

АКТУАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

ISSN 2713-1513

#11 (246), 2025

часть II

Актуальные исследования

Международный научный журнал

2025 • № 11 (246)

Часть II

Издается с ноября 2019 года

Выходит еженедельно

ISSN 2713-1513

Главный редактор: Ткачев Александр Анатольевич, канд. социол. наук

Ответственный редактор: Ткачева Екатерина Петровна

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются.

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов статей.

При использовании и заимствовании материалов ссылка на издание обязательна.

Материалы публикуются в авторской редакции.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Абидова Гулмира Шухратовна, доктор технических наук, доцент (Ташкентский государственный транспортный университет)

Альборад Ахмед Абуди Хусейн, преподаватель, PhD, Член Иракской Ассоциации спортивных наук (Университет Куфы, Ирак)

Аль-бутбахак Башшар Абуд Фадхиль, преподаватель, PhD, Член Иракской Ассоциации спортивных наук (Университет Куфы, Ирак)

Альхаким Ахмед Кадим Абдуалкарем Мухаммед, PhD, доцент, Член Иракской Ассоциации спортивных наук (Университет Куфы, Ирак)

Асаналиев Мелис Казыкеевич, доктор педагогических наук, профессор, академик МАНПО РФ (Кыргызский государственный технический университет)

Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, проректор по научной работе, профессор, директор НИИ биогеографии и ландшафтной экологии (Дагестанский государственный педагогический университет)

Бафоев Феруз Муртазович, кандидат политических наук, доцент (Бухарский инженерно-технологический институт)

Гаврилин Александр Васильевич, доктор педагогических наук, профессор, Почетный работник образования (Владимирский институт развития образования имени Л.И. Новиковой)

Галузо Василий Николаевич, кандидат юридических наук, старший научный сотрудник (Научно-исследовательский институт образования и науки)

Григорьев Михаил Федосеевич, кандидат сельскохозяйственных наук, доцент (Арктический государственный агротехнологический университет)

Губайдуллина Гаян Нурахметовна, кандидат педагогических наук, доцент, член-корреспондент Международной Академии педагогического образования (Восточно-Казахстанский государственный университет им. С. Аманжолова)

Ежкова Нина Сергеевна, доктор педагогических наук, профессор кафедры психологии и педагогики (Тулский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого)

Жилина Наталья Юрьевна, кандидат юридических наук, доцент (Белгородский государственный национальный исследовательский университет)

Ильина Екатерина Александровна, кандидат архитектуры, доцент (Государственный университет по землеустройству)

Каландаров Азиз Абдурахманович, PhD по физико-математическим наукам, доцент, проректор по учебным делам (Гулистанский государственный педагогический институт)

Карпович Виктор Францевич, кандидат экономических наук, доцент (Белорусский национальный технический университет)

Кожевников Олег Альбертович, кандидат юридических наук, доцент, Почетный адвокат России (Уральский государственный юридический университет)

Колесников Александр Сергеевич, кандидат технических наук, доцент (Южно-Казахстанский университет им. М. Ауэзова)

Копалкина Евгения Геннадьевна, кандидат философских наук, доцент (Иркутский национальный исследовательский технический университет)

Красовский Андрей Николаевич, доктор физико-математических наук, профессор, член-корреспондент РАЕН и АИН (Уральский технический институт связи и информатики)

Кузнецов Игорь Анатольевич, кандидат медицинских наук, доцент, академик международной академии фундаментального образования (МАФО), доктор медицинских наук РАГПН,

профессор, почетный доктор наук РАЕ, член-корр. Российской академии медико-технических наук (РАМТН) (Астраханский государственный технический университет)

Литвинова Жанна Борисовна, кандидат педагогических наук (Кубанский государственный университет)

Мамедова Наталья Александровна, кандидат экономических наук, доцент (Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова)

Мукий Юлия Викторовна, кандидат биологических наук, доцент (Санкт-Петербургская академия ветеринарной медицины)

Никова Марина Александровна, кандидат социологических наук, доцент (Московский государственный областной университет (МГОУ))

Насакаева Бакыт Ермекбайкызы, кандидат экономических наук, доцент, член экспертного Совета МОН РК (Карагандинский государственный технический университет)

Олешкевич Кирилл Игоревич, кандидат педагогических наук, доцент (Московский государственный институт культуры)

Попов Дмитрий Владимирович, доктор филологических наук (DSc), доцент (Андижанский государственный институт иностранных языков)

Пятаева Ольга Алексеевна, кандидат экономических наук, доцент (Российская государственная академия интеллектуальной собственности)

Редкоус Владимир Михайлович, доктор юридических наук, профессор (Институт государства и права РАН)

Самович Александр Леонидович, доктор исторических наук, доцент (ОО «Белорусское общество архивистов»)

Сидикова Тахира Далиевна, PhD, доцент (Ташкентский государственный транспортный университет)

Таджибоев Шарифджон Гайбуллоевич, кандидат филологических наук, доцент (Худжандский государственный университет им. академика Бободжона Гафурова)

Тихомирова Евгения Ивановна, доктор педагогических наук, профессор, Почётный работник ВПО РФ, академик МААН, академик РАЕ (Самарский государственный социально-педагогический университет)

Хайтова Олмахон Саидовна, кандидат исторических наук, доцент, Почетный академик Академии наук «Турон» (Навоийский государственный горный институт)

Цуриков Александр Николаевич, кандидат технических наук, доцент (Ростовский государственный университет путей сообщения (РГУПС))

Чернышев Виктор Петрович, кандидат педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер РФ (Тихоокеанский государственный университет)

Шаповал Жанна Александровна, кандидат социологических наук, доцент (Белгородский государственный национальный исследовательский университет)

Шошин Сергей Владимирович, кандидат юридических наук, доцент (Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского)

Эшонкулова Нуржахон Абдужабборовна, PhD по философским наукам, доцент (Навоийский государственный горный институт)

Яхшиева Зухра Зиятовна, доктор химических наук, доцент (Джиззакский государственный педагогический институт)

СОДЕРЖАНИЕ

МАРКЕТИНГ, РЕКЛАМА, PR

Дорофеева Е.Д.

ОСОБЕННОСТИ МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ ТЕПЛОЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ НА ПРИМЕРЕ ООО «ЮКЭК» 6

ГОСУДАРСТВЕННОЕ И МУНИЦИПАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ

Данилова О.А., Портнягин А.И.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИНАНСОВО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО МЕХАНИЗМА РЕАЛИЗАЦИИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ «КУЛЬТУРА» И «ОБРАЗОВАНИЕ» 9

ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ

Бикушев В.Ю.

ВОЗВРАТ НДС ПРИ ПРИМЕНЕНИИ ТАМОЖЕННОЙ ПРОЦЕДУРЫ СВОБОДНОЙ ТАМОЖЕННОЙ ЗОНЫ 17

Воронин Е.

ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ И НОВАЯ РОЛЬ MIDDLE-МЕНЕДЖМЕНТА 21

ПЕДАГОГИКА

Балковая Е.С., Игнатовская С.Г., Степанова Е.Ю., Шевченко Ю.А.

КОУЧИНГ КАК СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ И ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 25

Демченко Н.Н., Пузырева А.Ю., Ляшенко И.А., Орлова К.К., Шелухина Н.П.

ЭФФЕКТИВНЫЕ СРЕДСТВА, ФОРМЫ И ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ 31

Житарева Е.П., Трифонов В.В.

РАННЯЯ МЕДИЦИНСКАЯ ИНТЕРВЕНЦИЯ У ДЕТЕЙ С ВЫСОКИМ РИСКОМ РАССТРОЙСТВ НЕЙРОРАЗВИТИЯ 35

Лебединская В.С.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ МАНИКЮРУ: СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ В БЬЮТИ-ИНДУСТРИИ 40

Марынычева М.Н.

МЕДИТАТИВНАЯ СЛУЖБА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ: ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАЩИХСЯ 44

Чигвинцева А.В., Исабекова Е.В., Сотникова И.А.

ОСОБЕННОСТИ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПРИ ДИЗАРТРИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 47

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Асадова Л.Р.

ТИБЕТСКИЕ ГИМНАСТИКИ: НАУЧНЫЙ ВЗГЛЯД НА ПОЛЬЗУ, РИСКИ И
ОГРАНИЧЕНИЯ49

Асадова Л.Р.

ЦИГУН: ОБЗОР ТРАДИЦИОННОЙ ПРАКТИКИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ52

Негодина А.А., Плотникова О.А.

РАЗВИТИЕ КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ55

Симаева Е.О.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК В СПОРТИВНОМ
ПИТАНИИ.....59

МАРКЕТИНГ, РЕКЛАМА, PR

ДОРОФЕЕВА Екатерина Дмитриевна

магистрантка,

Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ»,
Россия, г. Новосибирск

ОСОБЕННОСТИ МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ ТЕПЛОЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ НА ПРИМЕРЕ ООО «ЮКЭК»

Аннотация. В статье рассматриваются особенности маркетинговых коммуникаций теплоэнергетической компании ООО «ЮКЭК» Кемеровской области, функционирующей в условиях естественной монополии. Анализируются ключевые проблемы, включая слабый имидж, недостаточную рекламную активность и ограниченные цифровые коммуникации. Предложены направления совершенствования PR- и маркетинговой деятельности для формирования позитивного образа компании и повышения её конкурентоспособности.

Ключевые слова: маркетинг, PR, теплоэнергетика, коммуникационная стратегия, цифровые коммуникации, естественная монополия, бренд.

Введение

Теплоэнергетические компании играют ключевую роль в обеспечении теплом жилых, коммерческих и промышленных объектов. В условиях высокой конкуренции и возрастающей потребности в энергоэффективности маркетинговые коммуникации становятся важным инструментом для повышения лояльности клиентов, привлечения инвестиций и формирования положительного имиджа. Однако специфика отрасли накладывает определенные ограничения и требования к выбору маркетинговых стратегий.

Настоящая статья рассматривает особенности маркетинговых коммуникаций теплоэнергетической компании на примере ООО «ЮКЭК» – крупнейшего поставщика тепловой энергии в Таштагольском муниципальном районе Кемеровской области. Анализ коммуникационной деятельности компании позволяет выявить ключевые проблемы и предложить рекомендации по их решению.

1. Специфика целевой аудитории

Целевая аудитория теплоэнергетических компаний представлена тремя основными сегментами:

- Частные потребители (B2C) – жители многоквартирных домов и частных

домовладений, использующие услуги отопления и горячего водоснабжения [1].

- Коммерческие клиенты (B2B) – предприятия и организации, потребляющие тепловую энергию в своих производственных и офисных помещениях.

- Государственные учреждения (B2G) – школы, больницы, детские сады и другие бюджетные организации, обеспечиваемые теплом в рамках муниципальных контрактов [2].

У каждого сегмента существуют свои потребности и ожидания. Частные потребители ценят надежность и доступность тарифов, предприятия требуют стабильности поставок, а государственные структуры ориентированы на соблюдение регламентов и эффективности расходования бюджетных средств.

2. Анализ маркетинговых коммуникаций ООО «ЮКЭК»

На текущий момент компания «ЮКЭК» не ведет активную рекламную и PR-деятельность, что сказывается на узнаваемости бренда и уровне доверия со стороны потребителей [2]. Однако можно выделить несколько ключевых направлений коммуникации:

- Работа с персоналом – размещение вакансий в местных СМИ, на сайтах по трудоустройству и в социальных сетях. Однако

недостаточное внимание к визуальному оформлению и содержанию объявлений снижает их эффективность.

- Социальная политика – проведение корпоративных мероприятий, предоставление социальных льгот сотрудникам, благотворительные инициативы.

- Работа с жалобами и обращениями – функционирует круглосуточная аварийная диспетчерская служба, однако цифровые каналы обратной связи развиты слабо.

- Ведение официального сайта – сайт компании содержит основную информацию о деятельности «ЮКЭК», но имеет низкую посещаемость, технические ошибки и недостаточную адаптацию под современные требования.

- Взаимодействие со СМИ – публикации о деятельности компании появляются в региональных новостных изданиях, но инициатива чаще исходит от журналистов, а не от самой организации.

3. Проблемы маркетинговых коммуникаций

Анализ коммуникационной стратегии ООО «ЮКЭК» выявил несколько значительных проблем:

- Отсутствие активной рекламной деятельности – компания не использует PR-инструменты для повышения узнаваемости бренда.

- Слабый имиджевый образ – отсутствие четкой стратегии по формированию положительного восприятия среди клиентов и партнеров [1].

- Неэффективное привлечение персонала – низкая вовлеченность молодых специалистов и недостаточное использование цифровых каналов для поиска сотрудников.

- Слабое присутствие в интернете – устаревший сайт и низкая активность в социальных сетях ограничивают возможности взаимодействия с целевой аудиторией [5, с. 48].

Рекомендации по улучшению маркетинговых коммуникаций.

1. Развитие PR-деятельности [4]:

- Разработка стратегии взаимодействия со СМИ, создание пресс-релизов, участие в отраслевых мероприятиях.

- Публикация материалов о деятельности компании, достижениях и внедрении новых технологий.

2. Улучшение цифровых коммуникаций:

- Обновление сайта: исправление технических ошибок, улучшение дизайна,

добавление удобных сервисов (онлайн-обращения, калькулятор тарифов и т. д.) [3, с. 217].

- Активное ведение социальных сетей (ВКонтакте, Telegram), регулярное размещение новостей и взаимодействие с подписчиками.

- Использование контекстной и таргетированной рекламы для повышения осведомленности о компании.

3. Повышение привлекательности работодателя [4]:

- Разработка привлекательных вакансий с качественным визуальным сопровождением.

- Проведение профориентационных мероприятий в вузах и техникумах, участие в ярмарках вакансий.

- Продвижение корпоративной культуры и социальных инициатив через социальные сети и СМИ.

4. Повышение вовлеченности клиентов:

- Создание программы лояльности (скидки за своевременную оплату, бонусные программы).

- Введение системы персонализированных уведомлений для клиентов (SMS, email-рассылки) [5, с. 51].

- Регулярные опросы и исследования удовлетворенности клиентов для корректировки стратегии работы.

Заключение

Теплоэнергетическая отрасль требует специфического подхода к маркетинговым коммуникациям, ориентированного на долгосрочные отношения с клиентами, доверие и прозрачность. ООО «ЮКЭК» обладает большим потенциалом для улучшения взаимодействия с целевой аудиторией, однако для этого необходимо внедрение современных коммуникационных инструментов, активная работа с имиджем и развитие цифровых каналов.

Реализация предложенных мер позволит не только укрепить позиции компании на рынке, но и повысить уровень удовлетворенности клиентов, улучшить внутреннюю корпоративную культуру и привлечь новые кадры. В условиях роста конкуренции и ужесточения экологических стандартов маркетинговые коммуникации становятся важным инструментом для повышения устойчивости и эффективности работы теплоэнергетических предприятий.

Литература

1. Аржанова К.А., Довжик Г.В., Ионцева М.В. Современные PR-технологии продвижения компании // Компетентность. 2020.

№ 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-pr-tehnologii-prodvizheniya-kompanii-1> (дата обращения: 19.03.2023).

2. Данченко Л.А. Маркетинговые подходы к продвижению бизнес-образования на основе применения лестницы Бена Ханта и CJM / Л.А. Данченко, Е.Ю. Кулакова // Вестник Удмуртского университета. Серия «Экономика и право». 2022. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/marketingovyye-podhody-k-prodvizheniyu-biznes-obrazovaniya-na-osnove-primeneniya-lestnitsy-bena-hanta-i-cjm> (дата обращения: 19.03.2023).

3. Кудрина И.В. Современные инструменты PR-продвижения организаций / И.В. Кудрина. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2020. – № 21 (311). – С. 216-218.

– URL: <https://moluch.ru/archive/311/70441/> (дата обращения: 19.03.2023).

4. Шалабодин С. Методика Шеррингтона или сегментирование по 5W [Электронный ресурс] // Маркетинговая стратегия для бизнеса Шалабодин. Маркетинг. 2024. URL: <https://shalabodin.com/ru/metodika-sherringtona-ili-segmentirovanie-po-5w/> (дата обращения: 19.03.2023).

5. Шестакова Я.А. Специфика стратегий продвижения организации в современных экономических условиях / Я.А. Шестакова. – Текст: непосредственный // Исследования молодых ученых: материалы XXXIX Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2022 г.). – Казань: Молодой ученый, 2022. – С. 48-53. – URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/445/17196/> (дата обращения: 19.03.2023).

DOROFEEVA Ekaterina Dmitrievna

Undergraduate Student, Novosibirsk State University of Economics and Management "NINH",
Russia, Novosibirsk

FEATURES OF MARKETING COMMUNICATIONS OF A HEAT AND POWER COMPANY ON THE EXAMPLE OF YUKEK LLC

Abstract. *The article discusses the features of marketing communications of the thermal energy company YUKEK LLC in the Kemerovo region, operating under a natural monopoly. Key issues are analyzed, including a weak image, insufficient advertising activity, and limited digital communications. The directions of improving PR and marketing activities for the formation of a positive image of the company and increasing its competitiveness are proposed.*

Keywords: *marketing, PR, thermal power engineering, communication strategy, digital communications, natural monopoly, brand.*

ГОСУДАРСТВЕННОЕ И МУНИЦИПАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ

ДАНИЛОВА Олеся Александровна

студентка,

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ,
Россия, г. Москва

ПОРТНЯГИН Андрей Ильич

научный руководитель, доцент, кандидат исторических наук,

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ,
Россия, г. Москва

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИНАНСОВО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО МЕХАНИЗМА РЕАЛИЗАЦИИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ «КУЛЬТУРА» И «ОБРАЗОВАНИЕ»

***Аннотация.** Статья посвящена исследованию финансово-экономического механизма реализации национальных проектов «Культура» и «Образование». Проведённый анализ статистической информации по вопросу распределения государственного бюджета на национальные проекты с 2022 по 2024 гг., контрольно-надзорных мер за использованием бюджетных финансовых средств, государственно-частного партнерства приводит к выводу о необходимости пересмотра приоритетов финансирования национальных проектов.*

***Ключевые слова:** механизм государственного управления, национальный проект, культура, образование, финансирование, контрольно-надзорные органы, государственно-частное партнерство.*

Текущая международная обстановка создала импульс для самостоятельного развития России с опорой на собственные ресурсы. Один из таких ресурсов – человеческий капитал. В связи с этим, развитие социальной сферы стало приравняться к вопросам, связанным с обеспечением национальной безопасности страны. Это отмечено в Указе Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», где в числе приоритетных обозначена цель – создать

«возможности для самореализации и развития талантов» [24, п. 1], что подразумевает формирование эффективной системы образования и культурной политики для воспитания гармонично развитой и социально-ответственной личности.

Изначально с 2019 по 2020 гг. национальные проекты «Образование» и «Культура» по приоритетности финансирования занимали девятое место и двенадцатое место соответственно (рис. 1) [10, с. 3].

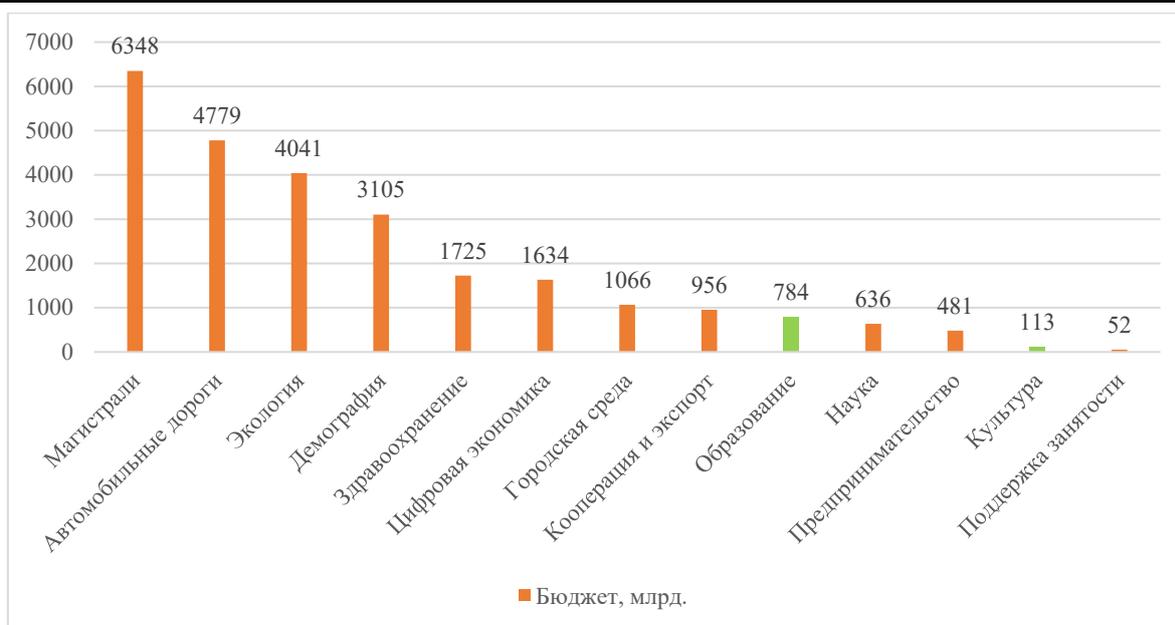


Рис. 1. Бюджет национальных проектов 2019–2024 гг. (на основе паспортов, утвержденных 24 декабря 2018 г.)

В 2021 г. приоритеты финансирования были пересмотрены. В 2021–2024 гг. по расходам федерального бюджета национальный проект «Образование» занял шестое место

(переместился на три позиции выше), однако национальный проект «Культура» занял только тринадцатое место (переместился на одну позицию ниже) (рис. 2) [2, с. 15].

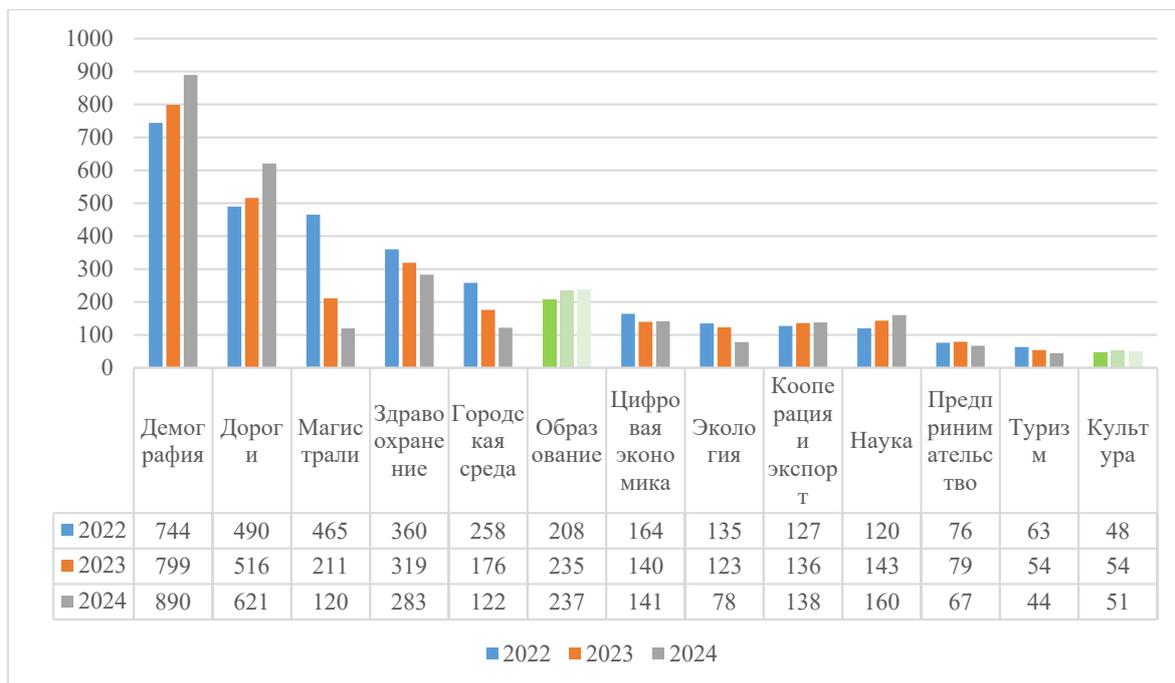


Рис. 2. Расходы федерального бюджета на национальные проекты в 2022–2024 гг. (по материалам Министерства финансов РФ)

Очевидно, что в рамках актуальной национальной повестки культура и образование – это два взаимосвязанных элемента, которые должны лежать в основе ожидаемых коренных изменений как в развитии страны, так и в жизни граждан. Поэтому необходимо

пересмотреть значимость финансово-экономического механизма в реализации национальных проектов «Культура» и «Образование».

Финансирование, как один из основных механизмов реализации национальных проектов современной России, имеет свои особенности,

среди которых многоканальность источников финансирования; прозрачность в распределении расходов, предоставлении отчетности и оценки результатов; гибкость администрирования национальных проектов, возможность принятия решения о перераспределении финансовых средств в зависимости от актуальности задач [23, с. 75].

Основными источниками финансирования национального проекта «Культура» являются средства федерального бюджета, из них межбюджетные трансферты бюджету; консолидированные бюджеты субъектов РФ, из них межбюджетные трансферты бюджету(там) (рис. 3) [13].



Рис. 3. Источники финансирования национального проекта «Культура» с 2019 по 2024 гг., млн руб.

Одновременно с этим, активно в реализацию национального проекта «Культура» вкладываются фонды, созданные для финансирования культурной деятельности. Например, государственный фонд – Российский фонд культуры, который известен своей деятельностью по возвращению более 130000 памятников истории и культуры на Родину; по продвижению российской культуры как «мягкой силы» за рубежом; по созданию разветвленной инфраструктуры среди культурных учреждений по всей России [20]. Президентский фонд культурных инициатив – некоммерческая организация, которая создает возможности для открытого диалога с населением по реализации грантовых культурных проектов. Проводятся различные семинары, обучающие программы для того, чтобы любой гражданин смог продвинуть свою идею и оформить ее надлежащим образом для представителей государственной власти [15]. Новое явление для сферы культуры – это целевые фонды, которые существуют за счет благотворительных пожертвований. В

последующем эти деньги инвестируются, наращивается капитал, который вкладывается в долгосрочные проекты. Например, эндаумент фонд Третьяковской галереи создан для поддержки малых музеев Третьяковской галереи и пополнения коллекции картин [25].

Однако выводы по результатам аудита Счетной палаты за период с января по февраль 2024 г. свидетельствуют о том, что Министерство культуры России не всегда в полной мере и в положенный срок реализует бюджет. Так, в феврале – августе 2024 г. Минкультуры России осуществлял на низком уровне (от 1,2% до 50%) исполнение бюджетных ассигнований, выделенных в феврале из резервного фонда Правительства Российской Федерации [12, с. 7]. Кроме того, Минкультуры России не исполнил запланированные на первое полугодие 2024 г. расходы, связанные с закупкой товаров (работ и услуг) в объеме 4,5 млрд рублей [12, с. 126]. Например, не реализованы соглашения по проекту «Комплексное развитие территории и инфраструктуры малых исторических поселений»

в объеме 4 500 млн рублей, на предоставление субсидии бюджету Смоленской области на проведение работ по сохранению объекта культурного наследия федерального значения «Усадьба «Высокое» [12, с. 126]. Не исполнены должным образом расходы на предоставление субсидии бюджету Орловской области на создание мемориального комплекса «Судбищенская битва» (исполнение составило 0,6% планового объема) [12, с. 127]. В дополнение, на 1 октября 2024 г. отмечается существенный объем

заблокированных лимитов бюджетных обязательств для Министерства культуры РФ в 350,5 млн рублей (34,3%) [12, с. 175].

Основными источниками финансирования национального проекта «Образование» являются также средства федерального бюджета, из них межбюджетные трансферты бюджету, консолидированные бюджеты субъектов РФ, внебюджетные источники (ГЧП, эндаумент фонды, Фонд президентских грантов и др.) [14].



Рис. 4. Источники финансирования национального проекта «Образование» с 2019 по 2024 гг., млн руб.

Однако Министерство просвещения, выделенные в феврале 2024 г. из резервного фонда Правительства Российской Федерации бюджетные ассигнования, исполнило в феврале – августе тоже на низком уровне (от 1,2% до 50%) [12, с. 7]. Из госпрограмм с наибольшим объемом бюджетных ассигнований на 2024 год (более 500 млрд рублей) ниже среднего уровня (менее 70,9%) исполнены расходы по госпрограмме «Развитие образования» – 69,6%» [12, с. 107]. В отдельности, например, не были предоставлены субсидии бюджету Смоленской области в целях софинансирования расходных обязательств в ходе осуществления работ по сохранению объекта культурного наследия «Школа» (2-я пол. XIX в.), входящего в состав объекта культурного наследия федерального значения «Усадьба «Высокое». Не были предоставлены иные межбюджетные трансферты в целях софинансирования расходных обязательств

субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению (возмещению) затрат на мероприятия по подготовке учебников по региональной истории [12, с. 129].

Следующий механизм – механизм контроля за реализацией национальных проектов. Прокуратура является одним из контрольно-надзорных органов, который в соответствии с Приказом Генеральной прокуратуры РФ от 14 марта 2019 г. № 192 «Об организации прокурорского надзора за исполнением законодательства при реализации национальных проектов» реализует спектр задач по надзору за исполнением законодательства [16]. В перечень полномочий прокуратуры входит сбор сведений и статистики для характеристики состояния законности реализации проектов, анализ эффективности мер, применяемых уполномоченными органами для выявления правонарушений, контроль соблюдения органами

субъектов РФ условий получения межбюджетных трансфертов из федерального бюджета, контроль закупок и многое другое [1, с. 28]. В частности, по национальному проекту «Образование» прокуратура контролирует применение мер по повышению качества и доступности образовательных услуг, формированию современной, безопасной образовательной среды, модернизации инфраструктуры, пресечению фактов незаконного закрытия школьных и дошкольных учреждений [16, п. 3.8]. По национальному проекту «Культура» прокуратура несет ответственность за контроль соблюдения законодательства в ходе строительства, реконструкции и капитального ремонта объектов культуры; за соблюдение законодательства при вовлечении в хозяйственный оборот объектов культурного наследия [16, п. 3.16]. Ежегодно генеральный прокурор выступает на расширенных заседаниях Совета Федерации, где докладывает о результатах контрольной деятельности. Так, например, за 2023 г. было выявлено более 2,8 тыс. нарушений закона при реализации национальных проектов. За 2024 г. было вынесено 1119 обвинительных приговоров [18].

Контрольную деятельность в части расходования бюджетных средств осуществляет Министерство финансов РФ. Минфин РФ утверждает порядок составления и предоставления годовой отчетности по национальным проектам [17]; ежемесячно направляет оперативную информацию об исполнении федерального бюджета в части бюджетных ассигнований на реализацию национальных проектов руководителями национальных проектов и в проектный офис Правительства РФ [8, с. 40]; анализирует эффективность расходов на управление реализацией национальных проектов, чтобы обеспечить их взаимосвязь и установить сроки финансирования [4, с. 21].

В целом, в России действует разветвленная система контролирующих органов, куда наряду с прокуратурой и Министерством финансов входят ФНС России, МВД России, ФСБ России, Счетная палата, Федеральное казначейство. В связи с этим возникает потребность в обеспечении проактивного обмена информацией о фактах злоупотреблений за счет создания целостной системы органов надзорного сопровождения. Помимо этого, остается актуальным вопрос об устранении функций управления, которые дублируются в результате отсутствия прозрачной схемы управления и контроля за национальными проектами. Например,

Проектный офис Правительства, Центр компетенций проектной деятельности и Минэкономразвития одновременно занимаются анализом информации в паспортах, отчетах нацпроектов, готовят информационные и аналитические материалы. Эти же органы занимаются и формированием функциональных требований к информационным системам обеспечения проектной деятельности. Одновременно с этим данные функции сосредотачиваются в отдельных органах исполнительной власти и передаются бюджетным и некоммерческим организациям, которые не имеют права их выполнять. И напротив, казенные учреждения, которые могут выполнять отдельные государственные функции, не наделяются полномочиями необходимыми для управления нацпроектами [9].

Важное направление в реализации национальных проектов – государственно-частное партнерство. ГЧП рассматривается как инструмент привлечения инвестиций и как инструмент для развития гражданско-правовых юридических отношений, подразумевающих расширение участия представителей бизнеса в государственном секторе экономики. Государственно-частное партнерство – вектор, который важно развивать, поскольку представители бизнеса, которые заинтересованы в социальной деятельности, как правило, стремятся выполнять договоренности на высоком уровне для развития своего имиджа и совершенствования клиентоориентированности. Кроме того, бизнес-сектор заинтересован в получении налоговых льгот и других преференций, которые может предоставить государство в рамках условий партнерства [7].

Национальные проекты «Культура» и «Образование» – это те две сферы, где сформированы благоприятные условия для расширения ГЧП. На сегодняшний день уже реализовано большое количество инициатив, ответственность за которые несут представители бизнеса. Например, «Сбер» вовлечен в реализацию фактически всех федеральных проектов национального проекта «Культура». Он предлагает услугу лизинга для предоставления оборудования, музыкальных инструментов; разработку Коробочного решения для строительства и реконструкции культурных объектов; SBERCLOUD продукты для перехода к цифровым услугам [21]. «Газпром», в свою очередь, активно вовлечен в повестку национального проекта «Культура». Так, при его поддержке в Эрмитаже

была открыта постоянная экспозиция заслуженного художника России Инны Олевской «Фарфоровая пластика», которая входит в перечень культурного наследия России. «Газпром» активно инвестирует в реставрацию объектов культурного наследия. Например, проводятся работы по восстановлению Лионского зала Екатерининского дворца, построена точная копия корабля «Полтава» – первого крупного корабля российского флота» [11].

Значимые проекты продвигаются бизнес-корпорациями и в рамках национального проекта «Образование». Так, «Т-банк» и Агентство стратегических инициатив, созданное Правительством РФ, заключили в декабре 2023 г. партнерство в сфере высшего образования, одна из инициатив которого направлена на представление губернаторских грантов из бюджета субъектов на конкурсной основе, за счет которых можно покрыть обучение в любом ВУЗе страны, но с обязательным условием последующей работы в своем регионе в течение определенного времени [22]. «Роснефть» вносит большой вклад в реализацию одной из целей национального проекта «Образование» – популяризация системы российского образования за рубежом. В частности, в июне 2024 г. компанией было подписано соглашение с государственной нефтяной компанией Кубы «CUPER» с целью организации обучения сотрудников кубинского завода по программам российского высшего образования нефтегазового профиля, включая программы повышения квалификации, с возможностью стажировки на предприятиях «Роснефти» [19].

Несмотря на положительную динамику вовлеченности бизнес-структур в реализацию национальных проектов, существуют определенные подводные камни, которые тормозят процесс развития отношений в рамках ГЧП. Рассмотрим, например, концессионные соглашения, которые являются наиболее распространенной формой оформления отношений в области ГЧП, поскольку гарантируют бюджетное софинансирование. С одной стороны, инвестор получает стабильный доход и определенные льготы со стороны государства. Публичная власть, в свою очередь, получает ресурсы для снижения бюджетных затрат, развития инфраструктуры, создания карьерных возможностей персонала и формирования современных услуг. Но, с другой стороны, бизнес не заинтересован в вовлечении в ГЧП ввиду недостаточной правовой защиты имущественных

прав и отсутствия гарантий по возврату вложенных инвестиций. При этом также необходимо учитывать, что бизнес рассматривает, в первую очередь, проекты, направленные на коммерческое развитие, поэтому, например, реставрация объектов культуры не так востребована, как инвестирование в цифровую экономику, поскольку целевое назначение объекта культурного наследия не подлежит изменению, за исключением некоторых случаев [3].

Таким образом, исследование финансово-экономического механизма реализации национальных проектов «Культура» и «Образование» позволило заключить, что необходимо пересмотреть приоритеты финансирования национальных проектов. Пока национальные проекты «Культура» и «Образование» не будут рассмотрены в должной их значимости, обеспечение национальной безопасности страны с точки зрения воспитания нации будет в значительной степени затруднено.

Литература

1. Борисенко Е.А. Деятельность прокуратуры по надзору за исполнением законов при реализации национальных проектов; современные задачи и особенности правоприменения // Искусство правоведения. The art of law. 2024. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eyatelnost-prokuratury-po-nadzoru-za-ispolnieniem-zakonov-pri-realizatsii-natsionalnyh-proektov-sovremennye-zadachi-i-osobennosti>.
2. Бюджет для граждан к федеральному закону о федеральном бюджете на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 годов // Минфин России. 2023. URL: https://minfin.gov.ru/ru/performance/budget/process/utverzhdenie/budget_citizen?id_65=305631-byudzheth_dlya_grazhdan_k_federalnomu_zakonu_o_federalnom_byudzhete_na_2024_god_i_na_planovyj_period_2025_i_2026_godov (дата обращения: 05.03.2025).
3. Возможности и перспективы государственно-частного партнерства по сохранению объектов культуры обсудили на парламентских слушаниях // Государственная Дума Федерального Собрания Российской Федерации. URL: <http://duma.gov.ru/news/13896/> (дата обращения: 10.03.2025).
4. Воробьева Е.И. Государственные финансы России и реализация национальных проектов // Научный вестник: Финансы, банки, инвестиции. 2019. №1. URL

https://fbi.cfuv.ru/wp-content/uploads/2019/11/16-24_%D0%92%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B1%D1%8C%D0%B5%D0%B2%D0%B0-%D0%95.%D0%98.pdf.

5. Воробьева Е.И. Финансовое обеспечение реализации Национального проекта «Культура»: социальные и экономический эффекты // Научный вестник: финансы, банки, инвестиции. 2021. № 3 (56). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/finansovoe-obespechenie-realizatsii-natsionalnogo-proekta-kultura-sotsialnyu-i-ekonomicheskiiy-effekty>.

6. За злоупотребления при выполнении нацпроектов осудили более 1,3 тыс. человек // ТАСС. URL: <https://tass.ru/obschestvo/23303631> (дата обращения: 10.03.2025).

7. Кабиров А.В. Особенности государственно-частного партнерства в сфере культуры Российской Федерации // Современная экономика: проблемы и решения. 2021. № 6 (138). URL: https://www.researchgate.net/publication/354588000_OSOBENNOSTI_GOSUDARSTVENNO-CASTNOGO_PARTNERSTVA_V_SFERE_KULTURY_ROSSIJSKOJ_FEDERACII.

8. Куделич М.И. Система нормативных требований к оценке эффективности национальных проектов: актуальные проблемы // Финансовый журнал. 2019. 4. URL: https://www.finjournal-nifi.ru/images/FILES/Journal/Archive/2019/4/statii/fm_2019_4_03.pdf.

9. Минфин: для управления нацпроектами - единый центр поддержки // «Рамблер». URL: https://finance.rambler.ru/other/44539471/?utm_content=finance_media&utm_medium=read_more&utm_source=copуlink (дата обращения: 09.03.2025).

10. Национальные проекты. Целевые показатели и основные результаты. 2019. URL: <https://pm.center/upload/%D0%9D%D0%9F-%D0%98%D0%BD%D1%84%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%82%D1%80.pdf> (дата обращения: 06.03.2025).

11. Не только энергетика: самые яркие проекты «Газпрома» в сфере культуры и истории // НТВ. 2023. URL: <https://www.ntv.ru/novosti/2747903/?ysclid=m82>

охwk6h6158846012 (дата обращения: 10.03.2025).

12. Оперативный доклад об исполнении федерального бюджета январь-сентябрь 2024 года // Счетная палата Российской Федерации. 2024. URL: <https://ach.gov.ru/upload/iblock/ac7/f8xuu690zuyghacoohsylt3o7zuc5t1.pdf> (дата обращения: 05.03.2025).

13. Паспорт национального проекта «Культура» (утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16) // Консультант Плюс. 2018. URL: https://gldshi.kursk.muzkult.ru/media/2020/01/31/1250230172/PASPORT_NACIONAL_NOGO_PROEKTA_KUL_TURA.pdf (дата обращения: 05.03.2025).

14. Паспорт национального проекта «Образование» (утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16) // Консультант Плюс. 2018. URL: https://gldshi.kursk.muzkult.ru/media/2020/01/31/1250230172/PASPORT_NACIONAL_NOGO_PROEKTA_KUL_TURA.pdf (дата обращения: 05.03.2025).

15. Президентский фонд культурных инициатив. – URL: <https://xn--80aeeqaabljrdbg6a3ahhcl4ay9hsa.xn--p1ai/> (дата обращения: 06.03.2025).

16. Приказ Генеральной прокуратуры РФ от 14 марта 2019 г. № 192 «Об организации прокурорского надзора за исполнением законодательства при реализации национальных проектов» // Гарант.ру. 2019. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72100538/?ysclid=m84irstxps114704342> (дата обращения: 09.03.2025).

17. Приказ Минфина РФ от 28 декабря 2010 г. № 191н «Об утверждении Инструкции о порядке составления и представления годовой, квартальной и месячной отчетности об исполнении бюджетов бюджетной системы Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) // Гарант.ру. 2010. URL: <https://base.garant.ru/12181732/?ysclid=m84iu28g1o92626324> (дата обращения: 09.03.2025).

18. Прокуроры выявили более 2,8 тыс. нарушений закона при реализации национальных проектов // Генеральная прокуратура Российской Федерации. 2023. URL: <https://epp.genproc.gov.ru/web/gprf/mass->

media/news?item=92023748 (дата обращения: 09.03.2025).

19. Роснефть развивает образовательные проекты в России и за рубежом // rg.ru. 2024. URL: <https://rg.ru/2024/06/07/rosneft-razvivaet-obrazovatelnye-proekty-v-rossii-i-za-rubezhom.html> (дата обращения: 10.03.2025).

20. Российский фонд культуры. URL: <https://rcfoundation.ru/about.html> (дата обращения: 06.03.2025).

21. Современные банковские инструменты реализации Национального проекта «Культура». URL: <https://www.roskultproekt.ru/sites/default/files/2019-06/%D0%9F%D0%90%D0%9E%20%D0%A1%D0%91%D0%95%D0%A0%D0%91%D0%90%D0%9D%D0%9A.pdf?ysclid=m82ossz4tk118394224> (дата обращения: 10.03.2025).

22. Тинькофф и Агентство стратегических инициатив объявляют о партнерстве в сфере развития высшего образования // Тбанк. 2023. URL:

<https://www.tbank.ru/about/news/26122023-tinkoff-and-agency-for-strategic-initiatives-announce-partnership-in-field-of-higher-education-development/> (дата обращения: 10.03.2025).

23. Тугушев Р.И. Финансирование национальных проектов в Российской Федерации // Актуальные проблемы российского права. 2020. № 12 (121). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/finansirovanie-natsionalnyh-proektov-v-rossiyskoj-federatsii>.

24. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года // Президент России. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 06.03.2025).

25. Эндаумент Третьяковской галереи // Третьяковская галерея. URL: <https://www.tretyakovgallery.ru/support/endaument-fonda-gosudarstvennoy-tretyakovskoy-galerei/> (дата обращения: 09.03.2025).

DANILOVA Olesya Aleksandrovna

Student, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration,
Russia, Moscow

PORTNYAGIN Andrei Ilyich

Scientific Advisor, Associate Professor, Candidate of Historical Sciences,
Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Russia, Moscow

IMPROVEMENT OF THE FINANCIAL AND ECONOMIC MECHANISM FOR THE IMPLEMENTATION OF THE NATIONAL PROJECT “CULTURE” AND THE NATIONAL PROJECT “EDUCATION”

Abstract. *The article is devoted to the study of the financial and economic mechanism for the implementation of the National Project ‘Culture’ and the National Project ‘Education’. The analysis of the statistical information on the issue of state budget allocation for national projects from 2022 to 2024, control and supervisory measures for the use of the budgetary financial resources, public and private partnership leads to the conclusion that it is necessary to revise the priorities of national projects’ financing.*

Keywords: *mechanism of state governance, national project, culture, education, funding, regulatory authorities, public-private partnership.*

ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ

БИКУШЕВ Вадим Юрьевич

студент, Ульяновский государственный университет, Россия, г. Ульяновск

*Научный руководитель – доцент кафедры таможенного дела и внешнеэкономической деятельности Ульяновского государственного университета,
кандидат экономических наук Капканщикова Светлана Викторовна*

ВОЗВРАТ НДС ПРИ ПРИМЕНЕНИИ ТАМОЖЕННОЙ ПРОЦЕДУРЫ СВОБОДНОЙ ТАМОЖЕННОЙ ЗОНЫ

Аннотация. В статье анализируются условия и порядок возмещения/вычета НДС резидентами СЭЗ, применяющими процедуру СТЗ. Рассматриваются требования к документации и другие аспекты, влияющие на реализацию права на возмещение/вычет, включая примеры. Цель – выявление проблем и предложения рекомендаций по оптимизации процесса возмещения/вычета для резидентов СЭЗ.

Ключевые слова: НДС, возмещение НДС, вычет НДС, свободная таможенная зона, СТЗ, таможенная процедура, таможенное законодательство, налоговое законодательство, «входящий» НДС, отдельный учет, экспорт, выпуск для внутреннего потребления.

Свободные экономические зоны (СЭЗ) стимулируют экономический рост, привлекая инвестиции, в том числе благодаря режиму НДС, который позволяет резидентам снизить издержки за счёт возмещения и вычета НДС. Целью данного исследования является анализ условий и порядка возмещения и вычета НДС в СЭЗ, выявление существующих проблем и разработка соответствующих рекомендаций.

В рамках исследования были проанализированы нормативно-правовая база (Таможенный кодекс ЕАЭС, Налоговый кодекс РФ и др.), правоприменительная практика (письма ФТС, решения налоговых органов) и бухгалтерская документация резидентов СЭЗ. Применялись методы анализа документов и системный анализ.

Результаты исследования показали, что процедура свободной таможенной зоны (СТЗ), регулируемая ст. 201 ТК ЕАЭС и ФЗ № 116 «Об особых экономических зонах», позволяет резидентам СЭЗ размещать товары на территории зоны без уплаты пошлин и налогов [1]. Важно отметить, что, хотя СТЗ напрямую не предполагает возврат НДС, резиденты имеют право на возмещение «входного» НДС (уплаченного поставщикам в операциях, облагаемых НДС).

Для понимания механизмов важно различать: вычет НДС (уменьшение НДС к уплате на сумму «входящего» НДС – ст. 171, 172 НК РФ) и возврат НДС (возмещение государством «входящего» НДС, превышающего начисленный, что наиболее часто встречается при экспортных операциях – ставка 0%, ст. 164 НК РФ).

Основные условия для вычета/возмещения НДС включают: использование в облагаемых НДС операциях (в соответствии со ст. 146 НК РФ), оформление счетов-фактур в строгом соответствии со ст. 169 НК РФ, наличие подтверждения оплаты НДС поставщикам, правильное ведение бухгалтерского учета и отдельный учет операций, облагаемых и не облагаемых НДС (ст. 170 НК РФ) [2].

Рассмотрим на примерах, возникновение права вычета и возмещения НДС у резидентов, поскольку именно эффективность этих механизмов имеет решающее значение для привлечения инвестиций и поддержки резидентов СЭЗ. Особое внимание уделим ключевым условиям и порядку для успешного применения этих инструментов.

Пример 1: Реализация на внутреннем рынке ЕАЭС. Резидент СЭЗ, производящий продукцию со льготным ввозом сырья, решает

продавать ее в России (ЕАЭС). В этом случае ему необходимо завершить процедуру СТЗ, оформить выпуск товаров для внутреннего потребления и уплатить НДС на таможне.

Условия вычета НДС при реализации на внутреннем рынке: товары должны быть приняты к учёту; реализация в России должна облагаться НДС; у резидента должны быть документы, подтверждающие уплату НДС на таможне [4].

Пример 2: Экспорт товаров (возмещение НДС). Резидент СЭЗ осуществляет экспорт товаров, облагаемых НДС по ставке 0% (ст. 164 НК РФ). В этом случае у него возникает право на возврат «входного» НДС, уплаченного поставщикам (ст. 176 НК РФ).

Условия для возмещения НДС при экспорте: наличие контракта с иностранным покупателем (копия); наличие таможенной декларации с отметками об экспорте (копия); наличие транспортных документов (копии); наличие платёжных документов (копии); наличие счетов-фактур от поставщиков; ведение отдельного учёта операций.

Далее обозначим ключевые этапы возмещения и вычета: Прежде чем приступить к оформлению вычета (и, если применимо, возмещения) НДС, резиденту СЭЗ необходимо провести тщательную подготовительную работу. Этот этап является критически важным, поскольку от него зависит вероятность успешного применения данных налоговых механизмов. Соответственно на данном этапе целесообразно провести целый ряд манипуляций, а именно:

Необходимо четко определить круг поставщиков не являющихся резидентами СЭЗ, с которыми взаимодействует резидент СЭЗ, чтобы корректно определить возможность применения вычета или возмещения НДС.

Важно убедиться, что приобретенные товары, работы или услуги непосредственно используются в деятельности, которая признается объектом налогообложения НДС.

Ведение отдельного учета является обязательным условием, если резидент СЭЗ осуществляет как облагаемые, так и освобожденные от НДС операции (разделение затрат на облагаемые и освобожденные от НДС операции).

Наличие и правильность оформления счета-фактуры в строгом соответствии с требованиями законодательства (ст. 169 НК РФ) [2], так как любые неточности могут привести к отказу в вычете НДС.

Наличие полного пакета документов, подтверждающих факт совершения хозяйственных операций, необходим для подтверждения правомерности применения вычета НДС (спецификации, накладные ТОРГ-12, акты выполненных работ).

Необходимо иметь документальное подтверждение факта оплаты НДС поставщику, так как это является одним из обязательных условий для применения вычета (наличие платёжных документов, подтверждающих оплату НДС).

Важно продемонстрировать, что приобретенное имущество действительно используется в деятельности, связанной с облагаемыми НДС операциями (соответствие используемого имущества облагаемым НДС операциям).

Заполнение налоговой декларации по НДС на основании собранных документов и данных бухгалтерского учёта заполняется налоговая декларация по НДС за соответствующий налоговый период (квартал). Следом идёт подача налоговой декларации по НДС в орган по месту учета резидента СЭЗ в электронном виде по телекоммуникационным каналам связи (ТКС) с использованием квалифицированной электронной подписи (КЭП). Не позднее 25-го числа месяца, следующего за истекшим налоговым периодом (кварталом).

Камеральная налоговая проверка: предоставление пояснений и документов по требованию налогового органа в рамках проводимой проверки. Если по результатам камеральной проверки налоговый орган подтверждает обоснованность заявленных вычетов, принимается решение о вычете НДС. Сумма вычета учитывается при определении суммы НДС, подлежащей уплате в бюджет (или возмещению из бюджета).

В случае положительного решения сумма возмещения перечисляется на банковский счет резидента СЭЗ, указанный в заявлении. Если резидент СЭЗ не согласен с решением налогового органа об отказе в вычете или возмещении НДС, он имеет право обжаловать это решение в вышестоящем налоговом органе или в суде.

Учитывая существующие проблемы и тенденции в судебной практике, а также специфику деятельности в свободных экономических зонах (СЭЗ), можно предложить следующие меры по совершенствованию порядка реализации права на потенциальное возмещение НДС резидентами СЭЗ:

1. Упрощение раздельного учета: Существующая сложность раздельного учета операций, облагаемых и не облагаемых НДС, особенно для малых предприятий, является проблемой. Предложение: Разработка упрощенных методов ведения раздельного учета, учитывающих специфику деятельности в СЭЗ, позволит снизить трудозатраты и сделать процедуру более доступной.

2. Ускорение возмещения НДС для экспортеров: длительные сроки камеральных проверок и возмещения НДС снижают привлекательность СЭЗ для экспортеров. Предложение: введение ускоренного порядка возмещения НДС для резидентов СЭЗ, осуществляющих экспортные операции, будет стимулировать экспорт и повысит привлекательность СЭЗ.

3. Создание единого информационного ресурса: отсутствие централизованного источника информации затрудняет получение актуальных сведений о налогообложении. Предложение: создание и поддержка единого информационного ресурса, содержащего актуальную информацию о законодательстве, судебной практике и разъяснениях по вопросам НДС в СЭЗ, упростит доступ резидентов к необходимой информации.

4. Автоматизация учета движения товаров: отсутствие эффективных инструментов контроля за движением товаров затрудняет подтверждение их целевого использования. Предложение: разработка и внедрение автоматизированных систем учета и контроля за движением товаров на территории СЭЗ позволит отслеживать перемещение товаров с момента ввоза до момента их использования или вывоза.

5. Разработка типовых форм документов: отсутствие унифицированных форм документов затрудняет подтверждение целевого использования товаров. Предложение: разработка и утверждение типовых форм документов, подтверждающих целевое использование товаров в СЭЗ, упростит процесс оформления и снизит риски возникновения споров с налоговыми органами.

6. Внедрение системы единого регулирования: необходимость взаимодействия с различными государственными органами (таможенными, налоговыми, органами управления СЭЗ) отнимает у резидентов много времени и ресурсов. Предложение: создание системы, позволяющей резидентам СЭЗ получать все необходимые государственные услуги в одном

месте (система «одного окна»), позволит существенно сократить административные издержки.

7. Оптимизация таможенных процедур: длительные и сложные процедуры таможенного контроля и оформления товаров, перемещаемых через территорию СЭЗ, увеличивают издержки и снижают конкурентоспособность резидентов. Предложение: упрощение и ускорение процедур таможенного контроля и оформления с помощью современных информационных технологий и систем управления рисками позволит сократить сроки прохождения таможенных формальностей и повысить эффективность логистики.

Таким образом, эффективность механизма возврата НДС (в виде возмещения и вычета) в СЭЗ имеет решающее значение для привлечения инвестиций и поддержки резидентов. Существующий порядок имеет ряд недостатков, требующих совершенствования. Реализация разработанных предложений создаст более благоприятную и предсказуемую среду для бизнеса, снизит административные издержки, уменьшит риски возникновения споров с контролирующими органами и, как следствие, повысит инвестиционную привлекательность свободных экономических зон, стимулируя экономическую активность и развитие производства и экспорта.

В заключение отметим, что проведенное исследование позволило комплексно изучить проблему возврата НДС резидентам СЭЗ, выявить ключевые факторы, сдерживающие развитие, и разработать обоснованные предложения по совершенствованию таможенных процедур и администрирования, направленные на упрощение и ускорение процесса, повышение инвестиционной привлекательности СЭЗ и стимулирование экономической активности. Предложенные меры могут быть использованы для внесения изменений в нормативные акты, регулирующие деятельность СЭЗ, и для оптимизации работы таможенных и налоговых органов.

Литература

1. Таможенный кодекс Евразийского экономического союза (приложение № 1 к Договору о Таможенном кодексе Евразийского экономического союза). – Текст: электронный // Официальный сайт евразийского экономического союза. – 2025. – URL:

<http://www.eaeunion.org> (дата обращения 22.01.2025).

2. «Налоговый кодекс Российской Федерации (часть вторая)» от 05.08.2000 № 117-ФЗ (ред. от 08.08.2024) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.10.2024) – Текст: электронный // Официальный сайт Федеральной налоговой службы. – 2025. – URL: https://www.nalog.gov.ru/rn77/about_fts/docs_fts/ (дата обращения 22.01.2025).

3. Федеральный закон от 22.07.2005 № 116-ФЗ «Об особых экономических зонах в

Российской Федерации» – Текст: электронный // Официальный сайт Об особых экономических зонах в Российской Федерации – 2025. – URL:

<http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102099061> (дата обращения 23.01.2025).

4. Письмо Минфина России от 09.08.2019 № 03-07-08/60384 – Текст: электронный // Информационно-правовое обеспечение. – 2025. – URL:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72528006/> (дата обращения 02.02.2025).

BIKUSHEV Vadim Yuryevich

Student, Ulyanovsk State University, Russia, Ulyanovsk

*Scientific Advisor – Associate Professor of the Department of Customs Affairs and Foreign Economic Activity of Ulyanovsk State University,
Candidate of Economic Sciences Kapkanschikova Svetlana Viktorovna*

VAT REFUND WHEN APPLYING THE CUSTOMS PROCEDURE OF THE FREE CUSTOMS ZONE

Abstract. *The article analyzes the conditions and procedure for VAT refund/deduction by FEZ residents applying the STZ procedure. Documentation requirements and other aspects affecting the exercise of the right to compensation/deduction are considered, including examples. The purpose is to identify problems and offer recommendations on optimizing the reimbursement/deduction process for FEZ residents.*

Keywords: *VAT, VAT refund, VAT deduction, free customs zone, STZ, customs procedure, customs legislation, tax legislation, "incoming" VAT, separate accounting, export, release for domestic consumption.*

ВОРОНИН Евгений

предприниматель, Казахстан, г. Алматы

ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ И НОВАЯ РОЛЬ MIDDLE-МЕНЕДЖМЕНТА

Аннотация. В контексте глобальных изменений, вызванных цифровой трансформацией, происходит значительное переопределение управленческой структуры бизнеса, что воздействует на роль менеджеров среднего звена, выполняющих функцию посредников между стратегическим руководством и оперативной деятельностью. Настоящее исследование направлено на анализ основных проблем, с которыми приходится иметь дело управляющим в условиях автоматизации процессов, внедрения искусственного интеллекта и перехода на адаптивные структуры организаций. Акцент сделан на изменении их задач – переходе от функции контроля к роли наставника, необходимости овладения цифровыми навыками наряду с развитием эмоционального интеллекта, а также их значении в поощрении инновационных подходов. На базе теоретического исследования предложены стратегии адаптации управленческих методов и усовершенствование подготовки сотрудников.

Ключевые слова: цифровая трансформация, middle-менеджмент, бизнес, цифровые компетенции, инновации.

Ускорение цифровой трансформации, во многом вызванное пандемией COVID-19, послужило импульсом для переоценки устаревших управленческих стратегий [6, с. 98]. Вопросы стратегического характера сконцентрированы в зоне ответственности высшего руководства, в то время как сотрудники, находящиеся на нижних уровнях системы, больше сосредоточены на исполнении конкретных задач. Однако, кардинальные преобразования на уровне организации зачастую приходится на сотрудников среднего звена. Традиционные роли координаторов и контролирующих лиц утрачивают свою значимость перед автоматизацией существующих процессов, дополненной широким внедрением data-driven подходов. Современные данные свидетельствуют, что 64% менеджеров среднего уровня испытывают стресс, поскольку вынуждены одновременно справляться с задачами, касающимися как оперативной деятельности, так и процессов цифровой трансформации [9].

Эволюция функций middle-менеджмента в цифровой среде

Преобразование контроля в коучинг. Интеграция автоматизированных систем управления процессами, таких как ERP-платформы, снижает необходимость в традиционном ручном контроле и акцентирует внимание руководителей на профессиональном развитии кадров. Менеджеры, освобожденные от рутинного составления отчетности, берут на себя роль

наставников, способствующих освоению сотрудниками цифровых технологий и внедрению гибких методов управления [4, с. 341].

Гибридная модель труда требует от менеджеров совершенствования способности к организации дистанционной работы через цифровые инструменты взаимодействия, такие как Microsoft Teams, Slack и т. д. Работники среднего звена играют роль посредников, поддерживая корпоративный дух и обеспечивая при этом эффективное взаимодействие в условиях несоответствия временных зон [8, с. 1507].

В корпоративной цифровой среде интеграция технологических решений осуществляется благодаря middle-менеджерам, играющим ключевую роль связующего элемента между IT-отделами и бизнес-подразделениями. При этом установка CRM-системы требует не только технической настройки, но также пересмотра рабочих процессов в отделах продаж. Согласно исследованию IBS Group (2023), около 78% успешного осуществления цифровых инициатив происходит при условии, что middle-менеджеры эффективно передают значимость проектов сотрудникам [10]. Это предполагает организацию пилотных испытаний, сбор отзывов и корректировку внедрения с учётом специфики каждого отдела компании.

Ключевые вызовы цифровой трансформации

Наблюдаемый цифровой разрыв в уровне компетенций среди определенного числа менеджеров среднего уровня является значимой проблемой. Несмотря на прогресс в области технологической осведомленности, 42% из этих специалистов все еще не адаптированы к взаимодействию с big data и искусственным интеллектом [2, с. 202]. В результате возрастает вероятность принятия решений, опирающихся на устаревшие методы, что несет в себе существенные риски.

Исследование Deloitte обнаруживает, что 57% руководителей среднего звена рассматривают цифровизацию как вызов своим властным полномочиям [3, с. 518]. Приверженность традиционным иерархическим структурам усложняет адаптацию к горизонтальным моделям, усиливая сопротивление изменениям.

Увеличение когнитивной нагрузки связано с тем, что в эпоху цифровой трансформации работники оказываются перед необходимостью совмещения операционных и стратегических функций. Современные научные исследования фиксируют, что свыше 60% руководителей среднего звена сообщают о возрастании длительности их рабочего дня. Это увеличение связано с необходимостью одновременно контролировать цифровые инструменты и взаимодействовать с коллективами вживую [5, с. 3991]. В ответ на подобные вызовы особо актуальным становится внедрение методов управления временем, таких как метод «Помидора», а также эффективное перераспределение задач, в том числе через делегирование посредством AI-ассистентов.

Этические вопросы автоматизации вызывают не менее сложные моральные проблемы у руководителей среднего звена. Процесс внедрения роботизации нередко диктует необходимость принятия решения относительно приоритизации эффективности операций или сохранения верности коллективу. Согласно исследованию ВШЭ (2022), 43% участников отметили, что алгоритмы HR-аналитики склонны рекомендовать увольнение работников старше 50 лет, что идет вразрез с инклюзивными принципами [7, с. 142].

Стратегии развития новых компетенций

В рамках исследования необходимо упомянуть о важности внедрения программ обучения в области:

- Data literacy (анализ метрик, интерпретация дашбордов);
- Управление проектами в цифровой среде, которое охватывает методы Scrum и Kanban;
- Кросс-функциональная коллаборация.

Построение инновационной экосистемы. Роль middle-менеджеров как «интрапренеров» заключается в запуске тестовых проектов, связанных с применением искусственного интеллекта, выступая связующим звеном между подразделениями исследований и разработок, а также оперативными департаментами.

Обучение эмоционального интеллекта (EQ) приобретает особую значимость в условиях цифровизации, когда личные встречи стали редкостью. Менеджеры среднего звена обязаны научиться различать невербальные сигналы, используя дистанционные технологии. Виртуальные тренинги, направленные на развитие навыков активного слушания и управления конфликтами в текстовых коммуникациях, а также на повышение мотивации через онлайн-каналы, становятся важной частью подготовки. Пример «Сбера» иллюстрирует, как внедрение программы «Эмоциональный лидер» способствовало увеличению на 27% уровня удовлетворенности сотрудников, что достигалось за счет осуществления регулярных онлайн-ретроспектив.

Анализ цифровых данных выступает в качестве ключевого элемента для принятия управленческих решений, что приводит к переходу средней управленческой цепочки от интуитивных действий к методам, основанным на данных. Исследование метрик посредством инструментов таких как Google Analytics или Яндекс.Метрика предоставляет возможность оперативно корректировать маркетинговые стратегии. Однако, статистическая неграмотность приводит к неправильному толкованию информации у 35% менеджеров [1, с. 104]. Для решения данной проблемы предлагается использовать микрообучение, доступное на платформах, таких как Coursera или «Нетология».

В заключение, представляется, что цифровая революция переосмысливает функцию руководства среднего уровня, преобразуя его из

вспомогательного звена в основного инициатора изменений в организации. Анализ в статье приводит к следующим выводам:

- Изменение обязанностей руководителей среднего звена обусловлено переходом от традиционного контроля к более гибким подходам коучинга и управления цифровыми платформами.

- Ключевые трудности включают в себя пробелы в цифровых навыках, эмоциональное выгорание и моральные вопросы, связанные с автоматизацией процессов.

- Для успешной адаптации необходимы стратегии, предполагающие развитие комплексных навыков, таких как информационная грамотность и эмоциональный интеллект, а также пересмотр систем мотивации сотрудников.

Перспективным направлением представляется интеграция программ переподготовки middle-менеджеров на государственном уровне, что в свою очередь может включать в себя интеграцию в инициативы, подобные «Цифровой экономике», что необходимо для распространения успешных кейсов (например, agile-практик в ритейле и IT-секторе).

Перспектива исследования

Будущие исследования должны быть направлены на изучение долгосрочных последствий цифровой трансформации для организационной структуры. Особый акцент должен быть сделан на следующих аспектах:

- Каким образом изменится власть middle-менеджмента в условиях доминирования искусственного интеллекта?

- Каковы потенциальные опасности утраты человеческой составляющей управления при применении моделей, основанных на обработке данных?

Кроме того, важной областью для будущих работ является учет региональных особенностей: например, как адаптируются управленческие подходы в разных географических контекстах – центральных и удалённых компаниях. Экспериментальные исследования могут подтвердить эффективность предложенных адаптационных стратегий, таких как микрообучение или геймификация, во всевозможных сферах деятельности. Указанные ранее шаги помогут не только углубить теоретическую

базу, но и предложить практические советы для бизнес-сообщества и государственных структур.

Литература

1. Багратиони К.А. Сопротивление цифровой трансформации в логистической компании: роль неформальных связей менеджеров среднего звена / К.А. Багратиони, О.С. Волков // *Организационная психология*. – 2022. – Т. 12, № 2. – С. 95-111.
2. Бажанов В.А. Искусственный интеллект, технологии Big Data (больших данных) и особенности современного политического процесса / В.А. Бажанов // *Философия. Журнал Высшей школы экономики*. – 2023. – Т. 7, № 3. – С. 193-210.
3. Губанова А.В. Анализ основ цифрового лидерства как инструмента управления изменениями в цифровой экономике / А.В. Губанова, О.К. Минева // *Креативная экономика*. – 2023. – Т. 17, № 2. – С. 507-526.
4. Докукина А.А. Гибкие подходы к управлению инновационными проектами организаций: значение и возможности Agile / А.А. Докукина // *Экономика, предпринимательство и право*. – 2021. – Т. 11, № 2. – С. 333-348.
5. Круглов Д.В. Развитие трудового потенциала в условиях цифровизации / Д.В. Круглов, О.С. Резникова // *Креативная экономика*. – 2023. – Т. 17, № 11. – С. 3983-3996.
6. Мамедьяров З.А. Ускорение цифровизации на фоне пандемии: мировой опыт и Россия / З.А. Мамедьяров // *Контурсы глобальных трансформаций: политика, экономика, право*. – 2021. – Т. 14, № 4. – С. 92-108.
7. Манолова Ю.Г. HR-аналитика для управления персоналом в будущем / Ю.Г. Манолова // *ВУЗ и реальный бизнес*. – 2020. – Т. 1. – С. 139-145.
8. Ошкордина А.А. Роль корпоративной культуры в системе эффективного управления гостиничной организацией / А.А. Ошкордина, Е.Г. Радыгина, С.А. Лебедева // *Лидерство и менеджмент*. – 2023. – Т. 10, № 4. – С. 1499-1514.
9. McKinsey & Company. *The Future of Middle Management*. 2023. URL: <https://www.mckinsey.com>.
10. IBS Group. *Цифровизация бизнес-процессов: роль middle-менеджмента*. 2023. URL: <https://www.ibs.ru>.

VORONIN Evgeny
Entrepreneur, Kazakhstan, Almaty

DIGITAL TRANSFORMATION AND THE NEW ROLE OF MIDDLE MANAGEMENT

Abstract. *In the context of global changes caused by digital transformation, there is a significant redefinition of the business management structure, which affects the role of mid-level managers acting as intermediaries between strategic management and operational activities. The present study is aimed at analyzing the main problems that managers have to deal with in the context of process automation, the introduction of artificial intelligence and the transition to adaptive organizational structures. The emphasis is placed on changing their tasks - the transition from the function of control to the role of mentor, the need to master digital skills along with the development of emotional intelligence, as well as their importance in encouraging innovative approaches. Based on the theoretical research, strategies for adapting management methods and improving employee training are proposed.*

Keywords: *digital transformation, middle management, business, digital competencies, innovation.*

ПЕДАГОГИКА

БАЛКОВАЯ Елена Сергеевна

учитель-дефектолог, куратор,
МБДОУ «Ровеньский детский сад № 1 комбинированного вида»,
Россия, Белгородская область, п. Ровеньки

ИГНАТОВСКАЯ Светлана Геннадьевна

тьютор ресурсной группы, МБДОУ «Ровеньский детский сад № 1 комбинированного вида»,
Россия, Белгородская область, п. Ровеньки

СТЕПАНОВА Екатерина Юрьевна

тьютор ресурсной группы, МБДОУ «Ровеньский детский сад № 1 комбинированного вида»,
Россия, Белгородская область, п. Ровеньки

ШЕВЧЕНКО Юлия Александровна

тьютор ресурсной группы, МБДОУ «Ровеньский детский сад № 1 комбинированного вида»,
Россия, Белгородская область, п. Ровеньки

КОУЧИНГ КАК СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ И ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

***Аннотация.** Эта статья поможет разобраться в принципах и приёмах коучинга, эффективно применяемых в педагогической практике в детских образовательных учреждениях (ДОУ). Метод подходит для работы с родителями воспитанников всех категорий, в том числе одарённых детей и ребят с особенностями здоровья (ОВЗ). Он раскрывает потенциал семьи в достижении общих образовательных целей в отношении ребёнка.*

***Ключевые слова:** коучинг, дети, одарённые, ОВЗ, семьи, родители, дошкольный.*

Введение

Родители испытывают трудности на разных этапах взросления детей. Бывает непросто удержать авторитетную позицию, находить общий язык, понимать потребности ребёнка. Современные родители активны. Они много работают, общаются, уделяют внимание своей внешности и увлечениям. Многие из них пытаются переложить ответственность за воспитание детей на педагогов. Приёмы коучинга помогут воспитателю сохранить позицию и создать условия, в которых родитель продуктивно изменит мышление, увидит перспективы для самостоятельного развития способностей ребёнка.

Литературный обзор

Сегодня много говорят о коучинговом подходе и о возможности его применения в дошкольных образовательных учреждениях [1].

В своей статье Сандырева Татьяна Сергеевна ещё в 2021 году приводит примеры применения коучинга, как инновационной технологии в ДОУ [2].

Мы же предоставим более широкий спектр инструментов для взаимодействия педагогов с родителями.

Цель:

Помочь родителям получить навык слушать и слышать своих детей, сотрудничать и договариваться с ними, раскрывать их потенциал.

Задачи:

- развитие у членов семьи имеющихся навыков с целью достижения дальновидных целей;
- эффективное планирование и постановка стратегии продуктивного взаимодействия в системе «родитель-ребёнок-педагог»;
- принятие взрослыми ответственности за будущее ребёнка.

Методы:

- анонимное анкетирование;
- встречи с родителями в формате коуч-сессий;
- тренинги на укрепление детско-родительских отношений;
- просвещение родителей в применении коучинга для общения с детьми (памятки, буклеты).

Материально-техническое обеспечение

Для реализации метода может быть использована групповая комната, сенсорная комната, музыкальный зал, или кабинет изобразительной деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда

Для проведения встреч должны быть созданы следующие условия:

- оформлена медиатека;
- наличие интерактивного оборудования, а также интерактивный комплекс (интерактивная доска, ноутбук, проектор) для демонстрации мультимедийных презентаций по темам;
- оборудование и реквизит необходимый для проведения заседания согласно теме встречи.

Ожидаемые результаты

Суть коуч-сессий для родителей в осознании ими того, что их ребёнок:

- Индивидуальность, поэтому не должен быть как все;
- Имеет право на ошибки;
- Может иметь собственное мнение;
- Имеет не всегда оправданные ожидания.

Педагог-коуч может помочь родителю научиться:

1. Строить диалог с ребёнком не требованиями, а вопросами.
2. Превращать бытовые задачи в увлекательную игру.
3. Стать примером.

Такая модель взаимодействия педагога, ребёнка и родителя обеспечит гармоничный тандем для решения задач обучения.

Основная часть

Большинство родителей воспитывают детей, руководствуясь собственным жизненным опытом. Поэтому педагог должен изучить семейную ситуацию каждого воспитанника. Личностно-ориентированный подход поможет эффективно выстраивать стратегию взаимодействия с конкретным ребёнком и его окружением.

Принципы взаимодействия с родителями

Для вовлечения родителей в единое пространство детского развития общайтесь с родителями по принципу:

- **Неформальной беседы:** когда между участниками нет препятствий в виде столов или трибун.
- **Сотрудничества:** когда каждый может высказаться и обратиться за советом.
- **Безоценочного принятия:** где нет места критике и осуждениям.
- **Индивидуального подхода:** где каждая история – это бесценный опыт. Где педагог не наставник, а партнёр.

Виды коучинга в дошкольных образовательных организациях могут отличаться по количеству клиентов:

- индивидуальный;
- командный.

По формату обучения коучинг может быть не только очный, но и дистанционный с применением видеосвязи для общения в реальном времени.

Коуч-сессия – это приём психотерапии, включающий обсуждения, высказывания идей с использованием метода «мозговой штурм» [4, с. 165].

Каждая сессия состоит из следующих этапов:

- Определение целей коучинга (цели ставят перед собой сами родители);
- Анализ текущей ситуации;
- Уточнение целей, постановка задач;
- Составление плана действий;
- Результат, анализ, вывод.

Каждый из этапов может быть и отдельным занятием.

Рекомендовано проводить 9 коуч-сессий в учебный период (1 раз в месяц). Цели сформированы в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» [3]. Примеры сессий согласно графику приведены в таблице.

Таблица

Сроки	Тема и формат мероприятия	Цели	Методы
Сентябрь	Родительское собрание «Я – родитель»	Формировать осознанность родителей в потребностях ребёнка. Объединить усилия взрослых в системе «Ребёнок-родитель-педагог» для успешного развития дошкольника	Анонимное анкетирование «Какой я родитель». Упражнения «Три зеркала», «Запрет», «Как слова действуют на ребёнка». Социальные видеоролики «В мире я происхожу», «Счастье – это просто...». Практическая работа в группах Рефлексия «Я чувствую...»
Октябрь	Тренинг «Я тебя понимаю»	Укреплять детско-родительские отношения. Обучать методам разрешения семейных конфликтов. Обучать способам проявлений любви	Упражнения «Представляете...», «Родитель и ребенок», «Ассоциации». Рефлексия «Что я чувствую прямо сейчас»
Ноябрь	Педагогический альянс «В гостях у детства»	Взаимодействовать с родителями для раскрытия детских способностей. Вовлекать родителей в обсуждение проблемы влияния значимых взрослых на развитие способностей детей.	Мозговой штурм. Игры «Два дела», «Какой он – мой ребёнок». Упражнение: «Комплимент». Рефлексия «Цвет моего настроения»
Декабрь	Детско-родительский тренинг «Круг радости»	Способствовать формированию у ребёнка представления о семейных ценностях через взаимодействие с родителями. Способствовать комфортной атмосфере в семье.	Сказкотерапия на тему семейных ценностей «Моя семья». Упражнения «Семейные заповеди», «Семейный портрет», «Засели дом». Рефлексия «Цвет моего настроения»
Январь	Встреча «Имею право»	Формировать комфортную социальную среду для дошкольников в ДОО и семье.	Игра «Права родителей и их детей». Упражнение «О правах». Викторина «Права человека в сказках». Рефлексия «Цвет моего настроения»
Февраль	Сотворчество родителей с детьми «Талант не скроешь»	Раскрывать таланты детей. Поддерживать и усиливать любовь в семье. Познакомить с новыми средствами развития творческого потенциала ребёнка.	Игра «Комплименты себе». Упражнения: «Угадай, что я рисую», «Печатная машинка» Творческое задание. Рефлексия «Цвет моего настроения»
Март	Практикум «Любить нельзя наказывать»	Обогащать эмоциональную сферу родителей. Оказать практическую помощь в воспитании самоуважения, достоинства и здоровой самооценки у ребёнка	Упражнения «Солнце любви», «За что мы любим?», «Ассоциации» Рефлексия «Что я чувствую прямо сейчас. На что это похоже?»
Апрель	Детско-родительский досуг	Приобщить родителей к совместному досугу с детьми. Способствовать формированию общих интересов детей и взрослых	Общий танец – хоровод. Видеосюжеты. Совместные досуговые игры: «Дженга», «Плот» Конкурс «Хвастунов» Подведение итогов. Общий шуточный танец.
Май	Детско-родительский тренинг «В облаках любви»	Актуализировать позитивный эмоциональный опыт. Формировать осознание семейных ролей и отношений. Снять психо-эмоциональное напряжения.	Упражнение «Дождик», Арт-техника «Совместный рисунок» Медитация «Портрет». Аппликация «Семейная картина». Памятка для родителей. Медиа-презентация «В облаках любви».

Продолжительность коуч-сессии определяется тематикой встречи. Группа формируется на добровольной основе (по желанию родителей, законных представителей).

Мы предлагаем пошаговую инструкцию, которая поможет реализовать инновационный метод на практике.

Шаг 1. Осознание родительства

Предоставьте родителям возможность ответить себе на вопросы, которые помогут сохранить себя родителем. Для этого можно провести анонимное тестирование.

В своей практике мы предлагаем родителям ответить на вопросы:

1. Какими качествами обладает хороший родитель?
2. Вы хороший родитель?
3. Что можно сделать уже сейчас, чтобы стать хорошим родителем?
4. Каким Вы хотите видеть своего ребёнка в будущем?
5. Что нужно делать сейчас ради счастливого будущего дочери/ сына?
6. Какие ресурсы понадобятся для достижения цели?
7. Когда именно я приступлю к действиям?

Ответы родителей бывают разными:

Осознание целей работает подобно переключателю, для включения родителей в образовательные процессы [5]. Первую коуч-сессию рекомендуется провести на первом установочном родительском собрании. Основная цель данной встречи в осознании родителями, что «родитель-ребёнок» – это целая система, и от состояния и поведения родителя будет зависеть состояние и поведение ребёнка.

Шаг 2. Осознание личности ребёнка

Разобравшись в собственных чувствах и желаниях, родитель ощутит потребность в навыках продуктивного и позитивного диалога с малышом. Для этого ему нужно понять детские потребности. Раскрыть их помогут такие инструменты:

- сказкотерапия;
- изотерапия;
- куклотерапия.

Применение тренингов на укрепление детско-родительских отношений поможет также разрешить семейные конфликты и усилить проявление любви. Уже первая встреча позволит пробудить в родителях интерес к данной методике и вовлечь их в процесс воспитания и межличностного общения.

Шаг 3. Я познаю. Я создаю

Педагог предлагает родителям совместные занятия для развития творчества и познавательной активности ребёнка с учётом возрастных особенностей. Общая деятельность помогает раскрыть потенциал ребёнка в глазах родителя.

Немаловажно, в конце каждой встречи родителям выдавать памятки, основными понятиями занятия, а также дополнительными сведениями по данной теме. В конце рекомендуется прилагать список литературы, которую родители могут почитать в целях дополнительного самообразования.

Шаг 4. Я понимаю

Родители не всегда осознают, что их кроха перешёл на новый этап взросления, и сохраняют прежний стиль общения с ним. Ряд тренингов и мероприятий, направленных на обогащение эмоциональной сферы родителей, покажут, что их ребёнок готов общаться по-новому, способен на понимание.

Чему нужно научить родителей

Разговаривать с детьми в позитивном русле:

1. Концентрироваться на решении проблемы, не заикливаясь на ситуации.
2. Говорить о том, что можно вместо претов.
3. Искать во всём плюсы, превращая в них минусы.

Использовать такие принципы:

«Мы все разные»

Принять самим тот факт, что ребёнок может отличаться от сверстников, от других детей в семье и людей из их окружения. Такое чувство может возникать у одарённых детей и детей с особенностями здоровья. Показать собственным примером – «Я не такой (такая), как другие». Это может быть внешность, работа, круг интересов. Научить малыша уважать себя и свои особенности.

«Позволь себе ошибаться»

Ещё не научил малыша ходить, требуя, чтобы он не падал, и наказывая за каждое падение. Но и интеллектуальное развитие происходит через осознание ошибок. Боязнь сделать что-то неправильно ограничивает деятельность ребенка. Он не пробует, не экспериментирует, не анализирует, не сопоставляет. Анализируя, собственные и чужие оплошности мы проникаем в суть проблемы. Это помогает больше узнать и о себе самих:

- о своих слабостях и недостатках;

- о том, в каких обстоятельствах мы допускаем просчёты.

Эта бесценная информация позволяет подготовиться так, чтобы в дальнейшем добиться наилучшего результата. Задача родителя в этот период – встать на сторону ребёнка в борьбе против трудностей. Помочь ему увидеть ошибки и исправить их.

«Избавляйся от негатива»

Дети часто слышат от взрослых:

- Не плач!
- Не кричи!
- Не стучи ногами!
- Всё хорошо!

Ребёнку сложно сдерживать эмоции, когда на самом деле «не хорошо, больно, грустно, обидно или страшно...». Каждый человек имеет право на проявление своих чувств. Важно научить малыша, что можно проявлять свои эмоции, но с заботой о близких людях. Так, чтобы не заставлять страдать других.

«Живи, мечтай!»

У детей всегда много фантазий и «хотелок». Не обязательно все их выполнять. Однако ограничивать желание желать не стоит. Умение мечтать способствует развитию критического мышления, уверенности и мотивирует на достижение личных целей. Без поддержки ребёнок может замкнуться в себе, избегать ответственности и бояться проявлять инициативу. Именно поэтому так важно не критиковать детские фантазии.

«Ты можешь сказать «нет»»

Человек способный сказать «нет», всегда сможет регулировать свои действия и слова. Этим он обеспечит себе независимость, безопасность и уважение окружающих. Для того чтобы ребёнок понял силу слов «да» и «нет», родителям следует употреблять такие слова сбалансировано, чтобы они не потеряли своей значимости.

Волшебные вопросы

Специальные вопросы помогут родителям повысить мотивацию ребенка к исследованию. Они расширяют границы мышления и побуждают искать наилучший вариант решения задачи. Расскажите участникам коуч-сессии о правилах волшебных вопросов:

1. Открытые вопросы начинаются с вопросительных слов и обращены в будущее, на поиск решения: когда, что, насколько, какие и т. д. Слово «почему» используется только в контексте «почему важно?». Например: «Почему тебе важно пойти на улицу сейчас?», «Что

могло бы помочь тебе выполнить это задание?», «Какие варианты отдыха на выходные ты можешь предложить?».

2. Подразумевают развёрнутый ответ. На такой вопрос нельзя ответить «да»/«нет».

3. Задавая вопросы, употребляйте во множественном числе варианты и превосходную степень. Например, «Какие самые веселые способы помогут запомнить эти английские слова?», «Какие самые удивительные книги ты прочитал этой зимой?», «Какие самые легкие шаги ты можешь сделать для достижения своей мечты?»

4. Расширяйте видение, представление о ситуации при помощи простых фраз: «А еще?», «Что еще?», «Что тогда?» и т. д.

5. Задавайте вопросы, чтобы ребёнок представлял себя в лице любимого героя – как бы он поступил? Или спросите «если ты выигрываешь эти соревнования, что ты почувствуешь, как это будет?».

Обзор перспектив развития темы исследования

Родитель является наиболее стабильной составляющей в системе связи ребёнка с окружающим миром. Особенно важно укрепить эту связь для детей с особенностями развития и одарённых детей. Такие ребята могут испытывать трудности в коммуникации, поэтому для них важна поддержка значимых взрослых. Коучинговый подход в отличие от других методов помогает раскрыть потенциал личности ребёнка для него самого и для его родителей. Такое взаимодействие педагога с семьёй поможет значительно улучшить качество жизни семьи без видимого вмешательства.

Заключение

Родителям, применяющим приёмы коучинга, удастся избежать трудностей связанных с взрослением детей. Им легко удерживать авторитетную позицию наставника, находить общий язык, понимать чувства и эмоции ребёнка. Коуч-воспитатель успешно сохраняет позицию наставника и создаёт условия для продуктивного взаимодействия в системе «родитель-ребёнок-педагог». Где родитель видит перспективы для самостоятельного развития способностей ребёнка и берёт ответственность за его будущее.

Литература

1. Коучинг в детском саду. / <https://www.1napc.ru/aboutcoaching/v-detskom-sadu.html>.

2. Сандырева Т. С. Коучинг как инновационная технология в ДОУ. Международный педагогический портал «Солнечный свет» / <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/kouching-kak-innovacionnaya-tehnologiya-9180809362/>.

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция) – 29 декабря 2012 года – № 273-ФЗ/

https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/.

4. Никулина Н.Н., Березина С. В., Ушаков И.И. «Сущность и роль коучинга в образовании и воспитании» // Образование. Наука. Научные кадры. – 2019 г. – № 3 – С. 165.

5. Уитмор Д. «Коучинг. Основные принципы и практики коучинга и лидерства». / Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина Паблишер». – 2018 г.

BALKOVAYA Elena Sergeevna

Teacher-Defectologist, Curator, MBDOU "Rovensky kindergarten No. 1 of combined type",
Russia, Belgorod region, Rovenki

IGNATOVSKAYA Svetlana Gennadievna

Tutor of the Resource Group, MBDOU "Rovensky kindergarten No. 1 of the combined type",
Russia, Belgorod region, Rovenki

STEPANOVA Ekaterina Yurievna

Tutor of the Resource Group, MBDOU "Rovensky kindergarten No. 1 of the combined type",
Russia, Belgorod region, Rovenki

SHEVCHENKO Julia Alexandrovna

Tutor of the Resource Group, MBDOU "Rovensky kindergarten No. 1 of the combined type",
Russia, Belgorod region, Rovenki

COACHING AS A MODERN METHOD OF INTERACTION BETWEEN A FAMILY AND A PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION

Abstract. *This article will help you understand the principles and techniques of coaching that are effectively used in teaching practice in children's educational institutions. The method is suitable for working with parents of pupils of all categories, including gifted children and children with special needs (HIA). It reveals the potential of the family in achieving common educational goals for the child.*

Keywords: *coaching, children, gifted, HIA, families, parents, preschool.*

ДЕМЧЕНКО Наталия Николаевна

тьютор, МОУ «СОШ № 3»,
Россия, г. Валуйки

ПУЗЫРЕВА Алёна Юрьевна

педагог-психолог, МОУ «СОШ № 3»,
Россия, г. Валуйки

ЛЯШЕНКО Ирина Александровна

учитель начальных классов, МОУ «СОШ № 3»,
Россия, г. Валуйки

ОРЛОВА Кристина Константиновна

педагог-психолог, МОУ «СОШ № 3»,
Россия, г. Валуйки

ШЕЛУХИНА Наталья Павловна

учитель начальных классов, МОУ «СОШ № 2» с УИОП,
Россия, г. Валуйки

ЭФФЕКТИВНЫЕ СРЕДСТВА, ФОРМЫ И ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

***Аннотация.** В статье рассматриваются эффективные средства, формы и инновационные методы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Анализируются современные подходы к организации образовательного процесса, включающие использование цифровых технологий, методов нейропедагогике, проектного обучения, сенсорной интеграции и адаптивных образовательных платформ. Особое внимание уделяется международному опыту и внедрению технологий виртуальной и дополненной реальности, робототехники и когнитивных тренингов в образовательную практику. Проведен анализ научных данных, подтверждающих эффективность данных методов в развитии когнитивных, социальных и коммуникативных навыков детей с ОВЗ. Сделаны выводы о необходимости комплексного подхода в образовательной деятельности, направленного на повышение качества обучения, социализации и адаптации детей с особыми образовательными потребностями.*

***Ключевые слова:** дети с ограниченными возможностями здоровья, инклюзивное образование, цифровые технологии, нейропедагогика, адаптивные образовательные платформы, сенсорная интеграция, альтернативная коммуникация.*

Актуальность исследования

В современных условиях особое внимание уделяется инклюзивному образованию и созданию доступной образовательной среды для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Несмотря на активное развитие данной сферы, многие образовательные учреждения и специалисты сталкиваются с трудностями в организации эффективного обучения, социализации и коррекционно-развивающей работы с данной категорией детей.

Развитие новых технологий, инновационных методов обучения и специализированных педагогических подходов открывает широкие возможности для повышения эффективности образовательного процесса. Однако недостаток научно-методического обоснования, нехватка квалифицированных кадров и ограниченность внедрения современных решений в практику затрудняют реализацию инклюзивного обучения на высоком уровне.

В связи с этим исследование эффективных средств, форм и инновационных методов работы с детьми с ОВЗ является актуальной задачей, направленной на совершенствование образовательных технологий, повышение качества обучения и социализации детей, а также на создание инклюзивной среды, способствующей их всестороннему развитию.

Цель исследования

Целью данного исследования является анализ и обоснование эффективных средств, форм и инновационных методов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, направленных на повышение качества их обучения, социализации и адаптации в образовательной среде.

Материалы и методы исследования

В ходе исследования был проведен анализ современных научных публикаций, государственных нормативных документов в области инклюзивного образования, а также практического опыта работы с детьми с ОВЗ. Использовались методы сравнительного анализа, систематизации и обобщения данных из источников, включающих научные работы в области коррекционной педагогики, когнитивной нейронауки, психологии развития и цифровых образовательных технологий. Также был проведен обзор международного опыта, включающего внедрение инновационных методов обучения в образовательные системы стран с развитой инклюзивной средой.

Результаты исследования

Современная образовательная практика в условиях инклюзивного обучения требует разработки и внедрения эффективных средств и методов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Согласно исследованиям, проведенным в рамках психолого-педагогических дисциплин, индивидуализация образовательного процесса, использование специализированных коррекционно-развивающих методик и современных цифровых технологий являются приоритетными направлениями в работе с данной категорией обучающихся.

Работа с детьми с ОВЗ базируется на принципах комплексного подхода, включающего дифференциацию и адаптацию образовательного материала, создание комфортной сенсорной среды, применение мультимодальных методов обучения, а также активное

взаимодействие педагогов, родителей и специалистов в области коррекционной педагогики (Выготский Л. С., Лубовский В. И.). Научные исследования в области нейропсихологии подтверждают значимость сенсорной интеграции, когнитивных тренингов и применения биологической обратной связи в развитии познавательных и социальных навыков у детей с особыми образовательными потребностями.

Наиболее распространенные формы работы с детьми с ОВЗ включают индивидуальные и групповые занятия, направленные на развитие когнитивных, коммуникативных и двигательных навыков. Особое место занимает коррекционная педагогика, основанная на принципах адаптивного обучения и комплексной психолого-педагогической поддержки. Эффективность инклюзивного образования во многом зависит от применения дидактических средств, включая специальные обучающие программы, тактильные пособия, методики арт-терапии, музыкотерапии, а также инновационные технологии, такие как виртуальная реальность и адаптивные мультимедийные платформы [4, с. 209].

Среди инновационных методов обучения особую значимость приобретает использование цифровых технологий, включая робототехнику, виртуальную и дополненную реальность (VR/AR), что подтверждается данными исследований по инклюзивному образованию. Современные программные решения, такие как мобильные приложения для альтернативной коммуникации, специальные адаптивные образовательные платформы (например, приложение Proloquo2Go), позволяют повысить уровень вовлеченности и мотивации обучающихся [3, с. 146].

Дополнительную эффективность в обучении детей с ОВЗ демонстрируют методы нейропедагогики, направленные на стимуляцию нейропластичности мозга. Исследования в области когнитивной нейронауки показывают, что систематическое применение сенсорных тренингов, когнитивных упражнений, а также технологий биологической обратной связи способствует развитию адаптивных навыков и улучшению познавательных функций у детей с нарушениями развития [1, с. 575].

Игровые и арт-терапевтические методы также занимают важное место в работе с детьми с ОВЗ. Согласно исследованиям,

применение методов лего-терапии, песочной терапии, музыкотерапии и театральных практик способствует развитию эмоционального интеллекта, коммуникации и когнитивных способностей. Включение этих методик в образовательный процесс позволяет детям более эффективно усваивать новые знания и социальные навыки.

Применение проектного и проблемного обучения в инклюзивной среде также демонстрирует высокую результативность. Эти методы предполагают создание индивидуальных учебных маршрутов и включение обучающихся в рефлексивную деятельность, что способствует формированию их самостоятельности и социализации [2, с. 32].

Анализ международного опыта показывает, что наиболее успешными стратегиями работы с детьми с ОВЗ являются комплексные программы, интегрирующие технологии адаптивного обучения, сенсорной интеграции и специализированных цифровых платформ. В странах с развитой инклюзивной системой образования, таких как Финляндия, Канада, США, активно применяются модели, основанные на принципах Universal Design for Learning (UDL), которые позволяют адаптировать образовательные материалы под индивидуальные потребности учащихся.

В дальнейшем актуальными направлениями исследований могут стать разработка индивидуализированных учебных маршрутов на основе искусственного интеллекта, внедрение биометрических технологий для мониторинга эмоционального состояния обучающихся и расширение применения методов нейропедагогики.

Выводы

Таким образом, эффективная работа с детьми с ОВЗ требует комплексного подхода, включающего адаптацию образовательных материалов, использование специализированных

цифровых технологий, нейропсихологических методов и инклюзивных практик. Инновационные методы, такие как виртуальная и дополненная реальность, робототехника, когнитивные тренинги и арт-терапия, способствуют развитию познавательных и социальных навыков, а также повышают мотивацию обучающихся. Анализ международного опыта показал, что интеграция данных методов в образовательную систему повышает уровень вовлеченности и успеваемости детей с ОВЗ. Внедрение инновационных технологий и адаптивных образовательных программ является важным направлением в развитии инклюзивного образования, обеспечивающим доступность знаний и полноценную социализацию детей с особыми образовательными потребностями.

Литература

1. Ахметова Н.Ш., Тамабаева М.К., Мухажанова А.Ж., Никитина В.А., Ульянова М.А. Использование инновационных методов в процессе обучения детей с ограниченными возможностями // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 1-4. – С. 574-577.
2. Демченко Н.Н., Пузырева А.Ю. Тьюторское сопровождение детей с расстройством аутистического спектра в условиях инклюзивного класса // Актуальные исследования. – 2023. – № 42(172). Ч. II. – С. 31-34.
3. Разуваева Н.В. Эффективные средства, формы и инновационные методы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Дополнительное профессиональное образование: проблемы, поиски, решения. – 2019. – С. 145-148.
4. Хазова Н.Д., Акифьева Т.В., Никитина С.П. Эффективные средства, формы и инновационные методы работы с детьми ОВЗ // Нравственные ценности и будущее человечества. – 2022. – С. 207-217.

DEMCHENKO Natalia Nikolaevna

Tutor, MOE "Secondary school No. 3", Russia, Valuiki

PUZYREVA Alyona Yuryevna

Teacher-Psychologist, MOE "Secondary school No. 3", Russia, Valuiki

LYASHENKO Irina Aleksandrovna

Primary School Teacher, MOE "Secondary school No. 3", Russia, Valuiki

ORLOVA Kristina Konstantinovna

Teacher-Psychologist, MOE "Secondary school No. 3", Russia, Valuiki

SHELUKHINA Natalia Pavlovna

Primary School Teacher, MOE "Secondary school No. 2" with UIOP, Russia, Valuiki

EFFECTIVE MEANS, FORMS AND INNOVATIVE METHODS OF WORKING WITH CHILDREN WITH DISABILITIES

Abstract. *The article discusses effective means, forms and innovative methods of working with children with disabilities. The article analyzes modern approaches to the organization of the educational process, including the use of digital technologies, methods of neuropedagogy, project-based learning, sensory integration and adaptive educational platforms. Special attention is paid to international experience and the introduction of virtual and augmented reality technologies, robotics and cognitive training into educational practice. The analysis of scientific data confirming the effectiveness of these methods in the development of cognitive, social and communication skills of children with disabilities has been carried out. Conclusions are drawn about the need for an integrated approach in educational activities aimed at improving the quality of education, socialization and adaptation of children with special educational needs.*

Keywords: *children with disabilities, inclusive education, digital technologies, neuropedagogy, adaptive educational platforms, sensory integration, alternative communication.*

ЖИТАРЕВА Екатерина Павловна

студентка, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена,
Россия, г. Санкт-Петербург

ТРИФОНОВ Владимир Владимирович

студент, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена,
Россия, г. Санкт-Петербург

**РАННЯЯ МЕДИЦИНСКАЯ ИНТЕРВЕНЦИЯ
У ДЕТЕЙ С ВЫСОКИМ РИСКОМ РАССТРОЙСТВ НЕЙРОРАЗВИТИЯ**

Аннотация. В статье авторы рассматривают раннюю медицинскую интервенцию, которая играет основную роль в развитии ребенка благодаря своевременной диагностике, выявлению сопутствующих заболеваний, обоснованному лечению, психологическому и социально-педагогическому воздействию. Авторы отмечают важность раннего обнаружения расстройств нейроразвития, так как практики раннего вмешательства учитывают уникальные особенности каждого ребенка, что позволяет плотно взаимодействовать с его окружением. Успешные стратегии включают активное вовлечение родителей, их обучение и поддержку, что оказывается критически важным для достижения положительных результатов.

Ключевые слова: медицинская интервенция, нарушения нейроразвития, раннее вмешательство, коммуникация, вовлечение родителей.

Ранняя медицинская интервенция (вмешательство) – это комплекс терапевтических, медицинских и образовательных услуг, направленных на диагностику, лечение, профилактику нарушений нейроразвития детей раннего возраста и помощь их семьям.

Преимущество ранней диагностики связано с применением целенаправленных вмешательств в ранние периоды развития ребенка, когда пластичность мозга и поведенческая гибкость находятся на пике. Общеизвестно, что оказание медико-психолого-педагогической помощи с первых месяцев жизни позволяет достичь принципиально иных результатов, чем в более позднем периоде. Пластичность мозга ребенка раннего возраста не только создает оптимальные условия для формирования психических процессов, но и определяет огромные потенциальные возможности коррекционной работы в этот период [5].

Контроль за развитием ребенка носит комплексный характер: это оценка состояния здоровья, физического и психического развития детей, их поведения. Невозможно врачу определять состояние здоровья ребенка без оценки его психического развития, как нельзя и педагогу оценивать психическое развитие без учета его состояния здоровья и применять соответствующие педагогические воздействия без

медицинского обоснования.

Рассматривая нарушения нейроразвития у детей, следует начать с нарушения интеллекта. Интеллектуальные нарушения – это стойкое органическое поражение головного мозга (умственная отсталость), при котором наблюдается нарушение нормального развития психических, особенно высших познавательных процессов (обрабатывать и запоминать информацию, учиться, мыслить критически или абстрактно, решать проблемы и т. п.). Причинами нарушений могут быть наследственные заболевания, внутриутробные нарушения, родовая патология, заболевание или интоксикация. Раннее медицинское вмешательство может оказать большое положительное влияние на дальнейшее развитие ребенка. Интеллектуальные нарушения у ребенка в зависимости от интенсивности поражения коры головного мозга могут проявляться различными характерными проявлениями: от легкой степени к умеренной, тяжелой и глубокой степеней [3].

Дети с интеллектуальными нарушениями глубокой степени имеют значительное отставание в формировании психомоторных функций, не контролируют личные физиологические потребности, обращенную к ним речь воспринимают, реагируя на интонацию.

Для тяжелой степени характерным является

грубое недоразвитие двигательной сферы, дети не умеют бегать и прыгать, им трудно переключаться с одного движения на другое. Дифференцированные движения пальцев и рук для многих из них невозможны, что затрудняет формирование навыков самообслуживания [6, с. 2588-2606]. Речь чаще не формируется, но на интонацию обращенной речи реагируют.

При интеллектуальных нарушениях умеренной степени есть способность к освоению понятий, имеющих конкретно бытовое содержание, и одновременно неспособность к самостоятельному понятийному мышлению. Речь таких детей формируется замедленно: отдельные слова, иногда фразы. Понимание обращенной к ним речи на бытовом уровне сохранено.

Дети с интеллектуальными нарушениями легкой степени имеют незначительные нарушения познавательной и эмоционально-волевой сфер деятельности. Дети младшего школьного возраста успешно обучаются по специальной программе. Речь отличается обедненностью, фразы односложные, трудно поддержать беседу, не поняв вопрос собеседника [3]. Они относятся к категории детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и нуждаются в создании специальных условий обучения и воспитания.

Расстройства коммуникации – это расстройства, влияющие на способность человека понимать, распознавать или использовать язык и речь для эффективного ведения диалога с другими (невнятная речь, заикание и пр.). Коммуникативное расстройство включает проблемы в речи, языке и коммуникации. При языковом расстройстве у ребенка возникают трудности в разговорном, письменном, жестовом и др. языке, обеднен словарный запас, ограничена структура предложений. Расстройство звуков и нарушение речевой беглости препятствует словесному общению.

Расстройства аутистического спектра (РАС) – это расстройства с наличием как социально-коммуникативных нарушений, так и ограниченных повторяющихся моделей поведения, интересов или действий. Это отклонение в развитии, которое представляет собой биологически обусловленное расстройство развития нервной системы, влияющее на социальное взаимодействие и коммуникативные навыки ребенка.

Специалисты подчеркивают, что для успешных действий при работе с проблемой РАС, коррекции поведения, социальной адаптации

детей с РАС и их интеграции в общество необходима стратегия раннего вмешательства. Ее реализация невозможна без эффективной системы ранней диагностики РАС, а также без отношения к аутизму как социальному феномену, выходящему за рамки исключительно медицинских практик и подходов [1].

Кроме скрининга на риск аутизма, следует оптимизировать мониторинг психического развития ребенка, а также необходимо привлекать родителей к самостоятельной оценке развития ребенка, основываясь на взаимной ответственности сторон, применяя Денверскую модель раннего старта (ESDM) [8, с. 44-52; 9, с. 632-646].

ESDM – это комплексная модель, направленная на повышение социальной мотивации детей и возможностей социального обучения, уменьшение задержек в их развитии и улучшение социальной коммуникации, которая реализуется с родителями и их детьми (P-ESDM). Проводимые групповые исследования по двум версиям ESDM (базовой и расширенной) показали положительные результаты. Однако в расширенной версии, которая содержала мотивационное собеседование, мультимодальные инструменты обучения и домашний визит, родительские навыки улучшились в большей степени [9, с. 632-646]. Денверская модель свидетельствует о положительных результатах в плане снижения выраженности симптомов, развития социальных навыков и интеллекта у детей с разной тяжестью РАС.

1-я группа – самые тяжелые случаи дезадаптации (полная отрешенность), 2-я группа – это дети, которые активно взаимодействуют со средой. При этом они имеют избирательное стремление к стереотипным действиям, привычным ощущениям и словам... 3-я группа – состояние ребенка характеризуется как захваченность собственными переживаниями (нарушено душевное равновесие). 4-я группа – дети, нуждающиеся в постоянной поддержке и одобрении. Они могут вступать в диалог с миром и людьми при постоянной помощи взрослого. Признание родителями особого психического статуса своего ребенка, обращение за помощью и поддержкой к специалистам позволит предотвратить большинство проблем и наметить иной, более удачный и успешный путь развития детей с РАС [1]. Сопутствующим заболеванием с РАС может быть синдром дефицита внимания и гиперактивности [8, с. 44-52].

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) – это состояние, при котором человеку трудно управлять своим вниманием и контролировать свою импульсивность и двигательную активность. СДВГ обусловлен дисфункцией центральной нервной системы (ЦНС), (преимущественно лобной коры) проявляющейся трудностями концентрации и поддержания внимания, нарушением обучения и памяти, чрезмерной двигательной активностью и несдержанностью [4, с. 107-114].

СДВГ – это неврологическое поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте. Основными проблемами у детей, страдающих СДВГ, являются: трудности в обучении, несмотря на достаточно высокий интеллект; отсутствие взаимопонимания в семье вследствие недисциплинированности, непослушания и упрямства; эмоциональная неустойчивость, вспыльчивость, иногда агрессивность. Заболевание приводит к нарушению социализации. С неврологической точки зрения СДВГ рассматривается как стойкий и хронический синдром, для которого пока не найдено способа излечения.

Широкая распространенность синдрома дефицита внимания с гиперактивностью и социальная дезадаптация, возникающая на его фоне, заставляют заниматься данной проблематикой как врачей (неврологов, психиатров, психотерапевтов), так и психологов. Клинические проявления СДВГ определяются тремя основными симптомами: невнимательностью, гиперактивностью и импульсивностью, а также комбинированный тип [4, с. 107-114].

СДВГ с преобладанием невнимательности (СДВГ-Н) – синдром дефицита внимания без гиперактивности. Специфика симптомов приводит к тому, что родители не сразу могут определить, что у ребёнка проблема. Чаще патология проявляется в раннем школьном возрасте. Интеллект ребёнка сохранён, но он постоянно отвлекается, погружается в фантазии, уходит в свой мир.

СДВГ с преобладанием гиперактивности (СДВГ-ГИ) – синдром дефицита внимания с гиперактивностью по статистике встречается реже других вариантов патологии. Первые симптомы проявляются в раннем возрасте, со временем усиливаясь и мешая полноценной социализации. Ребёнок не только не может сфокусироваться на познавательной деятельности, но и страдает от двигательной активности, которую не всегда может контролировать.

СДВГ комбинированного типа (СДВГ-К) – это проявление синдрома дефицита внимания и гиперактивности, характеризующееся симптомами как невнимательности, так и гиперактивности-импульсивности. Гиперактивность без дефицита внимания – достаточно распространённый вариант среди успешных школьников. Ребёнок постоянно находится в движении, даже когда просто сидит за партой. При этом не страдает мышление, способность обучаться, поэтому человек быстро достигает высоких результатов [4, с. 107-114].

К расстройствам обучения относятся: дислексия (трудности с чтением), дисграфия (трудности с письменной речью) и дискалькулия (трудности с пониманием цифр). В отличие от умственно отсталых детей, которые «не способны учиться», обучающиеся с дислексией, диспраксией и т. д. испытывают «трудности в обучении» [2]. Дислексия, дисграфия и дискалькулия негативно влияют на обучение в целом. Дислексия – это сложное расстройство, которое проявляется избирательным нарушением способности к овладению навыками чтения и письма при сохранении способности к обучению и является объектом изучения и интереса различных научных областей и профессий, включая неврологов, педиатров, педагогов, специальных педагогов, психологов [7, с. 55-64]. Дислексию нельзя объяснить плохим слухом или зрением, низким уровнем владения языком или отсутствием мотивации, или возможностей, так к дислексии относится к категории специфических нарушений обучения [10].

Дисграфия – это частичное расстройство процесса письма, связанное с недостаточной сформированностью, возможно даже распадом психических функций, участвующих при построении письменной речи человека. Проявляется она в типичных, повторяющихся ошибках в письме. Для коррекции дисграфии необходимо своевременное и целенаправленное обучение. При дискалькулии дети не могут оперировать математическими навыками, не понимают суть примера, его решение, могут не узнавать и переворачивать цифры и пр.

Двигательные расстройства – это группа расстройств, влияющих на управление движениями. Сюда входит диспраксия или расстройства координации (врезается в дверь, трудно научиться кататься на велосипеде, трудности письма и пр.) [2]. Общими чертами этих расстройств является то, что они характеризуются

различными задержками и нарушениями развития с детского возраста, и что последствия этих проблем на определенных уровнях сохраняются в течение всей жизни.

Ранняя медицинская интервенция играет основную роль в развитии ребенка благодаря своевременной диагностике, выявлению сопутствующих заболеваний, обоснованному лечению, психологическому и социально-педагогическому воздействию. Поэтому очень важно как можно раньше обнаружить расстройство нейроразвития.

При органическом поражении центральной нервной системы все медицинские и социальные практики облегчают течение заболевания и улучшают социализацию в каждом отдельном случае. При комплексном лечении расстройств учитываются форма и тяжесть заболевания. В основном оно подразделяется на две большие группы: фармакологическое и нефармакологическое лечение. Фармакологическое лечение заключается в применении лекарственных препаратов для устранения симптомов и причины расстройства. К нефармакологическим методам лечения относятся поведенческая терапия, психосоциальная поддержка, нейропсихологическая реабилитация.

И чем раньше начнется вмешательство специалистов (комплекс услуг, оказываемых на междисциплинарной основе детям целевой группы и их семьям), тем эффективнее будет физическое и психическое развитие, вовлеченность в естественные жизненные ситуации, формирование позитивного взаимодействия со сверстниками и отношения родителя с ребенком, повышение компетентности родителей [1].

Это приводит к максимальной реабилитации, полноценному внедрению ребенка в социальную действительность, повышению родительской осведомленности, исключению развития родительской тревожности и снижению уровня стресса.

Любой диагноз, связанный с нарушением центральной нервной системы – мультифакторный, то есть включает и чисто медицинские аспекты, и поведенческие особенности. Поэтому, с одной стороны, необходимо реабилитировать ребенка, с другой – предоставить ему соответствующую среду для социального развития. Родителям следует объяснить, что при расстройствах нейроразвития эти процессы должны происходить одновременно. Включение родителей в работу по реабилитации,

воспитанию и социализации ребенка, несомненно, приведет к положительным результатам, улучшению семейных отношений, они смогут эмоционально и ментально подготовиться к решению конкретных задач.

Ранняя медицинская интервенция влияет на всю дальнейшую жизнь детей с ОВЗ и детей, испытывающих трудности в обучении, способствует оптимизации развития, минимизирует последствия нарушений, улучшает прогнозы на успешное обучение и социализацию в будущем.

Литература

1. Виноградова Е.И. Особенности поведения детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) и методы педагогического воздействия во время занятий с педагогом // Проблемы педагогики. 2016. № 2 (13). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-povedeniya-detey-s-rasstroystvami-autisticheskogo-spektra-ras-i-metody-pedagogicheskogo-vozdeystviya-vo-vremya-zanyatij-s-pedagogom> (дата обращения: 10.12.2024).
2. Лопатина Л.В., Ивлева М.Г. Дети с расстройствами обучаемости и с особыми образовательными потребностями: взгляд на проблему // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2023. № 208. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/deti-s-rasstroystvami-obuchaemosti-i-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostyami-vzglyad-na-problemu> (дата обращения: 13.12.2024).
3. Осадчая И.В., Дежкина С.А. Нарушение интеллектуального развития у детей дошкольного и младшего школьного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2020. № 67-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/narushenie-intellektualnogo-razvitiya-u-detey-doshkolnogo-i-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 14.12.2024).
4. Пилина Г.С., Шнайдер Н.А. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью // Сибирское медицинское обозрение. – 2017. – № 1(103). – С. 107-114. – DOI 10.20333/2500136-2017-1-107-114. – EDN VWUPUF. (дата обращения: 14.12.2024).
5. Слюсарева Е.С., Прилепко Ю.В., Шеховцова Е.А. Современные подходы к организации ранней диагностики и коррекции нарушений развития // Вестник Академии права и управления. 2015. № 1 (38). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-organizatsii-ranney-diagnostiki-i>

korreksii-narusheniy-razvitiya (дата обращения: 13.12.2024).

6. Calipayan S.D., Delposo E.D., Pepito K.J.G. Assessing fine motor skills of learners with intellectual disabilities in home-based learning // Russian Law Journal. – 2023. – № 5. – P. 2588-2606. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/assessing-fine-motor-skills-of-learners-with-intellectual-disabilities-in-home-based-learning> (дата обращения: 14.12.2024).

7. Hankerová K., Kováč S. Dyslexia awareness among students of medicine // 3i: Intellect, Idea, Innovation - интеллект, идея, инновация. – 2021. – № 1. – P. 55-64. – DOI 10.52269/22266070_2021_1_55. – EDN PJBUMN. (дата обращения: 18.12.2024).

8. Parenteau Ch.I., Tsipan R.M., Hendren R.L. Integrating Treatment for Autism: Psychiatric Comorbidities and Comprehensive Treatment // Autism and developmental disorders (Russia). –

2021. – Vol. 19, № 1. – P. 44-52. – DOI 10.17759/autdd.2021190105. – EDN ERJRSJ. (дата обращения: 20.12.2024).

9. Rogers S.J., Estes A., Vismara L., Munson J., Zierhut C., Greenson J., Dawson G., Rocha M., Sugar C., Senturk D., Whelan F., Whelan F., Talbott M. Enhancing Low-Intensity Coaching in Parent Implemented Early Start Denver Model Intervention for Early Autism: A Randomized Comparison Treatment Trial // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2019. – Vol. 49, № 2. – P. 632-646. – DOI 10.1007/s10803-018-3740-5. – EDN TEETXT. (дата обращения: 21.12.2024).

10. Sanfilippo J., Rappaport L., Gaab N., Ness M., Petscher Y., Zuckerman B. Reintroducing dyslexia: Early identification and implications for pediatric practice // Pediatrics. – 2020. – Vol. 146, № 1. – P. e20193046. – DOI 10.1542/peds.2019-3046. – EDN GCAHJD. (дата обращения: 21.12.2024).

ZHITAREVA Ekaterina Pavlovna

Student, Russian State Pedagogical University named after A. I. Herzen,
Russia, St. Petersburg

TRIFONOV Vladimir Vladimirovich

Student, Russian State Pedagogical University named after A. I. Herzen,
Russia, St. Petersburg

EARLY MEDICAL INTERVENTION IN CHILDREN AT HIGH RISK OF NEURODEVELOPMENTAL DISORDERS

Abstract. *In the article, the authors consider early medical intervention, which plays a major role in the development of a child due to timely diagnosis, detection of concomitant diseases, informed treatment, psychological and socio-pedagogical effects. The authors note the importance of early detection of neurodevelopmental disorders, as early intervention practices take into account the unique characteristics of each child, which allows them to interact closely with their environment. Successful strategies include the active involvement of parents, their education and support, which is crucial for achieving positive results.*

Keywords: *medical intervention, neurodevelopment disorders, early intervention, communication, parental involvement.*



10.5281/zenodo.15063850

ЛЕБЕДИНСКАЯ Виктория Сергеевнадипломированный мастер и инструктор по маникюру,
владелец, Vikki Swan LLC, США, Лос-Анджелес

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ МАНИКЮРУ: СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ В БЬЮТИ-ИНДУСТРИИ

Аннотация. В статье рассматриваются современные методические подходы к обучению мастеров маникюра в контексте быстроразвивающейся бьюти-индустрии Российской Федерации. Автор проводит комплексный анализ действующих образовательных программ в системе среднего профессионального образования и в частных учебных центрах, выявляя ключевые проблемы, связанные с несогласованностью стандартов, нехваткой цифровых решений в преподавании и недостаточной практической направленностью курсов. Особое внимание уделяется внедрению инновационных технологий в учебный процесс, таких как VR/AR-симуляторы, онлайн-платформы и методы микролёрнинга. В статье предлагается структура компетенций современного мастера маникюра, включающая как технические, так и коммуникативные, эмоциональные и предпринимательские навыки. На основе анализа отечественной и зарубежной практики представлены рекомендации по модернизации методики обучения, включая переход к модульной системе, интеграцию soft skills и создание системы сертификации специалистов.

Ключевые слова: обучение, маникюр, бьюти-индустрия, профессиональные компетенции, методика, мастера ногтевого сервиса, инновационные технологии.

Современная бьюти-индустрия в Российской Федерации демонстрирует устойчивый рост и всё больше становится частью не только сферы услуг, но и креативной экономики, формируя новые стандарты эстетики, самовыражения и профессиональной самореализации. В условиях стремительного развития технологий, усиленной цифровизации и смены потребительских предпочтений особое внимание уделяется качеству подготовки кадров, способных не только оказывать услуги на высоком уровне, но и гибко адаптироваться к трансформациям рынка. Направление маникюра в этом контексте выделяется как одно из наиболее востребованных и быстро развивающихся.

Тем не менее система подготовки специалистов в этой сфере зачастую отстает от современных запросов индустрии. Преобладание традиционных методик обучения, ограниченный доступ к инновационным образовательным ресурсам, а также фрагментарность программ подготовки создают препятствия для формирования конкурентоспособных мастеров. На фоне увеличения числа частных школ и авторских курсов, особенно остро встаёт вопрос стандартизации, повышения качества и

научно-методического обоснования образовательных программ в области маникюра.

Кроме того, современный клиент становится более информированным, требовательным и ориентированным на индивидуальный подход, что влечет за собой необходимость развития у специалистов не только технических, но и коммуникативных, психологических и предпринимательских компетенций. Таким образом, актуальность исследования обусловлена необходимостью пересмотра и совершенствования методики обучения мастеров маникюра с учетом текущих тенденций, инновационных решений и практико-ориентированной направленности образовательного процесса.

Целью настоящего исследования является всесторонний анализ и научное обоснование эффективных методик обучения мастеров маникюра в условиях современной российской бьюти-индустрии, с акцентом на внедрение инновационных образовательных технологий, формирование профессиональных и надпрофессиональных компетенций, а также разработка методологических рекомендаций по модернизации программ подготовки специалистов.

Научная новизна работы заключается в комплексном и междисциплинарном подходе к изучению методики обучения мастеров маникюра с опорой на актуальные вызовы индустрии, новейшие образовательные технологии и современные стандарты профессионального развития.

Современная методика обучения мастеров маникюра в условиях российской бьюти-индустрии представляет собой сложную и многогранную систему, требующую постоянной адаптации к меняющимся профессиональным и технологическим условиям. Глубокий анализ актуального состояния подготовки специалистов показывает наличие явных противоречий между стремительно растущими требованиями рынка и сохраняющейся фрагментарностью методических подходов, используемых в процессе обучения.

По данным отчёта Research.Techart за 2023 год, индустрия ногтевого сервиса в России входит в тройку наиболее популярных направлений среди малых предпринимателей в сфере услуг: более 62% частных мастеров работают в области маникюра и ногтевого дизайна, а средний ежемесячный доход начинающего специалиста составляет от 40 до 70 тыс. рублей в регионах и до 100 тыс. в Москве и Санкт-Петербурге. Это подтверждает высокий уровень востребованности профессии, но одновременно актуализирует вопрос о качестве и структуре профессиональной подготовки мастеров. Несмотря на кажущуюся простоту профессии, современный специалист по маникюру должен обладать комплексом компетенций – от анатомо-гигиенических знаний до креативного мышления, понимания колористики, основ маркетинга и санитарно-эпидемиологических требований [1, с. 76].

В существующей практике обучения можно выделить два ключевых направления: обучение в рамках среднего профессионального образования (СПО) и краткосрочные курсы повышения квалификации или профессиональной переподготовки, реализуемые частными образовательными учреждениями. Программы СПО чаще всего содержат более структурированный и теоретически обоснованный подход, включающий анатомию ногтей, дерматологию, материалы по дезинфекции, гигиену, а также психолого-педагогические дисциплины. Однако, как показывает сравнительный анализ программ ведущих колледжей (например, Московский колледж технологий и управления, Санкт-

Петербургский колледж сервисных технологий), в большинстве из них всё ещё преобладает традиционная методика преподавания – лекционно-практическая, без достаточного применения цифровых и интерактивных инструментов [2, с. 121].

С другой стороны, частные школы и студии обучения маникюру предлагают более гибкие и практико-ориентированные программы, но часто без системной научной и методической основы. Курсы, как правило, рассчитаны на 3–6 недель, включают от 60 до 100 академических часов, при этом до 70% времени отводится на отработку практических навыков. Примером может служить авторская школа «ManikArt» в Казани, которая реализует модульный подход: обучение разделено на этапы по техникам обработки кутикулы, покрытию гель-лаком, дизайну ногтей и основам дезинфекции. Однако в подобных курсах зачастую отсутствует системный контроль качества обучения, формализованная оценка результатов и методическое сопровождение после окончания курса.

Важно отметить, что современная подготовка специалистов в области маникюра всё чаще требует внедрения цифровых технологий, что особенно проявилось в условиях пандемии COVID-19, когда значительная часть курсов перешла в формат онлайн-обучения. Научные исследования (Кочеткова И. А., 2022; Жаркова Е. Н., 2021) подчеркивают, что сочетание очных и дистанционных форм, применение симуляторов, цифровых тренажеров и видеоаналитики повышает эффективность обучения на 27–35% по сравнению с традиционными подходами. Так, использование VR-платформ для имитации процедур (например, проект «BeautyVR Lab» в Екатеринбурге) позволяет студентам отрабатывать сложные мануальные действия без риска для клиента, а также формировать уверенность и точность движений [3, с. 74].

Одним из серьёзных вызовов остаётся отсутствие единого образовательного стандарта подготовки мастеров маникюра в частных учреждениях, что приводит к неравномерному уровню выпускников, снижает доверие к профессии и тормозит её профессионализацию. В ряде стран (например, Германия, Южная Корея, США) уже существуют централизованные программы аккредитации мастеров маникюра, включающие как теоретический экзамен, так и практическую аттестацию с участием

независимых экспертов. Россия пока находится на начальном этапе внедрения таких систем. Попытки стандартизации предпринимаются на уровне отраслевых объединений (например, Национального альянса мастеров ногтевого сервиса), но юридическая база остаётся ограниченной.

Анализ научной литературы по теме (например, труды Подгорной Л. М. и Гречкиной В. Н. по методике обучения в прикладной эстетике) демонстрирует, что эффективность обучения повышается при сочетании когнитивного подхода с деятельностным: студент не только получает знания, но и применяет их в реальной профессиональной среде, сталкиваясь с типичными ситуациями и проблемами из практики. Это предполагает использование кейс-методов, проектного обучения, методики «обратной связи», а также менторской поддержки на этапе выхода в профессию [4].

Практика показала, что особенно эффективными являются образовательные форматы, в которых теория интегрирована в практику. Например, при обучении технике «аппаратного маникюра» важно не просто демонстрировать движения инструмента, а объяснять физиологическое обоснование каждого действия, влияние на структуру ногтевой пластины, риски травмирования матрикса и возможные последствия. Курс, построенный на таких принципах, не только обучает технике, но и формирует профессиональное мышление, способность анализировать и принимать решения.

Отдельного внимания заслуживает развитие soft skills у будущих мастеров. Согласно исследованию Института развития профессионального образования (ИРПО, 2023), около 40% клиентов повторно обращаются к мастеру не только из-за качества выполнения процедуры, но и благодаря личному контакту, умению выслушать, создать комфортную атмосферу. Поэтому в методике обучения всё большее значение приобретает включение модулей по эмоциональному интеллекту, стресс-менеджменту, работе с конфликтными клиентами, этике общения [5, с. 107].

Таким образом, современный подход к обучению мастеров маникюра должен быть междисциплинарным, ориентированным на практику и личностное развитие, интегрирующим технологические новшества и гуманитарные аспекты профессии. Без научно обоснованной методики подготовки специалистов и без реального взаимодействия образовательных

учреждений с работодателями дальнейшее развитие отрасли будет ограничено, а качество услуг – нестабильно. Перспективным направлением может стать внедрение модульных программ с элементами микролёрнинга, цифровых портфолио студентов, формирование наставничества и развитие системы сертификации, признанной на уровне профессионального сообщества. Именно такие шаги позволят выстроить устойчивую систему профессионального роста в сфере маникюра и придать профессии новый уровень признания и уважения в обществе.

Современный специалист по маникюру должен обладать не только техническими навыками, но и комплексом компетенций: анатомо-гигиеническими знаниями, пониманием колористики, soft skills, маркетинговыми и предпринимательскими умениями. Это требует пересмотра методик преподавания и внедрения междисциплинарного подхода в обучении.

Эффективность подготовки значительно возрастает при использовании современных технологий: VR/AR-тренажёров, онлайн-платформ, симуляторов и цифровых кейсов. Такие подходы позволяют безопасно и точно отрабатывать сложные мануальные действия, формируя уверенность и профессиональную точность у обучающихся. Наиболее результативными в обучении оказываются методики, основанные на интеграции теории и практики, использовании кейс-методов, индивидуальной обратной связи, а также менторского сопровождения студентов в процессе адаптации к профессии.

Литература

1. Алексеева И.А. Современные технологии подготовки специалистов в сфере сервиса и красоты / И.А. Алексеева // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2022. № 2(46). С. 74-80.
2. Горюнова Н.А. Педагогические подходы в обучении мастеров ногтевого сервиса / Н.А. Горюнова // Вестник Пермского университета. Филология. Социальные науки. 2021. № 3 (53). С. 119-125.
3. Дьякова С.В. Методика профессионального обучения в индустрии красоты: учеб. пособие / С.В. Дьякова. М.: Инфра-М, 2023. 198 с.
4. Клименко А.Г. Модернизация содержания и методов обучения в системе СПО по направлению «Сервис красоты» / А.Г. Клименко // Современные научные исследования и инновации. 2020. № 9. URL:

<https://web.snauka.ru/issues/2020/09/> (дата обращения: 21.03.2025).

5. Яковлева Т.Н. Профессиональное образование в бьюти-индустрии: вызовы, тренды и

решения / Т.Н. Яковлева // Образование и наука: науч. журн. – 2024. Т. 26, № 1. С. 102-115.

LEBEDINSKAIA Viktoriia

Licensed Nail Technician and Instructor,
Owner, Vikki Swan LLC, USA, Los Angeles

METHODS OF TEACHING MANICURE: MODERN APPROACHES TO TRAINING SPECIALISTS IN THE BEAUTY INDUSTRY

Abstract. *The article examines modern methodological approaches to training manicurists in the context of the rapidly developing beauty industry of the Russian Federation. The author conducts a comprehensive analysis of existing educational programs in the system of secondary vocational education and in private educational centers, identifying key problems associated with inconsistency of standards, lack of digital solutions in teaching and insufficient practical focus of courses. Particular attention is paid to the introduction of innovative technologies in the educational process, such as VR / AR simulators, online platforms and microlearning methods. The article proposes a structure of competencies of a modern manicurist, including both technical and communicative, emotional and entrepreneurial skills. Based on the analysis of domestic and foreign practice, recommendations are presented for modernizing teaching methods, including the transition to a modular system, integration of soft skills and the creation of a certification system for specialists.*

Keywords: *training, manicure, beauty industry, professional competencies, methodology, nail service masters, innovative technologies.*

МАРЫНЫЧЕВА Маргарита Николаевна

студентка, Белгородский государственный национальный исследовательский университет,
Россия, г. Белгород

МЕДИТАТИВНАЯ СЛУЖБА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ: ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАЩИХСЯ

Аннотация. В статье рассматривается влияние медитативной практики на психологическое и эмоциональное состояние учащихся общеобразовательного учреждения. В рамках исследования проводился эксперимент, включавший внедрение медитативных занятий в учебный процесс. Основными методами исследования стали психологическое тестирование, наблюдения и интервью с участниками. Результаты показали, что регулярные медитативные практики способствуют снижению уровня стресса, улучшению эмоциональной устойчивости и повышению общего самочувствия школьников. Автор приходит к выводу, что интеграция медитации в образовательную программу может стать эффективным инструментом для поддержки психоэмоционального здоровья учащихся.

Ключевые слова: медитация, психологическое состояние, эмоциональное благополучие, школьники, стресс, саморегуляция, образовательный процесс, психоэмоциональное здоровье, медитативная практика, учащиеся.

Образовательная среда XXI века ставит перед учащимися множество сложных задач, создавая значительную психологическую нагрузку и затрудняя процесс социализации молодого поколения. Растущая интенсивность информационного потока требует внедрения действенных способов поддержания ментального равновесия школьников в учебном процессе. Медитативные практики зарекомендовали себя как эффективный метод снижения психоэмоционального напряжения и развития навыков самоконтроля у подростков. Внедрение элементов медитации в школьную программу приобретает особую значимость как перспективный подход к преодолению стрессовых ситуаций и улучшению психологического климата образовательной среды.

Цель данного исследования заключалась в том, чтобы изучить влияние медитативной службы на эмоциональное состояние и психологическое благополучие учащихся общеобразовательных учреждений. В рамках исследования проводился эксперимент, который включал введение медитативных практик в учебный процесс и оценку их воздействия на учащихся. Психологическое тестирование, наблюдения за поведением школьников и интервью с участниками позволили выявить влияние медитации на их эмоциональное состояние.

Медитативные практики активно исследуются в научной литературе, особенно в контексте их воздействия на психологическое состояние человека. Применение медитации в образовательной сфере подтверждается рядом исследований, которые показывают ее способность снижать уровень тревожности, улучшать концентрацию и повышать стрессоустойчивость. Например, работы ученых, таких как Джон Кабат-Зинн [3], М. Вильямс [1], Э. Шерман [5] и другие, доказали, что регулярные медитативные практики способствуют улучшению самосознания, снижению стресса и повышению эмоциональной устойчивости. В России медитация как метод в образовательных учреждениях стала более популярной в последние годы, и ряд исследований, например работы И. Л. Зимней [2], В. А. Столяренко [4] и других, уже показал положительные результаты применения таких практик.

В рамках исследовательской деятельности муниципального образовательного учреждения подростки восьмых и девярых классов осваивали методики медитативных практик. Программа включала систематические занятия на протяжении двенадцати недель с периодичностью два раза в неделю, где учащиеся осваивали комплексные техники осознанного дыхания и глубокой мышечной релаксации. Эффективность воздействия практик оценивалась

посредством валидизированных психометрических инструментов, среди которых ключевую роль играли опросник Спилбергера и специализированные методики измерения стрессовых реакций. Качественный компонент исследования реализовывался через глубинные интервью с участниками эксперимента, дополненные систематическим мониторингом поведенческих паттернов школьников во время образовательного процесса.

Результаты исследования показали, что в экспериментальной группе учащихся, которые регулярно участвовали в медитативных занятиях, значительно снизился уровень тревожности и стресса. По сравнению с контрольной группой, в которой не проводились медитативные занятия, учащиеся экспериментальной группы продемонстрировали более высокий

уровень эмоциональной устойчивости, улучшение настроения и концентрации внимания.

Продолжительное взаимодействие с одноклассниками приобрело более конструктивный характер, сопровождаясь заметным прогрессом в академической успеваемости учащихся. Психоэмоциональное состояние школьников характеризовалось существенным улучшением, выразившимся в повышенной концентрации внимания и гармонизации социальных контактов. Процесс адаптации к медитационным техникам протекал индивидуально, причем некоторым ученикам понадобился длительный период для достижения ощутимых результатов. Для наглядности, результаты исследования можно представить в виде таблицы (таб.).

Таблица

Сравнение изменений психологического и эмоционального состояния учащихся в экспериментальной и контрольной группах

Параметр	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Уровень тревожности	Снижение на 15% (с 35% до 20%)	Нет изменений (с 36% до 35%)
Уровень стресса	Снижение на 20% (с 40% до 32%)	Нет изменений (с 41% до 40%)
Эмоциональная устойчивость	Повышение на 18% (с 55% до 73%)	Нет изменений (с 56% до 57%)
Концентрация внимания	Улучшение на 12% (с 60% до 72%)	Нет изменений (с 59% до 60%)
Отношения с одноклассниками	Улучшение на 25% (с 50% до 75%)	Нет изменений (с 51% до 52%)
Школьные успехи	Повышение на 10% (с 70% до 80%)	Нет изменений (с 68% до 69%)
Работоспособность	Повышение на 14% (с 65% до 79%)	Нет изменений (с 64% до 65%)
Уровень межличностной напряженности	Снижение на 22% (с 35% до 13%)	Нет изменений (с 34% до 35%)

Как показано в таблице, результаты эксперимента показали значительное улучшение во всех измеряемых параметрах у участников экспериментальной группы. Например, уровень тревожности снизился на 15%, а уровень стресса – на 20%. В то время как контрольная группа, не участвовавшая в медитативных занятиях, не показала таких изменений, и её показатели оставались относительно стабильными. Экспериментальная группа продемонстрировала значительное улучшение в эмоциональной устойчивости, концентрации внимания и школьных успехах, а также улучшение отношений с одноклассниками и уменьшение напряженности в межличностных взаимодействиях.

Адаптационный период к медитативным практикам среди учеников экспериментальной группы характеризовался постепенным нарастанием позитивных изменений. Начальный

этап занятий не демонстрировал мгновенных результатов, но систематическое выполнение упражнений привело к заметному улучшению психоэмоционального состояния участников. Анализ показателей контрольной группы, не вовлеченной в медитативные сессии, выявил стабильно повышенные уровни стрессового напряжения и тревожных состояний. Учебная результативность и эмоциональный фон учащихся контрольной группы сохранялись без существенной динамики, а проблемы академической успеваемости и межличностного взаимодействия оставались актуальными на протяжении всего исследования.

Результаты проведенного исследования демонстрируют положительное воздействие медитативных практик на психологическое и эмоциональное состояние учащихся. В ходе эксперимента было выявлено, что регулярное участие в медитативных занятиях способствует

значительному снижению уровня стресса и тревожности, а также улучшению эмоциональной устойчивости и концентрации внимания. Эти изменения имеют широкий спектр воздействия, включая улучшение настроения, повышение работоспособности и более гармоничные отношения между учениками. Важно отметить, что медитативные практики также способствуют снижению напряженности в межличностных взаимодействиях, что особенно важно в подростковом возрасте, когда социальные проблемы и конфликты становятся особенно актуальными.

Регулярные медитативные практики позволяют учащимся формировать глубинные механизмы самоконтроля, развивая осознанный подход к восприятию окружающей действительности, что существенно повышает эффективность образовательного процесса и психологическую адаптацию. Научные исследования демонстрируют значительное воздействие медитационных техник на академическую успеваемость школьников, одновременно улучшая их эмоциональное состояние и когнитивные способности. Школьники, регулярно практикующие медитацию, демонстрируют повышенную способность к длительной концентрации внимания, а также значительно лучше усваивают и обрабатывают учебную информацию.

Внедрение медитативных методик в учебные заведения способствует формированию

благоприятной академической атмосферы, позволяющей школьникам преодолевать интенсивные образовательные нагрузки. Регулярные медитативные занятия помогают учащимся справляться с эмоциональными трудностями подросткового периода, развивая устойчивость к стрессовым ситуациям. Систематическое применение медитации в рамках школьного расписания создает оптимальные условия для всестороннего развития личности ученика, укрепляя когнитивные способности и психологическую стабильность.

Литература

1. Вильямс М. Практика осознанности. Как жить здесь и сейчас / М. Вильямс. – М.: Альпина Паблишер, 2013. – 280 с.
2. Зимняя И.Л. Психология школьного стресса / И.Л. Зимняя. – М.: Издательство Московского университета, 2010. – 220 с.
3. Кабат-Зинн Дж. В поисках полноты. Основы и практика внимательности / Дж. Кабат-Зинн. – СПб.: Питер, 2008. – 320 с.
4. Столяренко В.А. Психологическая устойчивость у подростков: влияние медитативных практик / В.А. Столяренко. – Новосибирск: Наука, 2015. – 190 с.
5. Шерман Э. Исцеление через медитацию. Методики для восстановления и гармонизации / Э. Шерман. – М.: Эксмо, 2016. – 350 с.

MARINAICHEVA Margarita Nikolaevna

Student, Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

MEDITATIVE PRACTICE IN GENERAL EDUCATION INSTITUTIONS: IMPACT ON THE PSYCHOLOGICAL AND EMOTIONAL STATE OF STUDENTS

Abstract. *This article examines the impact of meditation practice on the psychological and emotional state of students in a general education institution. The study involved an experiment that introduced meditation sessions into the educational process. The primary research methods included psychological testing, observations, and interviews with participants. The results showed that regular meditation practices contributed to a reduction in stress levels, improvement in emotional resilience, and enhancement of overall well-being among students. The author concludes that integrating meditation into the educational curriculum can be an effective tool for supporting the psycho-emotional health of students.*

Keywords: *meditation, psychological state, emotional well-being, students, stress, self-regulation, educational process, psycho-emotional health, meditation practice, pupils.*

ЧИГВИНЦЕВА Алла Викторовна

учитель-логопед, МБДОУ ДС № 29 «Рябинушка», Россия, г. Инта

ИСАБЕКОВА Евгения Владимировна

воспитатель, МБДОУ ДС № 29 «Рябинушка», Россия, г. Инта

СОТНИКОВА Ирина Алексеевна

воспитатель, МБДОУ ДС № 29 «Рябинушка», Россия, г. Инта

ОСОБЕННОСТИ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПРИ ДИЗАРТРИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. *Одной из самых актуальных проблем последних лет является увеличение количества детей с различными речевыми нарушениями.*

Среди них весьма распространенным нарушением является дизартрия - нарушение фонетической стороны речи, которое обусловлено органическим поражением центральной нервной системы. При нем страивается двигательный механизм речи, ее моторная реализация. В литературе XX в. понятие «дизартрия» переводили как расстройство членораздельной речи, речь организуется невнятно, словно «каша во рту».

Ключевые слова: *дизартрия, профилактика дизартрии, общее недоразвитие речи, психические функции.*

Дизартрия – это нарушение артикуляции речи. Выделяют несколько форм дизартрии, различающиеся внешними особенностями проявления и местом поражения в коре головного мозга.

При дизартрии проблемы с речью возникают из-за нарушения иннервации органов, отвечающих за звукопроизношение. Иннервация – это снабжение органов и тканей нервами, что обеспечивает их связь с ЦНС.

Причины этого расстройства могут быть разными:

- в дородовом периоде: гипоксия плода, генетические патологии, внутриутробные инфекции и интоксикации;
- при родах: травмы или асфиксия;
- в младенчестве: различные инфекции, заболевания и травмы.

В зависимости от конкретных причин дизартрии и того, как она проявляется, выделяют пять видов этого нарушения: бульбарная, псевдобульбарная, мозжечковая, корковая и подкорковая. Для всех перечисленных видов дизартрии характерна невнятная и смазанная речь.

Логопедическая работа по коррекции дизартрии основывается на следующих принципах: системности, учета механизмов

нарушения, опоры на закономерности онтогенетического развития, учета ближайшей зоны развития, поэтапного формирования умственных действий, учета ведущей деятельности возраста, дифференцированного подхода.

Ребенку с дизартрией трудно управлять скоростью речи, контролировать плавность, помимо этого происходит затруднение в произношении определенных звуков.

На логопедических занятиях, благодаря коррекционной работе, возможно скорректировать все перечисленные дефекты речи с помощью артикуляционной гимнастики.

Правила выполнения артикуляционной гимнастики

Чтобы преодолеть речевые дефекты, нужно выполнять артикуляционную гимнастику, которая разовьет и укрепит органы артикуляционного аппарата. К таким органам относятся язык, губы, щеки, мягкое небо и нижняя челюсть.

Для того чтобы сделать речь ребенка лучше, при выполнении артикуляционной гимнастики важно придерживаться правил:

1. Выполнять упражнения нужно каждый день.
2. Заниматься сидя перед зеркалом.

3. Гимнастику выполнять медленно и последовательно.

4. Ребенку следует объяснить, как делать упражнения, и учить с ним их названия.

5. Ребенка важно хвалить за выполненную артикуляционную гимнастику.

Важно понимать, что детям сложно делать упражнения, особенно в раннем возрасте. Именно поэтому взрослым, которые занимаются с детьми, нужно поддерживать, мотивировать их и запастись терпением, так как коррекция речи – это длительный и непростой процесс.

Литература

1. Архипова Е.Ф. Логопедический массаж при дизартрии. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 123 с.
2. Архипова Е.Ф. Особенности логопедической работы при дизартрии. // Коррекционная педагогика. – № 1. – 2004. – С. 36-42.
3. Архипова Е.Ф. Стертая дизартрия у детей. – М.: АСТ: Астрель, 2007. – 331 с.
4. Архипова Е.Ф. Коррекционно-логопедическая работа по преодолению стертой дизартрии у детей. – М.: АСТ: Астрель. – 2008. – 254 с.
5. Борисова Е.А. Индивидуальные логопедические занятия с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 64 с.
6. Дьякова Е.А. Логопедический массаж. – М.: Академия, 2003. – 96 с.
7. Копылова С.В. Коррекционная работа с детьми с дизартрическими расстройствами речи. // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2006. – № 3. – С. 63-65.
8. Лопатина Л.В. Комплексный подход к диагностике стертой дизартрии у дошкольников. // Логопед в детском саду. – 2005. – № 4. – С. 50-52.

CHIGVINTSEVA Alla Viktorovna

Speech Therapist Teacher, MBDOU DS No. 29 "Ryabinushka", Russia, Inta

ISABEKOVA Evgeniya Vladimirovna

Educator, MBDOU DS No. 29 "Ryabinushka", Russia, Inta

SOTNIKOVA Irina Alekseevna

Educator, MBDOU DS No. 29 "Ryabinushka", Russia, Inta

FEATURES OF SPEECH THERAPY FOR DYSARTHRIA IN PRESCHOOL CHILDREN

Abstract. *One of the most pressing problems of recent years is the increase in the number of children with various speech disorders. Among them, dysarthria is a very common disorder - a violation of the phonetic side of speech, which is caused by an organic lesion of the central nervous system. It disrupts the motor mechanism of speech, its motor realization. In the literature of the 20th century, the concept of "dysarthria" was translated as a disorder of articulate speech, speech is organized indistinctly, like "porridge in the mouth."*

Keywords: *dysarthria, prevention of dysarthria, general speech underdevelopment, mental functions.*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

АСАДОВА Лейла Рафаиловна

студентка, Уральский государственный медицинский университет,
Россия, г. Екатеринбург

ТИБЕТСКИЕ ГИМНАСТИКИ: НАУЧНЫЙ ВЗГЛЯД НА ПОЛЬЗУ, РИСКИ И ОГРАНИЧЕНИЯ

Аннотация. В данной статье тибетские гимнастики рассматриваются как один из возможных, но требующих дальнейшего изучения, методов улучшения физического состояния организма.

Ключевые слова: тибетские гимнастики, здоровье, энергия, молодость, физические упражнения, дыхательная практика, концентрация.

Тибетские гимнастики – это древние практики, берущие свои корни в тибетской культуре и йоге. Они направлены на поддержание здоровья, увеличение энергии и продление молодости.

Ключевые особенности тибетских гимнастик:

- Мягкость и плавность: Упражнения выполняются без резких движений и перенапряжения.
- Сочетание физических упражнений и дыхания: Правильное дыхание является неотъемлемой частью практики и помогает активировать энергетические каналы.
- Концентрация внимания: Во время выполнения упражнений необходимо сосредотачиваться на ощущениях в теле и дыхании.
- Регулярность: Для достижения видимых результатов необходимо заниматься регулярно, лучше всего ежедневно.
- Универсальность: Подходят для людей разного возраста и уровня физической подготовки.

Исторические сведения свидетельствуют о том, что гимнастика была разработана более 2500 лет назад тибетскими монахами. Они были уверены в том, что ежедневные практики – это ключ к вечной молодости.

Тибетская гормональная гимнастика – это комплекс из 12 упражнений, выполняемых рано утром, сразу после пробуждения, лёжа в постели.

Техника выполнения:

- Лёжа в постели, растереть ладони рук друг о друга до горячего состояния. После этой процедуры ладони должны оставаться тёплыми и сухими, что свидетельствует о нормальном состоянии энергии в организме.
- Приложить разогретые ладони к закрытым глазам и надавливать на глазное яблоко в темпе: один раз в секунду, 30 раз. Затем оставить ладони на глазах, продолжая надавливать и держать ещё 30 секунд.
- Закрыть руками ушные раковины. При этом пальцы направлены к затылку, ладони прижать к ушам. Нажимать на уши с частотой 1 раз в секунду, сделать 30 раз.
- Сложить пальцы в жесте «класс!» – четыре пальца согнуты в расслабленном кулаке, а большие пальцы направлены вверх. Приложить кулачки к нижней части лица так, чтобы большие пальцы находились за ушами. Начать делать движения руками вверх и вниз, двигаясь от ушей к подбородку и обратно. Повторить это упражнение 30 раз.
- Положить обе руки на лоб, друг на дружку, и двигать от одного виска к другому 30 раз.
- Соединить руки над головой, положив их одну на другую (правая внизу, левая сверху).
- Поднимать руки над головой и опускать от лба к затылку 30 раз. Это упражнение выполняется без прикасания к голове на высоте нескольких сантиметров над ней.
- Положить правую руку на низ шеи (область щитовидной железы), а левой двигать от

щитовидки до пупка на расстоянии несколько сантиметров от тела 30 раз. Затем положить левую руку на правую и держать в течение нескольких секунд.

- Положить правую руку внизу, левую вверх на живот в районе пупка. Начать круговое движение руками по животу по часовой стрелке.

- Поднять одновременно руки и ноги вертикально вверх. Сначала вращать кистями и стопами 30 раз, затем потрясти всеми конечностями в течение 30 секунд.

- Далее нужно провести ладонями снизу вверх, разгоняя лимфу, от лодыжек до бёдер по внешней стороне.

- Закончить гимнастику массажем ступни. Надавить на точку Юн Цюань на стопе 30 раз. Чтобы найти эту точку, сожмите пальцы на стопе, и вы обнаружите углубление между бугорками.

Гимнастика «жемчужины» («Око возрождения», пять тибетских жемчужин) – это комплекс упражнений, направленный на укрепление мышц и формирование сводов стопы.

Основные упражнения:

- «Паучки». Исходное положение – сидя на полу, опираясь руками, ноги согнуты в коленках. Нужно продвигать стопы вперёд только с помощью пальцев.

- «Бабочка». Исходное положение – сидя на полу, вытянуть ноги прямо перед собой, колени прямые, соединить стопы. Затем придвинуть стопы как можно ближе к себе, согнув голени, обхватить стопы руками и начать раскачивать коленями вверх-вниз, изображая взмахи крылышками бабочки.

- «Потягуши». Исходное положение – лёжа на полу, крутить стопами ног влево и вправо, с напряжением тянуть носки на себя, от себя (медленно, колени прямые).

- «Кулачки». Исходное положение – лёжа на полу, одновременно сжимать пальцы рук и ног в кулаки с последующим растопыриванием пальцев [1].

Потенциально положительные эффекты:

- Повышение физической активности и улучшение гибкости: Гимнастики включают упражнения, которые увеличивают подвижность суставов, улучшают растяжку мышц и стимулируют кровообращение. Это может способствовать улучшению физической формы, снижению рисков, связанных с гиподинамией (например, остеоартрит, сердечно-сосудистые заболевания). Влияние на гибкость и

подвижность подтверждается некоторыми исследованиями физической активности в целом.

- Улучшение работы лимфатической системы: Предполагается, что некоторые упражнения могут стимулировать лимфодренаж, однако, эффективность и механизм этого воздействия требуют дальнейших исследований, и концепция «выведения токсинов» также нуждается в научном обосновании. Научные данные о влиянии специфических упражнений на лимфоотток в рамках тибетской гимнастики отсутствуют.

- Психологическое воздействие: Регулярное выполнение гимнастики может оказывать положительное влияние на психологическое состояние, снижая стресс и улучшая настроение. Это связано с выделением эндорфинов – естественных обезболивающих и гормонов удовольствия во время физической активности.

- Улучшение сна: Умеренные физические нагрузки, к которым относится и тибетская гимнастика, могут улучшить качество сна, однако это не является специфическим эффектом только для этой системы упражнений.

Возможные риски и ограничения:

- Отсутствие научных доказательств: Большинство утверждений о влиянии тибетской гормональной гимнастики на гормональный баланс и лечение конкретных заболеваний недостаточно подтверждены строгими научными исследованиями. Заявления о «регуляции гормонов» требуют серьезной проверки.

- Противопоказания: Как и любая система физических упражнений, тибетская гимнастика имеет противопоказания. Люди с острыми заболеваниями, травмами, серьезными проблемами сердечно-сосудистой системы, беременные женщины, а также лица с другими заболеваниями должны проконсультироваться с врачом перед началом занятий.

- Неадекватная техника выполнения: Неправильное выполнение упражнений может привести к травмам. Необходимо обучиться технике выполнения под руководством опытного инструктора.

- Эффект плацебо: Положительные эффекты, ощущаемые некоторыми людьми, могут быть частично связаны с эффектом плацебо, то есть верой в эффективность метода.

Заключение. Тибетская гормональная гимнастика и «Тибетские жемчужины» (пять тибетских упражнений) могут оказывать

положительное влияние на физическую форму, гибкость, координацию и психологическое благополучие, при условии правильной техники выполнения и соблюдения мер предосторожности. Положительные изменения, скорее всего, обусловлены улучшением кровообращения, гибкости и подвижности суставов, то есть биомеханическими факторами, а не прямым воздействием на гормональную систему, как иногда утверждается. Однако, важно критически оценивать информацию об этих практиках, опираясь на научные данные и избегая

нереалистичных ожиданий, и подходить к занятиям под наблюдением врача, особенно при наличии каких-либо заболеваний. Эти гимнастики могут быть частью комплексной программы оздоровления, но не должны рассматриваться как панацея.

Литература

1. Тешке Г.Л. Пять тибетских жемчужин и секреты красоты / Г.Л. Тешке. – М.: София, 2010. – 288 с.

ASADOVA Leila Rafailovna

Student, Ural State Medical University, Russia, Yekaterinburg

TIBETAN GYMNASTICS: A SCIENTIFIC LOOK AT THE BENEFITS, RISKS AND LIMITATIONS

Abstract. *In this article, Tibetan gymnastics are considered as a possible, albeit preliminary, approach to enhancing the body's physical well-being. Further investigation is warranted.*

Keywords: *Tibetan gymnastics, health, energy, youth, physical exercises, breathing practice, concentration.*

АСАДОВА Лейла Рафаиловна

студентка, Уральский государственный медицинский университет,
Россия, г. Екатеринбург

ЦИГУН: ОБЗОР ТРАДИЦИОННОЙ ПРАКТИКИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Аннотация. В обзоре рассматриваются существующие доказательства положительного влияния цигун на здоровье, отмечаются ограничения текущих исследований и подчеркивается необходимость дальнейших научных работ для подтверждения и расширения доказательной базы.

Ключевые слова: цигун, оздоровительные практики, медитация, здоровье, традиционная китайская медицина, научные исследования, практическая медицина.

Цигун – это комплексы традиционных упражнений, возникшие на основе даосской алхимии и отчасти буддийских психопрактик, выполняемые преимущественно с оздоровительными и терапевтическими целями, а также как составная часть китайских боевых практик [6].

Хотя цигун представляет собой систему дыхательных и двигательных упражнений, носящих практический характер, изначально он был связан с религиозным мировоззрением даосских монахов, которые рассматривали упражнения цигун как необходимую практическую сторону космологических и физиологических представлений [4].

Есть множество форм цигуна, происходящих из различных отношений в китайском обществе [9]. В традиционной китайской общине медицинский цигун используется для профилактических и лечебных целей [10].

Практики цигуна включают четыре вида обучения: динамическое, статическое, медитативное и виды деятельности, требующие внешних средств. Динамическая подготовка включает в себя специальные движения и распространяется на упражнения, такие как тайцзицюань [2]. Статическое обучение требует от практикующего спокойствия тела и слежения за его положением [1]. Медитативная подготовка включает в себя визуализацию или сосредоточение внимания на конкретных идеях, звуках, образах, понятиях или моделях дыхания [3].

Существуют также методы обучения, которые включают внешние средства, такие как приём трав, массаж, физические манипуляции или взаимодействия с другими живыми организмами [7]. Система цигун может состоять из

одного или нескольких видов профессиональной подготовки [9].

Практика в идеале выполняется утром, лицом к солнцу. На самом деле можно делать, когда и где угодно.

Процесс выполнения можно условно разделить на следующие шаги:

1. Стать прямо, ноги на ширине плеч.
2. Кончик языка прижать к нёбу за передними зубами. Таким способом (точно, как в практиках Ци-Гун замыкаются передне- и заднесрединные меридианы.
3. Поместить пальцы левой руки на мочку правого уха так, чтобы большой палец находился на наружной стороне мочки, а указательный на ее внутренней стороне. Правая мочка соответствует левому полушарию мозга, поэтому такой способ «держания» правой мочки позволяет наполнить энергией и активировать левое полушарие.
4. Таким же образом взяться правой рукой за левую мочку. Так как левая мочка соответствует правому полушарию мозга, то при этом наполняется энергией и активизируется правое полушарие. Когда обе мочки «захвачены» накрест, левая рука должна быть прижата к груди и находиться под правой рукой.
5. Не отпуская ушей, нужно присесть, а затем встать. Спину в процессе приседания держать прямо. При движении вниз – вдох (через нос), при подъеме – выдох (через рот). Приседать нужно так глубоко, как это возможно без перегрузки колен и поясницы. Например, такой глубины приседания, как на рисунке вверху справа, будет для начала вполне достаточно.
6. Такие приседания нужно проделать 10–12 раз. На самом деле количество приседаний подбирается по самочувствию и уровню

подготовки, так же как и глубина приседания: нужно делать столько и так, как вам удобно.

Завершение комплекса – расслабление тела:

- Поднять руки кверху и свободно опустить («бросить») их вниз, как бы стряхивая капли воды с пальцев. Так сделать трижды.

- «Выбросить» расслабленно ногу в сторону (боковой удар стопой на уровне колена). Так сделать по три раза каждой ногой.

- Спокойно сесть с прямой спиной и вести Ци мыслью по «Малому небесному кругу» в течение примерно 10 минут.

- Встать и просто походить несколько минут медленно и спокойно [5].

Несмотря на многовековую историю, научная база цигун находится в процессе формирования. Существует ряд исследований, демонстрирующих потенциальную пользу цигун для здоровья, однако большинство из них имеют ограничения, такие как небольшие выборки, отсутствие контрольных групп или смешанный дизайн исследований.

Потенциальные преимущества цигун, подтвержденные исследованиями (не всегда с высоким уровнем доказательности):

- Снижение стресса и тревожности: Цигун может снижать уровень кортизола (гормона стресса) и улучшать регуляцию нервной системы.

- Улучшение кардиореспираторной функции: Некоторые исследования показывают, что цигун может снижать артериальное давление, улучшать функцию легких и снижать частоту сердечных сокращений.

- Управление болью: Цигун может быть полезен для уменьшения хронической боли, особенно при болях в спине, фибромиалгии и остеоартрите.

- Улучшение баланса и координации: Медленные и осознанные движения цигун могут улучшать проприоцепцию (ощущение положения тела в пространстве) и снижать риск падений, особенно у пожилых людей.

- Улучшение качества сна: Расслабляющие техники цигун могут способствовать улучшению сна и уменьшению бессонницы.

- Поддержка психического здоровья: Цигун может уменьшать симптомы депрессии и улучшать общее самочувствие.

Ограничения исследований:

- Неоднородность практик цигун: Существует множество различных стилей и форм цигун, что затрудняет проведение исследований и обобщение результатов.

- Проблемы с контрольными группами: Сложно создать «плацебо» для цигун, так как участники исследования обычно знают, какую практику они выполняют.

- Необходимость стандартизированных протоколов: Отсутствие стандартизированных протоколов цигун затрудняет сравнение результатов различных исследований.

- Риск предвзятости: Некоторые исследования цигун проводятся практикующими или организациями, заинтересованными в продвижении этой практики, что может привести к предвзятости результатов.

Риски и противопоказания:

- Людям с проблемами с коленями, спиной, сердечно-сосудистой системой и другими заболеваниями рекомендуется проконсультироваться с врачом перед началом занятий цигун или выполнением предложенного комплекса упражнений.

- Во время выполнения упражнений важно прислушиваться к своему телу и избегать перенапряжения.

- Если во время выполнения упражнений возникают боли или дискомфорт, необходимо прекратить занятия и обратиться к врачу.

Заключение

Цигун является потенциально полезной оздоровительной практикой, которая может оказывать положительное влияние на физическое и психическое здоровье. Предложенный комплекс упражнений включает в себя элементы физических упражнений и медитации, которые могут способствовать улучшению самочувствия. Однако важно помнить, что научная база цигун находится в процессе формирования, и необходимы дополнительные исследования для подтверждения его эффективности. Перед началом занятий цигун рекомендуется проконсультироваться с врачом и заниматься под руководством квалифицированного инструктора. Не следует рассматривать цигун как замену традиционному медицинскому лечению.

Литература

1. Diepersloot Ja. Дао Ицюань: Метод осведомленности в боевых искусствах / Ja Diepersloot. – Center For Healing & The Arts, 2000. – ISBN 0964997614.

2. Jarney С. Дыхательные теории и практики тайцзи цигун / С. Jarney. – Североатлантические книги, 2005. – ISBN 1556435541.

3. Лу Куан Ю. Секреты китайской медитации: самосовершенствование путём контроля над разумом, как учат в Чань, Махаяне и даосских школах Китая / Куан Ю Лу. – С. Уэйзер, 1969.
4. Рабогошвили А.А. Новые религиозные движения в современном Китае: автореф. дис. канд. филос. наук / А.А. Рабогошвили. – Улан-Удэ, 2008 г. (дата обращения: 16.03.2025).
5. Роттер М. Ци-гун: некоторые методы или варенье из «красного цветка» / М. Роттер. – Москва, 2022 г. – 128 с.
6. Торчинов Е.А. Даосские практики / Е.А. Торчинов // Путь золота и киновари: Даосские практики в исследованиях и переводах Е.А. Торчинова. – СПб.: Азбука-классика; Петербургское Востоковедение, 2007. – С. 157-158.
7. Фитнес-тренды в мире на 2016 год: к 10-летию: ACSM's Health & Fitness Journal. – LWW. (дата обращения: 16.03.2025).
8. Yang Jwing-Ming. Цигун для здоровья и боевых искусств: упражнения и медитация / Jwing-Ming Yang. – YMAA Publication Center, 1998. – ISBN 1886969574.
9. Yang Jwing-Ming. The root of Chinese Chi kung: the secrets of Chi kung training / Jwing-Ming Yang. – Yang's Martial Arts Association, 1989. – ISBN 0940871076.
10. Голландия А. Голоса Ци: вводное руководство к традиционной китайской медицине / А. Голландия. – Североатлантические книги, 2000. – ISBN 1556433263.

ASADOVA Leila Rafailovna

Student, Ural State Medical University, Russia, Yekaterinburg

QIGONG: AN OVERVIEW OF TRADITIONAL HEALING PRACTICES

Abstract. *The review examines the existing evidence of the positive effects of qigong on health, highlights the limitations of current research, and highlights the need for further scientific work to confirm and expand the evidence base.*

Keywords: *qigong, wellness practices, meditation, health, traditional Chinese medicine, scientific research, practical medicine.*

НЕГОДИНА Александра Александровна

инструктор по физической культуре,

МДОУ Центр развития ребенка – детский сад № 8 «Золотая рыбка», Россия, г. Валуйки

ПЛОТНИКОВА Ольга Александровна

педагог-психолог,

МДОУ Центр развития ребенка – детский сад № 8 «Золотая рыбка», Россия, г. Валуйки

РАЗВИТИЕ КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация.** В данной статье автор рассматривает один из возможных и эффективных методов развития внимания детей старшего дошкольного возраста с использованием средств физической культуры.*

***Ключевые слова:** старший дошкольный детский возраст, концентрация внимания, развитие концентрации внимания, развитие концентрации внимания средствами физической культуры.*

Введение

Концентрация внимания – способность человека долгое время быть сосредоточенным на каком-либо действии для максимально эффективного его выполнения [2, с. 372].

В условиях дошкольного воспитания и обучения под концентрацией внимания понимается способность ребёнка концентрировать внимание на получение знаний, умений и навыков, при этом не отвлекаться на окружающие факты внешней среды [3, с. 286].

Безусловно, сосредоточенность ребёнка на выполнении какого-либо задания, либо на запоминании информации, в первую очередь зависит от педагогического мастерства воспитателя, его умения заинтересовать ребенка. Однако время усидчивости и сосредоточенности внимания детей имеет особенность меняться как в меньшую, так и в большую сторону за счёт однонаправленности или многонаправленности движения межнейронных импульсов центральной нервной системы.

Как известно учёными доказано, что в каждом возрасте ребёнок может концентрировать внимание на выполнении задания или запоминании информации определённый промежуток времени, характерный для каждого возраста. В нашем случае дети 5-6 лет могут концентрировать внимание не более чем на 10–15 минут [5, с. 276].

Изучением концентрации детского внимания занимались такие учёные-педагоги, как: Выготский Л. С., Добрынин Н. Ф., Ушинский Д. В., и многие другие.

Анализ литературы по теме нашей работы показывает, что исследований в области развития концентрации внимания детей дошкольного возраста практически нет. Остаются открытыми и малоизученными такие направления, как: развитие внимания детей дошкольного возраста средствами физической культуры, развитие концентрации внимания детей в условиях дошкольного образования, правильность и условия реализации занятий по физическому воспитанию для продуктивного формирования внимания детей дошкольного возраста.

К тому же, хорошо развитые свойства внимания и его организованность являются факторами, определяющими успешность всего обучения и развития. В эпоху информатизации внимание дошкольников существенно ухудшается, о чем свидетельствуют многочисленные проблемы, связанные с развитием внимания у детей, вызывающие беспокойство как у воспитателей и психологов, так и у родителей [7].

Таким образом, в связи с малоизученностью и отсутствием достаточной теоретической базы в направлении концентрации внимания у детей дошкольного возраста, данная тема приобретает проблемный характер, тем самым подтверждая актуальность темы нашей научной работы.

Объект: концентрация внимания детей дошкольного возраста.

Предмет: развитие концентрации внимания детей дошкольного возраста средствами физической культуры.

Цель: определить эффективность средств физического воспитания, выстроенных в определённой последовательности, на развитие внимания детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Провести теоретический анализ литературы по теме исследования.

2. Подобрать последовательность средств физической культуры и практически определить эффективность предложенной последовательности при развитии внимания детей дошкольного возраста.

3. Разработать практические рекомендации по развитию концентрации внимания детей старшего дошкольного возраста.

Основная часть

В ходе теоретического анализа литературы было установлено, что внимание детерминируется выборочностью и долговременностью сконцентрированности на одном и том же объекте или типе деятельности. Внимание взаимосвязано с направленностью и избирательностью познавательных психических процессов. Вниманием обуславливает безошибочность и конкретизацию восприятия, стабильность и селективность памяти, целенаправленность и результативность мыслительной деятельности [7].

Однако, исходя из вышесказанной информации, можно сделать вывод, что формирование концентрации внимания может развиваться более продуктивно, если условия будут усложнены. К примеру, если на занятиях по физическому воспитанию (в процессе игр) детям сложнее концентрировать внимание на отдельных моментах игры, поскольку они увлечены самим процессом игры, то при верном построении и направлении деятельности детей, можно добиться максимальной внимательности, вплоть до мелочей, что в свою очередь приведёт к всеобщему развитию концентрации внимания.

Таким образом мы подобрали игры и упражнения, которые при определённой последовательности способствуют развитию концентрации внимания.

К таким упражнениям можно отнести:

- игры на внимание, с установленными заранее условиями (сломанный телефон, займи место, горячая картошка);
- эстафеты с цветными мячами, обручами, палками;
- подвижные игры по заданиям (воробы-вороны, красные-белые);
- найди недостающий предмет;
- игры, в которых необходимо максимальное внимание несмотря на какие-либо внешние условия (море волнуется раз, медведи во бору и т. п.).

Указанные игры и упражнения должны иметь ограниченную дозировку, с постепенным её увеличением и чередованием упражнений.

Для более достоверного определения эффективности влияния упражнений и игр на концентрацию детского внимания мы провели предварительное тестирование детей. В тестировании принимали участие 10 детей старшей возрастной дошкольной группы.

Вначале игр детям предлагалось максимально сосредоточиться на цветах мячей, которыми они будут играть. После окончания каждой игры детям по очереди предлагалось выбрать из общей корзины и положить в свои непрозрачные мешки именно те предметы, цветам мячей которых были в игре. Отводилось время по 1 минуте.

В игре использовалось 5 мячей: синего, желтого, красного, черного, зелёного цветов. Всего в общей корзине находилось 70 предметов различных цветов.

Результаты первичного тестирования концентрации внимания детей старшей дошкольной группы представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты первичного тестирования концентрации внимания

Название игр	Количество правильно выбранных предметов (в среднем значении)	
	всего/из	в %
охотники и утки	2/5	40
боулинг	3/5	60
горячая картошка	3/5	60

Их полученных данных следует отметить, что в более подвижной игре (охотники и утки) дети особо не обратили внимание на цвет мячей. Скорее всего это связано с высокой эмоциональностью и интенсивностью игры.

Остальные игры менее подвижны и эмоциональны, что позволяет более подробно ощущать мяч и концентрировать на нём внимание.

Затем, в течение двух месяцев нами поочередно проводились игры и упражнения, приведённые выше, в следующих последовательности и дозировки:

- игры на внимание, с установленными заранее условиями (сломанный телефон, займи место, горячая картошка и т. п.) – 8 минут;
- эстафеты с цветными мячами, обручами, палками – 6 минут;
- подвижные игры по заданиям (воробы-вороны, красные-белые и т. п.) – 6 минут;

- найди недостающий предмет или игры, в которых необходимо максимальное внимание несмотря на какие-либо внешние условия (море волнуется раз, медведи во бору и т. п.) – 10 минут.

После проведённых занятий произвели повторное тестирование, но в усложнённых условиях.

Перед итоговым тестированием предлагалось играть в игры с цветными мячами, имеющими наклейки красного, зелёного, синего, фиолетового, черного цветов. Наклейки клеились на мячи разных цветов, по принципу: красные – на зелёные, зелёные – на черные, чёрные – на синие, синие – на белые, фиолетовые – на красные. Для достоверности результата была добавлена ещё одна игра.

Результаты итогового тестирования концентрации внимания детей старшего дошкольного возраста представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты итогового тестирования концентрации внимания

Название игр	Количество правильно выбранных предметов (в среднем значении)	
	всего/из	в %
охотники и утки	4/5	80
боулинг	5/5	100
горячая картошка	5/5	100
эстафета с мячами	4/5	80

Из результатов таблицы следует отметить, что в целом прослеживается положительная динамика развития концентрации внимания. Результаты возросли от 20 до 40%.

Таким образом можно утверждать, что используемые нами упражнения способствуют положительному улучшению концентрации внимания детей.

Таким образом, для более эффективного развития концентрации внимания нами были сформулированы **практические рекомендации**.

1. Для поддержания интереса детей следует чаще менять условия игр и сами игры.
2. Для большей эффективности при развитии концентрации внимания придерживаться одного из основных условий, от простого – к сложному.
3. Заранее озвучивать детям условия начала игры, условия победы.
4. В процессе игры менять условия её продолжения как в усложнённой форме, так и в упрощённой.

5. Между играми проводить опрос детей на предмет во что играли, чем играли, как играли, с кем играли, что получили.

6. Чередовать более подвижные и эмоциональные игры с менее подвижными.

Вывод

Таким образом, в ходе нашей работы было проведено поверхностное изучение концентрации детского внимания. Также было установлено и экспериментально подтвержден факт, что средствами физической культуры происходит продуктивное развитие концентрации внимания детей.

Разработаны и предложены практические рекомендации по развитию концентрации внимания детей старшего дошкольного возраста, которые могут быть использованы на занятиях с другими возрастными группами детей дошкольного возраста.

Таким образом поставленные задачи выполнены, что подтверждает достижение поставленной цели исследования.

Литература

1. Айзман Р.И., Великанова Л.К., Жарова Г.Н. Оценка степени готовности детей к обучению в школе // М.: Академия. 2012. С. 321.
2. Вундт В. Память и внимание // М.: Просвещение. 2014. С. 372.
3. Выготский Л.С. Развитие высших форм внимания в детском возрасте // М.: Просвещение. 2006. С. 286.
4. Добрынин Н.Ф. О селективности и динамике внимания // Вопросы психологии. 2010. № 3. С. 12-23.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии // СПб.: Питер. 2016. С. 276.
6. Суворов Н.Ф., Таиров О.П. Психофизиологические механизмы избирательного внимания // М.: Академия, 2010. С. 453.
7. Сурина С.М. Формирование произвольного внимания у детей старшего дошкольного возраста, 2017 URL: https://dspace.tltsu.ru/bitstream/123456789/5968/1/Сурина%20С.М._Психбз_1201.pdf.

NEGODINA Alexandra Alexandrovna

Physical Education Instructor,
MDOU Child Development Center – Kindergarten No. 8 "Zolotaya Rybka",
Russia, Valuiki

PLOTNIKOVA Olga Alexandrovna

Teacher-Psychologist,
MDOU Child Development Center – Kindergarten No. 8 "Zolotaya Rybka",
Russia, Valuiki

**DEVELOPMENT OF CONCENTRATION OF ATTENTION OF CHILDREN
OF SENIOR PRESCHOOL AGE BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE**

Abstract. *In this article, the author examines one of the possible and effective methods of developing the attention of older preschool children using physical education tools.*

Keywords: *senior preschool age, concentration of attention, development of concentration of attention, development of concentration by means of physical culture.*

СИМАЕВА Евгения Олеговна
студентка, Многопрофильный колледж,
Орловский государственный аграрный университет имени Н. В. Парахина,
Россия г. Орёл

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК В СПОРТИВНОМ ПИТАНИИ

***Аннотация.** В данной статье рассматривается роль популярных биологически активных добавок в спортивном питании. В ней обсуждаются различные типы добавок, их влияние на физическую работоспособность и общее состояние организма. Производится анализ положительных и негативных сторон их использования, а также описывается важность сбалансированного рациона и правила безопасного приема. Эта статья поможет вам взглянуть на БАДы в спортивном питании объективно.*

***Ключевые слова:** биологически активные добавки, спортивное питание, рацион, питательные вещества.*

В современном мире спортивное питание – это важная составляющая успешной программы тренировок и достижения результатов в спорте. Оно подразумевает рациональный подход к питанию, направленный на оптимизацию физической формы, восстановление после тренировок и достижение желаемых целей, будь то наращивание мышечной массы, снижение веса, поддержание физической формы или повышение выносливости. Важно понимать, что потребность в питательных веществах зависит от интенсивности и типа тренировок, а также индивидуальных особенностей организма. Неправильное питание может привести к снижению спортивных результатов, перетренированности, проблемам с иммунитетом и здоровьем в целом. Для оптимизации рациона и снижения дефицита активных веществ используются биологически активные добавки к пище [3, с. 18].

Биологически активные добавки находятся на границе между медикаментами и продуктами питания. Они представляют собой комбинации активных веществ, полученных из натуральных источников или их аналогов, предназначенные для употребления в чистом виде или для повышения пищевой ценности продуктов. Данные добавки к пище служат дополнительным ресурсом ценных элементов и биологически активных компонентов для улучшения метаболизма углеводов, жиров, протеинов, витаминов и других соединений при различных состояниях организма. Их цель – привести в норму или улучшить функционирование органов и систем, включая уменьшение

вероятности заболеваний, а также регулирование микробиоты кишечника. Биологически активные добавки к пище содержат комплексы активных веществ, богатые витаминами, протеинами, аминокислотами, растительными экстрактами, бактериями, минералами и другими природными компонентами [2, с. 96]. Иногда состав этих продуктов настолько насыщен, что подробное перечисление всех ингредиентов становится затруднительным, важно понимать, что биологически активные добавки не берут на себя функции регуляторных систем, а только компенсируют дефицит определенных питательных веществ. В наши дни витамины и минералы стали привычной частью жизни для тех, кто заботится о здоровье.

Подготовка спортсменов к введению биологически активных добавок в рацион. Подготовительный этап и первый уровень питания необходимы для дальнейшего использования специализированных добавок и биологически активных веществ.

Начальный этап подготовки спортсмена фокусируется на приведении организма в оптимальное состояние для эффективного усвоения питательных веществ и добавок. Основная цель – «очистка организма», достигаемая комплексным применением диетологических и физиотерапевтических методов. Эта процедура играет ключевую роль в профилактике и терапии печеночной боли, что необходимо для полноценного восстановления после тренировок и соревнований. Продолжительность глубокой очистки может достигать двух недель и зависит от общего состояния здоровья,

биохимических показателей крови и гормонального фона. Поддержание оптимального водно-минерального баланса – существенная часть базового рациона на первом уровне спортивного питания. Организация питания на данном этапе направлена на компенсацию энергетических затрат, вызванных физическими нагрузками.

Второй уровень спортивного питания представлен концентратами питательных веществ, дополняющих основной рацион. Сюда входят белковые, углеводные, смешанные добавки, креатин, карнитин и витаминно-минеральные комплексы, называемые субстратными пищевыми добавками.

Наконец, третий уровень спортивного питания включает применение, собственно, биологически активных добавок, оказывающих направленное воздействие на определенные физиологические функции организма спортсмена, действуя на те или иные процессы метаболизма [1, с. 34-35].

Наиболее распространённые биологически активные добавки в спортивном питании: протеин, креатин, аминокислоты, гейнеры.

Протеин: белки, или протеины, являясь главными строительными элементами организма, составляют до 45% сухой массы клеток. Белки-ферменты, играют важную роль, ускоряя биохимические процессы в миллионы раз. Белки-гормоны, например, инсулин, обладают высокой биологической активностью.

Креатин – это органическая азотсодержащая кислота, которая естественным образом производится в организме и содержится в небольших количествах в некоторых продуктах питания, таких как мясо и рыба. Однако, количество креатина, получаемое из пищи, недостаточно для значительного влияния на спортивные результаты. Поэтому добавки креатина стали популярными среди спортсменов. Значение креатина в спортивном питании обусловлено его способностью увеличивать запасы фосфокреатина в мышцах. Фосфокреатин – это высокоэнергетическое соединение, которое быстро регенерирует АТФ (аденозинтрифосфат) – основной источник энергии для мышечных сокращений. Это означает, что добавки креатина могут: увеличить силу и мощность, улучшить выносливость, увеличить мышечную массу, ускорить процесс восстановления.

BCAA (Branched-Chain Amino Acids) - три незаменимые аминокислоты с разветвленной цепью: лейцин, изолейцин и валин. Они играют ключевую роль в построении, росте и восстановлении мышечной ткани, восстановлении

после тренировок, а также в ряде других метаболических процессов. Основные предполагаемые преимущества в спортивном питании: стимуляция синтеза белка, снижение мышечной боли и повреждений, снижение разрушения мышечной ткани, положительное влияние на нервную систему [5].

Витамины и минералы: необходимы для поддержания общего здоровья и нормального функционирования организма. Витамины и минералы играют критическую роль в спортивном питании, обеспечивая оптимальное функционирование организма и максимизируя результаты тренировок. Они не являются источником энергии, как углеводы, белки и жиры, но выступают в качестве кофакторов, участвующих во множестве метаболических процессов, необходимых для роста, восстановления и достижения пиковых физических показателей. Дефицит даже одного важного витамина или минерала может существенно снизить спортивные результаты и увеличить риск травм.

Гейнеры представляют собой удобный способ увеличить потребление калорий и нутриентов, особенно для тех, кто не успевает или не может потреблять достаточное количество пищи в течение дня. Одна порция гейнера может заменить полноценный приём пищи. Не все гейнеры одинаковы: Состав гейнеров может значительно варьироваться. Необходимо выбирать продукт с оптимальным соотношением белков, углеводов и жиров, в зависимости от индивидуальных потребностей и целей. Важно также обращать внимание на качество используемых ингредиентов и наличие добавок. Для эффективного набора массы тела необходим комплексный подход, включающий регулярные тренировки, правильное питание и достаточный отдых. Гейнеры – это лишь вспомогательное средство, а не замена полноценного рациона.

Плюсы использования биологически активных добавок являются спорным вопросом, и их наличие сильно зависит от конкретной добавки, состояния здоровья человека и многих других факторов. Важно понимать, что они не являются лекарственными средствами и не предназначены для лечения заболеваний, их использование должно быть согласовано с врачом. Тем не менее потенциальные плюсы могут включать: восполнение недостатка питательных веществ, поддержку определенных функций организма, удобство применения.

Важно подчеркнуть: перед началом приема любых биологически активных добавок, необходимо проконсультироваться с врачом или

квалифицированным специалистом. Их неправильное использование может привести к побочным эффектам, взаимодействию с лекарствами и ухудшению состояния здоровья. Также следует помнить, что эффективность и безопасность биологически активных добавок часто недостаточно изучены, и заявленные производителем свойства могут не соответствовать реальности.

Биологически активные добавки имеют ряд потенциальных недостатков: недостаточно изученные эффекты, отсутствие строгих научных исследований, негативные взаимодействия с лекарствами и другими добавками, что может привести к нежелательным побочным эффектам, снижению эффективности лекарств или ухудшению состояния здоровья. В дополнение отмечается несоответствие маркировке, непредсказуемые побочные эффекты даже при соблюдении рекомендуемых дозировок, ведь в отличие от лекарственных препаратов, биологически активные добавки проходят менее строгий контроль качества и безопасности со стороны регулирующих органов.

В заключение следует подчеркнуть, что биологически активные добавки представляют собой весьма неоднозначный сегмент рынка продуктов питания. С одной стороны, они могут включать в себя компоненты, которые благотворно влияют на организм, помогая поддерживать здоровье и хорошее самочувствие. Они могут служить дополнением к сбалансированному рациону и здоровому образу жизни. Однако, критически важно понимать, что биологически активные добавки не являются лекарственными средствами и не предназначены для лечения заболеваний. Их эффективность и

безопасность часто недостаточно изучены, а информация о составе и действии может быть неполной или даже вводящей в заблуждение. Перед приемом любых биологически активных добавок необходимо проконсультироваться с врачом или квалифицированным специалистом, чтобы оценить потенциальные риски и пользу, учитывая индивидуальные особенности организма и состояние здоровья.

Самолечение с использованием данных добавок может быть опасным и привести к нежелательным последствиям. Поэтому, рациональный подход к использованию БАДов предполагает осознанный выбор, базирующийся на научных данных и консультации со специалистом, а не на рекламных обещаниях. Только в этом случае можно минимизировать риски и потенциально получить пользу от приема этих продуктов.

Литература

1. Арансон М.В. Спортивное питание: состояние вопроса и актуальные проблемы / М.В. Арансон, С.Н. Португалов // Вестник спортивной науки. – 2011. – № 1. – С. 33-36.
2. Ираклионова Н.С., Сысуев Е.Б. влияние биологически активных добавок на организм человека // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 9. – С. 96-97.
3. Португалов С.Н. Биологически активные вещества и специализированные добавки в спорте. – М.: Изд-во ВНИИФК, 2002. – 43 с.
4. Сейфулла Р.Д. и др. Лекарства и БАД в спорте. – М.: Литтерра, 2003. – 320 с.
5. Харпер А.Э., Миллер Р.Х., Блок К.П. Метаболизм аминокислот с разветвленной цепью. Ежегодный обзор питания. 1984; 4: 409 – 54 с.

SIMAEVA Evgenia Olegovna

Student, Multidisciplinary College, Oryol State Agrarian University named after N. V. Parakhin,
Russia, Orel

USE OF BIOLOGICALLY ACTIVE ADDITIVES IN SPORTS FOOD

Abstract. *This article examines the role of popular biologically active supplements in sports nutrition. It discusses different types of supplements, their influence on physical performance and general condition of the body. The positive and negative sides of their use are analysed, and the importance of a balanced diet and the rules of safe intake are described. This article will help you to look at dietary supplements in sports nutrition objectively.*

Keywords: *biologically active supplements, sports nutrition, nutrition, nutrients.*

Актуальные исследования

Международный научный журнал

2025 • № 11 (246)

Часть II

ISSN 2713-1513

Подготовка оригинал-макета: Орлова М.Г.

Подготовка обложки: Ткачева Е.П.

Учредитель и издатель: ООО «Агентство перспективных научных исследований»

Адрес редакции: 308000, г. Белгород, пр-т Б. Хмельницкого, 135

Email: info@apni.ru

Сайт: <https://apni.ru/>

Отпечатано в ООО «ЭПИЦЕНТР».

Номер подписан в печать 23.03.2025г. Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

308010, г. Белгород, пр-т Б. Хмельницкого, 135, офис 40