие, так как в этот период происходят значительные изменения структуры и содержания детской деятельности.

Особенности старшего дошкольного возраста всесторонне исследовались в работах З.И. Икуниной, Н.Н. Подьякова, Л.А. Венгера и др., где они делают выводы, что старший дошкольный возраст — это последний из периодов дошкольного возраста, когда в психике ребенка появляются новые образования. Это произвольность психических процессов — внимания, памяти, восприятия и др. — и вытекающая отсюда способность управлять своим поведением, а также изменения в представлениях о себе, в самосознании и в самооценках. Появление произвольности — решающее изменение в деятельности ребенка, когда целью последней становится не изменение внешних, окружающих его предметов, а овладение собственным поведением [1].

Итак, особенностями психического развития детей 6–7 лет можно назвать — интенсивность развития и преобразования всех психических функций с формированием и усовершенствованием новообразований от шестилетних детей к семилетним, но связанные при этом индивидуальными различиями и педагогически вложенным в них родителями потенциалом. Проанализируем основные изменения в познавательной сфере детей 6–7 лет.

Развитие речи

К 6 годам ребенка вырастает активный словарный запас, составляющий по разным данным, от 3 до 6 тыс.

слов. Продолжается усвоение грамматического строя языка и овладение синтаксисом, то есть дошкольник начинает пользоваться придаточными предложениями, оперировать сложносочиненными и сложноподчиненными предложениями. В этом возрасте происходит самостоятельное словообразование, добавление различных суффиксов, преобразование существительных в глаголы и, наоборот, изменение смысла и т.д.; усиливается чуткость к языковым явлениям. Дошкольник обнаруживает большой интерес к звуковой форме слова, с увлечением упражняется в сочинении рифм; появляются новые виды вопросов [4, с. 229].

В. С. Мухина выделяет следующие функции речи, которые развиваются в этом возрасте:

а) коммуникативная функция, то есть ситуативная речь, для которой характерна замена подлежащего местоимением (он, она) и добавление наречия или какого-то словесного шаблона («Я говорил, что она там, а он не верил»). Постепенно дошкольник овладевает контекстной речью, которая достаточно полно описывает ситуацию с тем, чтобы она была понятна без ее непосредственного восприятия. Эта речь проявляется в пересказах сказок, рассказов и т.п. Объяснительная речь недостаточно хорошо развита даже у старших дошкольников, так как важно хорошо развитое логическое мышление;

б) планирующая функция. В этом возрасте, с точки зрения Л. С. Выготского, происходит переход внешней речи во внутреннюю, что обнаруживается в феномене эгоцентрической речи — это речь во внешнем плане, громкая речь, но для себя. Меняется функция речи, происходит переход от коммуникативной функции к функции направления и планирования деятельности;

с) знаковая функция, то есть функцию знака начинает играть слово, обозначая предмет, его изображение, представление о предмете или действии [4, с. 230].

Среди методик диагностики можно перечислить: комплексный тестовый метод диагностики речевого развития детей дошкольного возраста (Л. В. Градусова, Н. И. Левшина), «Расскажи по картинке» (М. М. Алексеева, В. И. Яшина), «Диагностика детей младшего возраста по разделу программы »Речевое развитие» (О. С. Ушакова, А. Г. Арушанова). Это проявляется в том, что дети старшего дошкольного возраста любят фантазировать, придумывать свои сказки и истории.

Развитие мышления

Умственное развитие дошкольника представляет собой взаимодействие трех форм мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное и логическое. Словесно-логическое мышление к концу дошкольного возраста только начинает складываться.

Л. А. Першина указывает, что дошкольники становятся способными к первым обобщениям, основанным на опыте их практической предметной деятельности и закрепляющимся в слове. Для дошкольника наиболее есте-

ственной является индуктивная логика мышления: он следует в своих рассуждениях от частных примеров к своим обобщениям. По мере развития любознательности и познавательных интересов мышление все шире используется детьми для освоения окружающего мира, которое выходит за рамки задач, выдвигаемых их собственной практической деятельностью. Дошкольники прибегают к экспериментам для выяснения интересующих их вопросов, наблюдают явления, рассуждают о них и делают выводы [9].

Среди методик диагностики можно перечислить: методика кубиков Кооса, «Доски Сегена», методика исследования вербального мышления Я. Йерасика.

Развитие восприятия

Особенности развития процесса восприятия в дошкольном возрасте были проанализированы Л. А. Венгером. По мнению ученого, у ребенка в возрасте от 3 до 7 лет под влиянием разных продуктивных видов деятельности начинают формироваться сложные виды перцептивной аналитико-синтетической деятельности — формирование у дошкольника способности мысленно расчленять видимый предмет на части и затем объединять их в единое целое до того, как эти действия будут осуществлены на практике.

Формируются также новые навыки восприятия форм предметов: помимо контура дети выделяют и структуру предмета, пространственные особенности и соотношения его частей [5].

Поскольку одним из главных новообразований этого возраста является произвольность, она становится характеристикой и процесса восприятия. Однако не все формы и виды восприятия развиты в этом возрасте. Так, дети достаточно слабо ориентируются во времени. Они уже не путают события вчерашние и завтрашние, однако затрудняются в восприятии конкретных отрезков времени. Для выработки восприятия времени полезно давать детям песочные часы. В изобразительной деятельности старшим дошкольникам трудно уловить понятие перспективы.

В старшем дошкольном возрасте продолжается развитие восприятия по трем основным направлениям: расширяются и углубляются представления детей, соответствующие общепринятым сенсорным эталонам; способы их использования становятся значительно более точными и целесообразными; обследование предметов приобретает при благоприятных условиях воспитания систематизированный и плановый характер [10].

Среди методик диагностики можно перечислить: «Что не дорисовано?» (М. Н. Ильина), «Найди квадрат» (М. Н. Ильина), «Диагностика ПМВ старших дошкольников».

Развитие памяти

Одним из основных достижений старшего дошкольника является развитие произвольного запоминания. Наличие такой возможности связано с тем, что ребенок на-

чинает использовать различные приемы, специально предназначенные для повышения эффективности запоминания: повторение, смысловое и ассоциативное связывание материала.

Участие речи в установлении смысловых связей внутри запоминаемого материала является одним из центральных факторов развития памяти в дошкольном возрасте, так как происходит переход к внутренне опосредствованному запоминанию, то есть происходит развитие словесно-логической памяти. Получается, что память, все больше объединяясь с речью и мышлением, приобретает интеллектуальный характер.

К концу дошкольного детства память выделяется в особую, независимо управляемую психическую функцию ребёнка, которую он может в той или иной степени контролировать.

Среди методик диагностики можно перечислить: методика исследования опосредованного запоминания (А. Н. Леонтьев), «Телевизор» (М. В. Луткина, Е. К. Лютова), методика изучения произвольного запоминания (Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко).

Развитие внимания

К концу дошкольного возраста у детей способность к произвольному вниманию начинает развиваться. Дети 6–7 лет становятся способными удерживать внимание на действиях, которые приобретают для них интеллектуально значимый интерес. Устойчивость внимания в интеллектуальной деятельности заметно возрастает к 7 годам, но при этом дети могут удерживать внимание на объекте не

более десяти-пятнадцати минут. Распределение внимания практически не выражено, поэтому дошкольнику чрезвычайно трудно выполнять два действия одновременно [9].

Среди методик диагностики можно перечислить: методика Когана, методика исследования концентрации внимания (Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко), «Кольца Ландольта».

Вывод. Таким образом, проанализировав теоретические аспекты психологической готовности к школьному обучению детей 6–7 лет, можно сделать вывод, что если в отечественной психологии с компонентами психологической готовности к школе есть определенность, которая включает группы видов готовностей, то в зарубежной психологии такой категоризации нет. Возможно, это связано с тем, что именно этому вопросу стали недавно уделять внимание, а возможно из-за разницы культур и научных подходов к проблеме школьного обучения.

Особенностями психического развития детей 6–7 лет можно назвать — интенсивность развития и преобразования всех психических функций с формированием и усовершенствованием новообразований от шестилетних детей к семилетним, но связанные при этом индивидуальными различиями и педагогически вложенным в них родителями потенциалом.

Специфика дифференцированного подхода в обучении младших школьников зависит от уровня их индивидуальной готовности к школьному обучению и в профессионализме педагога, так как его применение предполагает владением современными методиками, техниками и диагностическими приемами, что позволяет более эффективно организовать учебный процесс.

Литература:

1. Азарова О. А. Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста // <http://dohcolonoc.ru/stati/1957-psikhologo-pedagogicheskie-osobennosti-detej-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html>.
2. Барабанова М. С. Проблемы психологической готовности дошкольников к обучению в школе // Вопросы дошкольной педагогики. — 2016. — № 1. — С. 1–3.
3. Богданова В. В., Бондаренкова Е. В. Роль когнитивного развития в формировании психологической готовности к обучению в школе детей старшего дошкольного возраста // Теоретико-методологические и прикладные аспекты социальных институтов права, экономики, управления и образования. Материалы Всероссийской научной конференции с международным участием. Гуманитарно-социальный институт. — 2016. — С. 171–176. <http://elibrary.ru/item.asp?id=26479110>.
4. Болотова А. К., Молчанова, О. Н. Психология развития и возрастная психология. — М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2012. — 526 с.
5. Венгер Л. А. Психологические вопросы подготовки детей к обучению в школе, «Дошкольное воспитание». — М.: Просвещение, 2009. — 289 с.
6. Григорьев Г. П., Пушакова Е. В. Исследование психологической готовности дошкольников к обучению в школе // Современные проблемы развития образования и воспитания молодежи. Сборник материалов XII международной научно-практической конференции. — 2016. — С. 11–19. <http://elibrary.ru/item.asp?id=26667077>.
7. Карабанова О. А. Возрастная психология. Конспект лекций. — М.: МГУ имени М. В. Ломоносова, 2011. — 236 с.
8. Кравцова Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. — М.: Педагогика, 2007. — 145 с.
9. Першина Л. А. Возрастная психология. — М.: Академический Проект: Альма Матер, 2015. — 256 с.
10. Реализация ФГОС в дошкольном образовании: достижения, проблемы: материалы всероссийской научно-методической конференции / Л. Р. Адилова [и др.]. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2015. — 223 с. <http://www.iprbookshop.ru/49933>.

Проблема неприятия собственного тела как распространенное явление среди современной молодежи

Наговицына Елизавета Андреевна, студент;

Петунц Лусине Араиковна, студент;

Рохлов Андрей Евгеньевич, студент

Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н. И. Пирогова (г. Москва)

Актуальность исследования: в современном обществе внешнему облику человека придается чрезвычайно большое значение, что заставляет людей требовательней относиться к своему телу, в связи с этим, с каждым годом растет процент неудовлетворенных своим телом в особенности среди молодежи.

Гипотеза исследования:

Неприятие собственного тела в большей степени формируется под воздействием современных социокультурных стереотипов.

Объект исследования: проблема неприятия собственного тела

Предмет исследования: проблема неприятия собственного тела, как распространенное явление среди современной молодежи

Цель исследования: исследование факторов, влияющих на неприятие своего тела молодыми людьми.

Задачи исследования:

- 1) выявить и проанализировать факторы, влияющие на неприятие своего тела молодыми людьми;
- 2) разработать оригинальную анкету для выявления неудовлетворенностью собственным телом среди молодежи;

3) изучить степень влияния современных социокультурных стереотипов, влияющих на неприятие собственного тела среди молодежи.

Исследование уровня неудовлетворенности собственным телом среди молодежи

Изучение вопросов уровня неудовлетворенности собственным телом потребовало исследования мнения молодых людей в возрасте от 14 до 25 лет. Социологический опрос был проведен с помощью оригинальной анкеты, размещенной в сети Интернет.

Анкета содержала в себе несколько типов вопросов (с одним или несколькими вариантами ответа), в которых была возможность добавить свой вариант. Также использовались открытые вопросы, для того, чтобы респонденты смогли дать развернутый ответ для более глубокого изучения отношения респондента к исследуемой проблеме.

Выборка исследования составила 245 респондентов. После основного отборочного вопроса «Хотели бы Вы что-то изменить в своем теле?» количество участников сократилось до 200 человек, которые в свою очередь были разделены на 4 группы в зависимости от пола и возраста:

Таблица 1. Общее число опрошенных респондентов

1 группа	Девушки 14–19 лет	50 человек
2 группа	Юноши 14–19 лет	50 человек
3 группа	Девушки 20–25 лет	50 человек
4 группа	Юноши 20–25 лет	50 человек

Сравнение общественного мнения происходило между половозрастными группами. Первый блок вопросов был посвящен отношению, уровню удовлетворенности и способами изменения и улучшения собственного тела.

По вопросу о степени удовлетворенности своим внешним обликом, неудовлетворенность собственным телом прослеживается в большей степени у девушек в возрасте от 14 до 19 лет и от 20 до 25 лет, нежели у мужчин в возрасте от 14 до 19 лет и от 20 до 25 лет, молодые люди относятся к своему телу более терпимее, прослеживается умеренная неудовлетворенность у юношей 14–19 лет, зачастую это связано с преобразованиями, происходящими с телом в пубертатный период (появление жировых отложений, угрей и т.д.), что в большинстве случаев проходит с преодолением данного периода. У девушек тоже происходят значительные изменения в пубертатном воз-

расте, что зачастую влияет на их неудовлетворенность своим телом, в возрасте от 14 до 19 лет. Но зачастую девушки больше гиперболизируют свою неудовлетворенность, что сказывается на их неприятии своего тела, на протяжении разных возрастных этапов, что прослеживается в возрасте от 20 до 25 лет.

Желание что-либо изменить в своем теле распределяется следующим образом, в возрасте от 14 до 19 лет у девушек 85%, у юношей 49%, в возрасте от 20 до 25 лет у девушек 72%, у мужчин 38%. Такой высокий процент неудовлетворенности своим телом обусловлен гендерными стереотипами, внушаемыми в детстве. Девочкам прививают, что их ценность заключается в красоте и изяществе, а мальчикам, что они должны быть сильными и мужественными, а сила в первую очередь проявляется в мускулистом телосложении.

Таблица 2. Степень удовлетворенности собственным телом

	Девушки 14–19 лет	Девушки 20–25 лет
Полностью удовлетворен	3%	8%
Скорее удовлетворен	37%	39%
Скорее неудовлетворен	47%	43%
Полностью неудовлетворен	13%	10%
	Юноши 14–19 лет	Мужчины 20–25 лет
Полностью удовлетворен	17%	36%
Скорее удовлетворен	50%	48%
Скорее неудовлетворен	25%	14%
Полностью неудовлетворен	8%	2%

Также были выявлены наиболее проблемные части тела, требующие изменения. Девушки в возрасте от 14 до 19 лет, к наиболее проблемным частям относят живот — 16%, грудь — 15% и лицо — 14%, девушки в возрасте от 20 до 25 лет: живот — 17%, бедра — 16%, лицо — 15%. Юноши в возрасте от 14 до 19 лет к наиболее проблемным относят: мускулатура тела — 33%, торс — 25%, кожа — 19%. Мужчины в возрасте от 20 до 25 лет: мускулатура тела — 42%, тело в целом — 22% и торс — 20%. Молодые люди большой акцент делают на физической силе и мускулистой фигуре, что согласно общественному мнению является признаками мужественности. Девушки, более чувствительны к своей внешности и фигуре, по мнению общественности, в этом проявляется их женственность.

Результаты показали, что, по мнению опрошенных, наиболее популярными способами улучшения внешнего облика являются для респондентов в возрасте от 14 до 19: занятия спортом (девушки — 30%, юноши — 56%), здоровый образ жизни (девушки — 25%, юноши — 23%), диета (девушки — 22%, юноши — 13%) и услуги кос-

метолога (девушки — 15%, юноши — 3%). Среди опрошенных 20–25 лет наиболее популярными вариантами ответа стали: занятия спортом (девушки — 35%, мужчины — 56%), здоровый образ жизни (девушки — 20%, мужчины — 18%) и диета (девушки — 19%, мужчины — 13%).

Мысли о несоответствии принятым в обществе стандартам красоты возникают у половины респондентов. В большей степени у девушек (42%) и юношей (22%) в возрасте от 14 до 19 лет и девушек в возрасте от 20 до 25 лет (20%), из них более 70% респондентам это портит настроение и доставляет дискомфорт, мужчины от 20 до 25 напротив меньше склонны задумываться об этом (9%). Главную роль в создании культа внешней привлекательности и навязывании шаблонов и идеалов, безусловно, играют современные стандарты красоты. Усвоение стандартов и эталонов внешней привлекательности несомненно вносит существенный вклад в возникновение у людей (прежде всего, у подростков и молодежи) хронической неудовлетворенности собственной внешностью.

Таблица 3. Степень несоответствия современным стандартам красоты

	Юноши 14–19 лет	Девушки 14–19 лет
Иногда думаю об этом	19%	31%
Часто посещают такие мысли	22%	42%
	Мужчины 20–25 лет	Девушки 20–25 лет
Иногда думаю об этом	15%	30%
Часто посещают такие мысли	9%	20%

Наиболее влияющими факторами, ведущими к формированию неприятия своего тела, являются для респондентов в возрасте от 14 до 19 лет: современные стандарты красоты (девушки — 39%, юноши — 31%) и мнения сверстников (девушки — 25%, юноши — 34%). Среди опрошенных 20–25 лет наиболее распространенными вариантами ответа стали: современные стандарты красоты (девушки — 45%, мужчины — 33%) и личные убеждения респондентов (девушки — 15%, мужчины — 30%). Главным фактором у всех групп респондентов яв-

ляются навязываемые стандарты привлекательности, с развитием масс-медиа, это приобретает повсеместный характер.

С последствиями неприятия своего тела столкнулось 15% из всех опрошенных, из них более 90% это девушки в возрасте от 14 до 19: депрессия — 5%, анорексия — 3%, булимия — 2% и девушки от 20 до 25: депрессия — 6%, анорексия — 6%. Это объясняется тем, что девушки наиболее остро переживают неудовлетворенность собственным телом, и в погоне за идеалом подвергают себя

большому риску появления негативных последствий неприятия своего тела. Мужчины более терпимы по отношению к своему облику, из последствий, с которыми сталкивались молодые люди — депрессия: юноши (5%) в возрасте от 14 до 19, и мужчины (4%) в возрасте от 20 до 25 лет.

Для более 85% респондентов имеет значение внешний облик партнера, в большей степени для опрошенных 20–25 лет: важен внешний облик (девушки — 46%, мужчины — 43%), частично важен (девушки — 46%, мужчины — 46%). В меньшей степени имеет значение внешний облик для респондентов 14–19 лет: важен внешний облик (девушки — 28%, юноши — 38%), частично важен (девушки — 60%, юноши — 60%).

Постоянно сравнивают себя с современными эталонами красоты 37% девушек, в возрасте от 14 до 19 лет и 40% девушек, в возрасте от 20 до 25%, юноши в возрасте от 14 до 19 лет 20% и мужчины от 20 до 25 лет лишь 11%. Постоянное сравнение девушек обуславливается, тем, что общество постоянно диктует всё более требовательные идеалы красоты именно к женщине, а не к мужчине, потому что, от привлекательности девушки, по мнению сложившихся общественных стереотипов, зависит её успех.

В вопросе о представлении внешности «идеальной женщины», наиболее популярными ответами среди всех 4 групп респондентов стали:

- стройное, подтянутое тело — 45%
- параметры фигуры «90–60–90» — 32%
- красивые округлые формы — 17%
- тело и лицо «без дефектов» — 16%

Данные ответы подтверждают, стереотипные представления современной молодежи о внешнем облике, что зачастую что зачастую ведет к неудовлетворенности своим телом и неприятию его.

В вопросе о представлении внешности «идеального мужчины», наиболее популярными ответами среди всех 4 групп респондентов стали:

- мускулистое тело — 38%

- как комфортно самому мужчине — 27%
- рост выше среднего — 19%

Данные ответы подтверждают, стереотипные представления современной молодежи о внешнем облике, в особенности, более требовательному отношению общества к идеалу женщины, это объясняет то, почему процент неудовлетворенных своим телом девушек, значительно выше, чем мужчин.

Заключение

Таким образом, внешнему облику человека придается чрезвычайно большое значение, наиболее ценными становятся видимые поверхностные атрибуты привлекательности.

Ключевым фактором в создании культа внешней привлекательности играют современные стандарты красоты. Усвоение стандартов и эталонов внешней привлекательности, несомненно, вносит существенный вклад в возникновение у людей, прежде всего, у подростков и молодежи, неудовлетворенность собственной внешностью.

Основываясь на результаты исследования можно сделать выводы о том, что:

1. В ходе исследования мною были выявлены факторы, влияющие на возникновение неприятия собственного тела среди молодых людей. В большей степени оказывают воздействие, сложившиеся в обществе стандарты привлекательности и мнения сверстников. У молодых людей, возрастает значимость внешности в структуре ценностей индивида, от этого зависит успешность их межличностного общения, а также складывание позитивной самооценки;
2. Степень влияния современных социокультурных стереотипов очень велика, это обуславливается быстрым развитием масс-медиа, и популяризацией определенных эталонов красоты, что подтверждает гипотезу исследования;
3. Наиболее высокий уровень неприятия своего тела у девушек, юноши более терпимы к своему внешнему облику.

Проблема профилактики сохранения психологического здоровья семьи онкологического больного

Панкова Ольга Александровна, студент магистратуры
Новосибирский государственный педагогический университет

Семья онкологического больного сталкивается с факторами объективного и субъективного характера, которые влияют на качество жизни, как самих членов семьи, так и на качество жизни больного родственника. Проблема разработки профилактических мероприятий направленных на сохранение психологического здоровья семьи онкологического больного Психолого-педагогическая поддержка является единственной службой паллиативной медицины способной повлиять на эмоциональное состояние членов семьи, помочь ей найти внутренние и внешние ресурсы, для дальнейшего проживания тяжелой жизненной ситуации — болезни близкого человека.

Ключевые слова: психолого-педагогическая поддержка, гипернозогнозия, гипонозогнозия, психологическое сопровождение, психогенные реакции.

Ситуация смертельной болезни близкого человека является экстремальной. Б. Беттельгейм, определил экстремальную ситуацию как совокупность условий и обстоятельств, выходящих за рамки обычных, которые затрудняют, или делают невозможным жизнедеятельность индивидов и социальных групп [3]. Ситуацию смертельной болезни близкого человека можно причислить и к тяжелой жизненной ситуации, которая объективно нарушает жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию, одиночество и тому подобное), которую он не может преодолеть самостоятельно [4]. Подразделяясь на объективную (независимую от желаний индивидуума) и субъективную (провоцирующую определенные эффекты перцепции и эмоционального отношения), ситуация вносит элементы влияющие как на конструктивное функционирование семьи в целом, так и на психическое функционирование, как самого больного, так и отдельных членов его семьи. Субъективная ситуация болезни родственника вносит изменения в структуру взаимоотношений членов семьи: меняются их роли и функции, в первую очередь тех, на которых возложен уход за больным родственником. Ухаживающий за больным переживает эмоциональный дискомфорт, часто, испытывает хроническую усталость, (особенно если лишен поддержки, по каким-либо причинам, других членов семьи). Возможна гиперответственность за больного, а возможно — чувство агрессии по отношению к нему. Чувство вины появляется по поводу испытываемой ухаживающим членом семьи агрессии, восприятия состояния больного, как обузы. Очень часто другие члены семьи оказываются в «слепой зоне внимания»: дети, супруг или супруга. Ухудшается характер взаимоотношений; могут возникнуть ситуации взаимных претензий и перекладывания вины. Обедняются социальные контакты семьи: болезнь члена семьи нарушает сложившиеся взаимоотношения с друзьями и знакомыми. Объективные факторы проживания семьей ситуации болезни близкого родственника переплетаются с субъективными факторами реагирования на данную ситуацию, что проявляется в поведенческой реакции семьи на ситуацию: поведенческий акт является результатом эмоциональной оценки, или — перцепции ситуации: «Человек реагирует на ту ситуацию, которая складывается в его сознании, и так, как он ее себе интерпретирует...от субъективной оценки ситуации, зависит логика ее развития» [5]. Длительное переживание отрицательных эмоций возникающих в кризисной ситуации смертельного заболевания близкого человека, оказывает разрушающее воздействие на психическое здоровье, как самого больного, так и членов его семьи: запускается механизм, формирующий возникновение психосоматических заболеваний. На фоне стрессового реагирования на ситуацию болезни близ-

кого, обостряются хронические заболевания у отдельных членов семьи.

Психика ищет выход, способ сохранения организма от разрушительных эмоций. Срабатывают блоки психологических защит, в первую очередь — отрицания серьезности проблемы: гипонозогнозия (низкая значимость по поводу переживания серьезности состояния больного). Этот вид психологической защиты, скорее всего, сработает у члена семьи, испытывающего к больному особо близкие чувства, сильную привязанность. Такая позиция отношения к актуальному состоянию больного (несмотря на ее деструктивный характер), будет способствовать неким стабилизатором эмоционального состояния самого члена семьи, а так же больного родственника. Данное «прекраснодушие» носит временный характер. Отношение к болезни по типу гипернозогнозии, так же является психологической защитой — бегство в «бурную деятельность», избегание мысли о непоправимости ситуации. Этот вид психологической защиты, так же, как и в случае гипонозогнозии, будет определяться такими субъективными факторами как: сильная эмоциональная взаимосвязь, ответственность за судьбу близкого, чувство вины — один «уходит» и оставляет другого, а другой «остается» и ничего не может сделать для «уходящего». Но, формирование того или другого типа отношения к состоянию больного родственника, и далее — формирование соответствующего копинг поведения, зависит от личностных, характерологических особенностей родственника. В настоящее время собрано достаточно практического материала о влиянии психотипа личности, особенностей его личности — характерологической сферы, на процесс возникновения и протекания у человека заболевания [1, 2, 5]. Перцепция информации, формирование определенного копинг поведения, стиль совладания с тяжелой жизненной ситуацией, также зависит от индивидуальных особенностей характера человека и его психотипа в целом.

Контролирование собственного эмоционального состояния, избегание эмоциональных срывов на информацию, ситуацию в целом, требует от человека определенной рефлексивной работы. Научение членов семьи приемам саморегуляции, методам «отстранения» от актуального события смертельно больного родственника, поискам внутренних ресурсов; все эти моменты, составляющие такое направление психологической службы, как — профилактика, не нашло применение в работе психолога паллиативной медицины. Психолог работает с уже имеющимися реакциями членов семьи. Профилактика аффективных эмоциональных реакций у членов семьи, пока еще остается «белым пятном». В результате мы видим последствия этой «недоработки», формирование своеобразной гипонозогнозии в вопросе важности профилактических мероприятий в работе психолога

паллиативной службы с семьей онкологического больного. Депрессивные состояния, формирования пост-травматического синдрома у некоторых членов семьи, суицидальные попытки, подрыв психологического здоровья и развитие психосоматических заболеваний — результат

недооценки профилактики и предупреждающего информирования семьи о возможных трудностях объективного и субъективного характера, с которыми ей придется столкнуться, в ситуации смертельного заболевания близкого человека.

Литература:

1. Гнездилов А. В. Психология и психотерапия потерь. Пособие по паллиативной медицине и сказкотерапии для врачей, психологов, волонтеров и всех интересующихся проблемой. К.: АДЕФ — Украина, 2013. 256
2. Былкина Н. Д. Развитие зарубежных психосоматических теорий // Психологический журнал. — 1997. — № 2.
3. Психологическая защита по Бруно Беттельгейму / по материалам статьи Максимова М., На грани — и за ней. Поведение человека в экстремальных условиях, журнал «Знание—сила», 1988 г, №3, с. 73—79., источник vikent.ru
4. Статья 3 Федерального закона от 10.12.1995 № 195-ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации»
5. Лурия Р. А. Внутренняя картина болезни иатрогенные заболевания//Хрестоматия по патопсихологии/под ред. Зейгарник Б. В. 1981. К.: АДЕФ — Украина, 2013. 256
6. Магнуссон Д. Ситуационный анализ: Эмпирические исследования соотношений выходов и ситуаций // Психол. журн. 1983. № 2. С. 29—54.
7. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: В 2 т. М., 1986. Т. 1. С. 32

Психологическая помощь молодым матерям: актуальность, направления и особенности

Сударикова Татьяна Юрьевна, студент магистратуры
Российский государственный социальный университет (г. Москва)

Материнство в молодом возрасте является важным событием, в корне меняющим привычный уклад жизнедеятельности женщины, и тем самым — оказывающим существенное влияние на ее психологическое состояние. Степень данного влияния и его характер во многом зависят от психологической готовности к материнству, но даже те матери, которые имеют развитую и устойчивую психологическую сферу часто недооценивают психологическую нагрузку в связи с изменением своего социального статуса. Отсюда актуальность психологической помощи молодым матерям можно назвать повсеместной, полезной для каждой молодой женщины, обретшей статус матери, с поправкой на степень потребности психологической помощи и ее конкретные направления, отличающиеся в каждом конкретном случае.

По данным Министра труда и социальной защиты России, средний возраст женщин, впервые забеременевших, на 2017 год составляет 25,5 лет [1]. Данные Всемирной организации здравоохранения свидетельствуют о том, что ежегодно у женщин в возрасте 17—23 лет рождаются 13 млн. Детей [2]. При этом, как отмечают исследователи, сегодняшнее психологическое развитие молодых людей отстает от их физиологического развития в среднем на 5—6 лет [3]. Вне зависимости от причин данной тенденции, отложенное решение иметь детей приводит к осознанию недостаточной самореализованности

женщины и глубокому личностному кризису, который зачастую обостряется в период вынашивания ребенка и приводит к внутриличностным противоречиям, с которыми молодая мама не всегда может справиться самостоятельно и потому нуждается в профессиональной психологической поддержке. Важность оказания психологической помощи молодым матерям обуславливается многими факторами, широко обсуждаемыми в научной литературе:

1) Частой психологической неготовностью к материнству в молодом возрасте, особенно в случаях незапланированной беременности, что даже при благополучном социальном положении молодой матери (материальной обеспеченности, наличии образования и т.д.) может привести к возникновению психологических проблем [4];

2) Нередко необъективным представлением молодой матери о процессе материнства, который идеализируется и романтизируется средствами массовой информации, рекламой, и представляется как исключительно благоприятный и позитивный период, лишенный трудностей, при столкновении с которыми молодая мать может быть фрустрирована [5];

3) Возникновением неожиданных ситуаций, при которых молодой матери приходится сталкиваться с трудностями, к которым она была не готова заранее (например, рождение нездорового ребенка, уход отца ребенка из семьи или его неготовность к браку, и т.д.) [6];

4) Множеством негативных последствий игнорирования выраженных психологических проблем у молодых матерей, приводящих к депрессии, самоубийству, убийству ребенка и другим крайне негативным последствиям [7].

Названные факторы позволяют сделать вывод об актуальности таких аспектов психологической помощи молодым матерям, как:

- необходимость организации психологической диагностики молодых матерей для своевременного выявления психологических проблем и предупреждения их негативных последствий, что крайне затруднительно в действующих условиях медицинского сопровождения беременности и родов: общение молодой матери с психологом не является обязательным, из-за чего многие случаи проблем обнаруживаются уже при их выраженном состоянии, нежели как следствие добровольного желания молодой матери получить психологическую помощь;

- необходимости структуризации направлений и особенностей оказания психологической помощи молодым матерям, которые будут учитывать отличия данного вида

помощи от психологического сопровождения матерей в целом (без учета возрастного фактора).

Для анализа направлений и особенностей оказания психологической помощи молодым матерям целесообразно использовать субъектный и функциональный подходы. В рамках субъектного подхода обозначим направления, дифференцируемые по особенностям самого субъекта психологической помощи — молодым матерям различных социальных категорий, в системе функционального подхода разделим виды психологической помощи по сферам личностных и социальных потребностей женщин, являющихся молодыми матерями.

Субъектная дифференциация молодых матерей позволяет охарактеризовать специфику психологической помощи в плане социальных условий жизнедеятельности, существенно влияющих на содержание психологической помощи и порядок ее оказания. В рамках настоящего исследования предлагается двухуровневая классификация молодых матерей, нуждающихся в психологической помощи, по признаку субъекта (рис. 1).



Рис. 1. Классификация молодых матерей, нуждающихся в психологической помощи, по субъектному признаку

На первом уровне классификации, согласно представленной схеме, молодые матери разделяются на тех, кто имеет благополучный социальный статус и неблагополучный. Под благополучным социальным статусом понимается жизненная ситуация, при которой женщина — молодая мать здорового ребенка, является достаточно материально обеспеченной, образованной, имеющей пригодное для проживания с ребенком жилье, находящаяся в позитивных (желательно состоящая в браке) отношениях с отцом ребенка, не имеющая серьезных проблем со здоровьем. На втором уровне классификации данная категория субъектов разделяется на тех матерей, которые при наличии благоприятного социального статуса имеют психологические проблемы сугубо личностного характера (никак не связанные с социальным статусом), и тех, которые нуждаются в психологической помощи в профилактических целях, без наличия выраженных психологических проблем.

Молодые матери, относящиеся к неблагополучной категории, на втором уровне классификации разделяются на следующие группы, каждая из которых характеризуется необходимостью выработки соответствующей тактики психологической помощи:

1. Молодые матери, собственный социальный статус которых имеет достаточно благоприятные признаки, но ребенок которых родился с серьезными заболеваниями или приобрел их на первых годах жизни, что мешает процессу его физиологического и интеллектуального взросления и требует режима особого ухода со стороны матери;

2. Молодые матери, ориентированные на благополучную жизнедеятельность в плане личных устремлений и социальных установок, но на момент оказания психологической помощи являющиеся малообеспеченными и (или) не имеющими жилья, возможности материального обеспечения ребенка всем необходимым, находящиеся в негативных отношениях с отцом ребенка;

3. Молодые матери, ориентированные на деструктивное (девиантное) поведение, что проявляется на уровне различных психологических аспектов личности (например, крайне выраженные негативные акцентуации характера) или в образе жизни (алкоголизм, наркомания, преступность и т.д.).

Рассматривая молодую мать как субъект психологической помощи, необходимо понимать, что ее отношение к той или иной субъектной группе будет означать наличие соответствующих проблем как личностного характера, так и бытового, средового, социального, в свою очередь оказывающих позитивное или негативное влияние на личность, предупреждая или стимулируя возникновение психологических трудностей, справиться с которыми должен помочь психолог.

Функциональный подход к дифференциации направлений психологической помощи молодым матерям опирается на структурное разграничение личностной сферы по трем ее основным компонентам — когнитивному, личностно-эмоциональному и поведенческому [8]. При этом,

предлагается учитывать и смежные сферы жизнедеятельности личности, которые могут иметь самостоятельные проблемные аспекты, или проблемные аспекты, опосредованно влияющие на личность: физические и социальные (рисунок 2).

Триада компонентов личностной сферы соответствует «Я-Концепции» личности, сформированной в русле гуманистической и феноменологической психологии. Когнитивный компонент личности объясняет мнения и установки, способы обращения личности к знаниям о них. Эмоциональный компонент характеризует аффективное (чувственное) отношение к объектам и явлениям, механизмы формирования эмоциональных оценок по отношению к ним. Поведенческий компонент показывает готовность субъекта осуществлять конкретную деятельность и реализовывать определенную поведенческую модель. Что касается внеличных компонентов, физический отражает состояние здоровья субъекта, непосредственно влияющее на его личностную сферу, а социальный компонент — включенность субъекта в нормальную социальную жизнедеятельность [9].

Направления психологической помощи, разделенные по названным компонентам, позволяют психологу осуществлять внутреннюю дифференциацию психологических проблем и выбирать наиболее подходящие средства оказания психологической помощи молодым матерям. На когнитивном уровне психолог должен способствовать осознанию молодой матерью специфики собственного поведения и особенностей эмоциональных реакций, возникающих вследствие тех или иных ситуаций во взаимодействии с ребенком и другими субъектами (например, супругом), частоту их повторяемости, уровня их адекватности и актуальности.

На уровне личностно-эмоциональной сферы процесс психологической помощи направлен на обеспечение эмоциональной помощи молодым матерям со стороны психолога, поддержку в процессе совместного переживания позитивных эмоций, связанных с рождением ребенка; получение помощи и поддержки; осознание искренних чувств к своему «Я», своему ребенку и близким людям; свободное выражение переживаемых эмоций; умение точного понимания принятия и вербализации своей чувственной сферы; формирование эмоционально благоприятного самоотношения и отношения к своему ребенку.

Стабилизация поведенческой сферы личности молодой матери с точки зрения психологической помощи предполагает оказание поддержки в распознавании неадекватных стереотипов поведения, касающихся заботы о собственном здоровье; способствование в приобретении навыков приятного и свободного общения; развитие таких качеств взаимодействия с окружающими, как сотрудничество, ответственность и независимость; усвоении форм поведения, способствующих конструктивной адаптации ребенка и его жизнедеятельности.

На уровне физического компонента психолог определяет, каким образом здоровье женщины — молодой ма-



Рис. 2. Направления психологической помощи молодым матерям, дифференцированные по функциональному признаку

тери, оказывает влияние на психологическое состояние (например, после родов здоровье женщины могло ухудшиться, в то время как до родов женщина не имела проблем со здоровьем), на уровне социального компонента — то, каким образом активность и содержание социальной жизнедеятельности молодой матери способствует благоприятности ее психологического состояния.

Отдельно отмечу, что на уровне социального компонента психологу важно идентифицировать качество взаимодействия молодой матери с ее ближайшим социальным окружением — семьей, родственниками, друзьями, ха-

рактер общения с которыми во многом влияет на психологическое состояние молодой матери. Например, молодая женщина, ставшая матерью, может в результате повышенной загруженности уходом за ребенком перестать общаться с друзьями и тем самым — оказаться в состоянии социальной изоляции, чувствовать себя заложником материнства и испытывать негативные эмоции. Аналогично, характер общения молодой матери с ее собственными родителями может оказывать влияние на психологическое состояние матери (при всесторонней поддержке со стороны родителей — позитивное, и негативное в обратном случае).

Литература:

1. В России возраст рождения первого ребенка увеличился до 25,5 лет // газета.ru: ежедневное интернет-издание. 2017. [электронный ресурс] — Режим доступа. — URL: https://www.gazeta.ru/social/news/2017/01/31/p_9629513.shtml (Дата обращения: 22.02.2019)

2. Моисеева Н. В. Молодые мамы: подарок судьбы или наказание // Российская наука и образование сегодня: проблемы и перспективы. 2015. № 4. С. 53–57.
3. Литвина К. Ю., Павлова Л. А. Раннее материнство // Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2016. № 5. С. 565–568.
4. Литвинова Н. Ю. Проблема продвижения ценностей семьи в молодежной аудитории // Научно-методический журнал «Наука и образование: новое время». 2018. № 2 (9). С. 70–75.
5. Якупова В. А., Бухаленкова Д. А. Регуляторные функции и послеродовая депрессия: обзор исследований // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2018. Т. 11. № 3. С. 57–63.
6. Ефимова А. А., Чеботарева Е. Ю. Феномен одинокого материнства: взгляд изнутри // Психология и психотерапия семьи. 2018. № 3. С. 5–17.
7. Ростовская Т. К., Шимановская Я. В. Феномен юного материнства: проблемы, тенденции // Локус: люди, общество, культуры, смыслы. 2017. № 1. С. 119–125.
8. Адушкина К. В., Зыкина М. В. Особенности психологического сопровождения беременных женщин // Психология семьи в современном мире. 2017. № 2. С. 15.
9. Булгаков В. М. Направления изучения образа «Я» в структуре самосознания личности // В сборнике: Проблемы личности в современном мире Сборник научных трудов по итогам Международной научно-практической конференции. Кафедра социальной психологии и акмеологии института педагогики и психологии Орловского государственного университета имени И. С. Тургенева. 2017. С. 159.

Психолого-педагогическое сопровождение в детском объединении социально-педагогической направленности «Комсомольцы»

Ханбекова Александра Сергеевна, педагог дополнительного образования

Структурное подразделение дополнительного образования детей Центр детского творчества ГБОУ СОШ пос. Кинельский (Самарская обл.)

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, дополнительное образование, ученическое самоуправление.

В современном обществе стремительно возрастает необходимость в воспитании творческой, креативной, неординарно мыслящей личности. Главной ценностью становится личность человека, его внутренний мир, специфика индивидуального процесса познания и обретения опыта эмоционально-ценностных отношений. То есть целью образования становится развитие индивидуально-личностных качеств подростков, его творческих способностей и формирование культуры личности.

Независимый выбор подростка объединения по интересам, неформальное общение, отсутствие жестких рамок и правил делают дополнительное образование привлекательным для ребенка и подростка. Это именно та область, где ребята получают возможность индивидуального развития тех способностей, которые не всегда получают поддержку в учебном процессе, но обязательно будут отмечены в системе дополнительного образования. Дополнительное образование, прежде всего, направлено на становление творческой активности ребенка.

В процессе дополнительного образования не ограничена возможность создания успешной ситуации для каждого ребенка, что хорошо сказывается на воспитание, развитие и укрепление его личностно-индивидуального достоинства. Все это возможно благодаря правильно по-

строенного психолого-педагогического сопровождения всех участников учебно-воспитательного процесса.

Целью психолого-педагогического сопровождения заключается в сохранении психологического здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса; создании социально-психологической ситуации для самораскрытия и самореализации личности в условиях дополнительного образования; формировании психологической культуры обучающихся, родителей, и педагога.

Исходя из цели, были определены основные **задачи** психологического сопровождения:

- формирование способностей к взаимопониманию;
- развитие навыков конструктивного общения;
- формирование чувства ответственности и самостоятельности;
- стимулирование познавательной активности;
- тренировка навыков саморегуляции;
- развитие творческого мышления;
- формирование чувства уверенности в себе;
- формирование системы представлений и знаний о себе и своих возможностях.

Сопровождение основывается на следующих принципах:

1. **Принцип личностного подхода** — формирование личности рассматривается в единстве с физическим и психическим развитием.

2. **Принцип непрерывности** — воспитание является многосторонним и разнофакторным процессом, который не ограничивается ни временными, ни возрастными рамками.

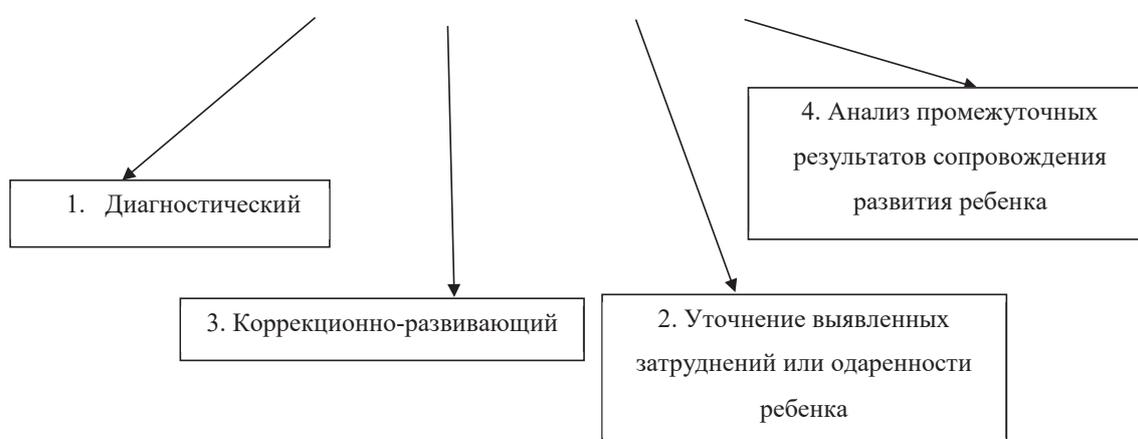
3. Принцип психологической комфортности предполагает снятие стрессообразующих факторов учебного процесса, создание на занятиях такой обстановки, которая раскрепощает детей, где они могут почувствовать себя «как дома». Психологический комфорт необходим не только для развития ребенка, но и усвоения им новых знаний.

4. Принцип вариативности предполагает развитие у воспитанников вариативного мышления, то есть понимание возможности различных **вариаций** решения задачи, умение осуществлять систематический перебор вариантов, сравни-

вать их и находить оптимальный. Обучение, в котором реализуется принцип вариативности, снимает у обучающихся страх перед ошибкой, учит воспринимать **неудачные ситуации** не как трагедию, а как **толчок для** ее исправления.

5. Принцип творчества (креативности) — максимальная ориентация на творческое начало в учебной деятельности обучающихся, приобретение ими собственного опыта творческой деятельности, умение создавать новое, находить **неординарное** решение **актуальных вопросов** стали сегодня неотъемлемой составной частью реального жизненного успеха любого человека. Поэтому, развитие творческих способностей приобретает в наши дни общеобразовательное значение.

Основные этапы психолого-педагогического сопровождения:



Диагностический этап предполагает открытие, констатацию затруднений в развитии ребенка или его интересов, которые могут поступить от родителей, учителей.

При этом педагоги с родителями определяют индивидуальные особенности каждого ребенка, где учитываются 5 направлений:

- социально-коммуникативное;
- познавательное;
- речевое;
- физическое.

Занятия в молодежном объединении «Комсомольцы» Центра детского творчества м.р. Кинельский нацелены на развитие активистов ученического самоуправления как одной из составляющей частей государственно-общественного управления образованием. В результате данной программы у подростков устанавливаются личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия, у ребят появляется мотивация к участию в жизни образовательного учреждения, вырабатывается позитивное отношение к основным ценностям ученического самоуправления.

Программа ученического актива призвана способствовать развитию лидерских качеств, навыков сознательного принятия решений, основных координирующих функций, технологиям высокоэффективной работы в группе, ко-

торые будут полезны школьникам при работе в ученическом самоуправлении образовательной организации. Особое внимание уделяется обучению технологиям социального проектирования, как реализации системно-деятельностного подхода, предполагаемого в качестве основы системы организации образования согласно ФГОС.

Программа направлена на обеспечение самоопределения личности, создание условий для её самореализации. Программа соответствует современным образовательным стандартам и принципам обучения — индивидуальности, преемственности, доступности и результативности.

Особое место отводится разнообразным играм направленным на эмоциональный фон, сплочение команды, ролевые игры с готовым содержанием и правилами. Многие из них развивают определенное психическое развитие ребенка: мышление, память, воображение, внимание, способность к самоконтролю, сравнению, классификации.

Чтобы получить желаемый результат от подростков, мы обыгрываем ситуации, разыгрываем роли, рассматриваем проигранные ситуации и анализируем их.

Ребята, посещающие третий год обучения молодежного объединения, самостоятельно разрабатывают и готовят мероприятия для учеников школы. Например: акция «Молодежь выбирает здоровье!», «Добровольчество — это МЫ!» проводят «Школу актива» и др.

Высокая мотивация на занятиях, доброжелательное отношение, игры, возможность создавать, творить, выдумывать, не ставя подростков в рамки и правила, повы-

шают психологический климат на занятиях, а как следствие, ребята будут всегда с настроением посещать объединения.

Литература:

1. Анжелес Б, Как изменить свою жизнь. Формула счастья.
2. Вачков В. И. Психологический тренинг. М. «Эксмо». 2010г
3. Смородинова с. В., Иванова К. А. Программа обучения и воспитания ученического актива «Прогресс УС» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://mosmetod.ru/>
4. Шавшаева Л. Ю. Психологическое сопровождение деятельности педагога в дополнительном профессиональном образовании. 2014 г.

Психологическое воздействие и способы противодействия

Шевченко Ольга Ивановна, кандидат педагогических наук, сотрудник;

Газзаев Алан Валерьевич, сотрудник

Академия Федеральной службы охраны Российской Федерации (г. Орел)

В статье рассматривается информационное воздействие, которое создает угрозу для развития личности и отстраняет индивида от социума, создает дефицит живого общения, что может привести к перепрограммированию сознания и расстройству психического состояния человека. Отмечается, что информационное воздействие часто имеет психологический характер и определяет поведение человека опосредованно, посредством психических механизмов человеческого мозга. В статье кратко описаны основные методы психологического воздействия и его крайние формы, приведены яркие примеры этого воздействия на основе последних событий в мировом обществе. Актуальность изучения данной темы можно констатировать по появлению фильмов, действиям иностранных государств в области освещения мировых событий, выступлениям различных общественных деятелей, говорящих о наличии информационного воздействия и манипуляций сознанием. Статья представляет интерес для научных сотрудников, преподавателей, специалистов в области обеспечения информационной безопасности.

Ключевые слова: психологическое воздействие, информационно-психологическая операция, психологическая война, эффективное противодействие, информационно-психологическая безопасность.

Психологическое воздействие как реальный политико-психологический процесс направлено на подрыв социального фундамента политических оппонентов, на разрушение уверенности возможности реализации идей противника, на ослабление психологического состояния, морального духа, часто применяется в форме технологий тайного принуждения личности.

Психологическое воздействие — это:

— основной поражающий фактор информационной войны, представляющий собой воздействие информационным потоком на объект атаки;

— способ оказания влияние на отдельного индивида и на группу, которое осуществляется с целью изменения идеологической и психологической структуры сознания и подсознания, эмоциональных состояний;

— побуждения к определенному типу поведения

Основной целью психологического воздействия является изменение сознания и настроений социума от удовлетворенности и готовности поддерживать политику государства, к недовольству и разрушающим действиям в их отношении. Эта цель может достигаться разными спосо-

бами: от планирования и осуществления массовых выступлений, целью которых является свержения политического режима, до выявления интереса к социально-политическим и идеологическим конструкциям иного характера.

Ярким примером психологического воздействия можно назвать холодную войну СССР и США, которая привела к распаду СССР.

Психологическое воздействие оказывает влияние не только на индивида, но и на массовое сознание, оно является мощным оружием идеологического воздействия и пропаганды, ориентированным на подавление массового сознания, внедрения в подсознание соответствующих установок. Отталкиваясь от того, что сознание каждого индивида социума неразрывно связано с законами управления масс и правилами поведения в обществе, то можно утверждать, что данному воздействию подвержены все жители страны. Большую роль в таком воздействии на массовое психическое сознание играют средства массовой коммуникации, без них современный социум не способен существовать.

Одной из личностей способных оказывать огромное воздействие на массовое сознание был Йозеф Геб-

бельс — «Отец лжи, пиара и массовых коммуникаций». Методы и принципы ведения пропаганды и агитации, разработанные Геббельсом, можно рассматривать как примеры информационного воздействия, так как они применяются во многих областях жизни индивида: реклама, пиар, индустрия развлечений и журналистика.

Существует большое количество методов психологического воздействия. Методы воздействия на человека стали развиваться с развитием наук и техники. Из года в год огни все больше скрыты и более жестоки.

1. Психотропный террор — изучает такая наука как психотроника. *Психотроника* — область научных знаний, изучающая опосредованные сознания и процессы восприятия на дистанции взаимодействия между живыми организмами и окружающей средой.

2. *Психотропное оружие* — оружие воздействия на массы, в основе лежит принудительное разрушающее или управляющее воздействие на психику и мозг человека, самое опасное оружие, созданное когда-либо человеком. С его помощью существует возможность управлять живым объектом.

3. Психотропное оружие бездейственно без пси — оператора. *Пси* — оператор, преследующий цель запутать сознание атакуемого объекта. Способен терроризировать, подавлять волю, давать определенные указания. Может быть, как одним человеком, сидящим за специальной аппаратурой, так и группой, или специально разработанной компьютерной программой. Главной и единственной целью данной технологии является управление и подчинение индивида или его преследование.

Таким образом, пси является оператором, технологией или человеком, управляющим психотропным оружием дистанционно или при помощи специально разработанной компьютерной программы.

4. *Психотропный террор* — это комплекс мероприятий, специальные психологические операции, реализуемые с помощью информации, пропаганды и агитации, подготовленные и доводимые до объекта или группы воздействия с помощью таких форм психологического воздействия, как: печатные средства, радио и телевидение, непосредственное общение, информационные сети.

5. *Пропаганда* (лат. *propaganda* — подлежащее распространению) — распространение определенных идей с целью привлечения сторонников. При рекламном и пропагандистском воздействии под видом рациональных аргументов на индивида обрушивается эмоциональная информация.

6. *Агитация* (лат. *agitatio* — приведение в движение) — политическая деятельность в устной, печатной и наглядной форме, оказывающая воздействие на сознание и настроение масс с целью побуждения к политическим или другим действиям.

Психологическое воздействие осуществляется при помощи проведения информационно-психологических операций. *Информационно-психологическая операция* — это определенная структура навязывания картины мира, призванная обеспечить желаемые типы поведения.

В «Объединенной доктрине информационных операций», которая принята Министерством обороны США в октябре 1998 года, под информационно-психологической операцией понимаются мероприятия по воздействию на определенные группы людей и отдельные лица с помощью СМИ, разнообразной печатной, аудио- или видеопродукции, а также путем личного общения с целью вызвать у них такое настроение или поведение, которые способствовали бы достижению политических и военных целей.

Информационно-психологическая операция часто состоит из трех этапов, в которых последующий шаг зависит от предыдущего:

1) разрушение истинной картины мира, разрушение противодействия, это позволяет заложить основу для проведения следующего этапа;

2) введение информации, зачастую противоположной старой, в отношении старых моделей;

3) добавление сведений о новых объектах

Наглядным примером использования США с их союзниками технологий психологического воздействия, в том числе технологий информационной и *психологической войны*, является война в августе 2008 г. в Южной Осетии. В войне, которую развернули Соединенные Штаты, Россия столкнулась с тонким расчетом, с тщательным планированием и с применением новейших технологий психологического воздействия, к чему оказалась во многом не готова. В развернувшейся ожесточенной психологической войне главной действующей фигурой стали США, которые использовали неоднозначность оценивания грузино-осетинского конфликта мировым обществом и подвергли Россию массированному информационному удару, используя новейшие технологии управления общественным мнением и психологического воздействия. Научная литература выделяет четыре модели психологического управления международными конфликтами:

— англосаксонская (США, Канада, Великобритания, и др.);

— романо-германская (Германия, Франция и вся Западная и Северная Европа);

— ближневосточная (исламский мир);

— восточноазиатская (Япония, Китай, Вьетнам, и т.д.).

Англо-саксонская модель предполагает разрешение конфликтов при помощи полной, принудительного преобразования политических систем своего противника, который должен принять установки англосаксонской цивилизации («демократические институты») и ее политические нормы.

В войне, развернутой США, четко проявляются все особенности англо-саксонской модели ведения психологической войны:

1) информационная война против Южной Осетии и России началась задолго до начала боевых действий. В западных и грузинских СМИ часто обсуждались темы: является ли данный регион частью Грузии, или нет, и имеют ли они возможность самостоятельного существования или только в пределах Грузии;

2) атакован миротворческий батальон с целью его полного истребления, эта атака должна была вынудить Россию вмешаться в грузино-осетинский конфликт; невозможно не просчитать заранее последствия такого шага: ответный удар, который ожидали, должен был обязательно последовать;

3) в первые дни войны трагедия мирного населения в Осетии, боевые действия и потери с обеих сторон стали предметом многочисленных политических спекуляций в западных СМИ, конфликт стал площадкой производства пиар-новостей, в которых Россия представлялась единственным агрессором, а Грузия — жертвой ее оккупации; в очень короткие сроки в мнении мирового сообщества сформировался отрицательный образ России как агрессора, под руководством бывших сотрудников КГБ, стремящейся к необоснованной агрессии в направлении любых из соседей, особенно стран, в которых демократический путь развития;

4) европейская и американская общественность начала быстрое спланирование вокруг политических сил, для ужесточения отношений с Россией;

5) четко видно, что одной из главных целей психологической войны, организованной США против России, было подготовить европейское общественное мнение к переброске «миротворческого» корпуса НАТО в Грузию и применение его в вооруженном столкновении с российскими войсками, выполняющими операцию по принуждению Грузии к миру.

Другим наглядным примером ведения США и союзниками информационной войны является конфликт в Ливии. Начальный этап операции заключался в подготовке общественного мнения в странах ЕС (в целях получить общественную поддержку действий сил, протестующих против режима Каддафи внутри страны, и оказания военной помощи им со стороны европейских государств), а также арабских государств и международного сообщества. На данном этапе операции совпавшие цели европейских правительств (Франции, Италии) и единство замысла и ливийских революционных сил, а также их поддержка определенными странами региона дало возможность объединить информационную войну с участием арабских и европейских СМИ. Их задачей было:

— сформировать из образа Каддафи образ кровавого диктатора, который расправляется с мирными жителями негуманными методами, и являющегося врагом своего народа и военным преступником;

— создать образ оппозиции в глазах ливийской общественности как единственной в стране надеждой, ведущей страну и ее народ к процветанию, справедливости и демократии;

— сформировать в арабских странах положительный образ ливийской оппозиции, которая выступает на основе сугубо национальных интересов и побуждений против авторитаризма и тирании на волне исламских ценностей, согласно примеру Египта и Туниса;

— внедрить в сознание европейской общественности мысли, что с «врагом народа» — Каддафи крайне необходимо бороться только крайними методами, а в это время мирные жители Ливии молят о военной помощи страны Европы;

— сформировать образ европейских инициаторов военной операции против Каддафи в глазах международного сообщества как единственных спасителей угнетенного диктатором мирного ливийского народа, который пытается протестовать против произвола и уничтожения;

— создать в рядах ливийских военнослужащих панику и деморализовать поддерживающие Каддафи силы, дезинформировав их относительно боевого потенциала противника.

Второй этап операции содержал в себе начало активных действий со стороны вооруженных сил стран НАТО при широкой поддержке со стороны СМИ и мировых общественных организаций, в том числе и ООН при помощи принятия резолюции № 1972 для установления над Ливией свободной от полетов зоны. Кроме операции с применением авиации для свержения режима Каддафи на территории Ливии, а также уничтожения важных военных объектов, параллельно осуществлялось информационно-психологическое воздействие, которое было направлено на мировую общественность, особенно на страны Европейского Союза. Целями этого этапа является:

— показать единство в борьбе с кровавым диктатором стран НАТО;

— распространять дезинформацию о строгом выборочном нанесении ударов силами НАТО только по военным объектам Каддафи и одновременную защищенность военнослужащих НАТО и мирного ливийского населения от этих действий;

— сосредоточить внимание на строгом соблюдении в своих действиях положений резолюции ООН;

— постоянная дезинформация международной общественности и сил Каддафи относительно действий ливийской оппозиции и результата присутствия НАТО.

В течение данного этапа активно использовалась дезинформация касаясь оперативной обстановки в стране, результатов и хода проведения войсками Каддафи операций против повстанцев и действий оппозиции, а также реального соотношения сил. Также активно использовались и постановочные сцены для создания образа оппозиции в позитивном ключе, а сил Каддафи в негативном. Благодаря качественно и оперативно спланированным информационно-психологическим операциям в европейских странах не было условий, чтоб сформировать общественные требования к ее прекращению, невзирая на высокую затратность боевых действий. Из этого делается вывод, что сегодня у ведущих стран мира мощнейшее оружие в виде инструментов и методик информационно-психологических операций, которое демонстрирует очень высокую эффективность, и методы, которые позволяют подвергать давлению политические режимы других государств, а также их смену без силового вмешательства, и «демократичны», и относительно малозатратны.

Эффективное противодействие угрозам информационно-психологической безопасности должно представлять собой грамотную и качественно спланированную систему защиты, которая предполагает законодательное регулирование, установление ограничений и контроль над СМИ, идеологическую работу со своим населением в рамках внутреннего информационного пространства и пропаганду за пределами страны. В России законодательное регулирование информационно-психологической безопасности находится на стадии становления. Нормативная правовая база обеспечения информационной безопасности государством образовала нормы, изложенные в Федеральных законах № 99-ФЗ от 04.05.2011 г. «О лицензировании отдельных видов деятельности», № 63-ФЗ от 13.06.1996 г. Уголовный кодекс Российской Федерации, № 195-ФЗ от 30.12.2001 г. Кодекс РФ об административных правонарушениях и других нормативных правовых актах федеральных органов исполнительной власти. Политика информационно-психологической безопасности должна иметь ясно выраженный системный характер. Выделяют три основные составляющие этой системы: организационную, технологическую и нормативно-правовую.

Информационно-психологическая безопасность — состояние защищенности отдельных лиц и (или) групп лиц от негативного информационно-психологического воздействия и других жизненно важных интересов личности, общества и государства в информационной сфере.

В целях обеспечения информационно-психологической безопасности государству необходимо достичь трех взаимодополняющих целей:

- 1) сформировать позитивное мировое общественное мнение относительно к России;
- 2) обеспечить психическое, культурное и нравственное здоровье граждан страны;
- 3) государству необходимо осуществлять информационное воздействие на основных геополитических оппонентов и иные деструктивные силы, в целях предупреждения и противостояния их негативной активности.

Обеспечение информационно-психологической безопасности является крайне важным элементом внутренней и внешней политики государства. Одним из его главных направлений должно быть осуществление координации деятельности органов государственной власти

с четким разделением полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в сфере обеспечения информационно-психологической безопасности. Внимание должно уделяться такому направлению, как развитие правосознания и правовой культуры граждан в сфере обеспечения информационно-психологической безопасности. Минимизировать воздействие угроз информационно-психологической безопасности на общество и личность возможно только при учете всех направлений, качественной и слаженной работе органов государственной власти в данном направлении. Необходимо проводить патриотическое воспитание молодежи, просветительскую деятельность, обучать граждан методам самозащиты от пагубного информационно-психологического воздействия, основным принципам безопасного поведения в информационной среде. Государство является основным институтом, который обеспечивает организацию и функционирование всей системы патриотического воспитания. Система патриотического воспитания предполагает:

- 1) формирование и развитие в образовательных организациях всех типов и видов социально значимых ценностей и патриотизма;
- 2) организованную и осуществляемую государственными структурами, общественными движениями и организациями массовую патриотическую работу;
- 3) деятельность творческих союзов, средств массовой информации, научных организаций, которая направлена на рассмотрение и освещение проблем патриотического воспитания, на формирование и развитие качеств патриота и защитника Отечества.

Таким образом, в целях противодействия информационному воздействию должно происходить формирование духовно-патриотических ценностей, профессиональных качеств и умений, чувства верности конституционному и воинскому долгу, а также готовности к их проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и государственной службы. Средства массовой информации обязаны постоянно информировать о реальном положении внутри государства и за ее пределами в целях противостояния дезинформации, поступающей от иностранных стран.

Литература:

1. Быков С. А. Манипулирование сознанием: учебник / С. А. Быков. — Москва: МИР, 2007. — 294 с.
2. Зелинский С. А. Информационно-психологическое воздействие на массовое сознание / С. А. Зелинский. — Санкт-Петербург, 2008. — 416 с.
3. Пикулькин А. В. Массовая коммуникация в современном мире: методология анализа и практика исследований / А. В. Пикулькин. — Москва: ИНФРА, 2008. — 336 с.
4. Петрик В. М. Современные технологии и средства манипулирования сознанием, ведения информационных войн и специальных информационных операций: учебное пособие / В. М. Петрик, В. В. Остроухов — Москва: Росава, 2006. — 208 с.
5. Юдин О. К. Информационная безопасность государства: учебное пособие / О. К. Юдин, В. М. Вогуш. — Х: Консул, 2005. — 576 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

The peculiarities of the cardiovascular system development from childhood to teenage

Vasilev Alexander, Mavliev A. Fanis
The Volga Region Academy of Physical Culture, Sport and Tourism

Introduction. In each age period, cardiovascular system (CVS) undergoes certain changes depending on physiological needs. Especially these changes can be observed during the period of the growth of the organism. Taking into account the peculiarities of cardiovascular system development seems to be more important in case of early sport specialisation which can be observed in different kinds of sport. Those children who start to play hockey at the age of 10–11 show adaptive changes in the work of CVS due to the amount of training loads [2, 3].

Methods and organization of the research. The children aged 7–15 were under analysis for the purpose of defining the peculiarities of cardiovascular system development and characteristic changes which can be observed as well as the degree of dependence of these indicators and the age (Table 1).

Table 1. Age distribution

Age (years)		7	8	9	10	11	12	13	14	15
Amount	Girls	9	9	20	21	19	6	19	17	5
	Boys	17	37	64	46	38	31	22	28	26

The record of cardio hemodynamic data was organized in lying position with the help of the monitoring system MARG 10–01 (Microlux, Chelyabinsk).

The following indicators were registered: APPG (photoplethysmogram ripple amplitude), AAP (amplitude of aortic pulsation), SI (stroke index), CI (cardio index), TPRI (total peripheral resistance index), MPA (microvascular pulsation amplitude).

The statistic analysis was made with the help of SPSS20 program.

Results

Vascular components of blood circulation. The analysis shows that the dynamics of cardiovascular system indicators has gender peculiarities both in pre-pubertal and pubertal periods. A great number of essential indicators was observed in amplitude of aortic pulsation which had better expressed among girls (Fig.1). This phenomenon was mentioned earlier in some works by the researchers who had been observing similar differences but in mixed group of boys and girls [1]. This can be probably defined by the peculiarities of elastic properties of the aorta which has a strong gender conditionality. At the same time the indicator of peripheral blood flow — microvascular pulsation amplitude — did not show any change.

The tendency of lower indicators among girls was noticed.

Peripheral resistance index — the normal indicator of vascular resistance of the body area, also had essential differences between the groups under study. The highest indicators were recorded among boys under 12, though within the pubertal period the opposite situation was observed — highest indicators among girls (Fig.2).

Volumetric characteristics of blood circulation. The indicators of stroke minute volume of blood circulation are not objective because of their dependence on weight and height parameters of those under research. The authors of this paper used stroke and cardio indices — normal indicators due to the body area.

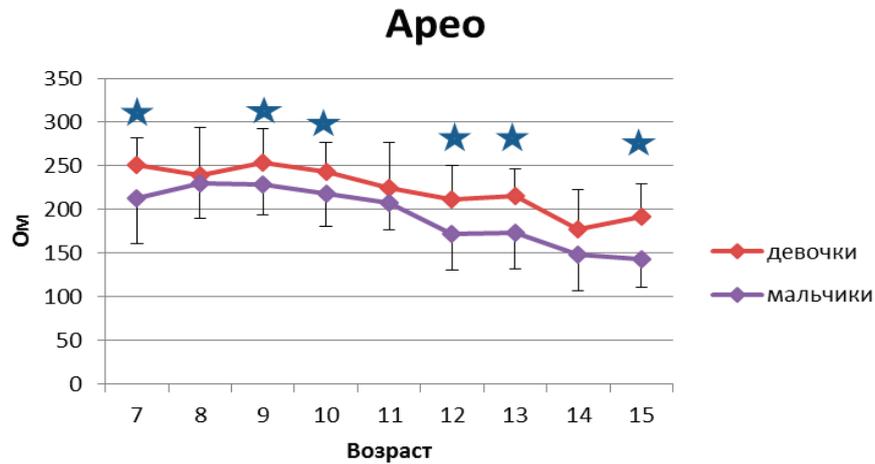


Fig. 1. The indicators of aorta pulsation amplitude
* — statistic importance at $p < 0.05$

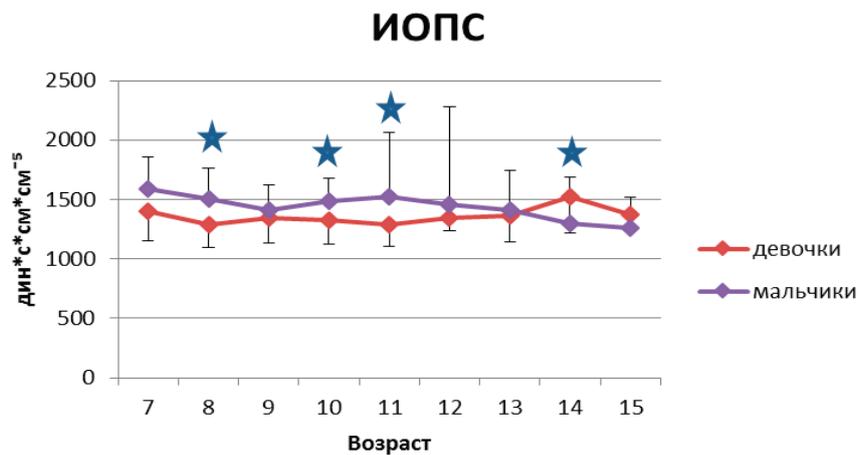


Fig. 2. The indicators of total peripheral resistance index.
* — statistic importance at $p < 0.05$

The statistically important differences in indicators of SI were noticed in the group aged 7 (higher indicators among girls) and the group aged 15 (higher indicators among boys). In most cases the indicators were similar.

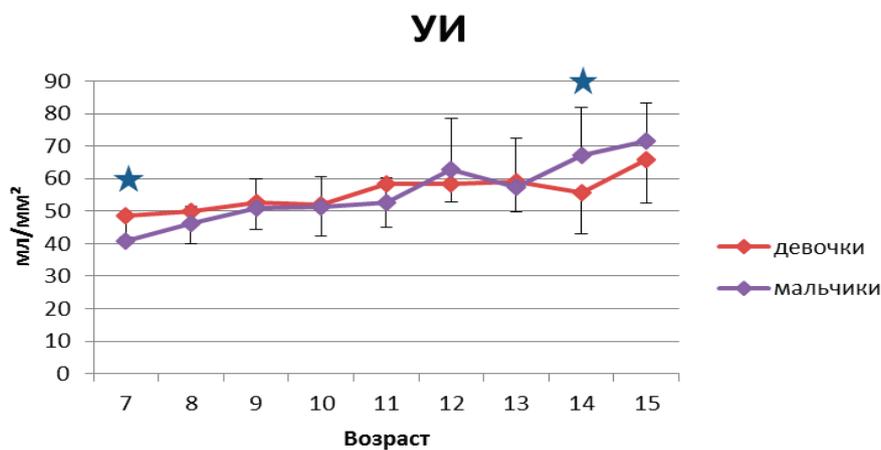


Fig. 3. The indicators of stroke index
* — statistic importance at $p < 0.05$

Another situation was recorded in the indicators of cardio index where gender differences were expressed more intensively (Fig.3). So, in pre-pubertal period the highest results of CI were shown among girls, in pubertal — among boys. The same situation is noted in parameter SI, but mostly on the level of tendency.

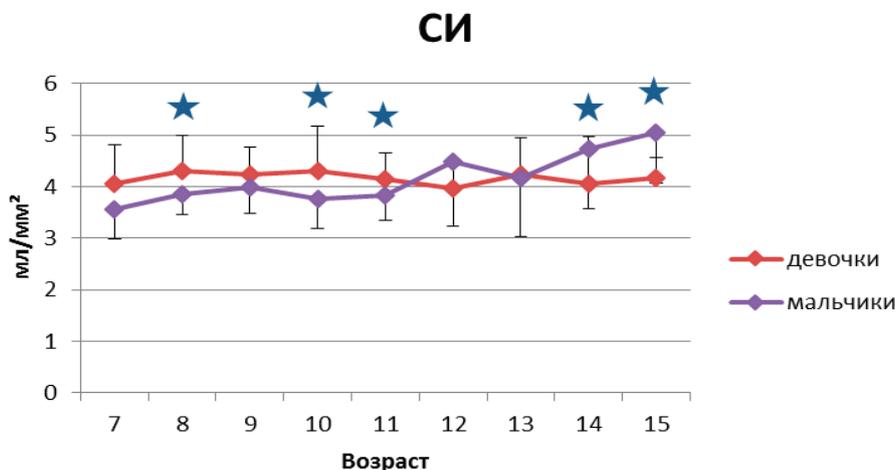


Fig. 4. The indicators of cardio index.

* — statistic importance at $p < 0.05$

Conclusion

The research shows that gender differences between girls and boys in the indicators of blood circulation exist both in pubertal and pre-pubertal periods. Some indicators have a turning point at the age of 13. After this age, an essential characteristic change of hemodynamic parameters due to gender peculiarities (cardio and stroke index, total peripheral resistance index) are observed.

References:

1. Demidov V. A., Mavliev F. A., Khasnutdinov N. Sh. The variability in the complex of hemodynamic parameters of young men and women doing and not doing sport // *Human Physiology*. — 2009. — V. 35. — № 1. — P. 84.
2. Mavliev F. A., Zotova F. R., Samsykin A. S. The peculiarities of cardio hemodynamics of young hockey players aged 10–11 // *Scientific Notes of the University named after P. F. Lesgaft*. — 2012. — № 11 (93).
3. Mavliev F. A., Zotova F. R., Nazarenko A. S. The dynamics of cardio hemodynamic indicators of hockey players during preparatory period // *Vestnik of sports science*. 2015. V. 2. P. 31–35.

Модель формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома

Джалилов Даниил Шахбазович, студент магистратуры
Забайкальский государственный университет (г. Чита)

В настоящее время в Российской Федерации перед государственными органами и обществом в целом вызывают особые переживания, связанные с ростом детей-сирот и детей, по тем или иным причинам оставшихся без попечения родителей. В России, по официальной статистике, около двух миллионов детей-сирот, из них большинство социальные сироты, и те, чьи родители лишены

родительских прав из-за того, что ведут асоциальный образ жизни (А.В. Петровский, 1984; Д.В. Ольшанский, 1989; И.Ф. Дементьева, 2003; Г.В. Семья, 2008 и др.).

С начала 1990-х ежегодно количество выявленных детей-сирот в России росло. Государство признало, что нужен новый подход к решению проблемы их здоровья. За последние 10 лет исследование состояния здоровья

детей-сирот осуществляли специалисты физкультурных диспансеров. Согласно официально опубликованным данным прошлых лет (2016), результаты диспансеризации воспитанников детского дома были таковы: у 4,1% детей-сирот наблюдается психопатология, у 20,9% — физические нарушения в развитии, 8,1% детей имеют социально опасные контакты и заболевания, приобретенные в период проживания с родителями. Практически 100% воспитанников, изъятых из неблагополучных семей, имеют хронические простудные заболевания.

Правильно подобранные и организованные внеурочные занятия физическим воспитанием должны стать тем рычагом, который повысит у детей интерес к физической культуре. В связи с этим возникает необходимость разработки новых технологий в работе с детьми.

В психолого-педагогических исследованиях появились новые концепции и программы физического и физкультурного воспитания и образования (Л.И. Лубышева, В.И. Лях, А.П. Матвеев, С.Б. Мельников и др.); работы, реализующие новое содержание, технологии, формы и методы физического воспитания детей и подростков (А.В. Власов, Г.А. Каменщикова, Е.В. Мазепина, В.Л. Мустаев).

Научное исследование жизнестойкости представлены в работах как зарубежных, так и отечественных ученых: Э.Ф. Зеера [25], С. Мадди [68], Д.А. Леонтьева [31], Е.И. Рассказовой [31], А.Н. Фоминовой [57,58], свое видение воспитания жизнестойкости у подростков высказано в работах А.Н. Фоминовой [57,58], Е.В. Шваревой [63], и др.

Проделанный анализ литературных источников показывает, что проблема физического воспитания активно разрабатывается современными исследователями. Однако проблема формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского разработана недостаточно.

В результате теоретического анализа по теме исследования выявлены следующие **противоречия**:

— между необходимостью формирования жизнестойкого поколения детей-сирот, способных адаптироваться и интегрироваться в социуме, и отсутствием разработанных методик и форм физического воспитания детей-сирот в условиях детских домов;

— между пониманием необходимости оздоровления детей-сирот, их дальнейшей адаптации к физическим и психологическим нагрузкам, с одной стороны, и недостаточно разработанными технологиями физической культуры и спорта и их применением в условиях детских домов России — с другой;

Разрешение указанных противоречий дает основание для формулировки важной **проблемы исследования**, которая заключается в необходимости построении особой модели формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома.

Зная механизмы развития психологических структур можно обратить внимание на сензитивные периоды в раз-

витии того или иного психологического свойства, связанного с проявлением жизнестойкости, отметить различны проявления феномена жизнестойкости в разных возрастных периодах.

Общие качества жизнестойких детей:

1. Высокая адаптивность.
2. Уверенность в себе.
3. Независимость.
4. Стремление к достижениям.
5. Ограниченность контактов.

В тесной связи с технологиями самосохранения личности находится поддержка здорового образа жизни. Здоровый образ жизни — все, что благотворно влияет на физическое и психологическое здоровье человека.

У детей-сирот после выпуска, когда увеличивается роль случая и вероятностей, определяющих исход ситуации, где востребованы гибкость мышления, мобильность, компетентность, умение найти необходимую процедуру и действие для возникающей ситуации спонтанно, «здесь и сейчас» риски возрастают значительно. Это подтверждает необходимость в постановки новой стратегической задачи формирования жизнестойкой личности.

Такие ученые, как В.К. Бальсевич [12], Лубышева [33] и др. в своих работах обращают внимание на то, что воспитательная деятельность, связанная со спортом, должна быть направлена не только на приобщение детей к спорту, к системе спортивных ценностей, но и социализацию и воспитание личности, т.е. «воспитание спортом», «воспитание посредством спорта».

У всех детей-сирот имеется ярко выраженное желание иметь свою семью в будущем, но практически каждый второй из них после выпуска не может создать полноценную семью, каждый десятый отправляет своих детей в интернат. Исключения составляют те детские дома, в которых воспитание детей ведется «семьями», состоящие из 10–12 детей, а воспитатели формируют все необходимые навыки. Пример такого детского дома есть в Хилокском районе Забайкальского края, где глава администрации выделил отдельный дом для такого эксперимента возле детского дома, а ученики, проживая семьей, получают навыки в ведении хозяйства.

Существующая социальная система в детском доме не формирует у детей навыков преодоления трудных жизненных ситуаций, не учит навыкам психологической защиты и не обучает правильному поведению при стрессе. В результате у них легко возникают эмоциональные расстройства и девиантное поведение. Последствия отставания педагогических технологий работы с детьми — социальными сиротами и недостаточное их психологическое обеспечение и сопровождение проявляются в конечном итоге в том, что после детского дома эти дети значительно уступают детям, воспитываемым в семьях, по всем основным параметрам социальной адаптации:

— по способности к приобретению профессии и трудоустройству;

— по способности избегать кризисных и криминальных ситуаций в жизни;

— по способности образовать собственную семью и успешно выполнять родительские воспитательные функции.

Дети-сироты более агрессивны, чаще стремятся обвинить окружающих, не умеют и не желают признавать свою вину. Воспитанники делают все возможное, чтобы обратить на себя внимание.

В процессе, из теоретического анализа выявлено, что характеристики жизнестойкой личности наиболее эффективно формируются, если дети-сироты вовлечены в спортивную тренировку и систематическое участие в соревнованиях. Проведенный анализ позволил сделать вывод, что характеристики личности спортсмена, добивающегося наивысших достижений в спорте, ассоциируются с характеристиками жизнестойкой личности, которые необходимы для успешной адаптации детей-сирот в социуме после выпуска из детского дома. Современная жизнь требует более высокого уровня подготовленности молодого поколения из числа детей-сирот. Этого можно достичь, формируя жизнестойкую личность.

Отличительной особенностью физического воспитания со многими другими видами деятельности является то, что физическая нагрузка всегда требует преодоления тех или иных трудностей. Это объясняется ярко выраженной моральной стороной таких качеств, как целеустремленность и дисциплинированность, уверенность же в своих действиях и возможностях должна являться постоянным компонентом воли подростка, так как без нее спортивная деятельность и дальнейшая жизнь ребенка не могут быть эффективными.

Таким образом, личностный рост ребенка, направляемый с помощью средств физического воспитания, становится неотъемлемым механизмом формирования жизнестойкости детей-сирот, потому что он оказывает влияние на него, помогает понять себя, свои возможности, учит творчески подходить к решению любой жизненной ситуации.

В условиях детского дома физкультура и спорт обычно носят формальный характер, а они должны выступать как средство образования, воспитания и развития детей-сирот. В связи с этим необходимо, чтобы руководители, педагоги и тренеры в практической работе в условиях детских домов были вооружены современными методиками.

В своих работах В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, А.П. Матвеев, М. Donaldson, J. Repp и другие утверждают, что главная цель функционирования системы физической культуры — человек, личность в её целостности как высшая ценность образования и культуры. Системообразующим фактором, объединяющим все компоненты физической культуры, является деятельность человека, направленная на его физическое совершенствование.

Н.А. Ананьева, В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, Г.Г. Наталов, В.И. Столяров с соавт., Ю.А. Ямпольская

отмечают, что, говоря о ценностном потенциале физической культуры и спорта современного социума, необходимо иметь в виду два уровня ценностей: общественный и личностный.

Особое значение для личности имеет освоение мобилизационных ценностей физической культуры, позволяющее действовать с высокой степенью надежности в экстремальных жизненных ситуациях.

Л.И. Лубышева, А.П. Матвеев и др. [33] в своих работах доказывают, что физкультурная деятельность, являющаяся разновидностью общественной деятельности людей, связана с удовлетворением человеком многообразных потребностей в сфере физической культуры через сознательную, окультуренную двигательную деятельность, специфическую для различных ее форм с учетом его личных способностей, а также отношений, складывающихся в процессе ее реализации между людьми. При этом они выделяют основные виды деятельности, такие как физкультурно-рекреационная, физкультурно-образовательная, физкультурно-спортивная, физкультурно-реабилитационная.

Н.Н. Каргин и С.Ю. Тюленков при анализе данной проблемы обращают внимание на то, что спорт — это, пожалуй, единственный социальный институт, где индивид может выполнять социально значимые роли в наиболее раннем возрасте, и это определяет ряд важных аспектов социально-психологического значения спорта для социализации детей и подростков.

Посредством спорта реализуются актуальные принципы современной жизни: уметь отстаивать свои интересы, бороться за достижение поставленных целей, рассчитывать на самого себя, соблюдать верность команде, подчиняться установленным правилам и этике командного взаимодействия. Это означает, что достижение успеха в любом виде деятельности зависит прежде всего от индивидуальных качеств личности: честолюбия, инициативы, трудолюбия, терпения, волевых качеств, трезвой оценки своих возможностей и умения мобилизовать их. Успешно развить эти качества можно в процессе осуществления спортивной деятельности, а главное — при систематической подготовке к ней на тренировочных занятиях [33].

В подтверждение этого факта В.М. Выдрин указывает, что спорт можно с полным основанием отнести к тем видам человеческой деятельности, через которые личность проявляет свои ценности и создает их.

Г.И. Сидоренко, Е.А. Суворина, О.Н. Борисова, Ю.А. Ямпольская рассматривают здоровье как способность человека к оптимальному физическому, психическому, социальному функционированию. Л.А. Жданова, О.М. Филькина, Т.Я. Черток и др. связывают здоровье с возможностью организма адекватно адаптироваться к изменениям окружающей среды.

Такой подход особенно актуален в отношении детей-сирот, создает оптимальные условия для роста и развития их в условиях детского дома.

Исследования ученых, таких как А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов, работавших над изучением личности ребенка, воспитывающегося в условиях детского дома, указывают на тот факт, что в основе социальных, культурных, психических отклонений таких детей лежит депривация. Дети, направляемые в детский дом, переживают разлуку с семьей в различном возрасте, в том числе и в младенческом. Дж. Боулби обозначал тип личности, формирующийся у ребенка, с рождения оказывающегося в условиях материнской депривации, как «безэмоциональный характер» (интеллектуальное отставание, неумение вступать в значимые отношения с другими людьми, вялость эмоциональных реакций, агрессивность, неуверенность в себе).

Исходя из вышесказанного принципиально важна модель жизнестойкой личности, взаимодействия образовательного пространства, обеспечивающую качественную готовность выпускника детского дома к адаптации и интеграции его в социум средствами физической культуры, сформированная на основе изучения особенности социализации, воспитания, оздоровления детей-сирот в условиях детского дома и наметить пути повышения их готовности к социальной адаптации средствами физической культуры и спорта, экспериментальной апробации эффективности разработанной модели формирования жизнестойкости в условиях детского дома.

Модель формирования жизнестойкости детей-сирот на основе реализации средств физической культуры и спорта направлена на достижение главной цели — повышение уровня готовности выпускника детского дома к самостоятельной жизни в социуме. Эффективность данной модели обеспечивается созданием физкультурно-спортивного образовательного пространства, включающего в себя взаимодействие образовательных учреждений разного уровня, которое положительно влияет на показатель степени сформированности личностных характеристик жизнестойкого выпускника и результаты социальной адаптации и интеграции его в социуме.

Компоненты модели жизнестойкой личности являются ценностно-ориентированный, морально-волевой, мотивационный, социальный.

Для решения поставленных задач были использованы общенаучные методы исследования:

1. Теоретический анализ и обобщение научной психолого-педагогической и специальной литературы;
2. Педагогическое наблюдение;
3. Педагогическое тестирование;
4. Педагогический эксперимент;

В результате теоретического анализа и обобщения источников были уточнены задачи и определены методы исследования на всех этапах работы, проведён анализ выполненных ранее исследований по сходной проблематике.

Особенностью педагогического наблюдения можно назвать его анонимность. Для изучения практического состояния проблемы на первом этапе было проведено наблюдение детей-сирот, проживающих в детском доме, пе-

дагогов, администрации детского дома. Был выбран вид непосредственного наблюдения.

Для тестирования была выбрана вторая, сокращенная адаптация теста жизнестойкости Мадди, сделанная Е.Н. Осиным и Е.И. Рассказовой.

Для оценки уровня физической подготовленности были использованы контрольные упражнения, рекомендованные программой дисциплины «Физическая культура» в ФГОСе. Тест Купера (12-минутный бег).

Исследование методом педагогического эксперимента проводилось на базе Государственного учреждения социального обслуживания «Маккавеевский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» «Импульс» Забайкальского края». Нами было обследовано 32 ребенка в возрасте от 8 до 16 лет, проживающих в данном центре постоянно. Исследование проводилось в период с января 2017 г. — по февраль 2019 г.

Учебно-воспитательный процесс по физической культуре в данном образовательном учреждении осуществляется на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, рабочих программ по физической культуре (В.И. Лях, 2012) и «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1—11 классов» (Лях В.И., Зданевич А.А., 2006). В учебно-воспитательный процесс была организована внеклассная спортивно-массовая работа как основа формирования компетенций в основной школе, в период прохождения педагогической практики были введены элементы программы.

Формирующий эксперимент проходил в три этапа, на каждом из которых решались определенные задачи.

Этап 1 (сентябрь 2017 — ноябрь 2018 г.): На данном этапе была проанализирована специальная научная и научно — методическая литература, на основе которой осуществлен подбор средств и методов формирования жизнестойкости у детей-сирот средствами физического воспитания; средств регулирования физической нагрузки с учетом медицинских показаний и противопоказаний; изучен опыт организации и методики проведения занятий по физическому воспитанию для детей-сирот. Принцип дифференциации и индивидуализации занимал доминирующее положение в процессе коррекционно-педагогического воздействия на детей-сирот.

Этап 2 (февраль 2018 г. — май 2019 г.): Проведение формирующего педагогического эксперимента, регистрация результатов тестирования до и после эксперимента.

На этом этапе организован и проведен формирующий эксперимент с целью установления эффективности применения разработанной модели, проверки выдвинутой гипотезы.

Этап 3 (май — ноябрь 2019 г.) Обработка и анализ полученных результатов, формулировка выводов, оформление итогов исследования. В результате исследования было выявлено, что в центре помощи программа физической культуры никогда полностью не реализовывалась, так как для этого не имелось объективных возможностей (кадры, материально-техническая база и т.д.).

Физическая культура строилась на выполнении зарядки, участи в редких (один раз в год) соревнованиях среди детских домов, летнем оздоровительном отдыхе в загородных лагерях. Поэтому нами была предпринята попытка разработать раздел программы по физическому воспитанию детей-сирот с преимущественной направленностью на коррекцию нравственно-волевой сферы личности детей-сирот в рамках реализации учебно-воспитательного плана детского дома на период 2017–2019 учебные года. В ходе разработки данной модели определялись механизмы становления нравственно-волевой сферы детей-сирот в процессе занятий физической культурой и спортом.

Ежедневные тренировочные занятия по микро-группам в спортивном зале подтвердили эффективность развития когнитивной и нравственно-волевой сферы детей-сирот, а также произошли изменения в положительную сторону в физической подготовленности (дети-сироты легко выполняли нормы общеобразовательной школы, в которой они обучаются). Установлено, что за период 2017–2019 учебного года в детском доме улучшилась психологическая атмосфера, изменилось в положительную сторону выполнение режимных моментов, дисциплина у детей-сирот стала выше, появилась мотивация к обучению в школе.

Через месяц тренировок дисциплина на занятиях улучшилась у детей-сирот, появилось дополнительное время для повышения качества образования и интенсивности

обучения дополнительно с репетитором. Определены общественно положительные роли каждого ребенка в группе. Дети-сироты, участвующих в реализации физического воспитания в экспериментальных условиях, стали реже (в два раза) болеть, параллельно у них значительно снизились (на 45%) острые респираторные заболевания.

Уровень физической подготовленности детей-сирот повысился по всем основным физическим показателям. Усвоенные навыки в соревнованиях повысили уровень личностной самореализации детей-сирот. Приобретенный опыт и участие в беседах об олимпийском движении, истории спорта повысил уровень общего развития каждого ребенка. Дети — сироты всерьез задумались над своим здоровьем и образом жизни после выпуска из детского дома. Появились новые позитивные формальные лидеры. Занимаясь в одинаковых условиях, наиболее трудолюбивые добились наилучших результатов, которые были оценены как воспитателем, так и детьми. В коллективе появились стремления детей-сирот, направленные на положительные оценки по предметам, адекватное поведение и саморазвитие; Вырос уровень эмоциональных и моральных качеств, что выразилось в управляемости групп.

Это свидетельствует о целесообразности разработки и внедрения современной модели формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома.

Литература:

1. Алексеев, С.В. Здоровье детей и состояние учебно-педагогической и внешкольной деятельности в Санкт-Петербурге /С. В. Алексеев, С.А. Валенго //Тез. докл. научно-практ. конф. Мурманск: МГПИ. 2014. — № 10. — С. 23–30.
2. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография /С. В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. — М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. — 780 с.
3. Апанасенко Г.Л. Индивидуальное здоровье: сущность, механизмы, проявления //Гигиена и санитария. — 2004. — № 1. — С. 60–61.
4. Байер Е.А. Жизнестойкость как необходимое качество выпускника детского дома [Текст] /Е. А. Байер, И. Б. Павлов //Социал. педагогика. (История и теория). 2010. № 5. С. 75–82.
5. Байер, Е.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях государственной поддержки детства /Е. А. Байер //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка — 2008. — № 4. — С. 15–18.
6. Байер, Е.А. Здоровье детей-сирот и первичная профилактика заболеваний в системе интернатных учреждений [Электронный ресурс] /Е. А. Байер // Гуманитарные и социальные науки. — 2008. — № 3. — С. 2–7 — Режим доступа: http://www.hses-online.ru/2008/03/13_00_03/01.pdf.
7. Байер, Е.А. Исследование жизнестойкости у детей-сирот в учреждении государственной поддержки детства как залога успешной интеграции в быстро меняющемся социуме /Е. А. Байер //Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. — 2009. — № 4 (50). — С. 6–11.
8. Байер, Е.А. Педагогическая система формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома: автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.04 /Е. А. Байер. — М., 2013. — 40с. — Электронный ресурс.
9. Байер, Е.А. Педагогическая система формирования жизнестойкости детей-сирот в процессе спортивно-физического воспитания в условиях детского дома: учебно-методическое пособие /Е. А. Байер. — Ростов-на-Дону: Альтаир, 2011. — 364 с. — 22,7 п.л.
10. Байер, Е.А. Реализация новой педагогической системы формирования жизнестойкости детей-сирот в условиях детского дома /Е. А. Байер //Вестник спортивной науки. — 2012. — № 1. — С. 44–52.
11. Байер, Е.А. Коррекция нравственно-волевой сферы детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей средствами физической культуры /Е. А. Байер //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2007. — № 5. — С. 53.

Характеристика деятельности преподавателя предмета «Физическая культура и спорт» в вузе

Есин Сергей Николаевич, студент;
Машичев Александр Сергеевич, старший преподаватель;
Трошин Сергей Александрович, преподаватель
Брянский государственный технический университет

Физическая культура непосредственно помогает человеку развиваться вместе с культурой общества, помогает достичь баланса внутри (так сказать внутренней гармонии), помогает приспособиться к предстоящей или текущей жизни, плюс помогает поддерживать или привести свое тело в достаточно подготовленное к нагрузкам.

На практике преподавателю по физической культуре необходимо решать целый ряд различных вопросов. Преподаватель не только ведет занятия, но и активно занимается тренерской работой, организует спортивные мероприятия или соревнования, участвует в научно-исследовательской работе, а также в различной работе кафедры или спортивного клуба. Помимо этого преподаватель осуществляет прием контрольных нормативов и зачетов.

Основы организации физического воспитания в вузе

Курс физического воспитания и спорта состоит из 3 частей:

- 1) Теоретическая часть
- 2) Практическая часть
- 3) Контрольно-нормативная часть

Теоретическая часть программы рассчитана на то, что студентами будет усвоено хотя бы основные составляющие знаний по физической культуре. Теоретические знания даются студентам в виде лекций, и еще таким путем как самостоятельное изучение учебной, специальной литературы или методических указаний.

Практическая часть — это занятия которые основываются на использовании теоретической части (теоретических знаниях) которые помогают студенту или занимающемуся приобрести практический опыт в физкультурно-спортивной деятельности. Таким образом теоретическая часть (теоретические знания) неотделимо связаны с практикой.

Контрольно-нормативная часть — в этой части студенты сдают нормативы которые регламентированы и стандартизованы, сдача этих нормативов контролируется преподавателем, и затем сдается. Занятия по физической культуре и спорту должны иметь систематический характер для совершенствования организма человека и для облегчения повседневных задач. В вузе, в отличие от школы, идет процесс совершенствования двигательных навыков, действий и их элементов.

Структура занятия по физической культуре и спорту и характеристика его частей

Занятия по физической культуре и спорту состоят из трех составных частей:

- 1) разминка (подготовительная часть)
- 2) основная часть
- 3) заключительная часть.

Именно такая последовательность отражает степень интенсивности воздействия нагрузки на организм и двигательные системы человека.

По отдельности разберем каждую часть занятия.

1. Разминка (подготовительная часть занятия).

Ее цель: подготовка студента (занимающегося) к основной части занятия, а именно, подготовка к выполнению (усвоению либо совершенствованию) определенных видов упражнений.

Ее задачи:

- организация и психическое стимулирование занимающихся на дальнейшую работу;
- ввод занимающихся в повышенное эмоциональное состояние;
- подготовка организма к выполнению упражнений посредством разминки или несложных упражнений.

Разминка длится примерно 10–20% от всего времени занятия.

2. Основная часть занятия.

Ее цель: усвоение, закрепление или совершенствование определенных двигательных навыков занимающегося, предусмотренных учебной программой заведения и планом занятия.

Упражнения, которые ориентированы на совершенствование или развитие скоростных или силовых способностей, выполняются в начале основной части занятия, так как в начале у занимающегося еще нет накопленной усталости. Упражнения, которые развивают в человеке силу и выносливость, выполняются в конце. Состав занятий основной части должен быть разработан так, чтобы обеспечивать всестороннее развитие занимающегося.

Для обеспечения стабильного эмоционально-психического состояния занимающегося и закрепления пройденных упражнений, настоятельно рекомендуется завершать основную часть в виде подвижных игр или упражнений. Длительность основной части зависит от множества факторов.

3. Заключительная часть занятия.

Ее цель: снижение эмоционально-психической и функциональной активности занимающегося, для приведения его в стабильное состояние для дальнейшего обучения.

Ее задачи:

- снижение эмоционального напряжения занимающегося и физиологического напряжения каких либо групп мышц, например посредством бега на малой скорости или ходьбой;
- снижение эмоционально-психического состояния путем различных успокаивающих игр;
- подведение итогов занятия путем оценивания деятельности занимающихся (необходимо выделить как хорошие стороны занимающегося, так и плохие). Также можно дать занимающимся так называемое домашнее задание для подтягивания слабых мест.

Литература:

1. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза // URL: <https://students-library.com/library/read/52959-specificeskie-osobennosti-raboty-prepodavatela-kafedry-fiziceskogo-vozpitanija-vuza> (дата обращения: 07.12.2019).
2. Организация и методические основы проведения урока физической культуры. // MAGMA-team.ru. URL: <http://www.magma-team.ru/biblioteka/biblioteka/teoriia-fizicheskoi-kultury-i-sporta/3-2-6-organizatciia-i-metodicheskie-osnovy-provedeniia-uroka-fizicheskoi-kultury> (дата обращения: 07.12.2019).
3. Структура урока и характеристика его частей. // helpiks.org. URL: <https://helpiks.org/9-51735.html> (дата обращения: 07.12.2019).
4. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении. // MAGMA-team.ru. URL: <http://www.magma-team.ru/biblioteka/biblioteka/fizicheskaia-kultura-chikurov-a-i/1-3-fizicheskaia-kultura-i-sport-v-vysshem-uchebnom-zavedenii> (дата обращения: 07.12.2019).

Необходимо понимать, что такая программа занятия или развития каких-либо навыков регламентируется материальным состоянием вуза, и не во всех вузах есть необходимое оборудование, различный спортивный инвентарь и т.д.

Как известно, физическое воспитание — это неотъемлемая часть воспитательного процесса в вузе, по крайней мере, та, которая проводится на протяжении 1–3 курсов в форме практических и теоретических занятий. Такие занятия регламентируются учебными планами для всех специальностей и должны составлять не менее 3–4 часов.

Motivation for sports in our life

Каримов Бекзод Бойқобилович, преподаватель
Каршинский государственный университет (Узбекистан)

Harmonious development of modern man is impossible without physical training. Everyone understands this. But not all people find the strength in themselves to love themselves in sports. How to win over yourself and from a passive spectator become an active lover of sports activities? My article on how to motivate me to engage in physical education.

Keywords: health, life, sport, youth, motivation, organization.

Health is the greatest value that a person has. To preserve this value, a person must lead a healthy lifestyle. Smoking, alcohol, a sedentary lifestyle lead to loss of health. Graduating from school and entering an adult, independent life, studying youth faces a number of problems. This is relatively free student life, insecurity in the future, increased academic workload, problems with social communication, as well as the belief in many young people that they are given health and youth forever. These are the eternal problems of students all over the world. Due to the difficult economic situation in our country, students from the first year are forced to think about additional earnings. Students do not have enough funds for proper nutrition, they are forced to eat in fast-food restaurants such as McDonald's, KFS and others, which leads to obesity and the risk of heart, stomach, vascular and intestinal diseases. Having considered the factors

affecting the physical education of Uzbek youth, it is necessary to develop a training program suitable for students, as well as motivation. The strongest motivating factor for independent physical education is health promotion. Everyone is well aware of the beneficial effects on the body of physical culture. People who play sports look great, get sick less. Physical education is an excellent cure for many diseases. This is an excellent immunity for the body. An equally strong motivator for playing sports is improving performance. The consequence of uniformity and monotony in the performance of work is a decrease in labor activity. It is necessary to disperse the blood well and supply all the organs of our body with oxygen. This is not possible with passive, inactive rest. But any, even short-term physical exercises for muscles, will cope with the task. In addition, adrenaline and norepinephrine are released during exercise. This neutralizes negative emotions.

The mood rises. A person enjoys the process of physical education. Depression, if any, will recede. Physical education is an excellent antidepressant. A powerful motivator for sports is the desire of a person to improve their own achievements. The desire to achieve certain results and overtake their rivals. Become stronger and more attractive than many, have a beautiful body, good posture, easy athletic walk and be in good shape. It is a success. And finally, the main plus of physical education. This is its availability. It is available to all segments of the population, for all ages. Young children, adolescents, youth, mature people, poor and rich can perform physical exercises, finding for themselves a suitable level of difficulty. Physical education can be practiced in the gym, in the stadium, in the yard, or at home on the rug. Physical education is so diverse that it is accessible to people with disabilities. These are people with disabilities and people who have had serious illnesses. Physical education helps them improve their mood, well-being, recharge with vigor. Start moving more actively. That means living brighter and fuller because the movement is life. In order for young people to actively engage in physical education, it is necessary to interest them. Students should form a conscious need for physical education. These activities should acquire a personal meaning. Each student should understand for himself the importance of the time spent on physical education classes. And having understood, to try to engage in physical education regularly, not only by himself but also to try to introduce his friends and girlfriends to this vitally important activity.

Of course, the main motive for students is motivation in the form of a set-off. And if you do not attend classes, there will be no credit, and as a result, access to the session. Therefore, students will be required to attend classes. It is important that they enjoy these activities and become a habit for life. Therefore, you need to pay attention to the motivation of boys and girls. The concept of sports, girls, and guys perceive differently. For girls, physical education is the opportunity to have a beautiful figure, the ability to lose weight, prepare for the beach season, improve appearance, gait, posture, improve health. For guys, sports is an opportunity to become stronger, more resilient, faster. Therefore, girls need to create interest training groups. For example, girls like step aerobics, Pilates, body flex, Tai bo, jump fit, cardio strip, and so on. The guys are interested in a team sport and martial arts. Since such a sport unites, it helps young people to expand their circle of acquaintances, which is especially valuable in the initial stages of training. Martial arts develop self-confidence in young men. The unifying factor for girls and boys is the fact that sports can make them more beautiful, healthy and mutually attractive. What else could there be arguments about the usefulness of the exercise. Do not forget about the fact that sport brings people together. It helps to make new dating, find friends. You can sit at a computer and imagine yourself as anyone. But you can only show your personal qualities and learn your true abilities if you have the opportunity to prove yourself in practice by demonstrating your skills. Sports meetings, trips, competitions allow a person to open up, to find their place in society. Young people are divided

into teams and become more friendly and united. Each participant has a new perspective. The course ahead still a long way to work on yourself, but the first step has been taken. This is the main thing. Furthermore. Sports will more and more captivate and delight with their capabilities.

A necessary motivation factor for practicing sports for student youth is correctly delivered explanatory work. Moreover, such work should be carried out constantly. It is necessary to make clear to young people that they are very important for modern society. Each student should feel like a person with potential, feel his significance for the society in which he is. Everyone needs to be made aware that he is indispensable to the team. It is necessary to show by examples what the sedentary lifestyle leads to. Explain how the appearance and health of a person is important in the modern business world. If the leader does not fight for his students, all his efforts may be wasted.

At the very beginning of work with the training group, the teacher needs to identify the motivation of each student. It's not enough to start training, you also need to continue classes systematically. 50% of people quit training after 7–8 months after the start of classes. It is important for the trainer to identify a leader who can lead the group and carry out explanatory work with him, aimed at increasing the motivation of the other guys. Particular attention should be paid to children suffering from bad habits. In such people, motivation is less pronounced than in others. It is important for the leader to track and form the motivation needed by a particular student. Pay attention to each student. Praise, tell students about progress, if any, identify weaknesses, pay attention to weaknesses. The result will not slow down. I would like to draw attention to the organization of youth sports in our country. There are few free sections, football fields, skating rinks. Everywhere you have to pay. Most people could not afford sports. From personal experience I want to share. I live in an apartment building, the territory of our yard is fenced. Near the house there is a playground with a sandbox and slides for kids. For adults, there is a basketball hoop. Everything is as it should, our yard can be considered exemplary. But the older children are not interested in the sandbox and slide, and one basketball ring for seven to eight people is not enough. Near my house was an empty piece of land. Children and adults organized a football field there. They put homemade gates, broke into teams. All the evenings, our yard disappeared on this field, enjoying football. The whole yard came out, the guys came from neighboring houses.

The organization of tournaments and sports match meetings, in which teachers and students in mixed teams will be on the same site, will also increase interest in participating in sports activities. Teachers and professors hardened during the Soviet era, when the prestige of cultivating the variety was undeniable, will be able to adequately pass the baton to the young modern growth. Today, a lot of guys come to institutes, who studied at a school desk and managed to acquire skills in professional sports. Not all of them continue their professional sports career in specialized sports universities. Having

chosen a professional path different from the sports field in life, it is necessary to provide them with the opportunity to show their acquired skills in future life. The statement of the fact that if a student is involved in professional sports and plays for the university team in any sport is completely groundless, he does not study well. A talented person is talented in everything. Sport is primarily discipline and labor. The development of university sports, the creation and maintenance of university teams, in which students with grades could continue their physical development along with basic studies, undoubtedly raises the status of the university to a higher level. In conclusion, it should be noted that without teachers and trainers who are competent and competent in matters of physical education, who know and love their profession, respect themselves

and those who come to them in sports halls, who are able to organize the educational process so that people go to their next lesson with even greater interest and desire than the previous one, a quality education is impossible.

Physical culture is a special value that must be properly carried. It is necessary for all people, especially for young people. It is important to understand this. And it is very important that everyone who crosses the threshold of a sports hall, pool or sports ground leave this place with a good mood and a sense of self-confidence. To make staying in physical culture lesson not an obligation that you want to get rid of faster, but a consciously necessary, interesting and fascinating process — a task that determines the possibilities of raising a healthy generation.

References:

1. Karimov I. «Uzbekistan's own way of development and independence». T.: Uzbekistan, 1992.
2. Akramov AK «The history of physical culture and sport in Uzbekistan». T. UzSIPhC, 1997.
3. Abdumalikov RA, Alibekov Sh., Norkulov Sh. «Spirituality in the Contents of National Games». Tashkent, 1995.

Физическая культура музыканта

Конькова Ирина Прохоровна, студент;
Абазян Артак Горикович, кандидат экономических наук, доцент
Краснодарский государственный институт культуры

В статье рассматриваются особенности психофизических требований, предъявляемых к музыканту. Уникальность музыкальной профессии состоит в том, что регулярные длительные занятия по музыкально-исполнительскому тренингу и концертная деятельность влияют на процессы формирования здоровья. Это становится причиной проявления профессиональных заболеваний и прекращения исполнительской деятельности. Поэтому актуальным является внедрение в рабочий распорядок дня физической культуры в различных видах.

Ключевые слова: физическая культура и здоровье музыканта, музыкально-исполнительская деятельность, музыкальное образование, специфические заболевания.

Physical culture of musicians

Konkova Irina Prokhorovna, student;
Abazyan Artak Gorikovich, candidate of economic sciences, associate professor
Krasnodar State Institute of Culture

The article examines the features of psychophysical requirements for the musician. The uniqueness of the music profession lies in the fact that health consumption, regular long classes in music and performance training and concert activities affect the processes of health formation. This causes the manifestation of occupational diseases and the termination of performing activities. Therefore, the introduction of physical culture in various types is relevant.

Keywords: physical culture and the health of the musician, musical and performing activities, musical education, specific diseases.

Физическое здоровье и работоспособность наряду с профессиональным мастерством являются основополагающими факторами успешной музыкально-исполнительской деятельности. Это подтверждается известным девизом: «Искусство любит сильных!»

Для профессиональной подготовки музыканта-исполнителя требуется до 20 лет непрерывного музыкального образования, исполнительская деятельность, в среднем, занимает такое же количество времени. Профессиональные занятия музыкой связаны с долгим ста-

тическим напряжением, что приводит к специфическим нарушениям здоровья. Кроме того, особые условия работы: длительный период игры без перерывов, повышенный уровень шума и многочасовое разучивание трудного репертуара, может повлиять на здоровье музыкантов всех возрастных групп и уровней мастерства [5]. В данной статье мы рассмотрим заболевания, к которым приводит данная специализация, и способы их предотвращения.

Профессиональная музыкально-исполнительская деятельность музыкантов может оказывать отрицательное влияние на организм [2].

В результате длительного пребывания в вынужденной позе и малой двигательной активности могут возникнуть нарушения опорно-двигательного аппарата, остеохондрозы, плоскостопие, искривления тела в виде кифозов и сколиозов. Кифозы и правосторонние сколиозы чаще всего встречаются у студентов-пианистов, а левосторонние сколиозы более характерны для исполнителей на струнных и духовых инструментах.

Отсутствие в помещениях для занятий необходимых гигиенических условий, отвечающих санитарным нормам, гиподинамия, осложненная большой учебной нагрузкой по общеобразовательным дисциплинам, уже в школьном возрасте могут вызвать ухудшение зрения.

От функционального перенапряжения при игре на музыкальных инструментах может возникнуть ряд заболеваний верхних конечностей. Сюда относятся миозиты, бурситы, эпикондилиты, ганглии, тендовагиниты, полиартриты, легаминиты и другие заболевания, которые могут ограничить трудоспособность музыканта, а иногда приводят к переквалификации.

Медики относят профессию музыканта оркестра к числу «опасных» для здоровья. Исследования, проведенные в США, Австралии и Канаде, выявили, что в течение своей профессиональной деятельности около 60% музыкантов получают заболевания, которые могут оказаться губительными для их карьеры [1].

Признание этих опасностей, точное диагностирование и своевременное лечение предотвращает профессиональную инвалидность, которая может прервать карьеру. Специфические заболевания музыкантов и способы борьбы с ними стали отдельным научно-прикладным направлением. При Кельнской консерватории создан специальный научно-исследовательский институт, носящий имя музыковеда и психиатра Петера Оствальда (Peter Ost-

wald) [3]. В нем для музыкантов разрабатываются техники психологического расслабления, правильного дыхания, гимнастики для профилактики и коррекций, возникающих в связи с музыкальным исполнением специфических проблемных зон. Главная задача института — профилактическая: научить молодых музыкантов вовремя распознавать возникающие проблемы и не бояться их.

Занятия физическими упражнениями могут быть реализованы музыкантом в виде утренней гигиенической гимнастики, в паузах во время занятий по специальности, на учебных занятиях по физической культуре, в организованных физкультурно-спортивных группах, в самостоятельных занятиях. Перечисленные виды занятий решают следующие задачи: функциональной подготовки, развития физических качеств, профилактики заболеваний, восстановительно-профилактических мероприятий [4].

При выполнении длительной, напряженной и интенсивной музыкально-исполнительской нагрузки наступает момент, когда первоначальная интенсивность ее не может поддерживаться, то есть наступает утомление. Это функциональное состояние организма проявляется во временном снижении работоспособности. Утомление вызывает дискоординацию функций в центральной нервной системе и нарушение обменных процессов, проходящих в работающих мышцах.

Существуют средства восстановления, которые принято разделять на педагогические, физкультурно-профилактические, психологические и медицинские. Для музыкантов можно рекомендовать, в первую очередь, педагогические — умение дозировать исполнительскую нагрузку и чередовать ее с отдыхом, использовать наиболее доступные в творческой деятельности физкультурно-профилактические средства, включая естественные факторы (воздух, вода и т.п.), психотехнические и релаксационные упражнения, массаж, сауну.

Таким образом, формирование физической культуры личности музыканта как реализация его объективной потребности в упражнениях, корректирующих физическое состояние, представляется чрезвычайно важным для успешной и длительной исполнительской деятельности. Для обеспечения стабильной творческой готовности артисту необходимы специальные знания психофизиологического, анатомического, спортивно-педагогического цикла. Профессия музыканта требует и высокой степени развития всех компонентов физической культуры личности.

Литература:

1. Васильев Ф. П., Кондрашихин А. Б. Современные тенденции развития науки и технологий // Материал XVII Международной научно-практической конференции. г. Белгород, 31 августа 2016 г.
2. Рязанцев А. А. О формах физической культуры в подготовке музыкантов // Материалы науч. — метод. конф. по физическому воспитанию студентов вузов искусства и культуры. Астрахань, 1990.
3. <https://gmmedia.ru/threads/23174>
4. Галичаев М. П. Здоровье и физическая культура музыканта: учебное пособие. — 2-е изд. / М. П. Галичаев. Ростов н/Д: РГК им. С. В. Рахманинова, 2010. 250 с.

5. Коновалов И. Е. Профессионально-ориентированное физическое воспитание студентов средних специальных учебных заведений музыкального профиля // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. 2011. № 4. vospitanie-studentov-srednih-spetsialnyh-uchebnyh-zavedeniy-muzykalnogo-pro

Лечебная физическая культура как сопутствующий метод лечения коксартрозов

Писаренко Анна Николаевна, студент;
Щербакова Мария Петровна, студент;
Егоров Константин Васильевич, преподаватель
Читинская государственная медицинская академия

Для того чтобы обеспечить сохранение и приумножение здоровья, как отдельно взятого представителя, так и всей нации, врач должен обладать знаниями о здоровом образе жизни и физическом воспитании, а также правильно их применять. Именно поэтому студентам при подготовке медицинских специалистов необходимо прививать правила здорового образа жизни и физкультурно-спортивный интерес, учитывая их желания и индивидуальные физические способности.

Ключевые слова: физическая воспитание, студент, врачебная практика, здоровый образ жизни, физическое здоровье, коксартроз.

Актуальность. Артрозы (код МКБ-10 (M15-M19)) наиболее часто встречающийся диагноз, как у молодежи, так и у людей среднего и пожилого возраста. Это распространенная патология суставных заболеваний: 10–15% населения страдают им в молодом возрасте. Данные различных источников показывают, что количество дистрофических нарушений суставов, включая коксартроз, увеличивается с возрастом людей, около 55% населения планеты находятся в группе риска возникновения заболеваний опорно-двигательного аппарата. Среди больных в молодом возрасте преобладают мужчины, а в пожилом возрасте — женщины. Наиболее высокая частота артроза характера для коленного, тазобедренного и локтевого сустава.

Нарушение функций опорно-двигательного аппарата приводит в будущем к ухудшению трудоспособности и наступлению инвалидности.

Коксартроз — это тяжёлая форма артроза тазобедренного сустава, протекающая с прогрессирующим разрушением. Впоследствии сустав теряет свою форму, а вдоль его краев образуются отложения. Коксартроз относится к группе патологий, сопровождающихся дегенеративно-дистрофическим поражением всех компонентов сустава и окружающих тканей, что вызывает дискомфорт и снижение подвижности нижней конечности. Может быть двухсторонним или односторонним. На поздних стадиях наблюдается атрофия мышц бедра и укорочение конечностей. Диагноз устанавливается на основании результатов рентгенографии и клинических симптомов. На ранних стадиях лечение консервативное, можно избежать хирургического вмешательства. На поздних стадиях, при которых сустав начинает разрушаться показана операция — эндопротезирование.

Патогенез: сначала нарушается обмен веществ в хрящевой ткани с преобладанием процессов распада, снижается скорость образования коллагена. Повышается продукция факторов воспаления в синовиальную полость, которые еще больше препятствуют восстановлению хряща и дополнительно способствуют образованию микротромбов в субхондральном слое кости.

О болезни. В клинике выделяют первичный и вторичный коксартроз. Первичный может возникнуть по неизвестным причинам. При первичном коксартрозе часто наблюдается сопутствующее заболевание позвоночника — остеохондроз. Вторичный развивается вследствие других заболеваний, таких как: дисплазия тазобедренного сустава, врожденное неправильное положение сустава (врожденный вывих бедра), болезнь Пертеса, асептический некроз головки бедра.

Можно выделить приобретенную группу факторов риска развития коксартроза, которая включает в себя: инфекционные поражения и воспалительные процессы, травмы, лишний вес (он является нагрузкой для любого сустава), гиподинамия, занятие различными видами спорта, старческий возраст.

Гиподинамия одна из серьёзных причин развития коксартроза. Малоактивный образ жизни или отсутствие движения совсем приведет к застою и дисфункции сустава. Из-за гиподинамии страдает не только суставной аппарат, но и важные процессы, протекающие внутри организма.

К числу основных симптомов заболевания относятся боли в области сустава, паховой области, бедра. Также при коксартрозе наблюдается скованность движений сустава, нарушения походки, хромота, атрофия мышц бедра и укорочение конечности на стороне поражения. Харак-

терным признаком коксартроза является ограничение отведения. Наличие тех или иных признаков, и их выраженность зависит от стадии коксартроза.

При коксартрозе 1 степени пациенты предъявляют жалобы на периодическую боль, которая возникает после физической нагрузки или после выполнения простых упражнений. Боль локализуется в области сустава. После отдыха обычно исчезает. Походка при коксартрозе 1 степени не нарушена, движения сохранены, атрофии мышц нет.

При коксартрозе 2 степени боли более интенсивные, нередко появляются в состоянии покоя. Нарушается состояние походки. Присутствует ограничение движений. Появляется укорочение конечностей. Хруст при движениях.

При коксартрозе 3 степени боли становятся постоянными, беспокоят пациентов не только днем, но и ночью. Ходьба затруднена, при передвижениях большой коксартрозом вынужден пользоваться тростью. Объем движений в суставе резко ограничен, мышцы ягодицы, бедра и голени атрофированы. Громкий хруст при движениях.

Диагностика коксартроза является сложным процессом. Диагностировать данное заболевание можно при помощи рентгена, МРТ или КТ. Они позволяют увидеть разрушение хрящевой ткани и костные образования, определить на какой стадии прогрессирует заболевание. Общая картина так же складывается из описания симптомов пациентом.

Лечение можно назначить после получения достоверных сведений о заболевании, так как оно напрямую зависит от стадии. На поздних стадиях коксартроз не поддается лечению, имеет место эндопротезирование.

На первых стадиях врач может ограничиться медикаментозной и нехирургической терапией. Курс будет включать прием нестероидных противовоспалительных препаратов и средства из группы хондропротекторов, которые помогают восстановить поврежденный хрящ. Для улучшения кровообращения и устранения спазма мелких сосудов назначаются сосудорасширяющие препараты. Кроме того, врач может предписать пациенту прием обезболивающих препаратов.

Нехирургическое лечение включает в себя: физиотерапия, кинезитерапия, ЛФК, диетотерапия, лечебный массаж.

Оперативное лечение: пункция, артроскопический дебридмент, эндопротезирование, околосуставная остеотомия.

Цель данной работы заключается в анализе методов лечения и поддержания состояния суставов с помощью комплексов упражнений лечебно-физической культуры. Анализ позволит выявить показания и противопоказания к конкретному виду упражнений и назначить благоприятный комплекс упражнений, подходящих именно при данном заболевании.

Задача ЛФК — замедлить прогрессирование коксартроза. Так же основной задачей направлена на то, чтобы снизить болевой синдром, укрепить мышцы и связки. При проведении ЛФК следует понимать, что не следует застав-

лять бедро интенсивно двигаться, иначе резкие упражнения и нагрузка на осевой цилиндр могут усугубить ситуацию.

При составлении программы упражнений необходимо акцентировать внимание на индивидуальных показателях человека, точно знать предписания и рекомендации врача, понимать, что показано, а что противопоказано. Лечебно-физические упражнения при коксартрозе рекомендуют выполнять с инструктором. Следует завести дневник здоровья, являющийся неотъемлемой составляющей процесса физического воспитания.

В Дневник здоровья записывают показатели физического развития, функционального состояния, полученные после обследования у врача-ортопеда.

Различные методики лечебно-оздоровительной гимнастики при коксартрозе ТБС.

На ранних этапах развития патологического процесса, когда ещё нет болей, сильной деформации ЛФК обязательно.

Благоприятно на сустав действуют статические упражнения, когда движения выполняются плавно. Хороший эффект даёт гидрокинезитерапия, когда упражнения выполняются в воде. Не исключены и занятия лечебной физической культурой на тренажерах. Можно ездить на велосипеде, заниматься на велотренажере. По мере ухудшения состояния и развития патологического процесса такие методы уже будут под запретом, так как эти методы ЛФК будут оказывать уже слишком большую нагрузку на пораженный сустав.

ЛФК Бубновского

Одной из самых известных методик является программа лечебной гимнастики доктора Бубновского, который сам имел данное заболевание.

Упражнения по Бубновскому выполняются как на специально разработанных им же тренажерах, так и без них.

Пациент должен постоянно следить за своими ощущениями, останавливаться при малейшем появлении у него боли.

Нагрузка увеличивается постепенно, что позволяет предотвратить осложнения.

Главное в методике является цикличность выполнения упражнений. Одно и то же упражнение должно выполняться по 15–20 раз.

Несколько упражнений из методики:

1. Лягте на спину, согните обе ноги в коленях. По очереди подтягивайте ноги к груди с помощью обхвата руками. Подтянув ногу, задержите ее на 3 секунды, а потом возвратитесь в исходное положение.

2. Из ИП (исходного положения) лежа на спине с вытянутыми ногами, медленно поднимайте одну ногу на высоту 30 см, потом другую. Старайтесь ноги не сгибать.

3. Из исходного положения, лежа на спине, ноги согните и разведите колени в стороны как можно шире.

4. Из того же положения согните ноги в коленях, руки вытяните вдоль тела ладонями вниз. Представьте себе, что нужно оттолкнуть от себя мяч или тяжелый предмет.

Полностью разогните ноги, потянув при этом носок на себя и возвратиться в исходное положение.

5. Из положения, лежа с согнутыми коленями расставьте ноги и наклоняйте их по очереди внутрь. Таз при этом должен оставаться неподвижным, а коленом нужно дотронуться до пола.

6. Из положения, лежа на спине, поднимайте голову и одновременно ноги, стараясь лбом коснуться коленей. Нужно следить за дыханием, опускайте ноги на выдохе, поднимайте на вдохе.

Другой популярной методикой ЛФК при коксартрозе является комплекс упражнений В.Д. Гитта.

Выполняют первые два упражнения в положении лежа:

1. Для выполнения первого упражнения нужно лечь на живот и двигать бедрами, как бы стараясь перекачаться с одного бока на другой. Такое упражнение усиливает кровоснабжение в большой области, улучшается перистальтика кишечника;

2. Делая второе упражнение нужно перевернуться на спину, развести ноги в стороны и поворачивать их по очереди наружу.

Литература:

1. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов / Епифанов В.А. — 2007. — 568 с.
2. Буйлова Т.В. Оценка клинико-функционального состояния больных с дегенеративно-дистрофическими заболеваниями тазобедренных суставов в процессе реабилитации: Автореф. дис. ...д-ра мед. наук. — Нижний Новгород, 2004. — 46 с.
3. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов специальной медицинской группы Петрова С.Ю., Мирошникова А.Н., Гаськов А.В. Вестник Бурятского государственного университета. 2015. № 13. С. 73–76.
4. Доэрти М., Доэрти Дж. Клиническая диагностика болезней суставов. / Пер. с англ. Матвейкова А.Г. — Минск.: Тивали, 1993. — 144 с.
5. Людмила Рудницкая Артрит и артроз. Профилактика и лечение / Людмила Рудницкая. — М.: Питер, 2013. — 224 с.
6. Епифанов В.А Восстановительная медицина. — М: Медицина, 2013. — С. 304
7. Мирошникова А. Н., Коробкова Ю.В., Ковалёва Л.А., Петухова А.А. Роль физической культуры как дисциплины учебного плана в ЧГМА // Молодой ученый. — 2018. — № 49. — С. 197–201. — URL <https://moluch.ru/archive/235/54478/> (дата обращения: 16.05.2019).
8. Интернет-ссылка Сайта ЧГМА <http://chitgma.ru/kontrolnyj-list-samoanaliza-chgma-2016>

Соответствие биологического и календарного возраста студентов Читинской государственной медицинской академии

Чупров Александр Сергеевич, студент;
Батоболотов Аюша Баторович, студент;
Мирошникова Алина Николаевна, аспирант, преподаватель;
Егоров Павел Васильевич, преподаватель
Читинская государственная медицинская академия

В 1976 году В.Г.Властовским было предложено определение биологического возраста как достигнутого определенным индивидуумом уровня развития морфологических структур и связанных с ними функциональных явлений жизнедеятельности организма, соответствующего среднему для всей популяции уровню, характерному для данного хронологического возраста.

Следующие упражнения выполняются в положении сидя:

1. Нужно поставить ноги на ширину плеч, прижать плотно ступни к полу и начинать сводить и разводить колени;

2. Следующее упражнение заключается в приведение ступни в положение «на носок», отрывая пятки от пола.

Выводы. Здоровый образ жизни, занятия лечебной физкультурой занимают ведущее место и имеют большое значение в профилактике такого заболевания, как коксартроз. Правильно подобранные упражнения с учетом противопоказаний и предписаний врача-ортопеда могут поддерживать и улучшать состояние сустава.

При назначении и составлении программы физических упражнений необходимо помнить об индивидуальных особенностях организма и знать патогенез заболевания. Зная точно, как развивается заболевание и его симптоматику, можно смело сказать, что лечебная физическая культура не принесет вреда, а улучшит состояние сустава и организм в целом. Следует понимать, что упражнения должны выполняться регулярно, желательнее ежедневно.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, физическое здоровье, биологический возраст, студент, высшая школа.

In 1976, V. G. Vlastovsky proposed the definition of biological age as the level of development of morphological structures and the associated functional phenomena of the body's vital activity achieved by a certain individual, corresponding to the average level characteristic of a given chronological age for the entire population.

Keywords: physical culture, physical education, physical health, biological age, student, higher school.

Актуальность: Биологический возраст — понятие, отражающее степень морфологического и физиологического развития организма.

Введение понятия «биологический возраст» объясняется тем, что календарный (паспортный) возраст не является достаточным критерием состояния организма человека. Среди сверстников по календарному возрасту обычно существуют значительные различия по темпам возрастных изменений. Биологический возраст — это возраст ТЕЛА человека, а не количество прожитых лет.

Медицинский осмотр проводится ежегодно, среди студентов первого курса Читинской Государственной Медицинской Академии с целью определения состояния здоровья студента, и в последующем распределение по медицинским группам. Первым критерием распределения студентов являются результаты их медицинского обследования. После прохождения обследования врачи определяют состояние здоровья, физическое развитие студента и распределяют его в одну из медицинских групп: основную, подготовительную или специальную.

Цель исследования: Определить биологический возраст студентов на разных курсах обучения лечебного, педиатрического и стоматологического факультетов. Оценить соответствие биологического и календарного возраста студентов.

Материалы и методы

С целью вычисления биологического возраста студентов Читинской государственной медицинской академии, было проведено анкетирование, в котором приняли участие 247 студентов трех факультетов.

Из них 110 человек обучаются на лечебном факультете, что соответствует 44,5%, 107 студентов (47,4%) — на педиатрическом, и 20 (8,1%) — на стоматологическом. В опросе приняли участие студенты с 1 по 6 курс. Из них 105 студентов обучается на 1 курсе, 49 — на 2, 33 — на 3 курсе, 38 — на 4, 2 — на 5, и 20 студентов, обучающихся на 6 курсе. Паспортный возраст студентов, участвовавших в анкетировании, находился в пределах от 17 до 29 лет. В возрасте 17 лет — 31 студент, 18 лет — 71, 19–38, студентов, имеющих паспортный возраст 20–55, в возрасте 21 года — 22 человек, 22–12 человек, 23–11, 24–1, 25–2, 27–2, 29–2. В анкетировании не приняли участие студенты с календарным возрастом 26 и 28 лет. Посещают специальную медицинскую группу 111 студентов, основную — 112, подготови-

тельную — 17, спортивную — 7 студентов. Минимальный биологический возраст студентов, прошедших анкетирование, составил 12 лет, максимальный — 73. Биологический возраст 12 лет определен у 1 студента, возраст 15 лет — у 15 человек, 17 лет — у 14, 18–23, биологический возраст 19 лет — у 13 студентов, 20 лет — у 26, 21 год — у 5 человек, 22 — у 3, 25 — у 4 человек, 29 — у 4 студентов. У 146 человек из 247 биологический возраст составил 30 лет и более. Из них 30 лет — у 4 обучающихся, 31 год — у 5, 6 человек имеют биологический возраст, равный 32 годам, 33-летний биологический возраст имеют 3 студента, 34 биологических года — 5 обучающихся. У 6 человек — 35 лет, 36 лет — у 15 студентов, биологический возраст 37 лет имеют 4 человека, 38 биологических лет у 7 обучающихся, 8 человек 39-летнего биологического возраста, 40 лет — у 9 студентов, 41 биологический год имеют 6 человек, по 5 человек — 42 и 50 лет, 43 года — у 7 студентов, возраст 44 года определен у 3 испытуемых, 45 лет — у 3 человек, 46-летний возраст имеют 11 студентов, у 6 обучающихся — 47 лет, 48 биологических лет определен у 3 человек и 49 лет имеют 6 студентов. По 3 человека распределились на каждый биологический возраст 51 и 54 лет, по 4 обучающихся по 52 и 54 года, у 7 студентов биологический возраст 55, 57, 59, 64, 65, 68 и 73 года соответственно.

Заинтересованы в опросе были студенты лечебного и педиатрического факультетов I и II курсов, посещающие специальную медицинскую и основную группы по физической культуре. Календарный и биологический возраст у студентов от 17 до 21 года соответствует у 69 студентов. У остальной большей части студентов биологический возраст варьирует от 22 до 73 лет.

Чаще всего положительные качества врача закладываются именно в студенческие годы. Студенты формируют свой график, учатся распределять всё своё время, в том числе и свободное, а так же применять полученные навыки в личной жизни и в профессиональной деятельности. Так же формируется клиническое мышление и уже к концу подходит формирование личности. Поэтому с самого начала обучения в медицинском ВУЗе студенту прививают сознание жизненной необходимости применение средств физической культуры в своем режиме дня и в режиме дня будущих пациентов, умение правильно использовать богатый арсенал методов и форм физической культуры и спорта, а также умение проводить научные изыскания по выявлению влияния различных двигательных режимов на организм.

Вывод

Самооценка как структурный компонент отношения к здоровью, как оценка и осознание личностью своих физических и духовных сил непосредственно взаимосвязана с целостной самооценкой человеком самого себя, своих возможностей и качеств, осознанием жизненной перспективы и места среди других людей. Большую роль в развитии мотивации для снижения биологического возраста будет спортивная деятельность, которая повышает престижность в глазах окружающих — студентов и преподавателей вуза.

Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод, что всего у 28% испытуемых обучающихся биологический возраст соответствует своему календарному. У оставшихся 72% студентов «внутренний» воз-

раст превышает значение календарного. Поэтому, учитывая результаты нашего анкетирования, для того, чтобы биологический возраст максимально был приближен или совпадал с календарным, советуем всем студентам регулярные занятия физической культурой, снижение калорийности питания, профилактика стрессов, избавление от вредных привычек и различные омолаживающие процедуры (Дэнастерапия, Аурикулярная терапия, Оберонтерапия, Литотерапия, Гомеопатия).

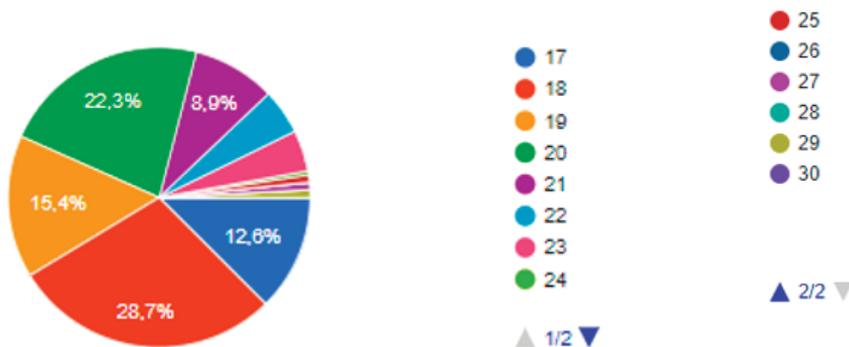
Лавриненко Семен Валерьевич в своей книге «*Секретные механизмы управления возрастом*» упоминает:

«Снижение биологического возраста — это не только медицинская, но и экономическая, и социальная задача современного общества. И поиски его коррекции — это прикладной аспект науки геронтологии, а не выдумки эзотериков».



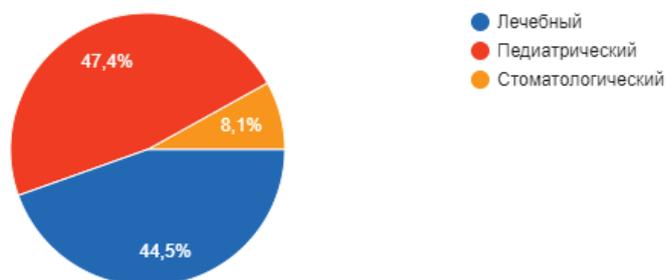
Ваш возраст

247 ответов



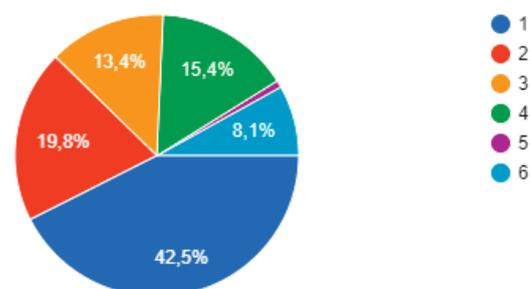
На каком факультете вы обучаетесь?

247 ответов



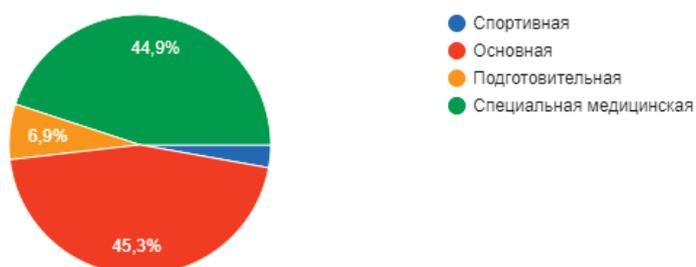
На каком курсе учитесь?

247 ответов



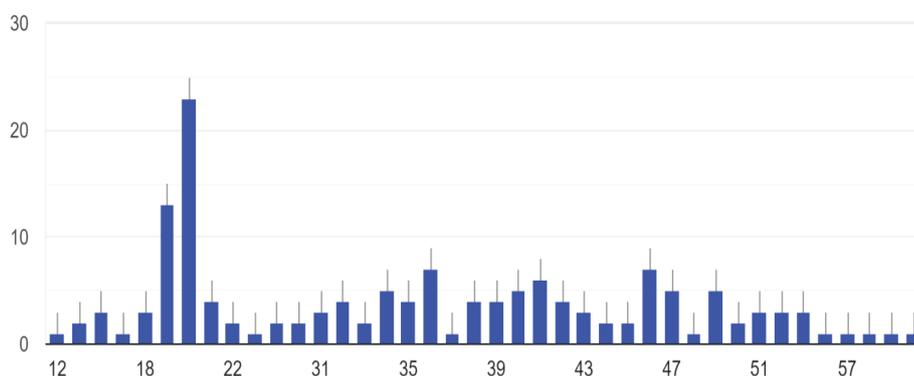
Какую посещаете группу по физической культуре?

247 ответов



Ваш биологический возраст.

147 ответов



Литература:

1. Лизандер О. А., Мирошникова А. Н., Филатова Е. В. Мониторинг состояния здоровья и факторов риска студентов ЧГМА. // Международная конференция «Инновационные технологии в науке и образовании» г. Пенза 5 декабря 2016 г., электронное издание. С. 224–227.
2. Мирошникова А. Н., Петрова С. Ю., Гаськов А. В., Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов специальной медицинской группы. // ВЕСТНИК БГУ 2015. Выпуск 13 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ // Улан-Удэ 2015, С. 73–76.
3. Мирошникова А. Н., Лхасаранова Э. З., Сиезбаев А. Б. Оценка и сравнение физической подготовленности студентов Читинской государственной медицинской академии // Педагогика высшей школы. — 2017. — № 2. — С. 104–106.
4. Физическая культура: учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений [Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погадаев] — 11-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2011. — 176с.
5. Физическая культура: учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений [Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погадаев] — 11-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2011. — 176с.

Нагрузки на организм при фигурном катании

Шакирзянова Миляуша Руслановна, студент;

Колесникова Екатерина Владимировна, студент;

Научный руководитель: Бекмансуров Раиль Хадиярович, старший преподаватель
Елабужский институт Казанского (Приволжского) федерального университета (Республика Татарстан)

Актуальность

Фигурное катание в России всегда занимало особое место среди его зрителей. Однако на сегодняшний день у всего мира на слуху такие юные российские фигуристки как Александра Трусова, Алена Косторная, Камила Валиева и другие. Они перевернули данный вид спорта с ног на голову своими рекордами и элементами, которые могут выполнить лишь единицы. Так, Александра Трусова, выполнила два четверных тулупа за одну программу, которые на сегодняшний день не прыгают даже фигуристы мужчины.

Зимние олимпийские игры в Южной Корее запомнились всему миру благодаря выступлениям Загитовой и Медведевой, которые не дали возможности остальным фигуристам, составляя конкуренцию лишь друг для друга. Их борьба за высшие баллы в итоге принесли сборной России золотую и серебряную медали.

Однако фигурному катанию как виду спорта в современном понимании понадобилось сто лет, чтобы разработать все обязательные фигуры и основные технические приемы их исполнения.

Исторические данные

Зарождение фигурного катания как профессионального вида спорта относят с событием, по историческим данным, произошедшим в Голландии в XII–XVI веке, когда коньки начали изготавливать из железа, а не из кости.

Первоначально фигурное катание представляло собой соревнование по мастерству вычерчивать лезвием коньков на льду различные узоры, сохраняя при этом красивую позу.

Переворот в фигурном катании был совершен Джексоном Гейнцем в 1864 году — американским фигуристом, благодаря которому и сформирована современная форма искусства катания на коньках [1].

Именно им был впервые открыт важный принцип в области техники катания, который гласит, что ход зависит не только от инерции после толчка. При каждом повороте корпуса, связанного со сгибанием и разгибанием в колене опорной ноги, возможно новое поступательное движение.

Однако самым неопределимым вкладом была заслуга Гейнца в его гармоничном отношении к фигурному катанию. Эстетическая сторона не должна быть пассивной с чисто спортивно-технической стороны. Точность и быстрота должна гармонизировать с красотой и естественностью.

Современные фигуристы взяли эти принципы за канон и усовершенствовали, усложнили его подачу.

Основными элементами фигурного катания являются многооборотные прыжки. Однако для того, чтобы отточить технику выполнения требуются подходы моделирования многоуровневыми антропоморфными механизмами, проводится параметрический анализ, моделирование динамики движений дифференциальными уравнениями.

Нагрузки на организм при фигурном катании

Во время выполнения технических элементов фигуристы испытывают нагрузки соизмеримые с нагрузками космонавтов в космосе.

Так, в тройном прыжке, спортсмен испытывает перегрузку в десять раз превышающую вес его собственного тела [3].

В процессе занятий фигурным катанием особое и тщательное внимание уделяется на развитие вестибулярного аппарата [4]. Он влияет на изменение направления и скорости локомоций, положений тела и большой удельный вес вращательных движений. Так, у начинающих фигуристов при недостаточной устойчивости вестибулярного аппарата наблюдается расстройство координации рук и ног, а при вестибулярных раздражениях нарушаются локомоции.

В регуляции точности движений и напряженных усилий фигуристов участвует информация особых рецепторов двигательной сенсорной системы — приорецепторов. Так, при выполнении вращательных движений велика роль проприорецепторов шейных мышц, которые включаются в работу при повороте головы вместе с туловищем. При неправильных движениях головой изменяется пульсация данных рецепторов, которая нарушает структуру движений и приводит к понижению качества исполнения упражнений.

Ниже будут представлены нагрузки, которые испытывают фигуристы на льду во время выступлений:

- 1) При приземлении на лед колени и голеностоп спортсмена испытывают колоссальную нагрузку в пятьсот кг;
- 2) Непосредственно перед прыжком спортсмен разгоняется до 7 метров в секунду;
- 3) Во время парного фигурного катания, когда фигурист держит на руках партнершу, на его спину и позвоночник переносится нагрузка до 800 кг, что соизмеримо с весом взрослого бурого медведя;
- 4) При совершении элемента «четверной тулуп» фигурист совершает 5 оборотов в секунду. Стиральная машина, например, во время режима «отжим» делает 6 обо-

ротов в секунду, что сопровождается сильными толчками машины;

5) Во время сложных фигур пульс спортсмена может достигать 200 ударов в минуту, когда нормальное сердцебиение здорового взрослого человека — 60–80 ударов в минуту.

С такими нагрузками нередки и случаи тяжелых травм фигуристов, полученных прямо во время выступления [2].

В 1996 году во время тренировки перед континентальным чемпионатом в Риге фигуристка Елена Бережная получила травму во время вращения. Ее партнер ударил своим коньком фигуристку в височную часть головы, в результате которой был проломлен череп, осколки кости заделали мозг, и была парализована половина лица.

Татьяна Тотьмянина в 2004 году во время Гран-При Skate America парного фигурного катания на середине выступления в момент поддержки партнера на одной руке упала на лед с огромной высоты и потеряла сознание.

Алексей Ягудин в течение нескольких лет занимался фигурным катанием, преодолевая боль. Его бедренная кость впиалась в сустав и разрушилась. Позже благодаря операции ее сменили на металлический имплант.

Заключение

Таким образом, фигурное катание на коньках не только красивый и завораживающий вид спорта, но и требующий нечеловеческих усилий, нередко заканчивающихся травмами.

Оттого, что работа идет все время в одну сторону, искривление позвоночника как следствие, естественная болезнь у фигуристов.

Литература:

1. <https://www.kazan.kp.ru/daily/26197/3084455/>
2. <https://studfiles.net/preview/2416661/page:2/>
3. Виноградова В.И. Основы биомеханики прыжков в фигурном катании на коньках — М: «Советский спорт», 2013 г. — 216 с.
4. Мишина А.Н. Фигурное катание на коньках — М.: «Физкультура и спорт», 1985. — 271 с.

Молодой ученый

Международный научный журнал
№ 50 (288) / 2019

Выпускающий редактор Г. А. Кайнова
Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга
Художник Е. А. Шишков
Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются.
За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый»

Номер подписан в печать 25.12.2019. Дата выхода в свет: 01.01.2020.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420126, г. Казань, ул. Амирхана, 10а, а/я 231.

Фактический адрес редакции: 420029, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.