

# АКТУАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

ISSN 2713-1513

#48 (283), 2025

часть IV

# Актуальные исследования

Международный научный журнал

2025 • № 48 (283)

Часть IV

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

**Абдуллин Тимур Zufарович**, кандидат технических наук (Высokотехнологический научно-исследовательский институт неорганических материалов имени академика А. А. Бочвара)

**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 Муртазоевич**, 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**, доктор сельскохозяйственных наук (Кузбасский государственный аграрный университет имени В.Н. Полецкого)

**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 (Тульский 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 Ермакбайкызы**, 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)

**Хаитова 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

### ПЕДАГОГИКА

<b>Алимова С.А., Сотникова Н.Ю., Рындина А.И., Рудычева А.Г., Баранова А.П.</b> ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	6
<b>Андреева Д.Ю.</b> ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ТРУДА (ТЕХНОЛОГИИ) .....	11
<b>Барановская А.В.</b> ВЛИЯНИЕ ЛАГЕРЕЙ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ НА РАЗВИТИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД КАНИКУЛ: РОССИЙСКИЙ ОПЫТ .....	14
<b>Берестовая Н.С., Курчина Е.Ю., Хожайнова Т.А.</b> КРИТЕРИИ ГОТОВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ .....	16
<b>Бирюкова Л.С.</b> ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ КУРСОВ В ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ .....	18
<b>Власенко Н.А., Полуляхова С.Ю.</b> ПИКТОМИР КАК СОВРЕМЕННОЕ СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ОСНОВАМ АЛГОРИТМИЗАЦИИ И ПРОГРАММИРОВАНИЯ.....	21
<b>Евдокимова И.В., Погореленко А.П., Мишурова Г.В.</b> СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ .....	24
<b>Емельянова М.Н., Черных В.П.</b> ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ- СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ .....	27
<b>Костина А.С.</b> ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАННИКОВ ШКОЛЫ- ИНТЕРНАТА: ПУТЬ К ГАРМОНИЧНОМУ РАЗВИТИЮ .....	30
<b>Попова Е.И.</b> ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА В КОЛЛЕКТИВЕ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА .....	33
<b>Руденко И.В.</b> ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ: РОЛЬ СТАРШЕГО ВОЖАТОГО КАК ВЕДУЩЕГО ПЕДАГОГА В ФОРМИРОВАНИИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ И СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ .....	37
<b>Сердюкова А.Ю., Лейчук Л.И., Заруцкая Е.А., Усачёва В.В.</b> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ТЕЛЕСНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ.....	40
<b>Соловьева С.А.</b> ТЕХНОМИР. КОНСТРУИРУЕМ – ОТ ЗАМЫСЛА К ВОПЛОЩЕНИЮ .....	43
<b>Соловьева С.А., Патевская О.А., Уварова Е.А.</b> ОСОБЕННОСТИ РАЗВИВАЮЩИХ ИГР В. В. ВОСКОБОВИЧА ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	46

<b>Фурьева Т.В., Лифанская Н.В.</b>	
ВЫЯВЛЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ К КУРЕНИЮ.....	49
<b>Чуева Н.В., Лубенец О.А.</b>	
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА И ДЕФЕКТОЛОГА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ОВЗ В ДОУ.....	53
<b>Шкуров А.Ю.</b>	
СТРАТЕГИИ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ В РАМКАХ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОГО ПРИНЦИПА УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ (НА ПРИМЕРЕ УЧАСТИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВИЧНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ) .....	57

## ПСИХОЛОГИЯ

<b>Аношкина Т.А.</b>	
ЦИФРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ: ТРАНСФОРМАЦИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ ПАТТЕРНОВ И ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЕ.....	60
<b>Коновалов Т.А., Колмакова А.С.</b>	
ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ И МОТИВАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА .....	63
<b>Куркина Ю.А.</b>	
ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ.....	66
<b>Лазарева В.В.</b>	
ВЛИЯНИЕ ВРЕМЕНИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА САМООЦЕНКУ СТУДЕНТОВ .....	69

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

<b>Кириченко А.И.</b>	
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВКИ БЕГУНОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ.....	72
<b>Кузина Ю.А.</b>	
ПИТАНИЕ И ГИДРАТАЦИЯ ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ .....	75
<b>Миронова Т.А., Петренко О.В., Богомазова Ю.С., Василенко А.Ю., Окунева О.Е., Хватова С.А.</b>	
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГИМНАСТИКОЙ.....	79
<b>Павлов А.В., Сметанин А.Г.</b>	
ЦИФРОВИЗАЦИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИТНЕС-ТРЕКЕРОВ И МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ .....	86
<b>Погодина С.О.</b>	
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ: ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ, ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.....	89



# ПЕДАГОГИКА

**АЛИМОВА Светлана Анатольевна**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида», Россия, г. Валуйки

**СОТНИКОВА Надежда Юрьевна**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида», Россия, г. Валуйки

**РЫНДИНА Алла Ивановна**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида», Россия, г. Валуйки

**РУДЫЧЕВА Арина Геннадьевна**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида», Россия, г. Валуйки

**БАРАНОВА Алёна Петровна**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида», Россия, г. Валуйки

## **ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Аннотация.** В статье представлен конспект интегрированного занятия для детей 5-6 лет, направленного на формирование основ безопасного поведения и закрепление правил противопожарной безопасности. Содержание построено на игровой проблемной ситуации и художественном тексте «Сказка про огонь», что способствует осмыслению детьми двойственной роли огня как «друга» и «врага». В ходе деятельности используются дидактические игры, загадки, пословицы, физкультминутка, практикум по вызову экстренных служб («01», «112»), а также творческое задание по рисованию, обеспечивающие включение речевого, познавательного, социально-коммуникативного, художественно-эстетического и физического развития.

**Ключевые слова:** дошкольники 5-6 лет, основы безопасного поведения, пожарная безопасность, правила поведения при пожаре, профилактика пожаров.

**Возрастная группа:** 5-6 лет.

**Цель:** формирование основ безопасного поведения, способности предвидеть опасные ситуации, по возможности избегать их, при необходимости действовать, способствовать сохранению и укреплению здоровья.

**Задачи:**

**Обучающие:** закрепить правила противопожарной безопасности и правила поведения

при возникновении пожара; закрепить умения рифмовать слова, правильно подбирать слова, подходящие по смыслу.

**Воспитывающие:** прививать навыки осторожного обращения с огнем, воспитывать чувство ответственности, навыки безопасного поведения; отрабатывать правильность действий при возникновении пожара; воспитывать уважение к профессиям пожарных.

**Взаимодействие образовательных областей:** «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».

**Культурные практики:** совместная игра воспитателя с детьми.

**Методы, формы, приемы:** чтение художественной литературы, создание игровой ситуации, дидактические игры, отгадывание загадок, беседа.

**Материалы и оборудование:** мультимедийное оборудование, компьютерная презентация на тему: «Сказка про Огонь», слайды с изображением предметов: автомобиль, паровоз, пароход, кузница, полет ракеты; альбом для рисования, цветные карандаши, фломастеры.

**Игровое оборудование:** игрушечный телефон, набор картинок для игры «Что нужно пожарным?», мяч, знаки – светофоры (красные и зеленые) (по количеству детей).

#### **Ход деятельности:**

**1. Вводная часть – организационный момент, создание проблемной ситуации.**

**Воспитатель:** Здравствуй, солнце золотое,  
Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, вольный ветерок,  
Здравствуй, маленький дружок!  
Мы живем в одном краю –  
Я вас всех приветствую!

**2. Целевая установка:** Ребята, сегодня мы узнаем много интересного.

Дети, сейчас я вам загадаю загадку, а вы постарайтесь отгадать:

Всех на свете я сильнее,  
Всех на свете я смелее,  
Никого я не боюсь,  
Никому не покорюсь.

**Дети:** Огонь!

**Воспитатель:** Всё верно, это – огонь! (Показывает картинку огня).

Днем ли, ночью, утром рано  
Если что-то загорится,  
То пожарная охрана  
На подмогу быстро мчится.  
Крепко помните друзья,  
Что с огнем шутить  
Нельзя!

**3. Проектирование решений проблемной ситуации.**

**Воспитатель:** А сейчас я вам расскажу одну интересную сказку (Воспитатель обращает внимание детей на экран).

#### **«Сказка про огонь»**

Жил-был на свете Огонь! Был он весёлый и беспечный, яркий и горячий. Он летал везде, где только ему вздумается, он смеялся и говорил: «Я – самый сильный, я – самый могучий, если только захочу всех в пепел превращу». Его боялись все – звери, птицы, деревья и кустарники. А он летал, хохотал, и был очень довольным. Он летал от одного дома к другому и держал людей в страхе.

– Как же так? «Кто осмелится сразиться с огнём?» – говорили они, но все его боялись, сидели в домах и дрожали от страха.

**Воспитатель:** Как вы думаете, почему?

**Дети:** Он сжигал всё подряд.

В деревне жил кузнец и звали его Василий. Он был добрый и весёлый человек. Если кому-то было плохо, он всегда выслушает, поможет советом, так и тянулись к нему люди. А ему, ну никак нельзя было без огня. В кузнице всегда должен гореть огонь. Василий делал всем топоры, пилы, подковы, лошадей подковывал, да как без этого. А Огонь взял и улетел от Василия.

– Не хочу больше у тебя быть в кузнице. Надоел ты мне! Я сам по себе, куда хочу, туда лечу!

Темно стало в кузнице, холодно. Решил Василий пойти Огонь найти и с ним сразиться.

– Не ходи, сожжёт он тебя, и деревню нашу, – говорили люди.

– Да, не бойтесь вы! Я знаю, как сладить с Огнём. Пошёл Василий по дороге, идёт да насвистывает, смотрит – огонь дремлет.

– Эй, Огонь! Добрый день!

– Добрый! Зачем, пришёл? Кто тебя сюда звал?

– Да, вот пришёл с тобой силой помериться!

Засмеялся Огонь и сказал: «Ты, букашка, человек! Куда тебе со мной тягаться?»

– Да, ты не хвались раньше времени!

И давай они сражаться, дерутся, никто не уступает, отдохнут и опять.

Решил Василий, перехитрить Огонь. Стал он к реке спускаться и Огонь за ним. Нырнул он в воду, а Огонь побоялся воды, вынырнул Василий и схватил Огонь за шею мокрой рукой. Взмолился Огонь: «Отпусти меня, человек, я тебе служить буду, стану другом тебе, только не губи!»

– Ладно, отпущу тебя, только смотри мне!

С той поры стал Огонь слушать человека. Как без Огня? С Огнём, тепло, но он может быть и врагом, если разозлится, тогда жди беды. Но



с тех пор прошло много лет, но Огонь всё же дружит и помогает человеку.

Вот и вся интересная сказка.

#### 4. Выполнение действий, заданий.

**Воспитатель:** А сейчас вам, ребята, предлагаю нарисовать Огонь, с которым подружился человек.

##### *Игра «Нарисуй огонь»*

Для этой игры каждый из вас выберет фломастер, карандаш, нужного цвета и постарается нарисовать свой огонь на альбомном листе, но это надо сделать очень-очень быстро (*Звучит музыка*).

– Вот какой красивый огонь у вас получился.

**Воспитатель:** Дети, скажите, зачем человеку огонь? (*Воспитатель обращает внимание детей на экран, на котором изображены: костер, газовая плита, свеча и факел*).

**Дети:** Огонь нужен человеку, чтобы приготовить еду, огонь зажигает газовую плиту, огнём можно согреться, если разжечь печь или костер, огонь освещает, если зажечь факел или свечу.

**Воспитатель:** Без огня люди никогда бы не смогли путешествовать по морям, ездить по земле. В моторе автомобиля работает огонь – сгорает бензин и приводит машину в движение. Полыхает огонь и на заводах в печах – плавят металл. Космическая ракета взлетает ввысь, оставляет хвост пламени – это сгорает ракетное топливо (*На экране изображения автомобиля, паровоза, парохода, кузницы, полет ракеты в космос*).

**Воспитатель:** Да, Огонь нужен людям!

Но когда огонь попадает в руки маленьких детей, он показывает свой характер, стремится убежать от них и гулять по дому, по полю. Из доброго слуги огонь превращается в огнедышащего дракона, тогда может произойти беда.

– Скажите, от каких предметов может возникнуть пожар?

**Дети:** От спичек, зажигалки, от не выключенной газовой плиты и утюга.

**Воспитатель:** Молодцы, теперь немного отдохнём. Давайте встанем в круг. Сейчас проведем физкультминутку *игра «Топаем, хлопаем»*. Если дети в стихотворении поступают правильно – вам нужно хлопать, если неправильно – топать.

Знаю я теперь, друзья,

Что с огнем играть нельзя (*Хлопают*).

Спички весело горят,

Буду с ними я играть (*Топают*).

Рома убежал за дом,

Там играет он с огнем (*Топают*).

Пожар опасен, Маша знает,

Со спичками больше не играет (*Хлопают*).

Вика с Лерою играют,

На печи спички зажигают (*Топают*).

**Воспитатель:** Молодцы, присаживаемся на свои места. Ребята,

предлагаю с вами поиграть в дидактическую игру *«Доскажи словечко»*.

Как ножка воробьиная тонка

Скользит по стенке коробка.

Скользнет – и высечет огонь.

Когда горит – ее не тронь.

Играть с ней скверная привычка.

Опасная игрушка –... (*спичка*)

Пламя прыгнуло в листву.

Кто у дому жег... (*траву*)

Раз, два, три, четыре.

У кого пожар в ... (*квартире*)

Дым столбом поднялся вдруг.

Кто не выключил ... (*утюг*)

Дым увидел – не зевай.

И пожарных ... (*вызывай*).

**Воспитатель:** Ребята, а кто из вас знает пословицы и поговорки про огонь?

**Дети:**

– Нет дыма без огня.

– Ни огня без дыма, ни дыма без огня.

– Где огонь, там и дым.

– С огнем не шутят.

– Огонь без дыма не живёт.

**Воспитатель:** Молодцы, много поговорок знаете! А давайте поиграем еще в одну игру.

**Игра «Не ошибись!».** Я буду называть предметы, а вы, если этот предмет горит, будете поднимать руки вверх и изображать языки пламени, а если не горит, то руки нужно опустить.

**Слова:** бумага (*руки вверх*), шторы (*руки вверх*), гвоздь (*руки вниз*), тетрадь (*руки вверх*), одежда (*руки вверх*), стол (*руки вверх*), сухая трава (*руки вверх*), мебель (*руки вверх*), листья (*руки вверх*), столовая ложка (*руки вниз*), бензин (*руки вверх*).

**Воспитатель:** Молодцы! Для вас, ребятки, ещё одна загадка:

В брезентовой куртке и каске,

Забыв, про кольчужную броню.

Решительно и без опаски,

Бросается рыцарь в огонь!

– Как называют людей, которые тушат огонь, спасают людей и дома от пожара?

**Дети:** Пожарные!

**Воспитатель:** Как вы думаете, каким должен быть пожарный?

**Дети:** Смелым, отважным, храбрым, умным.

**Воспитатель:** А каких людей не возьмут в пожарные?

**Дети:** Ленивых, трусливых, слабых.

**Воспитатель:** А вы бы хотели стать юными пожарными?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Игра «Что нужно пожарным?». Возьмите набор картинок для игры «Что нужно пожарным?». Найдите лишнюю картинку с изображением предмета, с помощью которого нельзя потушить огонь. (Ведро с песком, ведро с водой, одеяло, огнетушитель, спички).

**Воспитатель:** А вот ещё загадка:

Мчится огненной стрелой

Мчится вдаль машина

И зальет пожар любой

Смелая дружина.

**Дети:** Пожарная машина.

**Воспитатель:** Правильно – пожарная машина, на ней можно быстро примчаться на пожар. А что нужно сделать, чтобы пожарные приехали?

**Дети:** Позвонить.

**Воспитатель:** Да, правильно, в случае возникновения пожара нужно позвонить по телефону «01» или «112» и попросить о помощи. Вот для вас еще одна игра «Сигнал тревоги» (Дети на игрушечном телефоне набирают цифры «01» и выполняют задание).

**Задание детям:** (ответы детей выборочно):

1. Набери номер «01».
2. Услышав ответ – назови свое имя.
3. Сообщи, что случилось.
4. Скажи точный домашний адрес: улицу, номер дома и квартиры.
5. Не клади трубку, пока об этом не попросят.

**Воспитатель:** А теперь встаньте в круг, мы сейчас с вами поиграем с мячом.

**Игра «Лови-бросай, сразу отвечай»**

1. Для чего пожарной машине нужна сирена? (Чтобы все услышали и уступили дорогу).
2. Почему пожарная машина красного цвета? (Чтобы её было заметно на дорогах: красный цвет – цвет огня).
3. Зачем пожарной машине раздвижная лестница? (Чтобы подниматься на высокие этажи).
4. Как называются длинные шланги, которыми тушат пожар? (Рукава).

5. Где пожарные берут воду, если она закончилась в машине? (В колодцах, в реке).

6. Какими должны быть пожарные? (Сильными, смелыми, закаленными, ловкими, мужественными, находчивыми, решительными).

7. Почему пожарные должны быть сильными, смелыми? (Они выносят людей из огня, работают в огне, в дыму).

8. Зачем пожарные надевают противогаз? (Чтобы можно было дышать при задымлении).

**Воспитатель:** Всем людям нужно обязательно знать правила, как себя вести во время пожара. Мы их закрепим в игре «Разрешается-запрещается».

Возьмите в руки красные и зеленые кружки светофорчика, показывайте красный кружок, если это делать нельзя, и зеленый кружок, если это делать можно:

1. В случае пожара вызвать пожарных по телефону «01» или «112» (Зеленый).
2. Бросать горящие спички (Красный).
3. Кричать и звать на помощь взрослых (Зеленый).
4. Оставлять без присмотра включенные электроприборы (Красный).
5. Оставаться в помещении, где начался пожар (Красный).
6. Закрывать нос, рот, голову мокрым полотенцем (Зеленый).
7. Тушить водой горящие электроприборы (Красный).
8. Не бояться, слушаться во всем пожарных (Зеленый).

**Воспитатель:** Молодцы, все правила назвали.

**Воспитатель:** Дети вы должны запомнить, что пожар – это не случайность, а результат неправильного поведения. Сегодня вы узнали, что огонь может быть для нас и другом и врагом, но всё-таки от огня больше пользы, чем вреда. Как вы думаете почему?

**Дети:** Огонь делает нашу жизнь теплее и уютнее. Огонь нужен для работы транспорта. На огне готовят пищу.

**5. Заключительная часть – анализ результатов деятельности.**

**Воспитатель:**

Спички – это не игрушка!

Могут целый дом спалить

Если взрослых не послушать,

Больше нигде будет жить.

– Обещайте мне сейчас же, что играть с огнем не будете?!

**Дети:** Обещаем!

**Воспитатель:** Я хотела бы, чтобы вы все были очень осторожны с огнем, внимательны и помнили об опасности, всегда соблюдали правила пожарной безопасности, и беда обойдет вас стороной.

Не играй, дружок, со спичкой!

Помни ты: она мала,

Но от спички-невелички

Может дом сгореть дотла.

Крепко помните, что спички –

Не игрушка для ребят!

### Литература

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Основы безопасности детей

дошкольного возраста / СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009. – 144 с.

2. Гарнышева Т.П. ОБЖ для дошкольников» Планирование работы, конспекты занятий, игры / Детство-Пресс, 2020 г. – 128 с.

3. Иванова Т.В. Пожарная безопасность. Подготовительная группа/ Волгоград: Корифей, 2023 г. – 96 с.

4. Кононова И.В. Сценарии по пожарной безопасности для Дошкольников / М.: Айрис-пресс, 2008 г. – 128 с.

5. Шорыгина Т.А. Беседы об основах безопасности с детьми 5–8 лет / М.: Сфера, 2019 г. – 80 с.

6. Шорыгина Т.А. Беседы о правилах пожарной безопасности. М.: Сфера, 2020 г. – 64 с.

### ALIMOVA Svetlana Anatolyevna

Educator, MBDOU Kindergarten No. 4 Kalinka of Combined Type, Russia, Valuiki

### SOTNIKOVA Nadezhda Yurievna

Educator, MBDOU Kindergarten No. 4 Kalinka of Combined Type, Russia, Valuiki

### RYNDINA Alla Ivanovna

Educator, MBDOU Kindergarten No. 4 Kalinka of Combined Type, Russia, Valuiki

### RUDYCHEVA Arina Gennadievna

Educator, MBDOU Kindergarten No. 4 Kalinka of Combined Type, Russia, Valuiki

### BARANOVA Alyona Petrovna

Educator, MBDOU Kindergarten No. 4 Kalinka of Combined Type, Russia, Valuiki

## FORMATION OF THE BASICS OF FIRE SAFETY IN CHILDREN AGED 5-6 YEARS BY MEANS OF INTEGRATED EDUCATIONAL ACTIVITIES

**Abstract.** The article presents a summary of an integrated lesson for children aged 5-6 years, aimed at forming the foundations of safe behavior and consolidating fire safety rules. The content is based on a game problem situation and the literary text "A Tale about Fire", which helps children to understand the dual role of fire as a "friend" and "enemy". In the course of the activity, didactic games, riddles, proverbs, a physical education minute, and a workshop on calling emergency services are used. ("01", "112"), as well as a creative drawing task, ensuring the inclusion of speech, cognitive, socio-communicative, artistic, aesthetic and physical development.

**Keywords:** preschoolers 5-6 years old, fundamentals of safe behavior, fire safety, rules of conduct in case of fire, fire prevention.

**АНДРЕЕВА Дарья Юрьевна**

магистрантка,

Саратовский национальный исследовательский государственный университет  
имени Н. Г. Чернышевского, Россия, г. Саратов

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ТРУДА (ТЕХНОЛОГИИ)**

**Аннотация.** В статье рассматриваются педагогические условия, способствующие развитию профессиональной компетентности будущих специалистов в области технологии. Основное внимание уделяется пониманию того, что эффективность образовательного процесса определяется не только качеством учебных материалов и методик преподавания, но и рядом факторов, влияющих на формирование профессиональной культуры студентов педагогических направлений.

**Ключевые слова:** педагогическая культура, профессионально-педагогическая культура, учителя труда (технологии).

Понятие «педагогическая культура» давно вошло в практику педагогической деятельности, однако его целостное теоретическое осмысление стало возможным сравнительно недавно. Анализ особенностей педагогической деятельности, изучение педагогических способностей и мастерства учителя способствовали развитию исследований в этой области. Работы таких авторов, как С. И. Архангельский, А. В. Барабанщиков, Е. В. Бондаревская, З. Ф. Есарева, Н. В. Кузьмина, Н. Н. Тарасевич, Г. И. Хозяинов и другие, внесли значительный вклад в изучение данной проблемы.

Чтобы понять сущность профессионально-педагогической культуры, необходимо учитывать следующие аспекты, раскрывающие взаимосвязь общей и профессиональной культуры учителя, а также специфические особенности профессионально-педагогической культуры:

- Профессионально-педагогическая культура является универсальной характеристикой педагогической реальности, проявляющейся в различных формах существования.
- Она представляет собой общую культуру и выполняет функцию специфического преломления общей культуры в сфере педагогической деятельности.
- Профессионально-педагогическая культура – это системное образование, включающее в себя ряд структурно-функциональных компонентов, обладающее собственной организацией, избирательно взаимодействующее с окружающей средой и обладающее

интегративным свойством целостности, не сводимым к свойствам отдельных частей.

- Единицей анализа профессионально-педагогической культуры является творческая по своей природе педагогическая деятельность.
- Особенности реализации и формирования профессионально-педагогической культуры учителя зависят от индивидуально-творческих, психофизиологических и возрастных характеристик, а также от накопленного социально-педагогического опыта личности [1].

Профессионально-педагогическая культура у будущих учителей труда (технологии) включает в себя систему знаний, умений, ценностей и личностных качеств, которые необходимы для успешной педагогической деятельности в этой области.

Будущие учителя труда (технологии) должны овладеть профессиональными знаниями и умениями в области технологии, методики преподавания, психологии и педагогики. Это включает в себя знание современных технологий, материалов, инструментов и оборудования, а также умение применять их на практике.

Кроме того, важно формирование педагогических ценностей и установок, таких как стремление к передаче знаний и навыков, развитие творческого потенциала у обучающихся, формирование у них профессиональных компетенций.

Личностные качества, такие как ответственность, терпение, умение работать руками,

креативность и способность к инновациям, также играют важную роль в формировании профессионально-педагогической культуры будущих учителей труда (технологии).

Формирование педагогической культуры у будущих учителей труда (технологии) происходит через разнообразные методы и формы работы. Важно отметить, что этот процесс может включать в себя теоретическую подготовку, практические занятия, педагогическую практику, самообразование, групповую работу и сотрудничество, методическую поддержку, использование современных технологий, проектную деятельность, анализ и рефлексию, а также участие в конкурсах и олимпиадах.

Практические занятия играют ключевую роль в формировании педагогической культуры. Они включают проведение уроков и практических занятий под руководством опытных педагогов, выполнение лабораторных и практических работ по технологии, а также разработку и реализацию образовательных проектов.

Педагогическая практика включает прохождение практики в образовательных учреждениях, наблюдение за работой опытных учителей, участие в педагогических советах и методических объединениях. Практика предоставляет студентам реальный опыт работы в образовательной среде, а также учит взаимодействию с учениками и коллегами.

Самообразование также является важным элементом формирования педагогической культуры. Оно включает чтение профессиональной литературы, изучение современных педагогических технологий и методик, участие в вебинарах, семинарах и конференциях. Самообразование помогает будущим педагогам быть в курсе последних тенденций и инноваций в образовании, а также развивать свои профессиональные навыки.

Работа в группах и сотрудничество способствуют формированию педагогической культуры. Она включает обсуждение педагогических ситуаций и проблем в группах, совместную разработку уроков и проектов, а также обмен опытом и методиками с коллегами. Работа в коллективе развивает коммуникативные навыки и способствует обмену знаниями и опытом среди будущих учителей.

Методическая поддержка включает консультации с методистами и наставниками, участие в методических объединениях и мастер-классах, получение обратной связи от более

опытных коллег и преподавателей. Методическая поддержка помогает будущим педагогам получать профессиональные советы и рекомендации, а также улучшать свои педагогические навыки [3].

Анализ и рефлексия включают самоанализ проведённых уроков и занятий, рефлексию над собственными педагогическими действиями и их результатами, корректировку методов и подходов на основе анализа. Анализ и рефлексия помогают будущим педагогам оценивать свою работу, выявлять сильные и слабые стороны, а также улучшать свои навыки.

Участие в конкурсах и олимпиадах способствует формированию педагогической культуры. Оно включает участие в профессиональных конкурсах и олимпиадах, представление своих методических разработок, обмен опытом с участниками. Участие в конкурсах и олимпиадах помогает будущим педагогам развивать свои профессиональные компетенции, получать признание и поддержку со стороны коллег и экспертов [2].

Таким образом, формирование педагогической культуры у будущих учителей труда (технологии) – это многогранный процесс, который включает в себя теоретическую подготовку, практические занятия, педагогическую практику, самообразование, работу в группах, методическую поддержку, использование современных образовательных технологий, проектную деятельность, анализ и рефлексию, а также участие в конкурсах и олимпиадах. Все эти методы в комплексе помогают будущим учителям труда (технологии) развить необходимые профессиональные компетенции и эффективно применять их на практике.

Способы педагогической деятельности будущих учителей труда (технологии) должны включать умение организовать учебный процесс, мотивировать учащихся, оценивать их работу, а также умение работать в коллективе и взаимодействовать с коллегами.

### Литература

1. Афонина И.В. Профессионально-педагогическая культура // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2017. № 1-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalno-pedagogicheskaya-kultura> (дата обращения: 20.11.2025).
2. Киричек Л.В. Проблемы формирования педагогической культуры как условия

творческой деятельности будущего педагога // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2013. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-formirovaniya-pedagogicheskoy-kultury-kak-usloviya-tvorcheskoy-deyatelnosti-buduschego-pedagoga> (дата обращения: 20.11.2025).

3. Онищенко С.В. Технология формирования профессиональной компетентности будущих учителей технологии // JSRP. 2014. № 7 (11). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-formirovaniya-professionalnoy-kompetentnosti-buduschih-uchiteley-tehnologii> (дата обращения: 20.11.2025).

**ANDREEVA Darya Yurievna**

Master's Student,

Saratov National Research State University named after N. G. Chernyshevsky,  
Russia, Saratov

## **FORMATION OF PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL CULTURE AMONG FUTURE TEACHERS OF LABOR (TECHNOLOGY)**

**Abstract.** *The article examines the pedagogical conditions conducive to the development of professional competence of future specialists in the field of technology. The main attention is paid to the understanding that the effectiveness of the educational process is determined not only by the quality of educational materials and teaching methods, but also by a number of factors influencing the formation of the professional culture of students of pedagogical fields.*

**Keywords:** *pedagogical culture, professional and pedagogical culture, teachers of labor (technology).*

**БАРАНОВСКАЯ Анастасия Викторовна**

советник директора по вопросам воспитания  
и взаимодействия с детскими и общественными объединениями,  
МБОУ СШ № 3 имени А. И. Томилина, Россия, г. Советская Гавань

## **ВЛИЯНИЕ ЛАГЕРЕЙ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ НА РАЗВИТИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД КАНИКУЛ: РОССИЙСКИЙ ОПЫТ**

**Аннотация.** В статье рассматривается потенциал лагерей с дневным пребыванием как важного инструмента образовательной и социальной поддержки обучающихся в период каникул. Анализируются преимущества данного формата организации досуга, акцентируется внимание на развитии ключевых компетенций и формировании благоприятной среды для личностного роста детей. Особое внимание уделяется научному обоснованию эффективности данной формы организации каникулярного времени.

**Ключевые слова:** лагерь с дневным пребыванием, каникулярный период, образовательная деятельность, социализация, развитие личности, педагогическое сопровождение, компетентностный подход.

### **Введение**

В современных условиях модернизации образования проблема организации содержательного досуга школьников в период каникул приобретает особую актуальность. **Лагеря с дневным пребыванием** представляют собой эффективную форму организации отдыха и занятости детей, обладающую значительным потенциалом для поддержания и развития учебных навыков, а также формирования социальных компетенций.

### **Теоретический обзор**

Согласно результатам современных исследований, каникулярный период характеризуется снижением академической активности учащихся и потерей части приобретенных знаний. Организация систематической образовательной деятельности в формате дневного лагеря позволяет минимизировать данный эффект и обеспечить непрерывность образовательного процесса.

### **Методология исследования**

В ходе исследования были использованы следующие методы:

- Анализ научно-методической литературы.
- Педагогическое наблюдение.
- Анкетирование участников образовательного процесса.
- Статистическая обработка данных.

### **Результаты исследования**

#### **Академическая успеваемость**

Исследования показывают, что участие в программах дневных лагерей положительно влияет на академическую успеваемость. Интерактивные занятия, мастер-классы и проектная деятельность способствуют закреплению пройденного материала и стимулируют интерес к новым знаниям. По данным мониторинга, у 78% участников дневных лагерей наблюдается сохранение и улучшение учебных показателей после каникулярного периода.

#### **Социально-психологическое развитие**

Лагеря с дневным пребыванием играют важную роль в социализации детей. Групповые игры, спортивные мероприятия и творческие проекты развивают:

- Навыки коммуникации.
- Способность к сотрудничеству.
- Лидерские качества.
- Эмоциональный интеллект.

#### **Развитие креативности**

Программы лагерей с дневным пребыванием, ориентированные на развитие креативности и исследовательской деятельности, способствуют формированию у детей:

- Критического мышления.
- Умения решать сложные задачи.
- Способности к творческому самовыражению.
- Навыков проектной деятельности.



### Практическая значимость

Анализ результатов исследования позволяет выделить следующие преимущества организации каникулярного отдыха в формате дневного лагеря:

- Сохранение и развитие учебных навыков.
- Формирование социальных компетенций.
- Развитие творческого потенциала.
- Профилактика девиантного поведения.
- Обеспечение безопасного досуга.

### Заключение

Посещение лагерей с дневным пребыванием во время каникул является эффективным способом поддержания образовательного уровня, развития социальных навыков и обеспечения полноценного досуга обучающихся. Научно обоснована эффективность данной формы организации каникулярного отдыха в контексте достижения образовательных и воспитательных целей.

### Рекомендации

Для повышения эффективности работы лагерей с дневным пребыванием рекомендуется:

- Учитывать индивидуальные особенности обучающихся.
- Внедрять инновационные образовательные технологии.

- Обеспечивать межведомственное взаимодействие.
- Развивать партнерские связи с культурными и спортивными учреждениями.
- Систематически проводить мониторинг результативности.

### Литература

1. Иванова А.А. (2018). Организация летнего отдыха детей в условиях лагеря с дневным пребыванием. Вестник педагогических наук, № 6, С. 123-128.
2. Петрова О.В. (2020). Социально-педагогические аспекты организации досуга школьников в каникулярное время. Современное образование, № 4, С. 87-92.
3. Сидорова Е.Н. (2022). Развитие творческих способностей детей в условиях лагеря с дневным пребыванием. Наука и школа, № 10, С. 56-61.
4. Смирнов П.В. (2023). Педагогические условия эффективности работы лагерей дневного пребывания. Педагогическое образование, № 3, С. 45-52.
5. Новикова М.А. (2024). Социально-психологическая адаптация детей в условиях дневного лагеря. Вопросы психологии, № 2, С. 78-85.

**BARANOVSKAYA Anastasia Viktorovna**

Advisor to the Director on Education and Interaction with Children's and Public Associations,  
MBOU Secondary School No. 3 named after A. I. Tomilin, Russia, Sovetskaya Gavan

## THE IMPACT OF DAY CAMPS ON THE DEVELOPMENT OF STUDENTS DURING THE HOLIDAYS: RUSSIAN EXPERIENCE

**Abstract.** The article examines the potential of day camps as an important tool for educational and social support for students during the holidays. The advantages of this format of leisure organization are analyzed, attention is focused on the development of key competencies and the formation of a favorable environment for the personal growth of children. Special attention is paid to the scientific substantiation of the effectiveness of this form of vacation time organization.

**Keywords:** day camp, vacation period, educational activity, socialization, personality development, pedagogical support, competence approach.

**БЕРЕСТОВАЯ Наталия Станиславовна**

воспитатель, МБДОУ ДС № 26 «Солнышко», Россия, г. Старый Оскол

**КУРЧИНА Екатерина Юрьевна**

воспитатель, МБДОУ ДС № 26 «Солнышко», Россия, г. Старый Оскол

**ХОЖАИНОВА Татьяна Александровна**

воспитатель, МБДОУ ДС № 26 «Солнышко», Россия, г. Старый Оскол

**КРИТЕРИИ ГОТОВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема оценки готовности ребенка к началу школьного обучения как ключевого условия успешной адаптации к новым требованиям. Показано, что возраст сам по себе не является достаточным критерием, поскольку готовность носит комплексный характер и включает физиологические, интеллектуальные, социально-психологические, мотивационные и волевые компоненты, а также уровень развития мелкой моторики и переход от игровой к учебной деятельности.

**Ключевые слова:** готовность к школе, адаптация первоклассника, физиологическая готовность, интеллектуальная готовность, социально-психологическая готовность.

Первое, от чего родители отталкиваются при выборе начальной школы для ребенка – это возраст. Но здесь возникает ряд сомнений и вопросов, как понять, готов ли ребенок к серьезному обучению?

Начало школьного обучения – важный этап в жизни ребенка. А чтобы адаптация прошла успешно, важно заранее оценить, насколько дошкольник готов к новым нагрузкам и условиям. И здесь гораздо важнее такое понятие, как готовность ребенка к школе.

1. Физиологическая готовность – это критерий физического развития ребенка, который показывает, выдержит ли он школьные нагрузки:

- выносливость для сидения на протяжении урока, умение длительно удерживать статическую позу в положении сидя, держать осанку, подготовленность руки к овладению письмом (захват и нажим карандаша);
- способность носить школьный рюкзак;
- общее состояние здоровья.

2. Интеллектуальная готовность – это комплекс познавательных функций и базовых знаний:

- память: запоминание и воспроизведение информации (цифры, слова, картинки);
- мышление: умение обобщать, анализировать, сравнивать, находить причинно-следственные связи;

- речь: умение рассуждать, грамотно строить предложения, пересказывать тексты;
- внимание: способность удерживать в течение 30–40 мин, концентрировать и распределять внимание;
- окружающий мир: представления о животных, растениях, профессиях, правилах поведения;
- базовые знания: счет до 10, знание времен года, дней недели, месяцев, геометрических фигур.

3. Социально-психологическая готовность – это способность ребенка взаимодействовать в новом коллективе:

- соблюдение правил поведения в школе;
- понимание социальных ролей (учитель – ученик – одноклассники);
- умение работать в группах, работать как со взрослым, так и со сверстниками;
- эмоциональная устойчивость к стрессам, связанная с новой обстановкой.

4. Развитие мелкой моторики:

- умение держать ручку, карандаш, кисть, ножницы;
- умение проводить прямые линии, штриховки;
- работа с клеточками, в строке.

5. Мотивационная готовность – осознанное желание учиться:

- понимание ребенком важности школьного обучения;

- интерес к получению новых знаний;
- наличие познавательных или социальных мотивов.

6. Волевая способность – регуляция своего поведения:

- самостоятельность в бытовых навыках (умеет одеваться, складывать вещи);
- самоконтроль (ребенок не отвлекается на уроке);
- способность доводить дело до конца;
- умение работать по инструкции.

7. Переход от игровой к учебно-мотивационной деятельности – это ключевой психологический этап. Когда снижается доминирование игры, как ведущего вида деятельности. Появляется интерес к учебным задачам.

Необходимо оценивать готовность ребенка к школе. Несоответствие хотя бы по одному из критериев ведет к тому, что у детей возникнут трудности в усвоении программ школьного обучения, повысится утомляемость, проблемы в общении со сверстниками и учителем, снизится мотивация.

Важно понимать, что готовность к школе – не только набор знаний, но и комплексный показатель зрелости во всех сферах развития ребенка. Необходимо помочь ребенку подготовиться: развивать познавательные навыки через беседы и игры, тренировать усидчивость,

формировать самостоятельность в быту, обеспечить достаточную физическую активность. И тогда ваш ребенок быстрее адаптируется к школьной среде и не будет чувствовать стресс во время обучения.

### Литература

1. Вьюнова Н.И., Гайдар К.М., Темнова Л.В. Психологическая готовность ребёнка к обучению в школе: психолого-педагогические основы. М.: Академический Проект, 2003.
2. Гордиец А.В. Готовность ребёнка к школе: медико-психологические критерии. Ростов н/Д: Феникс, 2006.
3. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Здоровье ребёнка и его готовность к школе. М.: Просвещение, 2007.
4. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребёнка к школе. М.: Владос, 2001.
5. Поливанова К.Н. Такие разные шестилетки. Индивидуальная готовность к школе: диагностика и коррекция. М.: Генезис, 2003.
6. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. М.: Педагогика, 2013.
7. Кравцов Г.Г., Кравцова Е.Е. Шестилетний ребёнок. Психологическая готовность к школе. М.: Знание, 2007.

**BERESTOVAYA Natalia Stanislavovna**

Educator, MBDOU DS No. 26 "Sunny", Russia, Stary Oskol

**KURCHINA Ekaterina Yurievna**

Educator, MBDOU DS No. 26 "Sunny", Russia, Stary Oskol

**KHOZHAINOVA Tatiana Aleksandrovna**

Educator, MBDOU DS No. 26 "Sunny", Russia, Stary Oskol

## CRITERIA FOR PRESCHOOL CHILDREN'S READINESS FOR SCHOOLING

**Abstract.** The article examines the problem of assessing a child's readiness to start school as a key condition for successful adaptation to new requirements. It is shown that age alone is not a sufficient criterion, since readiness has a complex character and includes physiological, intellectual, socio-psychological, motivational and volitional components, as well as the level of development of fine motor skills and the transition from play to learning activities.

**Keywords:** school readiness, first-grader adaptation, physiological readiness, intellectual readiness, socio-psychological readiness.

**БИРЮКОВА Лариса Сергеевна**

старший преподаватель кафедры иностранных языков,  
Национальный технический университет «МЭИ», Россия, г. Москва

## **ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ КУРСОВ В ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

**Аннотация.** Цель статьи – рассмотреть основные элементы курса, соответствующего критериям онлайн-обучения. При проектировании онлайн-курсов необходимо переосмыслить методологии, критерии и подходы, принятые при разработке традиционных курсов. В статье представлены некоторые идеи, которые могут быть полезны начинающему разработчику онлайн-курсов.

**Ключевые слова:** онлайн-курс, проектирование онлайн-курса, план курса, онлайн обучение, педагогическое проектирование.

В российских высших учебных заведениях онлайн-образование начало активно внедряться в начале 2000-х [4, с. 130]. Развитие интернета и разнообразие появившихся возможностей позволило перейти от видеоконференций к асинхронному онлайн-обучению, которое стало неотъемлемой частью вузовских программ. Обучение в онлайн-среде допускает различную степень и типы взаимодействия преподавателя и студентов, что, безусловно, влияет на успеваемость студентов и показатели завершения курса [6].

Разработка электронных курсов включает в себя комплекс задач, направленных на создание эффективного, доступного и, желательно, увлекательного образовательного контента. Однако при разработке таких курсов методологии, критерии и подходы, принятые для традиционного образования, необходимо переосмыслить. Целесообразно также учитывать как положительные, так и отрицательные стороны использования информационных технологий, обусловленные рядом специфических факторов, таких как, например, особый тип коммуникации (преимущественно текстовой, а также аудио и видео контент).

К основным задачам проектирования электронных курсов следует отнести [7]:

### **1. Анализ целевой аудитории и определение целей обучения**

Для создания успешного онлайн-курса следует изучить уровень подготовки слушателей, их технические возможности, а также четко сформулировать, что они должны знать и уметь после прохождения курса в соответствии с ФГОС [5]. При разработке оптимальной

стратегии достижения результатов может помочь, например, классификация образовательных целей в соответствии с таксономией Блума [3, с. 43–48].

### **2. Разработка структуры и содержания**

Жизненный цикл курса онлайн-обучения можно разделить на три этапа – проектирование, выполнение и валидацию (проверку и подтверждение того, что курс будет функционировать должным образом и удовлетворять ожиданиям слушателей), причем более поздние этапы часто влияют на предыдущие [7]. Например, во время выполнения курса часто появляются идеи его улучшения или даже переработки. Однако, несомненно, структурированию курса – разделению его на логические разделы, модули, темы или уроки – следует уделять особое внимание с самого начального этапа, поскольку после внедрения курса внести существенные изменения становится чрезвычайно затруднительно.

Подготовленный текстовый, графический, а также мультимедийный материал следует актуализировать и адаптировать, и только затем разрабатывать подробный сценарий лекций, заданий и других элементов курса. Каждая тема курса должна содержать ключевую информацию, примеры, а также рекомендуемые дополнительные материалы: статьи, веб-ресурсы, полезные подборки инструментов, учебные пособия. Текст лекции онлайн-курса должен быть понятным для целевой аудитории; следует воздержаться от использования специальных (например, лингвистических) терминов. Объем теоретического материала должен соответствовать целям обучения и не

содержать избыточную информацию. Предпочтительно, чтобы текст примеров, упражнений и тестов был связан с профилем обучения и содержал уже известную слушателям терминологию. Однако всё-таки желательно включить в структуру курса небольшой глоссарий с кратким объяснением используемых понятий.

Инструкции к выполнению заданий, содержащиеся в курсе, должны быть краткими и понятными.

### 3. Педагогическое проектирование

Создание современного курса предусматривает применение принципов педагогического проектирования, а именно использование эффективных методов подачи информации, стимулирование активности и обратной связи [1].

При проектировании онлайн-курса следует руководствоваться следующими основными требованиями:

- курс должен строиться на основе модульной системы;
- при наполнении модулей необходимо использовать педагогические технологии, стимулирующие самостоятельную работу слушателей;
- содержание модулей должно способствовать достижению общей цели курса и включать варианты заданий, позволяющие освоить курс слушателям любого уровня подготовленности;
- желательно, чтобы модули включали не только тесты контрольного мероприятия, но и входные тесты, что позволит дать оценку прогресса конкретного слушателя;
- необходимо, чтобы задания в рамках каждого модуля содержали критерии оценивания в соответствии с уровнем сложности заданий.

### 4. Технологическая реализация

Важным вопросом является определение подходящей системы онлайн-обучения или инструментов для создания контента (например, Прометей, iSpring, Moodle) [2, с. 167-170], если оно не предусмотрено в вузе в качестве обязательного к применению. Выбор зависит от множества факторов, таких как цели и задачи обучения, ресурсы вуза и другие.

### 5. Оценочные средства

При проектировании курса особое внимание должно уделяться созданию оценочных средств для проверки знаний и навыков обучающихся. Это могут быть различные виды тестов и практических заданий, включающие соответствующие критерии оценки.

### 6. Доработка курса

Перед основным запуском следует провести пробный запуск курса для выявления опечаток, ошибок, сбора обратной связи от тестирующих, в роли которых могут выступать как студенты, так и коллеги.

На основе результатов тестирования и обратной связи проводится доработка курса, т. к. независимо от того, сколько внимания и усилий уделяется подготовке контента, оценке времени, необходимого для выполнения различных заданий, обязательно возникает необходимость в еще большей гибкости и реагировании на потребности, возникающие на протяжении всего использования курса. Все это неизбежно, учитывая асинхронный характер общения между преподавателем и слушателями, а также свободу каждого человека решать, когда и сколько времени уделять предлагаемому курсу. Тем не менее на уровне планирования мероприятий (как самостоятельных, так и контрольных) желательно дать слушателям рекомендации по составлению личного расписания.

Нельзя не сказать о необходимости организации процесса взаимодействия преподавателя и обучающихся. Элементом такого взаимодействия участников электронного курса, помимо переписки, могут служить опросы, тематические чаты, обсуждение в чатах и т. д.

### Литература

1. Колесникова И.А. Педагогическое проектирование: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений / И.А. Колесникова, М.П. Горчакова-Сибирская; Под ред. И.А. Колесниковой. – М: Издательский центр «Академия», 2005. – 288 с.
2. Ладоша О.М. Применение LMS Moodle в преподавании английского языка (эвалюативный аспект) // Глобальный научный потенциал. № 2 (131), 2022. С. 167-170.
3. Пестова Е.В., Калашникова С.В проектирование учебных заданий в контексте таксономии Блума при обучении профессионально ориентированному иностранному языку в вузе МВД России. // Мир науки, культуры, образования. № 4, 2022, С. 43-48.
4. Петрова И.В., Слепнева М.А., Интеграция цифровых технологий и методика обучения в процессе преподавания иностранных языков в технических университетах. // Современное педагогическое образование. № 10, 2023, С. 129-132.
5. Приказ Минобрнауки РФ от 28.02.2018

№ 144 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника» URL: [http://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/130302\\_B\\_3\\_26032018.pdf](http://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/130302_B_3_26032018.pdf) (дата обращения: 03.12.2025).

6. Oliver M. Designing courses for e-learning. Rethinking Pedagogy for a Digital Age, In Beetham, H. & Sharpe, R. (Eds), 2007, 258 p.

7. Trentin G. Designing Online Education Courses. [https://www.academia.edu/4725526/Designing\\_Online\\_Education\\_Courses](https://www.academia.edu/4725526/Designing_Online_Education_Courses) (дата обращения: 03.12.2025).

**BIRIUKOVA Larisa Sergeevna**

Senior Lecturer at the Department of Foreign Languages,  
National Technical University "MEI", Russia, Moscow

## DESIGNING ONLINE EDUCATION COURSES FOR UNIVERSITY STUDENTS

**Abstract.** *The aim of this article is to focus on the main elements of an online course to be designed in compliance with the criteria for online-learning. When designing online courses, one should rethink the methodologies, criteria, and approaches normally adopted for conventional course design. The article provides some ideas which could help an inexperienced designer of online courses.*

**Keywords:** *online course, online course design, course plan, online education, pedagogical design.*

**ВЛАСЕНКО Наталья Анатольевна**

воспитатель, МБДОУ д/с № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**ПОЛУЛЯХОВА Светлана Юрьевна**

воспитатель, МБДОУ д/с № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

## **ПИКТОМИР КАК СОВРЕМЕННОЕ СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ОСНОВАМ АЛГОРИТМИЗАЦИИ И ПРОГРАММИРОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье описан опыт внедрения цифровой образовательной среды «ПиктоМир» как средства обучения дошкольников основам алгоритмизации и программирования в игровой деятельности. Обоснована актуальность раннего формирования алгоритмического мышления в условиях цифровизации детства и роста интереса детей к робототехнике, моделированию и техническому творчеству. Показано, что свободно распространяемый программный комплекс позволяет составлять программы из пиктограмм и управлять виртуальным роботом-исполнителем, развивая инициативность, самостоятельность, коммуникативные и познавательно-исследовательские навыки.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, цифровая образовательная среда, ПиктоМир, алгоритмизация, основы программирования, алгоритмическое мышление, игровая деятельность, робот-исполнитель, управление проектом.

Для всех нас не новость, что основным занятием дошкольников является игра. Самая распространенная игра с числами – это компьютерная игра. Появление такого рода игр в жизни детей положительно сказывается на интеллектуальном развитии и подготовке к жизни в информационную эпоху. Формирование алгоритмов и алгоритмических навыков, а также базовых знаний по программированию у детей дошкольного возраста является эффективным средством развития предпосылок для учебной деятельности детей в процессе обучения в детском саду. Робототехника, инженерия, программирование, моделирование, дизайн и т. д. – это то, чем сейчас интересуются современные дети. Овладевая базовыми знаниями об алгоритмах, дети проявляют инициативу и самостоятельность в области программирования, коммуникации, познания и исследовательской деятельности. Современный тренд дошкольного образования стал главной движущей силой образовательных проектов: ПиктоМир, как современное средство обучения дошкольников основам алгоритмизации и программирования. Это свободно распространяемый программный комплекс для изучения основ программирования, который позволяет «собрать» простую программу из значка на экране компьютера, управляющего

виртуальным роботом-исполнителем. Дети постепенно приобщаются к техническому творчеству – от элементарного проектирования до алгоритмов и программирования технических моделей. Для качественного дошкольного образования необходимо использовать системный подход в управлении. Поэтому внедрение алгоритмов и программирования для дошкольников в цифровую образовательную среду детского сада «ПиктоМир» осуществляется поэтапно.

На каждом этапе я ставлю перед собой следующие управленческие задачи:

Стадия 1. Подготовительный курс.

- Проанализировать образовательную деятельность дошкольных образовательных учреждений и определить внутренние ресурсы;
- План;
- Организовать условия для реализации проекта (закупить оборудование, скорректировать режим работы);
- Кадровое обеспечение;
- Авторизация (назначение задачи).

Стадия 2. Основной этап (стадия внедрения):

- Координировать реализацию проекта ПиктоМир;
- Мотивация учителя;



- Общение с участниками образовательного процесса;
- Деятельность по оценке и мониторингу.

Стадия 3. Финал:

- Оценка эффективности работы;
- Прогнозировать развитие образовательной деятельности в этой области.

В образовательном пространстве дошкольных образовательных учреждений организована тематическая технологическая игровая среда, имеющая алгоритмическую и программную основу в цифровой образовательной среде ПиктоМир, достаточную для удовлетворения современных требований интеллектуального развития детей в области современных информационных и телекоммуникационных технологий. В нашем детском саду дети получают предварительный опыт работы в цифровой образовательной среде ПиктоМир. Они знакомы с концепциями роботов, команд, компьютеров, программ, программистов и основными типами команд и действий. На начальном этапе дети играют и выполняют различные упражнения без использования электронных средств обучения. Старшие дошкольники учатся отдавать команды, создавать программы из набора команд, выполнять их шаг за шагом и находить ошибки. Дети используют карточки с пиктограммами для организации различных конкурсов, выполнения заданий на бумаге, составления устных планов и т. д. Создайте свою собственную программу и отрабатывайте новые материалы на экране вашего планшета или ноутбука. Главной задачей лица, ответственного за организацию проекта, является обеспечение открытости системы образования. Поэтому родители тоже приняли участие в реализации этого проекта. Они участвуют в мониторинге удовлетворенности образованием, семинарах и консультациях по информационным технологиям для родителей. Внедряя цифровую образовательную среду, детские сады обновляют содержание образовательного процесса с учетом современных информационных и телекоммуникационных технологий. Внедрение новых федеральных государственных образовательных стандартов требует личностно-ориентированного подхода в организации системы дошкольного образования (оснащенной новыми методами обучения и технологиями) и методов управления персоналом.

Я анализирую:

- Мотивирующие факторы для сотрудников;
- Удовлетворенность учителей условиями труда;
- Формирование микроклимата. В будущем планируется рассмотреть возможность планирования:
- Взаимодействие с партнерами из гражданского общества;
- Изучение лучших практик внедрения алгоритмов и программирования для детей с ограниченными возможностями.

Разработчики федеральных государственных образовательных стандартов ясно дали понять, что эти стандарты должны быть разработаны таким образом, чтобы дать детям мотивацию к обучению, осознанности и творчеству. Это стандарт, с помощью которого вы можете слышать своего ребенка. В прошлом вся система образования пыталась понять ребенка и дать ему ту систему знаний, в которой он нуждался, но понимание ребенка – это новые, базовые вещи, и они считаются основой этого стандарта. Голос ребенка особенно ценен: если мы его не услышим, у нас не будет любопытства, произвольности (способности управлять деятельностью), инициативы и желания меняться. Это новый шаг в понимании детства. Я считаю, что в рамках новых федеральных государственных образовательных стандартов создание инновационной платформы для алгоритмизации и программирования будет способствовать развитию навыков детей в области информационных технологий в дошкольном и непрерывном образовании.

### Литература

1. Бесшапошников Н.О., Кушнirenко А.Г., Леонов А.Г., Собакинских О.В. Цифровая образовательная среда «ПиктоМир»: опыт, разработки и внедрение программирования для дошкольников, 2020.
2. Бастрыкина А.Ю. Ребёнок – дошкольник в мире цифровых технологий, Тамбов, 2019.
3. Бревнова Ю.А., Коч Л.А. Дошколенок + компьютер.
4. Кушнirenко А.Г. ПиктоМир: опыт использования и новые платформы, 2011.
5. Рогожкина И.Б., Кушнirenко А.Г. ПиктоМир: дошкольное программирование, как опыт продуктивной интеллектуальной деятельности, 2011.

**VLASENKO Natalia Anatolyevna**

Educator, MBDOU d/s No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**POLULYAKHOVA Svetlana Yurievna**

Educator, MBDOU d/s No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

## **PICTOMIR AS A MODERN MEANS OF TEACHING PRESCHOOLERS THE BASICS OF ALGORITHMIZATION AND PROGRAMMING**

**Abstract.** *The article describes the experience of introducing the PictoMir digital educational environment as a means of teaching preschoolers the basics of algorithmization and programming in game activities. The relevance of the early formation of algorithmic thinking in the context of childhood digitalization and the growing interest of children in robotics, modeling and technical creativity is substantiated. It is shown that a freely distributed software package allows you to create programs from pictographs and control a virtual robot performer, developing initiative, independence, communicative and cognitive research skills.*

**Keywords:** *preschool education, digital educational environment, PictoMir, algorithmization, programming basics, algorithmic thinking, game activity, robot performer, project management.*

**ЕВДОКИМОВА Ирина Викторовна**

учитель-логопед, МБДОУ детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**ПОГОРЕЛЕНКО Алина Петровна**

учитель-логопед, МБДОУ детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**МИШУРОВА Галина Викторовна**

учитель-логопед, МБДОУ детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

## **СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема речевого развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) в условиях дошкольной образовательной организации. Анализируется комплексный подход к коррекции речевых нарушений, основанный на интеграции традиционных методик с современными образовательными технологиями.

**Ключевые слова:** тяжелые нарушения речи, современные образовательные технологии, речевое развитие, дошкольное образование, логопедическая работа.

Актуальность проблемы речевого развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) в современном дошкольном образовании обусловлена устойчивой тенденцией к увеличению числа детей с данной категорией нарушений. По наблюдениям специалистов, в последние годы резко возросло количество воспитанников, требующих комплексного подхода и длительной коррекции, причем часто нарушения речи сопряжены с проблемами неврологического и психологического характера, что проявляется в неустойчивой психике, нестабильном психоэмоциональном состоянии, пониженной работоспособности и быстрой утомляемости [2, с. 155-157]. В связи с этим, современным педагогам приходится искать и умело использовать на практике инновационные методы и формы воздействия, которые становятся наиболее перспективным средством коррекционно-развивающей работы [2, с. 155-157]. Повышению уровня качества образования в дошкольной образовательной организации (ДОО) способствует целенаправленное внедрение современных инновационных образовательных технологий в коррекционном образовательном процессе дошкольников с ТНР.

Комплексный подход, интегрирующий традиционные и новаторские методики, позволяет создать уникальную образовательную среду, способствующую активизации познавательной и речевой деятельности ребенка [3].

Одним из ключевых направлений является использование информационно-компьютерных технологий (ИКТ). Мультимедийные системы позволяют сделать подачу дидактического материала максимально удобной и наглядной, что стимулирует интерес к обучению и позволяет устранить пробелы в знаниях. Использование ИКТ на занятиях с детьми добиться устойчивого внимания и поддержания интереса дошкольника, включая в работу все анализаторные системы. Цифровые образовательные ресурсы применяются для развития артикуляционной моторики, автоматизации и дифференциации звуков, развития связной речи и познавательных способностей. Занятия с использованием специализированных компьютерных программ, интерактивных столов, которые позволяют вести индивидуальную и подгрупповую работу, должны проводиться фрагментарно при обязательном соблюдении условий для сбережения здоровья ребенка [2, с. 155-157].

Значительную роль в коррекции речевых нарушений играют телесно-ориентированные и здоровьесберегающие технологии [2, с. 155-157]. В связи с этим, эффективно применяется биоэнергопластика – инновационная методика, представляющая собой соединение движений органов артикуляционного аппарата с движениями кистей и пальцев рук. В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находится язык, что способствует лучшему контролю над артикуляцией и мелкой моторикой [2, с. 155-157; 3].

Не менее важны кинезиологические упражнения, направленные на активизацию межполушарного взаимодействия, что особенно значимо для коррекции нарушений звукопроизношения. Эти упражнения, сочетающие движения тела с речевыми заданиями, улучшают координацию, память и речевые навыки [3].

К здоровьесберегающим технологиям относятся и логоритмика, которая позволяет преодолеть речевое нарушение путём развития и коррекции двигательной сферы, соединяя работу речедвигательного и слухового анализаторов [2, с. 155-157]. Проведение дыхательной гимнастики, игрового самомассажа, пальчиковой гимнастики с использованием предметов (например, су-джок шаров, массажных мячиков) способствует формированию правильного речевого дыхания, развитию мелкой моторики и, как следствие, стимулированию речевых зон коры головного мозга [2, с. 155-157; 5].

Для развития связной речи и речевого творчества эффективно применяются технологии, основанные на наглядном моделировании. К ним относится мнемотехника – система методов и приёмов, обеспечивающих успешное запоминание и воспроизведение информации с помощью схем-рисунков. Данная техника имеет свой алгоритм освоения: от мнемоквадрата (одиночное изображение) к мнемодорожке (ряд картинок) и мнемотаблице (схема для целого текста) [4]. Мнемотаблицы служат дидактическим материалом для заучивания стихов, пересказа текстов и составления рассказов, выступая в качестве зрительного плана, который помогает детям выстраивать связность, последовательность и лексико-грамматическую наполняемость высказывания [4].

Современные образовательные технологии также включают сторителлинг (технику рассказывания историй) и скрайбинг (искусство отражения речи в рисунках, которые создаются

параллельно с повествованием) [4]. Эти методы помогают не только разнообразить образовательную деятельность, но и заинтересовать каждого ребенка, удерживать его внимание, развивать диалогическую речь и творческие способности.

Важнейшим условием эффективности любой технологии является создание единого образовательного пространства и налаживание тесного взаимодействия всех участников коррекционного процесса: воспитателей, учителя-логопеда, учителя-дефектолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и родителей [3]. Эффективность коррекционной работы напрямую зависит от слаженности их действий. Большое значение в применении современных технологий уделяется работе с родителями: это могут быть консультации, размещенные на сайте учреждения, презентации для родительских собраний, совместное создание лэпбуков (тематических интерактивных папок) и макетов [2, с. 155-157; 3]. Такой комплексный подход обеспечивает не только эмоциональный комфорт для ребенка, но и условия для продуктивного общения со сверстниками и взрослыми, что является основой для преодоления речевых нарушений.

Таким образом, современные образовательные технологии речевого развития детей с тяжелыми нарушениями речи представляют собой мощный инструмент повышения качества образования в дошкольной образовательной организации. Интеграция информационно-компьютерных, телесно-ориентированных, здоровьесберегающих технологий и технологий развития связной речи в коррекционно-образовательный процесс позволяет осуществлять комплексное воздействие, направленное не только на преодоление речевых дефектов, но и на развитие высших психических функций, эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков ребенка. Важнейшим условием успеха является адаптация этих технологий к индивидуальным особенностям каждого ребенка и обеспечение системного, скоординированного подхода в работе всего педагогического коллектива и семьи. Дальнейшее исследование и внедрение инновационных методик в практику ДОО открывает широкие перспективы для совершенствования системы коррекционной помощи детям с ТНР и достижения ими качественно нового уровня образования, соответствующего требованиям современного общества.

### Литература

1. Журнал «Логопед» – Научно-методический журнал для логопедов и педагогов. URL: <http://www.logoped-sfera.ru/>.
2. Литвинчук К.Е. Современные образовательные технологии речевого развития детей с ТНР как средство повышения качества образования в ДОУ [Текст] / К.Е. Литвинчук // Молодой ученый. – 2025. – № 15 (566). – С. 155-157.
3. Шмигельская А. Современные технологии речевого развития дошкольников [Электронный ресурс] // Maam.ru. – 2025. – URL: <https://www.maam.ru/detskijasad/sovremennye-tehnologi-rechevogo-razvitiya-doshkolnikovyu.html>.
4. Оберемок О.Г. Презентация по развитию речи на тему «Современные образовательные технологии как средство развития связной речи дошкольников» [Электронный ресурс] // Infourok.ru. – 2025. – URL: <https://infourok.ru/prezentaciya-po-razvitiyu-rechi-na-temu-sovremennye-obrazovatelnye-tehnologii-kak-sredstvo-razvitiya-svyaznoj-rechi-doshkolnikov-5004491.html>.
5. Журавлева М.А. Полезные интернет-ресурсы по логопедии [Электронный ресурс] // Nsportal.ru. – 2021. – URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/logopediya/2021/10/28/poleznye-internet-resursy-po-logopedii>.

**EVDOKIMOVA Irina Viktorovna**

Speech Therapist Teacher, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**POGORELENKO Alina Petrovna**

Speech Therapist Teacher, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**MISHUROVA Galina Viktorovna**

Speech Therapist Teacher, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

## MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES FOR THE SPEECH DEVELOPMENT OF CHILDREN WITH SEVERE SPEECH DISORDERS AS A MEANS OF IMPROVING THE QUALITY OF EDUCATION IN A PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION

**Abstract.** *The article discusses the problem of speech development in children with severe speech disorders (SSD) in a preschool educational institution. It analyzes a comprehensive approach to the correction of speech disorders based on the integration of traditional methods with modern educational technologies.*

**Keywords:** *severe speech disorders, modern educational technologies, speech development, preschool education, speech therapy.*

**ЕМЕЛЬЯНОВА Марина Николаевна**

воспитатель, Старооскольский центр развития  
и социализации детей физкультурно-спортивной направленности «Старт»,  
Россия, г. Старый Оскол

**ЧЕРНЫХ Валентина Петровна**

воспитатель, Старооскольский центр развития  
и социализации детей физкультурно-спортивной направленности «Старт»,  
Россия, г. Старый Оскол

## **ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Аннотация.** В статье рассматривается потенциал инновационных цифровых технологий как инструмента социальной адаптации детей-сирот, воспитывающихся в интернатных учреждениях, с учетом их ограниченного социального опыта, дефицита устойчивых поддерживающих связей и сложности интеграции в общество после выпуска.

**Ключевые слова:** цифровые технологии, социальная адаптация, социальные сети, дети-сироты.

В современном мире, где цифровые технологии проникают во все сферы жизни, социальная адаптация детей-сирот приобретает особую актуальность. Дети, воспитывающиеся в интернатных учреждениях, сталкиваются с уникальными вызовами: отсутствием семейных связей, ограниченным социальным опытом и необходимостью быстрой интеграции в общество после выпуска. По данным исследований, до 70% выпускников испытывают трудности с трудоустройством, финансовой грамотностью и установлением межличностных отношений в первые годы самостоятельной жизни. Традиционные методы подготовки, такие как групповые занятия и консультации психолога, хотя и эффективны, часто не учитывают динамику цифровой среды, в которой живут молодые люди.

Инновационные технологии – социальные сети, образовательные платформы и онлайн-курсы – открывают новые горизонты для преодоления этих барьеров. Они позволяют моделировать реальные социальные взаимодействия, развивать навыки самообучения и обеспечивать доступ к ресурсам, недоступным в изолированной среде. Основываясь на научных данных, можно отметить, что интеграция технологий повышает эффективность адаптации на 30–40% [1, с. 112–120].

Социальные сети – это виртуальное пространство, где дети-сироты могут экспериментировать с социальными ролями без риска отвержения. В отличие от закрытой среды учреждения, платформы вроде VKontakte, Telegram или TikTok предлагают анонимность и контроль над взаимодействием, что критично для подростков с низкой самооценкой. Исследования показывают, что регулярное использование соцсетей повышает уровень социальной компетентности у сирот на 25%, помогая преодолевать изоляцию [4, с. 34–42].

Одна из ключевых ролей – формирование сетей поддержки, где дети учатся устанавливать контакты, делиться опытом и получать обратную связь. Например, группы для выпускников интернатных учреждений VKontakte позволяют обмениваться советами по поиску жилья или работы, снижая чувство одиночества. По данным Антиповой Е. И., инновационные технологии, включая сетевые взаимодействия, способствуют профилактике социального сиротства, расширяя круг общения [1, с. 112–120]. Виртуальные чаты моделируют реальные сценарии: от разрешения конфликтов до networking для карьерных возможностей.

Однако есть риски: кибербуллинг и зависимость. Исследования подчёркивают необходимость медиаграмотности: программы по

цифровой безопасности снижают негативные эффекты на 40%. Социальные сети также интегрируются в терапию: через ролевые игры в чатах дети репетируют собеседования или свидания, что повышает уверенность. В целом, социальные сети трансформируют пассивных «сирот» в активных участников общества, где общение – ключ к адаптации. Они не заменяют реальные связи, но дополняют их, делая более плавный переход к самостоятельной жизни.

Образовательные платформы, такие как Coursera, Stepik или российский «Открытый университет», революционизируют подготовку сирот к самостоятельной жизни. Эти инструменты обеспечивают персонализированное обучение, доступное 24/7, что идеально для детей с нестабильным расписанием в интернатном учреждении. Онлайн-курсы по финансовой грамотности, тайм-менеджменту и soft skills помогают заполнить пробелы в знаниях, часто игнорируемые в традиционной школьной программе.

Научные данные подтверждают эффективность: использование e-learning технологий в обучении сирот повышает мотивацию и retention знаний на 35%. Платформы позволяют отслеживать прогресс, выдавая сертификаты, которые ценны для работодателей. Например, курс «Основы предпринимательства» на Udemu учит бюджетированию – навыку, где 60% выпускников терпят неудачу [5, с. 67-75].

Платформы также интегрируют адаптивные алгоритмы: AI анализирует ошибки и подстраивает контент, повышая успеваемость на 28%. В России проект «Шанс» использует онлайн-модули для комплексной подготовки, включая юридические аспекты самостоятельности. Дополнительно, геймификация (баллы, бей джи) усиливает вовлеченность, особенно у детей с ADHD, распространённым среди сирот. Онлайн-курсы моделируют взрослую жизнь: самостоятельный выбор тем, deadlines и peer-review. Это развивает ответственность и самодисциплину. В долгосрочной перспективе платформы способствуют lifelong learning – ключевому фактору успешной адаптации в изменчивом рынке труда [2, с. 45-56].

Интеграция цифровых технологий в процесс адаптации опирается на теорию социального учения А. Бандуры, где моделирование поведения через наблюдение (в онлайн-курсах и соцсетях) заменяет дефицит реальных ролевых моделей. Сироты, лишённые родительских

примеров, перенимают навыки от инфлюенсеров или виртуальных наставников, что ускоряет формирование идентичности.

С точки зрения экосистемного подхода У. Бронфенбреннера, технологии расширяют микросистему интернатного учреждения, связывая её с макросистемой общества. Социальные сети и платформы создают «мосты» между изолированным учреждением и внешним миром, снижая культурный шок при выпуске. Эмпирически доказано: дети с опытом онлайн-обучения на 45% чаще находят работу в первый год самостоятельной жизни.

Ещё один аспект – цифровой разрыв. Хотя доступ растёт, сироты отстают по цифровой грамотности на 15–20%. Теоретически это требует многоуровневой интервенции: от инфраструктуры (Wi-Fi в учреждениях) до тренингов. Модель TPACK (Technological Pedagogical Content Knowledge) подчёркивает, что эффективность зависит от компетенций педагогов. Воспитатели должны интегрировать технологии не как дополнение, а как ядро программы адаптации. Наконец, этические вопросы: конфиденциальность данных и алгоритмическая предвзятость. Исследования рекомендуют этические рамки, аналогичные GDPR, для защиты уязвимых групп. В перспективе – развитие AI-менторов, адаптированных под травмы сирот, с элементами когнитивно-поведенческой терапии.

Инновационные технологии – социальные сети, платформы и курсы – не панацея, но мощный инструмент социальной адаптации детей-сирот. Они строят путь к независимости, развивая навыки, недоступные в изоляции. Как показывают исследования, их внедрение снижает риски девиации и повышает качество жизни [3, с. 78-85].

Воспитателям важно осваивать эти инструменты, сочетая с эмоциональной поддержкой. Государство должно расширять доступ: субсидии на гаджеты, партнерства с платформами. Только так сироты станут не жертвами обстоятельств, а архитекторами своей судьбы.

### Литература

1. Антипова Е.И. Инновационные технологии профилактики социального сиротства // Вестник ЧГПУ. – 2013. – № 12.2. – С. 112-120.
2. Меркул Е.В., Волчанская В.В. Актуальные проблемы социализации детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей //



Психологическая наука и образование. – 2021. – Т. 26. – № 6. – С. 45-56.

3. Козлова Е.В. Цифровая платформа как технология семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей // Социальная политика и социология. – 2020. – № 4. – С. 78-85.

4. Иванова А.А. Использование технологий e-learning в процессе обучения детей-сирот

и детей, лишенных родительского попечения // Вестник РГПУ им. А.И. Герцена. – 2019. – № 2. – С. 34-42.

5. Петрова Н.-Н. Современные технологии социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей // Вестник МПГУ. Серия «Педагогика и психология». – 2020. – № 1. – С. 67-75.

**YEMELYANOVA Marina Nikolaevna**

Mentor, Starooskolsky Center for the Development  
and Socialization of Children of Physical Culture and Sports Orientation "Start",  
Russia, Sary Oskol

**CHERNYKH Valentina Petrovna**

Mentor, Starooskolsky Center for the Development  
and Socialization of Children of Physical Culture and Sports Orientation "Start",  
Russia, Sary Oskol

## **INNOVATIVE TECHNOLOGIES FOR THE SOCIAL ADAPTATION OF ORPHANS AND CHILDREN LEFT WITHOUT PARENTAL CARE**

**Abstract.** *The article examines the potential of innovative digital technologies as a tool for the social adaptation of orphans raised in residential institutions, taking into account their limited social experience, lack of stable supportive relationships and the difficulty of integrating into society after graduation.*

**Keywords:** *digital technologies, social adaptation, social networks, orphaned children.*

**КОСТИНА Анастасия Сергеевна**

педагог-организатор, ГБОУ ЛНР «Стахановская основная школа-интернат № 2»,  
Луганская Народная Республика, г. Стаханов

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАННИКОВ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА: ПУТЬ К ГАРМОНИЧНОМУ РАЗВИТИЮ**

**Аннотация.** В статье рассматривается организация досуговой и внеурочной деятельности в условиях школы-интерната как педагогический ресурс всестороннего развития воспитанников и поддержки их эмоционального благополучия. Целью является раскрытие роли педагога-организатора в проектировании содержательного досуга и систематизация целей, задач, методов, приемов и форм работы с учетом специфики постоянного пребывания детей в учреждении. Описаны основные направления досуговой деятельности (праздники, походы и экскурсии, творческие вечера, кружки и секции), а также педагогические механизмы вовлечения, мотивации и рефлексии результатов.

**Ключевые слова:** школа-интернат, досуговая деятельность, внеурочная деятельность, педагог-организатор, социализация, адаптация, творческий потенциал, эмоциональное благополучие, индивидуальный подход.

**Ш**кола-интернат – это не просто место обучения, но и дом для воспитанников. В условиях постоянного пребывания под присмотром педагогов организация их досуга приобретает особое значение. Это не только способ заполнить свободное время, но и мощный инструмент для всестороннего развития личности, формирования социальных навыков, раскрытия творческого потенциала и укрепления эмоционального благополучия детей. Педагог-организатор в школе-интернате играет ключевую роль, используя разнообразные методы, приемы и формы проведения внеурочной деятельности.

### **Цели и задачи организации досуговой деятельности в школе-интернате:**

Прежде всего, важно понимать, какие цели преследует педагог-организатор, планируя досуг воспитанников:

- **Всестороннее развитие личности:** формирование интеллектуальных, творческих, физических и нравственных качеств.
- **Социализация и адаптация:** обучение навыкам общения, сотрудничества, умению находить общий язык с разными людьми, формированию чувства принадлежности к коллективу.
- **Развитие творческого потенциала:** стимулирование самовыражения, поиск и раскрытие талантов в различных областях.

- **Формирование здорового образа жизни:** привлечение к занятиям спортом, активному отдыху, привитие культуры здоровья.
- **Эмоциональное благополучие:** создание позитивной атмосферы, снятие стресса, формирование умения справляться с трудностями.
- **Профилактика девиантного поведения:** предоставление альтернативных, позитивных форм проведения досуга, снижение риска вовлечения в асоциальные явления.
- **Формирование гражданской позиции:** воспитание патриотизма, уважения к истории и культуре своей страны.

### **Методы, приемы и формы проведения внеурочной деятельности:**

Педагог-организатор, стремясь достичь поставленных целей, опирается на широкий арсенал инструментов. Рассмотрим некоторые из них:

#### **1. Праздники:**

Праздники – это яркие, запоминающиеся события, которые объединяют детей, создают атмосферу радости и причастности. Они могут быть приурочены к календарным датам, школьным событиям или иметь тематический характер.

#### **Методы и приемы:**

- **Коллективное творчество:** вовлечение детей в подготовку праздника – создание

сценариев, декораций, костюмов, репетиции номеров.

- **Игровые формы:** использование конкурсов, викторин, эстафет, театрализованных представлений.

- **Сюрпризные моменты:** введение неожиданных элементов, выступление приглашенных гостей.

- **Награждение и поощрение:** отмечание достижений участников, вручение грамот, призов.

**Формы проведения:**

- **Тематические вечера:** «Осенний бал», «Новогодний карнавал», «День смеха».

- **Концерты и представления:** «Таланты нашей школы», «Вечер поэзии».

- **Интерактивные шоу:** «Квест по сказкам», «Шоу иллюзий».

- Праздники, посвященные памятным датам

## 2. Походы и Экскурсии:

Походы и экскурсии – это уникальная возможность расширить кругозор воспитанников, познакомить их с окружающим миром, историей и культурой родного края, а также укрепить здоровье и развить навыки выживания в природе.

**Методы и приемы:**

- **Предварительная подготовка:** изучение маршрута, правил безопасности, истории местности.

- **Активное наблюдение:** организация наблюдений за природой, архитектурой, историческими памятниками.

- **Исследовательская деятельность:** сбор информации, фотографирование, ведение дневников наблюдений.

- **Игры на местности:** ориентирование на местности, поиск кладов, экологические игры.

- **Коллективная работа:** распределение обязанностей, взаимопомощь, поддержка.

**Формы проведения:**

- **Однодневные походы:** в лес, к реке, в парк.

- **Экскурсии в музеи:** исторические, краеведческие, художественные.

- **Экскурсии на предприятия:** знакомство с различными профессиями.

- **Посещение исторических мест:** крепости, усадьбы, памятники архитектуры.

## 3. Творческие вечера:

Творческие вечера – это платформа для самовыражения воспитанников, демонстрации

их талантов и обмена опытом. Они способствуют развитию эстетического вкуса, формированию чувства прекрасного и укреплению дружеских связей.

**Методы и приемы:**

- **Создание творческой атмосферы:** оформление зала, музыкальное сопровождение, освещение.

- **Предоставление свободы выбора:** возможность для каждого воспитанника проявить себя в любом виде творчества.

- **Поддержка и поощрение:** создание благоприятной обстановки для выступлений, положительная оценка результатов.

- **Рефлексия:** обсуждение выступлений, анализ сильных и слабых сторон.

**Формы проведения:**

- **Вечера поэзии:** чтение стихов, авторские произведения.

- **Вечера музыки:** исполнение песен, демонстрация различных танцевальных стилей.

- **Вечера театра:** показ сценок, миниатюр, спектаклей.

**Дополнительные формы и методы:**

Помимо вышеперечисленных, педагог-организатор может использовать и другие формы и методы:

- **Кружки и секции:** организация занятий по интересам (спорт, музыка, танцы, рисование, рукоделие, театр и т. д.).

- **Игры:** настольные, спортивные, интеллектуальные, ролевые.

- **Конкурсы и викторины:** развитие познавательного интереса, стимулирование к самообразованию.

- **Просмотр и обсуждение фильмов и спектаклей:** формирование критического мышления, развитие эстетического вкуса.

- **Волонтерская деятельность:** Привлечение к социально значимым проектам, воспитание чувства ответственности и сострадания.

**Важность индивидуального подхода:**

Необходимо помнить, что каждый воспитанник уникален. Педагог-организатор должен учитывать возрастные особенности, интересы, склонности и потребности каждого ребенка. Индивидуальный подход позволяет:

- **Максимально раскрыть потенциал:** предложить занятия, которые будут интересны и полезны именно этому ребенку.

- **Предотвратить скуку и апатию:** обеспечить разнообразие форм досуга, чтобы каждый нашел что-то по душе.

- **Сформировать позитивное отношение к досугу:** сделать его не обязанностью, а источником радости и саморазвития.

- **Укрепить самооценку:** помочь ребенку почувствовать себя успешным и востребованным в коллективе.

**Роль педагога-организатора:**

Педагог-организатор – это не просто исполнитель, а идейный вдохновитель и координатор. Его роль включает:

- **Планирование и организация:** разработка планов мероприятий, составление расписаний, обеспечение необходимыми ресурсами.

- **Мотивация и вовлечение:** создание условий, при которых воспитанники сами захотят участвовать в досуговых мероприятиях.

- **Контроль и анализ:** оценка эффективности проведенных мероприятий, внесение корректировок.

- **Сотрудничество:** взаимодействие с другими педагогами, воспитателями, администрацией школы-интерната, а также с внешними организациями и специалистами.

- **Создание благоприятной атмосферы:** формирование доверительных отношений с воспитанниками, поддержка их инициатив.

**Заключение**

Организация досуговой деятельности в школе-интернате – это многогранный и ответственный процесс. Используя разнообразные методы, приемы и формы проведения внеурочной деятельности, педагог-организатор создает условия для гармоничного развития каждого воспитанника. Праздники, походы, экскурсии, творческие вечера, кружки и секции – все это кирпичики в фундаменте счастливого и успешного будущего детей, которые живут и учатся в стенах школы-интерната. Грамотно спланированный досуг не только заполняет свободное время, но и формирует ценностные ориентиры, развивает социальные навыки, раскрывает таланты и помогает детям почувствовать себя частью большой и дружной семьи.

**KOSTINA Anastasia Sergeevna**

Teacher-Organizer, GBOU LNR "Stakhanovskaya Basic Boarding School No. 2",  
Lugansk People's Republic, Stakhanov

## **ORGANIZATION OF LEISURE ACTIVITIES FOR BOARDING SCHOOL STUDENTS: THE PATH TO HARMONIOUS DEVELOPMENT**

**Abstract.** *The article considers the organization of leisure and extracurricular activities in a boarding school as a pedagogical resource for the comprehensive development of pupils and the maintenance of their emotional well-being. The aim is to reveal the role of the teacher-organizer in the design of meaningful leisure and systematize the goals, objectives, methods, techniques and forms of work, taking into account the specifics of the permanent stay of children in the institution. The main directions of leisure activities (holidays, hikes and excursions, creative evenings, clubs and sections), as well as pedagogical mechanisms of involvement, motivation and reflection of results are described.*

**Keywords:** *boarding school, leisure activities, extracurricular activities, teacher-organizer, socialization, adaptation, creative potential, emotional well-being, individual approach.*

**ПОПОВА Елена Игоревна**

студентка,

Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина,  
Россия, г. Тамбов

*Научный руководитель – профессор кафедры сценических искусств  
Тамбовского государственного университета имени Г. Р. Державина,  
доктор педагогических наук Шанкина Светлана Викторовна*

## **ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА В КОЛЛЕКТИВЕ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА**

**Аннотация.** В статье освещается процесс и этапы формирования исполнительского мастерства в коллективе современного танца. Анализируются такие этапы, как формирование работоспособного и выразительного тела, развитие техники танца, формирование творческой индивидуальности исполнителя.

**Ключевые слова:** исполнительское мастерство, современный танец, коллектив современного танца, техника танца, творческая индивидуальность исполнителя.

Исполнительское мастерство в хореографии представляет собой многокомпонентное явление, находящееся на стыке техники, художественного осмысления и личностно-психологической зрелости исполнителя. Например, Л. Л. Негода рассматривает этот феномен не как «простую сумму умений, а как интегративную функцию, посредством которой телесные действия трансформируются в осмысленное эстетическое сообщение зрителю» [4, с. 157].

Мастерство в хореографическом искусстве, учитывая вышеизложенное, – это не только усовершенствованное движение, но и высоко развитый двигательный аппарат самого исполнителя, его развитые актерские способности, способность выразительно, достоверно и тонко передать манеру, характер и палитру художественного образа танцевального действия. Однако, невозможно передать всю палитру красок танцевального действия без хорошо развитого физического тела.

Поэтому формирование работоспособного и выразительного тела рассматривается как первый этап в становлении исполнительского мастерства в коллективе современного танца. Этот этап объединяет развитие физических компонентов, которые в совокупности создают надежную платформу для последующей художественной интерпретации. В. В. Антипин определяет работоспособность тела как

«способность выдерживать режимы нагрузок, сохранять качество движения в условиях утомления и быстро восстанавливаться, а выразительность – возможность применять динамику, пластику и мимико-жестовую составляющую с целью передачи художественного содержания» [1, с. 23].

Между этими двумя аспектами существует функциональная взаимосвязь: без физической подготовки экспрессивность становится недоступной, а технически подготовленное тело без развитых актерских навыков не способно раскрыть художественный потенциал движения.

Важной деталью в успешности исполнения танца играет правильное дыхание, с точки зрения физиологии неправильная постановка дыхания приводит к ранней утомляемости, снижению эмоциональности исполнения уже в середине выступления. Важным в процессе формирования исполнительского мастерства является формирование двигательного аппарата, развитие актерских способностей, освоение характера и манеры исполнения движений, чтобы в дальнейшем легко, без напряжения передавать на сцене палитру танца.

Развитие техники танца как следующий этап формирования исполнительского мастерства следует рассматривать как работу над превращением базовых двигательных навыков в и художественные. Техника здесь понимается не

только как совокупность правильных движений, но и как способность воздействовать на зрителя. Эмоциональное воздействие хореографии взаимосвязано с качеством движений: тяжелое исполнение создает ощущение напряженности, неловкости и снижает эстетическое восприятие, тогда как точность, легкость техники позволяет зрителям воспринимать замысел, драматургию и выразительность. Поэтому задача на этапе развития техники – обеспечить автоматизацию базовых элементов до уровня, при котором исполнитель уделяет достаточно внимания актерскому, музыкальному и композиционному наполнению.

В танце важны не отдельные составляющие – техника, музыкальность, выразительность – но и то, как они соединяются в целостное высказывание. Т. А. Григорянц сравнивает хореографию с языком, где движения выступают словами, а композиция является повествованием, и от качества «произношения» каждого слова будет зависеть, услышит ли зритель танец и поймет ли смысл [2, с. 141]. Доступность образа достигается через большую работу, взаимодействие пространства, света, костюма и движений воспринимается естественно и органично. В итоге танцевальное действие становится не набором трюков, а убедительным, понятным посланием, которое остается в памяти.

Танец – прежде всего пластическое искусство, где тело становится инструментом выражения мыслей и образа. Чем лучше исполнитель владеет собственным телом, силой, гибкостью, тем богаче звучит его «язык движений». Исполнительская культура в этом ключе превращается из абстрактной категории в практическое умение – умение объединять технику, музыкальное чутье и эмоции в одно целое. Настоящее мастерство проявляется в свободе выбора и точности исполнения, когда каждый элемент выразителен, а каждая фраза понятна. Именно такое сочетание обеспечивает глубину художественного образа и исполнительского мастерства.

В коллективе современного танца одинаково важны техника и художественное содержание, они задают уровень профессионализма исполнителя. Соответствующие этим аспектам профессиональные качества артиста могут быть достигнуты лишь в результате последовательной и систематической подготовительной

учебной работы. Чтобы адекватно соответствовать требованиям времени, исполнение танца должно быть, прежде всего, грамотным, правильным, свободным, непринужденным и высокохудожественным.

Следующим этапом является формирование творческой индивидуальности исполнителя, развитие способности к самостоятельной индивидуальной трактовке роли того, что можно назвать творческим самовыражением.

Творческая индивидуальность исполнителя проступает уже с первых занятий и развивается параллельно с совершенствованием мастерства владения телом. Эмоциональная выразительность опирается на темперамент и черты характера, тогда как двигательная формируется через техничность и культуру хореографических движений. Через пластику танцор передаёт зрителю не только эмоции и переживания, но и смысл хореографического произведения. Как бы ни отличались друг от друга движения танцев различных стилей, они только в том случае будут воздействовать на зрителя, если будут исполнены технично, то есть грамотно и точно.

Н. В. Курюмова верно отмечает, что современный танец строится на переплетении индивидуальной двигательной манеры и эмоционального выражения, на импровизации и постоянном творческом поиске. Он рождает через движение художественные образы, отражающие внутренний мир исполнителя. Тело выступает инструментом передачи чувств и переживаний [3, с. 94]. При этом каждый танцор привносит в работу уникальный набор, что проявляется в танце.

Методические подходы к развитию творческой индивидуальности должны учитывать динамику перехода от обучаемости к саморазвитию и сочетать обучение с творчеством. Сюда можно включить системную технику (построение движений, физическая подготовка, упражнения) в сочетании с импровизацией, работой над индивидуальным стилем, повышением ощущения собственного тела и точности движений. Важной составляющей является создание среды, в которой педагог готов идти на риск и эксперимент, что способствует творческому поиску.

Исполнитель, с одной стороны, выступает как носитель традиций, технических приемов и стиля школы, с другой – как активный участник

созидания нового, как индивидуальный интерпретатор авторского произведения хореографа. Под творческой индивидуальностью понимается прежде всего способность исполнителя выражать свои идеи, чувства и мысли через художественные средства, через авторскую манеру движения и пластическую образность, это не просто совокупность технических навыков, но интегративная характеристика, включающая моторные особенности, эмоционально-волевые качества, образное мышление и художественную рефлексию.

Этот этап можно сравнить с фазой художественной зрелости и авторского исполнения, где приоритетом является формирование авторской позиции и способности к самостоятельной художественной рефлексии. Творческая индивидуальность исполнителя рассматривается как способность выражать через художественную деятельность уникальные идеи, чувства и мысли, что делает каждого художника, музыканта, писателя или танцора неповторимым; она проявляется в индивидуальном стиле, технических приёмах, источниках вдохновения и в умении коммуницировать глубинные эмоциональные смыслы.

Необходимо проектировать образовательные траектории, которые последовательно переводят танцора от стадии овладения базовой техникой к фазе поиска, экспериментирования и художественной зрелости.

Без прохождения данных этапов невозможно достичь исполнительского мастерства. Современный танец характеризуется широким спектром выразительных средств, которые позволяют танцорам передавать эмоции, идеи через движения. Некоторые из наиболее распространённых выразительных средств в современном танце включают следующее:

1. Импровизация – творческая практика создания движений в реальном времени, без предварительной подготовки, предполагает спонтанный ответ тела на музыкальные или внешние стимулы, служит источником художественного материала и методом композиционного поиска.

2. Экспрессивное использование пространства – способность задействовать

пространство сцены (или любого пространства) как средство передачи содержания, эмоций. Речь идет не просто о перемещениях по сцене, а о том, как выбор траектории, дистанции и соотношения с другими объектами усиливает смысловое наполнение выступления.

3. Динамика движений – совокупность качеств исполнения движения, «характер» каждого движения, неотъемлемая часть художественной выразительности и техники.

4. Техника – современный танец часто объединяет элементы классической, современной, джазовой и других танцевальных техник для создания уникальности стиля.

5. Эмоциональная подлинность – танцоры стремятся к искреннему выражению своих чувств через движения.

Таким образом, необходимо сделать вывод, что этапы формирования исполнительского мастерства в коллективе современного танца включают формирование работоспособного и выразительного тела, развитие техники танца, формирование творческой индивидуальности исполнителя. Любое технически правильно исполненное движение должно нести в себе не только схему, но и выразительное осмысленное исполнение, а танец, в свою очередь, должен передавать эмоции танцора, и выражать индивидуальность исполнителя.

### Литература

1. Антипин В.В. Современный танец и методика его преподавания: учебное пособие. Красноярск: СГИИ им. Хворостовского, 2020. 48 с.
2. Григорянц Т.А. Внешняя техника артиста: воспитание пластичности и танцевальности // Инновационный потенциал развития науки в современном мире. Уфа, 2020. С. 141-145.
3. Курюмова Н.В. Современный танец в культуре XX века: смена моделей телесности. СПб.: Планета музыки, 2023. 208 с.
4. Негода Л.Л. Исполнительское мастерство как основа в объективном и субъективном мире хореографического искусства // Флагман науки. 2025. Т. 1, № 5-1(28). С. 157-159.



**POPOVA Elena Igorevna**

Student, Tambov State University named after G. R. Derzhavin, Russia, Tambov

*Scientific Advisor – Professor of the Department of Performing Arts at Tambov State University named after G. R. Derzhavin, Doctor of Pedagogical Sciences Shankina Svetlana Viktorovna*

## **THE STAGES OF FORMATION OF PERFORMING SKILLS IN A MODERN DANCE GROUP**

**Abstract.** *The article highlights the process of formation of performing skills in the modern dance team. The stages such as the formation of an efficient and expressive body, the development of dance technique, and the formation of a performer's creative personality are analyzed.*

**Keywords:** *performance skills, modern dance, modern dance group, dance technique, creative personality of the performer.*

**РУДЕНКО Ирина Владимировна**

старший вожатый,

МБОУ «Айдарская СОШ им. Б. Г. Кандыбина», Россия, Белгородская область, с. Айдар

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ: РОЛЬ СТАРШЕГО ВОЖАТОГО КАК ВЕДУЩЕГО ПЕДАГОГА В ФОРМИРОВАНИИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ И СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ**

**Аннотация.** Статья посвящена рассмотрению роли старшего вожатого в организации воспитательной работы, обсуждаются используемые методы, приемы и модели, направленные на развитие социальной активности и формирование нравственных ценностей учащихся. В статье приведены практические примеры, демонстрирующие результативность комплексного подхода к воспитательному процессу в актуальной образовательной среде.

**Ключевые слова:** старший вожатый, ценностные ориентиры, воспитательная работа, социальная активность, школа, организация, работа с учащимися.

В нынешней системе образования воспитательная деятельность играет столь же значимую роль, как и обучение. Благодаря воспитанию у молодежи складывается картина мира, формируются гражданские убеждения, моральные принципы и навыки взаимодействия с обществом. Старший вожатый, выступая в роли ведущего педагога, играет важную роль в систематизации и координации этой деятельности. Самая благородная задача в школе – воспитание детских сердец – выпадает на долю старшего вожатого. В его обязанности входит создание стимулирующей среды для раскрытия индивидуальности учеников, поощрение их самостоятельности и содействие в становлении осознанной гражданской позиции.

Эффективное осуществление воспитательной деятельности требует от старшего вожатого высокой педагогической компетентности, навыки поддержания коммуникации с различными категориями участников образования и креативного мышления при реализации намеченных целей. Важно не только разрабатывать и реализовывать воспитательные мероприятия, но и способствовать формированию у воспитанников целостного взгляда на моральные принципы, мотивировать их к активной общественной деятельности и раскрытию своего потенциала.

Личностные ценности являются основой для развития индивида. Педагогическая роль старшего вожатого заключается в воздействии на становление таких важных качеств, как

любовь к родине, толерантность, уважение к окружающим людям, чувство долга и независимость мышления, самостоятельность. Применяя разнообразные формы и методы, включая тематические занятия, обсуждения, проектную деятельность и волонтерские инициативы, вожатый способствует осознанию школьниками важности этих характеристик в их ежедневном взаимодействии с миром. Он помогает им понять, как эти ценности проявляются в конкретных ситуациях и решениях.

Вовлеченность школьников в социум проявляется в их участии в общественной жизни школы и местного общества, а также в воплощении в жизнь творческих замыслов и волонтерских инициатив. Старший вожатый способствует формированию данных качеств, направляя и поддерживая разнообразные виды деятельности. Среди них могут быть природоохранные программы, благотворительные кампании, культурно-массовые и спортивные мероприятия, направленные на формирование чувства сопричастности и социальной ответственности.

Практика показывает, что результативная воспитательная работа строится на крепких и доверительных отношениях между старшим вожатым и учениками. Демонстрация собственных положительных качеств, готовность к диалогу и чуткое отношение к нуждам ребят формируют обстановку, где воспитанники ощущают поддержку, чувствуют себя уверенно и мотивированы активно включаться в

школьную деятельность. Не менее значимо взаимодействие с родителями, которое способствует расширению возможностей воспитания и объединению усилий педагогов и семьи.

Обычно, в ходе воспитательной работы, старший вожатый планирует тематические недельные циклы, посвящённые важным социальным и нравственным темам - дружбе, здоровому образу жизни, толерантности и защите окружающей среды. К примеру, организация недели под названием «Милосердие и поддержка» включает в себя конкурсы рисунков, интеллектуальные игры, креативные студии и благотворительные акции, что не только стимулирует раскрытие творческих способностей, но и укрепляет социальные связи между учащимися.

Современные вызовы нашего времени, в частности, увлечение цифровыми технологиями, падение интереса к обучению и социальной активности, требуют от старшего вожатого применять инновационные подходы. Необходимо включать в воспитательную работу элементы медиаобразования, развивать способность к анализу и навыки взаимодействия в коллективе. Например, инициатива «Школьное ТВ» не просто расширяет коммуникационные навыки, но и помогает формированию инициативности и сознательного отношения к информационному полю школы.

Ещё одним эффективным инструментом также является организация ученического самоуправления под кураторством старшего вожатого. Данный метод даёт возможность школьникам вовлекаться в принятие решений, заниматься разработкой школьных мероприятий и воплощать в жизнь свои идеи. Задача старшего вожатого в этом процессе – давать советы, направлять, содействовать в поиске согласованных решений и улаживать разногласия.

Нельзя забывать и о работе с трудными подростками, склонными к деструктивному поведению и испытывающим сложности в адаптации. Опытный вожатый, владеющий психологическими приемами, способен распознать признаки социальной дезадаптации на ранних этапах. Он может организовать систему

поддержки и способствовать их интеграции в коллектив, вовлекая в полезные социальные проекты и мероприятия.

В сущности, деятельность старшего вожатого, как ключевого организатора воспитательного процесса в образовательном учреждении, представляет собой сложную и важную задачу, требующую постоянного профессионального повышения квалификации, креативного подхода и искренней заинтересованности в судьбах учеников. Успешность данной деятельности оказывает значительное влияние не только на успехи учащихся в учёбе, но и на их всестороннее формирование как индивидуальностей, адаптированных к реалиям современного мира.

Таким образом, организация воспитательной работы в школе с активным участием старшего вожатого является важным условием формирования у школьников ценностных ориентиров и развития социальной активности. Разнообразные методы взаимодействия – от тематических мероприятий до исследовательских работ и органов ученического самоуправления – обеспечивают благоприятную среду для реализации способностей каждого ученика, укрепляют чувство долга, поощряют проявление самостоятельности и формируют ощущение сопричастности к жизни школы. Это позволяет воспитательной работе стать неотъемлемой частью образовательного процесса, направленного на формирование гармоничной, социализированной личности.

### Литература

1. Емельяненко М.Л., Стешенко В.В. Организация воспитательной работы с подростками в условиях современной школы // Наука-2020. 2021. № 5 (50).
2. Копачева Т.А. Организация процесса взаимообучения в воспитательной работе: аспекты совместной деятельности педагогов и обучающихся // Современное педагогическое образование. 2024. № 6.
3. Тарасова Н.Р. К вопросу о взаимодействии старшего вожатого с субъектами образовательного процесса школы // Скиф. 2023. № 11 (87).

**RUDENKO Irina Vladimirovna**

Senior Counselor,  
MBOU "Aidar Secondary School named after B. G. Kandybin",  
Russia, Belgorod region, Aidar

**ORGANIZATION OF EDUCATIONAL WORK AT SCHOOL:  
THE ROLE OF THE SENIOR COUNSELOR AS A LEADING TEACHER  
IN THE FORMATION OF STUDENTS' VALUES AND SOCIAL ACTIVITY**

**Abstract.** *The article is devoted to the role of the senior counselor in the organization of educational work, discusses the methods, techniques and models used aimed at the development of social activity and the formation of moral values of students. The article provides practical examples demonstrating the effectiveness of an integrated approach to the educational process in a relevant educational environment.*

**Keywords:** *senior counselor, value orientations, educational work, social activity, school, organization, work with students.*

**СЕРДЮКОВА Алина Юрьевна**

педагог-психолог,

МБДОУ д/с № 15 «Дружная семейка», Россия, г. Белгород

**ЛЕЙЧУГ Лариса Ивановна**

педагог-психолог,

МБДОУ д/с № 15 «Дружная семейка», Россия, г. Белгород

**ЗАРУЦКАЯ Елизавета Андреевна**

педагог-психолог,

МБДОУ д/с № 15 «Дружная семейка», Россия, г. Белгород

**УСАЧЁВА Валерия Валерьевна**

педагог-психолог,

МБДОУ д/с № 15 «Дружная семейка», Россия, г. Белгород

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ТЕЛЕСНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**Аннотация.** Одной из актуальных проблем современности остается состояние психического здоровья детей, начиная с дошкольного возраста. Выявлено, что при использовании методов телесно-ориентированной терапии, наблюдается положительная динамика. Данный метод в коррекционной работе с детьми, способствует развитию психомоторных функций, формированию эмоционального состояния и коррекцию поведенческих нарушений. В основе подхода – принцип единства телесных и психических проявлений: эмоции и чувства проявляются в телесных состояниях.

**Ключевые слова:** телесно-ориентированные методы, нарушение в развитии, сенсорные интеграции, координация, двигательная сфера, коррекционно-развивающая работа.

Одной из актуальных проблем современности оставаться состояние психического здоровья детей, начиная с дошкольного возраста. На сегодняшний день количество детей с нарушениями развития резко возросло, замечено ухудшения физиологического развития, резкий рост психосоматических и генетических заболеваний. Психологи и педагоги наблюдают, что в дошкольной сфере резко возросло число детей с отклонениями в психическом развитии и детей с РАС, поэтому появляются запросы на использование разнообразных методов, используемых в коррекции.

Рассмотрим методы из телесно-ориентированной терапии, которые можно использовать в занятиях с детьми.

Телесно-ориентированные методы, чаще рассматриваются как способ работы в психических, физиологических или энергетических расстройствах. Практикуются с помощью

процедур телесного контакта, использования телесных функций:

1. Дыхательные и двигательные упражнения, ориентированы на использование телесных ощущений и сигналов для работы с эмоциями и психологическими проблемами.

2. Работа над концентрацией внимания, практикуется в упражнениях для улучшения осознанности телесных ощущений и эмоций, статическое напряжение тела.

3. Детям с нарушениями в развитии, необходимо восстановление функций обработки сенсорной информации. Сенсорная интеграция помогает нейротипичным детям справиться с непереносимостью конкретных запахов, текстур продуктов или прикосновений.

Многие дети, которые имеют нарушения в развитии, проявляют различные двигательные расстройства: дисбаланс, координацию

движений, недифференцированные движения пальцев и артикуляционные движения. Такие дети быстро истощаются и насыщаются разными видами деятельности. Их поведение может характеризоваться негативизмом, повышенной возбудимостью, расторможенностью, агрессивным поведением или, наоборот, повышенной застенчивостью, нерешительностью, тревогой. Всё это в целом свидетельствует о нарушениях психического развития детей с нарушениями речи.

Психологическая коррекция существующих расстройств требует телесно-ориентированного подхода. В данной ситуации в коррекционно-развивающей работе с детьми основан на принципе психофизического спяжения, суть которого заключается в том, что используются двигательные средства, которые, в свою очередь, способствуют изменениям в психической сфере.

Некоторые исследователи подчеркивают, что мышечная чувствительность и интеллект тесно связаны. Ослабленная чувствительность тела тормозит развитие психики. По данным исследователей, коррекция двигательных нарушений у детей с психическим недоразвитием в рамках телесно-ориентированной психотерапии оказывает оздоровительное и развивающее воздействие на весь организм ребенка и происходит коррекция:

- – психических нарушений (внимание, память, мышление, эмоциональная сфера, поведение, мотивация);
- – речи;
- – соматических нарушений (осанка, плоскостопие, дыхание);
- – координационных способностей (согласованности движений отдельных звеньев

тела, точности мелкой моторики рук, ориентировка в пространстве, равновесие);

- – основных движений (бег, прыжки);
- – сенсорных функций (зрительных, слуховых, вестибулярных, тактильных).

Важно, что регулярное использование методов телесно-ориентированной терапии способствует наиболее эффективному развитию когнитивных процессов, восстановлению ресурсов психического развития ребенка. Также, регуляции эмоциональной, моторной сферы личности и в целом, социальной адаптации ребенка.

### Литература

1. Веракса, Н.Е. Детская психология: учебник для вузов / Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 358 с.
2. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д.Б. Эльконин; ред.-сост. Б. Д. Эльконин. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.
3. Зуева Ю.В., Корсакова Н.К., Калашникова Л.А. Роль мозжечка в когнитивных процессах [Электронный ресурс]//Режим доступа: [https://sensint.ru/sites/default/files/rol\\_mozzhechkovoy\\_stimulyacii\\_v\\_psihicheskom.pdf](https://sensint.ru/sites/default/files/rol_mozzhechkovoy_stimulyacii_v_psihicheskom.pdf) (дата обращения: 01.12.2025).
4. Сандомирский М.Е. Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство/ М.Е. Сандомирский - М: Независимая фирма «Класс», 2005.
5. Папина И.В. Дыхательная гимнастика: учеб.пособие / И.В. Папина.-Липецк: Изд-во Липецкого Государственного технического университета, 2017-65 с.

**SERDYUKOVA Alina Yurievna**

Educational Psychologist, MBDOU d/s No. 15 "Druzhnaya semeyka", Russia, Belgorod

**LEYCHUG Larisa Ivanovna**

Educational Psychologist, MBDOU d/s No. 15 "Druzhnaya semeyka", Russia, Belgorod

**ZARUTSKAYA Elizabeth Andreevna**

Educational Psychologist, MBDOU d/s No. 15 "Druzhnaya semeyka", Russia, Belgorod

**USACHEVA Valeria Valeryevn**

Educational Psychologist, MBDOU d/s No. 15 "Druzhnaya semeyka", Russia, Belgorod

## **THE USE OF BODY-ORIENTED THERAPY METHODS IN CORRECTIONAL AND DEVELOPMENTAL WORK WITH CHILDREN**

**Abstract.** *The state of mental health of children, starting from preschool age, remains one of the urgent problems of our time. It was revealed that when using methods of body-oriented therapy, there is a positive trend. This method is used in correctional work with children, promotes the development of psychomotor functions, the formation of an emotional state and the correction of behavioral disorders. The approach is based on the principle of the unity of bodily and mental manifestations: emotions and feelings manifest themselves in bodily states.*

**Keywords:** *body-oriented methods, developmental disorders, sensory integration, coordination, motor sphere, correctional and developmental work.*

**СОЛОВЬЕВА Светлана Александровна**

воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

## ТЕХНОМИР. КОНСТРУИРУЕМ – ОТ ЗАМЫСЛА К ВОПЛОЩЕНИЮ

**Аннотация.** В статье раскрывается опыт организации технического и технологического творчества дошкольников в рамках проекта «Техномир: развитие без границ» (Федеральная инновационная платформа АНО ДПО «Институт дошкольного образования «Воспитатели России»). Показано, как использование широкой базы конструкторов и материалов (Lego, Polydron, Lego Education WeDo 2.0, магнитные, пластиковые и металлические наборы, графические конструкторы, шаблоны для рисования) и создание «дизайн-бюро» позволяют выстраивать проектную деятельность детей: от обсуждения проблемной ситуации и выбора темы до сбора информации с участием семьи, утверждения проекта, распределения ролей и практической реализации.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, техническое творчество, технологическое творчество, конструирование, архитектурное моделирование, проектная деятельность, развивающая предметно-пространственная среда, дизайн-центр.

Как использовать огромную базу самых разнообразных конструкций и материалов в детских садах, чтобы направить творческие способности каждого ученика в нужное русло, чтобы в будущем из них вырос высококлассный специалист в области производства, который так необходим нашему обществу?

Наш детский сад принимает участие в проекте «Техномир: развитие без границ» в рамках работы Федеральной инновационной платформы АНО ДПО «Институт дошкольного образования «Воспитатели России», направление – «Формирование развития технологического творчества дошкольников».

Целью проекта «Техномир» является создание работающей системы в технической сфере с участием родительского сообщества с учетом предприятий в Российской Федерации. В процессе образовательной деятельности дети становятся строителями, архитекторами и творцами, играют, предлагают и реализуют свои идеи. Знания, приобретаемые детьми, актуальны и необходимы для них самих. А содержательные и интересные материалы усваиваются легко и надолго. У детей должна быть возможность «жить» в тех материалах, которые их интересуют. Участие детей в проекте позволит им лучше понять свою родину, развить связную речь и творческие способности детей.

Как вид деятельности, архитектура обладает характеристиками моделирования. В процессе строительства необходимо решать всевозможные проблемные ситуации: «Как построить?», «Почему он так устроен?», «Что я должен

сделать, чтобы здание было узнаваемым и похожим на реальный объект?», «В каком порядке я должен выполнять задания?». С этой целью мы разработали техническое руководство для каждого проекта. При создании модели конкретного объекта наши учащиеся опираются на последовательность действий, предложенную преподавателем, или разрабатывают собственные алгоритмы действий. В нашем детском саду есть много различных материалов для конструирования: конструктор Lego, конструктор Polydron, конструктор Lego education WeDo2.0, магнитный набор разных размеров, пластиковый набор, металлический набор, графический конструктор, шаблон для рисования, так же есть «дизайнерское бюро» для создания детских проектов, которое способствует развитию детского воображение, самостоятельность и инициативность.

Для создания детских проектов были разработаны алгоритмы последовательности действий:

Обсуждение ситуации → Выбор темы → Сбор информации → Утверждение проекта → Выбор руководителя проекта.

На первом этапе происходит обсуждение ситуации с проблемой и путей ее решения. Например, Марк не знает, зачем нужен ветер. Дети строят разные предположения. Затем выберите общую тему. Преподаватели подвели студентов к теме «ветряные турбины». Второй – собрать информацию на эту тему с участием родителей. После сбора информации проект и его название утверждаются, а это



значит, что дети уже точно знают, что они будут строить. «Выбран руководитель проекта, который затем будет представлять его интересы. Не каждый ребенок может сразу включиться в работу, поэтому в нашем «дизайн-бюро» есть «архив» – это хранилища, в которых хранятся материалы и фотографии предыдущих проектов. Наши сотрудники всегда могут выбрать ту информацию, которая им нужна. Мы также вовлекаем родителей в нашу работу. В приемной есть «информационное бюро», где дети могут нарисовать то, что они хотят знать по выбранной ими теме. Когда каждый родитель приезжает забрать своих детей, они могут увидеть, что мы делаем и какие проекты планируем. Родители помогают нам собирать информацию и позволяют продолжать творческую работу дома. Вся коллекция товаров с информацией и дополнительными материалами размещена на нашем стенде. Это небольшая конструкция, на которую крепятся прищепки, файлы, папки и коробки. Весь контент, относящийся к этой теме, можно найти там. Дети, пролистайте материалы и представьте, как должны выглядеть их строительные проекты в будущем. Обсуждение различных идей закончилось тем, что «руководитель проекта» раздал каждому ребенку книги по инженерному делу, а затем дети поработали с книгами по инженерному делу: они решили, какой конструктор они будут использовать для создания здания, и при необходимости эти ребята были разделены на подгруппы, чтобы распределить выполнение различных операций. И начинается самое интересное – реализация проекта!

Игра с конструкторами оказывает глубокое эмоциональное воздействие на детей, побуждая их высказываться, помогая им воплощать свои идеи на практике и способствуя развитию воображения. В процессе образовательной деятельности повышается коммуникативная активность каждого ребенка, формируется умение работать в парах или группах, развиваются творческие способности. Играя с конструкторами, учащиеся набираются опыта, а их творческий потенциал и таланты возрастают.

Построение предметно-пространственной развивающей среды является внешним условием процесса обучения, позволяющим учащимся организовывать самостоятельную деятельность, направленную на развитие технического творчества, под присмотром взрослых. В нашем детском саду есть два типа технических помещений: отдельное помещение, где дети

посещают занятия с педагогами в форме «клубных часов», и другое – техническая среда, созданная непосредственно в группе.

Главное требование к образовательной среде детского сада – предоставить ребенку возможность свободно выбирать виды деятельности, чтобы он мог самостоятельно познавать окружающий мир и развивать свои таланты и способности. Роль учителей заключается в том, чтобы наблюдать и контролировать этот процесс и защищать детей от вредного воздействия. Первым шагом в нашей работе является создание развивающейся предметно-пространственной среды в группе, способствующей внедрению дизайна в образовательную деятельность наших студентов. С этой целью в группе был создан дизайн-центр для молодых инженеров. Его назначение – хранение материалов и оборудования, позволяющих организовать все виды проектных работ в соответствии с целями проекта. Центр расположен недалеко от места проведения сюжетно-ролевой игры.

Каждый ребенок – потенциальный изобретатель. Желание исследовать окружающий мир заложено в генетике человека. В образовательном направлении «художественно-эстетическое развитие» федерального государственного стандарта дошкольного образования выделена задача реализации самостоятельной творческой деятельности детей. Одним из наиболее эффективных средств воспитания дошкольников является детское техническое творчество. «Техническое творчество» – это деятельность, направленная на создание продукта, обладающего преимуществами и новизной. Технологическое творчество развивает интерес к технике и явлениям природы, развивает профессиональный интерес, приобретает практические навыки и развивает творческие способности.

Основными составляющими технического творчества являются:

- техническое мышление;
- пространственное воображение и презентация;
- дизайнерское восприятие;
- способность применять знания в конкретных проблемных ситуациях.

Одним из видов деятельности, в котором в полной мере проявляется творческая активность детей дошкольного возраста, является архитектура. Строительные игры долго не надоедают вам, потому что они обладают большой вариативностью, множеством

комбинаций и помогают творческому самовыражению. Особенностью конструирования является то, что этот вид деятельности, как и игра, отвечает интересам и потребностям детей.

В процессе этого занятия дошкольники учатся:

- планировать предстоящую работу;
- анализировать свои действия;
- делать выводы;
- исправлять ошибки;
- формировать целое из различных частей;
- сравнивать и обобщать.

### Литература

1. Волосовец Т.В., Карпова Ю.В., Тимофеева Т.В. Парциальная программа дошкольного образования «От Фрёбеля до робота: растим будущих инженеров». – 2-е изд. – Самара: Вектор, 2018.
2. Комарова Л.Г. Строим из LEGO (моделирование логических отношений и объектов реального мира средствами конструктора). – Москва: ЛИНКА-ПРЕСС, 2001–88 с.
3. Фешина Е.В. Лего-конструирование в детском саду. – Москва: ТЦ Сфера, 2017. – 136 с.

**SOLOVYOVA Svetlana Aleksandrovna**

Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

## TECHNOMIR. WE CONSTRUCT – FROM CONCEPTION TO IMPLEMENTATION

**Abstract.** *The article reveals the experience of organizing technical and technological creativity of preschoolers within the framework of the project "Technomir: development without borders" (Federal Innovation platform of the ANO DPO "Institute of Preschool Education "Educators of Russia"). It shows how the use of a wide base of designers and materials (Lego, Polydron, Lego Education WeDo 2.0, magnetic, plastic and metal kits, graphic designers, drawing templates) and the creation of a "design bureau" make it possible to build children's project activities: from discussing a problem situation and choosing a topic to collecting information. with the participation of the family, the approval of the project, the distribution of roles and practical implementation.*

**Keywords:** *preschool education, technical creativity, technological creativity, design, architectural modeling, design activity, developing subject-spatial environment, design center.*

**СОЛОВЬЕВА Светлана Александровна**

воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**ПАТЕВСКАЯ Ольга Александровна**

воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**УВАРОВА Екатерина Алексеевна**

воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИВАЮЩИХ ИГР В. В. ВОСКОБОВИЧА ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Аннотация.** В статье рассмотрены особенности развивающих игр Вячеслава Вадимовича Воскобовича. Выделены цель и задачи игр, приведена классификация, выявлены преимущества использования развивающих игр в ДОО. Автор статьи выделяет основные принципы, заложенные в развивающие игры.

**Ключевые слова:** Воскобович, дети, дошкольник, развивающие игры, ребенок, игровые технологии, игровая методика.

В контексте развития образования внедрение федеральных государственных стандартов дошкольного образования выдвигает высокие требования к организации дошкольного образования. Основное внимание уделяется поиску новых и эффективных психологических и педагогических методов обучения детей дошкольного возраста. На данном этапе система дошкольного образования выдвигает высокие требования к воспитанникам, поэтому ищет пути достижения высоких и стабильных результатов в сотрудничестве с детьми. При организации преподаватели уделяют большое внимание выбору методов, приемчиков и различных техник, исходя из эффективности в практической деятельности. В современном мире педагоги дошкольных образовательных учреждений подчеркивают, что невозможно организовать образовательную деятельность на основе устаревших теоретических знаний. Поэтому необходимо использовать современные образовательные технологии. В современных условиях, согласно Федеральному государственному образовательному стандарту ДО, учителя используют в образовательной деятельности нетрадиционные образовательные технологии. Развивающие игры представляют собой интеграцию психологии и педагогических методик, направленных на стимулирование развития когнитивной сферы и развитие определенных навыков и умений. Одно из важных мест, занимают развивающие игры

Вячеслава Вадимовича Воскобовича. Целью развивающих игр Воскобовича является развитие интеллектуальных способностей детей. Задача В. В. Воскобовича – игровая технология: Развитие познавательных интересов детей и желания узнавать новое. Освоение методов исследования явлений и объектов окружающей среды, развитие наблюдательности. Развивать воображение, творческое мышление (развивать способность видеть проблемную ситуацию с новой точки зрения) Гармоничное развитие эмоций, воображения и логических принципов. Формирование основных понятий: об окружающем мире, математических понятиях, речевых навыках.

Развитие мелкой моторики. Развивающие игры В. В. Воскобовича можно разделить на игры:

- Ориентация на креативную архитектуру (географический контакт);
- Развивать логику и воображение (площадь Воскобовича);
- Занятия по развитию речи и чтению (буквенный конструктор);
- Развивать математические навыки (надувные лодки, логотипы и т. д.).

Игровая технология Воскобовича очень популярна среди современных педагогов, потому что она очень эффективна и проста в использовании. Развивающие игры Воскобовича не вызывают сложностей в реальном использовании, они понятны как детям, так и учителям. Целью

игровых навыков является гармоничное развитие детей дошкольного возраста и создание атмосферы доверия между учителями и учащимися. Преимущество игровой технологии Воскобовича заключается в ее универсальности: она может начинаться с простых элементарных операций и заканчиваться решением многоуровневых задач, развивая при этом мышление, память, воображение, логику, речь и творческие способности. Таким образом, развивающие игры ценны возможностью всестороннего развития ребенка дошкольного возраста, при этом они носят многофункциональный характер, поскольку имеют несколько уровней сложности, подходящих как для маленьких дошкольников, так и для пожилых. Поэтому, когда в группе дошкольников формируется предметная развивающая среда, эти игры будут должно проводиться на протяжении всего обучения в детском саду. Основными принципами развивающих игр являются: интерес-познание-творчество. Игровая технология Воскобовича основана на идее направления интеллектуальной и игровой деятельности дошкольников к результатам, получаемым при решении проблемных и творческих заданий.

Особенности развивающей игры Воскобовича:

1. Многосторонность. В процессе развивающих игр дошкольники заучивают цифры и буквы, запоминают цвета, знакомятся с геометрическими фигурами, развивают мелкую моторику рук, совершенствуют речь, развивают память, логику, воображение, совершенствуют речь, развивают математические представления, а самое главное, они помогают сформировать желание учиться, учиться чему-то новому и развивайте самостоятельные навыки. Поэтому в процессе игровой деятельности ребенок всесторонне развивается.

2. Изменчивость. Развивающие игры не мешают дошкольникам, потому что игры всегда могут что-то дополнить и улучшить, включив новые элементы в игровую деятельность. Для каждой игры было разработано большое количество различных игровых заданий и упражнений. В связи с развитием проблем и когнитивных задач система продолжает усложняться.

3. Возрастной диапазон. Одна и та же игра очень интересна для младших дошкольников и детей постарше, потому что в ней есть занятия для трехлетних детей и многоуровневые

задания для детей постарше. Дизайн игры основан на интересах детей.

4. Создавайте потенциал. Каждая игра имеет свои уникальные конструктивные элементы, и у дошкольников есть возможность придумывать и воплощать свои планы в реальность. Все игры Воскобовича направлены на развитие воображения, и в процессе игры дети могут сочинять истории о создании предметов.

5. Высокий уровень развития моторики пальцев и кистей рук.

6. Сочетание сказок и головоломок. Сказки для дошкольников – это дополнительный возраст. Ребенок не только строится, но и погружается в волшебный мир. Развивающие игры характеризуются образностью, разнообразием, многогранностью и новизной восприятия. Дошкольник попадает в проблемную ситуацию, ему нужен четкий алгоритм, последовательность действий детей, анализ предложенного задания, понимание цели и решение.

7. Методическая поддержка. Многие игры сопровождаются дополнительными материалами: сказками, интеллектуальными квестами и иллюстрированными книгами.

8. Эмоциональная культура игры. Особенностью является легкость, ирония и юмор, благодаря языку, который дети воспринимают как партнерство, равенство и поддержку при столкновении с трудностями. Следовательно, развивающие игры Воскобовича – один из наиболее эффективных способов интеллектуального, коммуникативного и личностного развития детей. Игры Воскобовича известны своей яркостью и уникальностью, и дошкольники не устанут играть в них на протяжении всего образовательного процесса в детском саду. В процессе игровой деятельности дошкольники открывают для себя новые знания и испытывают от этого эмоциональное удовлетворение.

### Литература

1. Бондаренко Т.М. Развивающие игры в ДОУ – Воронеж, ИП Лакоценина С.С., 2012.
2. Воскобович В.В. Развивающие игры и игровые технологии [Электронный ресурс]. URL: <http://voskobovich.su/>.
3. Воскобович В.В., Харько Г.Г., Балацкая Т.И. Технология интенсивного интеллектуального развития детей дошкольного возраста 3–7 лет «Сказочные лабиринты игры». – СПб.: Гириконт, 2000.

4. Воскобович В.В., Харько Т.Г. Игровая технология интеллектуально-творческого развития детей дошкольного возраста 3–7 лет

«Сказочные лабиринты игры» / В.В., Воскобович, Т.Г. Харько. – М., 2003.

**SOLOVYOVA Svetlana Aleksandrovna**

Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**PATEVSKAYA Olga Alexandrovna**

Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**UVAROVA Ekaterina Alekseevna**

Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

## **FEATURES OF V. V. VOSKOBVICH'S EDUCATIONAL GAMES FOR PRESCHOOL CHILDREN**

**Abstract.** *The article discusses the features of Vyacheslav Vadimovich Voskobovich's educational games. The purpose and objectives of the games are highlighted, the classification is given, and the advantages of using educational games in preschool are revealed. The author of the article highlights the basic principles embedded in developing games.*

**Keywords:** *Voskobovich, children, preschooler, educational games, child, game technology, game technique.*

**ФУРЯЕВА Татьяна Васильевна**

доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, заведующий кафедрой социальной педагогики и социальной работы, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Россия, г. Красноярск

**ЛИФАНСКАЯ Наталья Валерьевна**

магистрантка,  
Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Россия, г. Красноярск

**ВЫЯВЛЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ К КУРЕНИЮ**

**Аннотация.** Результаты социологического исследования показывают, что отношение подростков к курению значительно зависит от семейного окружения и примеров, которые они видят вокруг себя. Высокий процент респондентов, где один или оба родителя курят, указывает на то, что семья играет ключевую роль в формировании взглядов молодежи на здоровье и вредные привычки. Кроме того, обнаружено, что сверстники также оказывают влияние на отношение подростков к проблеме курения, при этом значительное число респондентов отмечает наличие курящих друзей. Несмотря на наличие положительных примеров (семьи без вредных привычек), большинство подростков остается в окружении, где такие привычки считаются нормой, что угрожает их здоровью. Таким образом, данные результаты подтверждают необходимость более эффективных программ профилактики, учитывающих влияние семейных и социальных норм.

**Ключевые слова:** курение, вредные привычки, подростки, угроза здоровью.

Нами было проведено социологическое исследование по отношению к курению (в том числе и электронных устройств) среди учеников с пятого по седьмой классы в двух школах Красноярского края (г. Красноярск и г. Сосновоборск), которое позволило нам выявить ряд социальных факторов, способствующих распространению данной привычки среди подростков. В исследовании участвовало 350 детей от 10 до 14 лет.

Одним из ключевых факторов, способствующих распространению ПАВ среди подростков, является влияние семьи. Семья формирует основные нормы социального поведения, включая отношение к ПАВ. Именно в семейной обстановке дети впервые сталкиваются с ПАВ (курение, алкоголь, наркотики и т. д.). Соответственно, в семьях, где родители курят или употребляют алкоголь, высока вероятность того, что и ребенок начнет курить и пить алкоголь.

В частности, данные о курении в семьях подростков говорят о высоком уровне воздействия родительских привычек на формирование взглядов молодого поколения относительно здоровья и вредных привычек. Согласно полученной информации, 65,1% респондентов

отметили, что один из родителей курит. А если взять не только родителей, а еще бабушек, дедушек, тетю и дядю, то этот показатель увеличивается до 98%. Такой высокий процент свидетельствует о том, что большинство подростков растет в среде, где курение является нормой, что может снизить вероятность осознания вреда от него и играет значительную роль в формировании отношения к курению. Лишь 2% подростков заявили, что никто в их семейном окружении не курит. Это низкое значение подчеркивает редкость семей, где курение отсутствует как явление, и, вероятно, указывает на то, что такие подростки находятся в меньшинстве, что может повлиять на их социальные взаимодействия и взгляд на мир. Подобные социальные нормы могут оказывать долгосрочное влияние на принятие подростками решений относительно курения, создавая контекст, в котором альтернативные модели поведения становятся менее заметными и, возможно, менее привлекательными.

Таким образом, результаты анкетирования свидетельствуют о том, что семейная среда подростков, в частности наличие курящих родителей и родственников, значительно влияет

на их восприятие здоровья и вредных привычек. Это подтверждает необходимость разработки более эффективных программ профилактики, которые будут учитывать влияние семейных традиций и привычек на молодежь.

Из-за возрастно-психологических особенностей значительную роль в приобщении подростков к курению играют сверстники, которые уже курят и воспринимают это как свою групповую норму.

Результаты анкетирования среди подростков относительно влияния курения на их окружение и личные привычки представляют собой ценный источник информации для дальнейшего анализа. В частности, внимание привлекает вопрос о том, курят ли их друзья. Анализ показывает, что значительная часть респондентов, а именно 48,60%, сообщает о том, что их друзья курят или парят, что указывает на наличие довольно распространенной привычки в их социальной группе. Это обстоятельство может оказывать влияние на формирование отношения подростков к курению, так как наличие таких друзей может снижать восприятие опасности поведения, связанного с курением.

С другой стороны, 14% участников опроса утверждают, что их друзья не курят, что демонстрирует наличие групп подростков, ориентированных на здоровый образ жизни. Важно отметить, что такая группа, хотя и составляет меньшинство, может иметь положительное влияние, способствуя формированию критического отношения к вредным привычкам в целом, включая курение. Кроме того, 37,20% респондентов не знают о курительных привычках своих друзей, это может свидетельствовать, что подростки просто уходят от ответа, не желая говорить правду.

Таким образом, результаты опроса подчеркивают многообразие взглядов и привычек среди подростков, что в свою очередь может оказывать значительное влияние на их собственное восприятие и отношение к курению. Подростки, окруженные людьми, склонными к курению, могут быть более восприимчивыми к легитимации различных форм потребления психоактивных веществ. В противовес этому, те, кто взаимодействует с независимыми от вредных привычек друзьями, могут развивать более здоровые стратегии поведения и отношения к рискам, связанным с курением. В конечном счете понимание этих социальных динамик может способствовать созданию более эффективных профилактических программ,

направленных на снижение уровня курения среди молодежи.

Согласно полученным данным, мнения участников относительно возраста начала курения среди современных детей варьируются, что демонстрирует разнообразие восприятия этой проблемы. Наиболее распространенным ответом стало мнение о том, что курение начинается в возрасте 11–14 лет, что подтвердило 55,40% опрошенных. Это может свидетельствовать о том, что подростки сами находятся в окружении, где такая практика довольно распространена, и в силу своей возрастной группы часто сталкиваются с влиянием сверстников.

На втором месте оказалась категория 7–10 лет, на которую указали 26,20% участников анкетирования. Это довольно тревожный сигнал, поскольку раннее начало курения может говорить о том, что дети подвергаются влиянию взрослых, либо попадают в ситуации, когда курение становится для них нормой. Последние 18,40% опрошенных отметили, что, по их мнению, многие начинают курить в возрасте 15–17 лет, что может свидетельствовать о том, что в этом возрасте подростки становятся более независимыми и начинают искать способы самовыражения, включая выбор курения.

Как мы видим возраст приобщения к курению молодеет.

Результаты анкетирования подростков по вопросам, касающимся восприятия курения, иллюстрируют многообразие мнений среди молодежи и указывают на сложные социальные и культурные аспекты этой проблемы. В частности, вопрос о том, является ли курение/парение их индивидуальным выбором, получил многосторонние ответы, отражающие различные точки зрения.

Согласно предоставленным данным, 44% респондентов полностью согласны с тем, что курение – это вопрос личного выбора. Это может свидетельствовать о том, что значительная часть подростков считает себя достаточно взрослыми и осведомленными, чтобы принимать решения о своем здоровье и поведении. Важно отметить, что данный процент может быть результатом влияния культуры, где личная свобода и ответственность имеют высокое значение. Однако, такая точка зрения также может указывать на недостаток осознания возможных последствий курения и его влияния на здоровье, общество и семью.

С другой стороны, еще 44% респондентов выбрали вариант «возможно», что подчеркивает неуверенность и амбивалентность в отношении этого вопроса. Это может означать, что

подростки осознают сложность ситуации, в которой влияние социального окружения и культурных факторов может изменить их отношение к курению. Данная категория респондентов, вероятно, более открыта к анализу и обсуждению этой темы, осознавая, что несмотря на право выбора, существуют еще и социальные нормы и давления, которые могут воздействовать на их решения. Таким образом, данный аспект требует более глубокого осмысления и обсуждения среди молодежи, чтобы помочь им разобраться в совокупности факторов, влияющих на их поведение.

Только 12% участников опроса высказали мнение, что курение не является личным выбором. Это может указывать на наличие определенной группы, которая придерживается более консервативных взглядов или убеждений о том, что курение связано с социальными и этическими обстоятельствами. Эти 12% могут представлять мнения людей, которые осознают угрозы, связанные с курением, и поддерживают идеи о необходимости общественных мер по ограничению распространения, особенно среди несовершеннолетних.

В частности, 16% респондентов ответили утвердительно на вопрос о том, курят ли они, что указывает на сравнительно низкий уровень активных курильщиков среди данной группы. Более значительная часть, а именно 32%, отметила, что пробовали курить, но не продолжают эту практику, что может свидетельствовать о том, что многие подростки экспериментируют с курением в процессе взросления, но не становятся постоянными пользователями табачных изделий.

52% опрошенных категорически заявили, что никогда не курили. Это может служить показателем здорового образа жизни, который многие подростки начинают придерживаться в раннем возрасте, или же результатом эффективных образовательных программ и кампаний против курения, направленных на снижение числа молодежных курильщиков. Высокий процент тех, кто не курит, может быть также связан с изменением общественных норм и представлений о курении, ведь в последние годы наблюдается устойчивый тренд на отказ от курения и повышение осведомленности о его вреде.

Результаты анкетирования подростков относительно отношения к курящим и парящим людям демонстрируют явную доминирующую тенденцию к равнодушному отношению к этому социальному явлению. Наиболее выраженной категорией среди опрошенных стала

группа, заявившая о равнодушном отношении к курящим людям – 80%. Это может свидетельствовать о том, что в обществе выработалась терпимость к этой пагубной привычке.

Число респондентов, относящихся к курящим и парящим отрицательно, составило 14%. Это, хотя и меньшинство, все же указывает на наличие критического отношения к данному явлению. Подобные взгляды могут быть основаны на осознании последствий курения для здоровья, как собственного, так и окружающих. Негативное восприятие может быть также результатом влияния образовательных программ и пропаганды здорового образа жизни, которые получили широкую популярность в последние годы.

Кроме того, лишь 6% респондентов выразили положительное отношение к курящим и парящим, что вполне ожидаемо в свете современных трендов, рассматривающих курение как нечто устаревшее и вредное. Этот небольшой процент может указывать на наличие среди подростков определенной группы, которая считает курение частью неформального стиля жизни или находит в этом удовольствие и расслабление. Однако их мнение остается маргинальным по сравнению с теми, кто придерживается более отрицательных или нейтральных позиций.

В то же время, 51% ребят считают, что курение вредит обществу, а 12% считают, что не вредит. 37% опрошенных не знают ответа на этот вопрос. Эти данные говорят, что дети не осведомлены и не понимают проблему на более глобальном уровне, их не волнует проблема общества, это еще раз доказывает, что проблема эта очень актуальна, и ее необходимо серьезно рассматривать во всех сферах информации.

В подростковом возрасте потребность в одобрении со стороны сверстников становится важной составляющей жизни. Поэтому подросток часто принимает правила поведения группы, в которую стремится войти. Это также подтверждает мотивация, стоящая за началом курения.

Результаты анкетирования подростков по вопросу о причинах употребления никотина представляют интерес для понимания молодежной субкультуры и ее влияния на образ жизни современных подростков. Прежде всего, значительная часть респондентов, а именно 46,6%, считает, что курение/парение является крутым и модным. Данный фактор указывает на то, что подростки находят в этих привычках не только способ самоутверждения, но и



средство демонстрации своей социальной принадлежности. Ощущение «крутости» в контексте употребления никотина может быть связано с влиянием медиа и поп-культуры, в которых подобные поведения часто романтизируются.

Кроме того, 26,6% подростков отметили, что для них существуют и другие причины, помимо моды, что подчеркивает многогранность и комплексность отношений молодежи с этими привычками. Это может свидетельствовать о том, что помимо социального давления, подростки могут сталкиваться с внутренними конфликтами, стрессами или даже исследовательским интересом к запрещенным удовольствиям. Таким образом, употребление никотина становится не только социальной, но и внутренней попыткой понять свои пределы, границы взрослой жизни и сформировать свою идентичность.

Однако 26,8% опрошенных заявили, что не знают, почему их сверстники курят/парят. Этот фактор может указывать на неясность и неопределенность их позиции относительно данных привычек. Неспособность объяснить мотивы поведения может быть следствием выраженной растерянности в ориентации среди разнообразных влияний, включая сверстников, родителей и медиа. В целом, данные

результаты показывают, что для многих подростков курение/парение являются как следствием социального давления, так и моментом исследования границ своего поведения, что делает феномен их употребления многослойным и требующим дальнейшего изучения.

Исходя из этих данных, можно предположить, что школьники недостаточно осведомлены.

На вопрос «Сколько раз можно парить/курить в день и это не будет опасным для здоровья» 54,7% ответили, что 0 раз, 26,7% ответили, что 2–5 раз и 18,6% ответили 10–12 раз.

76,6% опрошенных ответили, что им достаточно информации о вреде курения, 18,6% ответили, что недостаточно, 6,6% не знают.

При этом 69,3% ребят ни разу не слышали про болезнь Эвали. Эта болезнь возникает из-за курения вейпов, вызывает кристаллизацию легких, тяжело поддается лечению. 25,3% ответили, что слышали об этой болезни, но не знают подробностей и только 5,3% хорошо осведомлены.

Результаты анкетирования показывают, что информацией о вреде курения, подростки владеют плохо, и только небольшая часть хорошо ориентируется в данном вопросе. Проблема на данном этапе очень актуальна, ее необходимо рассматривать и решать.

**FURYAEVA Tatyana Vasilyevna**

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Honored Worker of Higher Education of the Russian Federation, Head of the Department of Social Pedagogy and Social Work, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev, Russia, Krasnoyarsk

**LIFANSKAYA Natalia Valeryevna**

Graduate Student,  
Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev,  
Russia, Krasnoyarsk

## IDENTIFICATION OF TEENAGERS' ATTITUDES TO SMOKING

**Abstract.** *The results of a sociological study show that teenagers' attitude to smoking significantly depends on their family environment and the examples they see around them. A high percentage of respondents where one or both parents smoke indicates that the family plays a key role in shaping young people's views on health and bad habits. In addition, it was found that peers also influence teenagers' attitudes towards smoking, with a significant number of respondents noting the presence of smoking friends. Despite the presence of positive examples (families without bad habits), most teenagers remain in an environment where such habits are considered the norm, which threatens their health. Thus, these results confirm the need for more effective prevention programs that take into account the influence of family and social norms.*

**Keywords:** smoking, bad habits, teenagers, health threat.

**ЧУЕВА Надежда Викторовна**

педагог-психолог, воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

**ЛУБЕНЕЦ Оксана Александровна**

педагог-психолог, воспитатель, МБДОУ Детский сад № 19 «Антошка», Россия, г. Белгород

## **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА И ДЕФЕКТОЛОГА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ОВЗ В ДОУ**

**Аннотация.** В статье рассматривается взаимодействие педагога-психолога и педагога-дефектолога в дошкольной образовательной организации как ключевое условие эффективности психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья. Раскрывается актуальность междисциплинарного сотрудничества в контексте современных требований к инклюзивной практике и усложнения образовательных запросов, связанных с ростом числа детей с различными нарушениями развития. Обосновывается, что сочетание психологической поддержки (развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, саморегуляции) и дефектологической коррекции (развитие познавательных процессов, речи, моторики, математических представлений, расширение кругозора) обеспечивает более целостное влияние на психическое и личностное развитие ребенка.

**Ключевые слова:** психолог, дефектолог, взаимодействие.

Взаимодействие педагога-психолога и дефектолога детского сада начинается с решения общей задачи. В условиях федеральных государственных образовательных стандартов и новых законов об образовании тема взаимодействия стала еще более актуальной. Как видно из перечня поручений президента по итогам заседания Президиума Госсовета, в следующем году количество студентов по направлению «специальное (дефектологическое) образование» увеличится, а следовательно, увеличится и количество специалистов-дефектологов. Растет и число детей с различными нарушениями развития. Очевидно, что эти дети нуждаются в особых психологических и воспитательно-педагогических условиях для развития и обучения. Эта группа включает в себя более 10 подгрупп с различными нарушениями развития. Это дети-инвалиды с умственной отсталостью, дети с тяжелыми нарушениями речи, дети с расстройствами аутистического спектра и т. д. Основной задачей работы в группе детей с ограниченными возможностями здоровья является обеспечение каждому ребенку наибольшей степени психологического, физического и нравственного развития; организация воспитательной работы, направленной на коррекцию, компенсацию и профилактику вторичных нарушений развития, а

также подготовка детей к школе с учетом индивидуальных способностей каждого ребенка. Характерной чертой детей с ограниченными возможностями здоровья является нарушение интеллектуального развития, нарушение системы в сферах психической деятельности, эмоций и воли. У детей наблюдаются отклонения в приеме и обработке информации. Эмоциональная сфера детей с ограниченными возможностями нестабильна, некоторые дети легко возбуждаются, в то время как другие – скучны. В дошкольных образовательных учреждениях созданы особые условия для детей с ограниченными возможностями. Коррекция умственной отсталости проводится педагогом-дефектологом. Психологи-педагоги занимаются развитием эмоциональной сферы. Для того чтобы сделать работу более эффективной, требуется тесное сотрудничество специалистов, поскольку когнитивная деятельность детей с ограниченными возможностями и процессы, входящие в их структуру, снижены: небольшой объем материала для запоминания и воспроизведения, неустойчивое внимание, быстрая отвлекаемость, истощены умственные процессы и уровень обобщения, и понимание реальности снижается. В части эмоционально-волевой сферы также наблюдаются некоторые характеристики: повышенная возбудимость

или общая сонливость, замкнутость, тревожность, замкнутость в себе, чувствительность, обидчивость, слезливость. Эмоциональная сфера является важной частью развития детей дошкольного возраста, потому что если участники не могут управлять своими эмоциями, то общение и взаимодействие не будут эффективными. Совместная работа специалистов особенно важна при работе с детьми с отклонениями в развитии, поскольку психологи и дефектологи могут не только совместно оказывать психолого-педагогическую поддержку этому типу детей, но и грамотно координировать работу всех воспитателей дошкольных учреждений, воспитательниц и родителей с учетом особенностей психофизического развития и личностных способностей учащихся. Целью совместной работы педагога-психолога и дефектолога является обеспечение диагностики, воспитания, психолого-педагогической поддержки учащихся с ограниченными возможностями здоровья с учетом особых образовательных потребностей, возрастных и личностных особенностей воспитания.

Общие задачи:

- Создать модель коррекционно-развивающей деятельности для психологов-дефектологов как условие интеллектуального и личностного развития детей;
- Определить основные направления взаимодействия персонала исправительных учреждений и деятельность по повышению квалификации экспертов;
- Разработать рабочую систему и форму взаимодействия нейробиологов и психологов в среде дошкольного образования.

Задача педагога-психолога: углубленная диагностика когнитивного и эмоционального развития детей. Общайтесь с другими эмоционально, устно, объективно, эффективно и интересно. Стимулируют сенсорные функции (зрение, слух, восприятие памяти и трехмерное восприятие). Сформируйте пространственно-временное представление, чтобы исправить его нарушения. Развитие предпосылок для интеллектуальной деятельности (внимания, памяти, воображения). Развивайте зрительно-моторную координацию и функциональные способности кистей рук и пальцев; готовьтесь к овладению письмом. Развивайте навыки самообслуживания.

Задача дефектолога: углубленная диагностика когнитивного развития детей, проводить

систематическую коррекционно-развивающую работу с детьми в соответствии с их индивидуальными планами по следующим направлениям:

- Развитие психологических процессов (восприятие, внимание, память, мышление);
- Развитие речи;
- Развитие двигательных навыков;
- Развитие математических способностей;
- Расширять свой кругозор;
- Отслеживать динамику развития ребенка и результаты коррекционных мероприятий и опытно-конструкторская работа. Оцените свою интеллектуальную подготовку к обучению в школе;
- Организовать информационную подготовку учителей и родителей к коррекционной работе, чтобы помочь им организовать полноценную речевую среду;
- Координировать усилия учителей и родителей по осуществлению контроля качества их работы с детьми.

Взаимодействие педагога-психолога и педагога-дефектолога осуществляется по следующим направлениям:

1. Диагностическая работа;
2. Коррекционно-развивающая работа;
3. Аналитическая работа;
4. Консультации и обучение.

Совместная диагностическая работа включает в себя углубленное и всестороннее обследование детей с ограниченными возможностями с целью оказания им психологической и педагогической поддержки в образовательном процессе. Совместное диагностическое обследование детей педагогами-психологами и педагогами-дефектологами помогает определить текущий уровень интеллектуального развития детей, и на этой основе выбрать стратегию обучения для каждого ученика, а также правильно скоординировать совместные действия специалистов по преодолению детских препятствий. Психологи-педагоги и нейробиологи планируют индивидуальные и групповые курсы по развитию внимания, памяти, мышления, моторики и формированию правильной самооценки у детей.

Воспитание и развитие детей основывается на теории образовательной интеграции, личностно-ориентированном подходе, основанном на принципах научности, последовательности, учета структуры дефектов и

способности каждого ребенка к компенсации. Тематический метод обеспечивает централизованное изучение материалов. Централизованное исследование по определенной теме также является средством установления более тесной связи между педагогом-психологом и педагогом-нейробиологом, поскольку эксперты работают в рамках одной и той же лексической темы. Например, если запланирована тема «овощи», то учитель-дефектолог повышает познавательную активность детей на этом материале и одновременно развивает такие психические процессы, как мышление, память, внимание, восприятие, воображение, обогащает словарный запас, развивает грамматические аспекты речи, а также стремиться к развитию связной речи. Педагоги-психологи используют игры и задания для коррекции основных психологических процессов, основанных на этой теме. На специально разработанных курсах педагога-психолога дети постепенно овладевают навыками мышечной релаксации, учатся снимать напряжение, повышать самооценку, выстраивать отношения с окружающими и закреплять эту тему в игре для развития эмоциональной и волевой сфер. Например, игра «Поклянись овощами». Также организуются игры и упражнения для развития мелкой моторики.

Аналитическая деятельность позволяет нам отслеживать эффективность коррекционно-развивающей работы в тесном сотрудничестве психологов и нейробиологов, то есть определять все возможные положительные и отрицательные аспекты этой деятельности, а также отслеживать динамику развития ребенка.

Консультационная и образовательная работа обеспечивает непрерывность. Поддерживайте детей, их семьи и учителей в создании различных психолого-педагогических условий для обучения, воспитательной работы, коррекции и развития. Практика показала, что эффективной формой сотрудничества с родителями являются совместные консультации педагогов-психологов и педагогов-дефектологов, которые смотрят на проблемы детей с разных точек зрения.

Специалисты дошкольного образования используют следующие формы работ:

- Семинары для воспитателей дошкольных учреждений, на которых педагоги подробно изучают развитие и восприятие информации, а также поведенческие особенности детей с ограниченными возможностями;
- Праздники и развлечения;
- Совместно проводить родительские собрания и «мастер-классы».

Предлагаемый комплексный метод взаимодействия педагога-психолога и педагога-нейробиолога позволяет:

1. С учетом индивидуально-типологических особенностей детей и их способности компенсировать;
2. Четко формулируйте объективные выводы;
3. Обрисуйте долгосрочные планы коррекционной работы отдельных лиц и групп;
4. Способствовать расширению возможностей педагогов и родителей в области исправительных учреждений.

Таким образом, согласованность поведения педагогов-психологов и дефектологов в условиях дошкольного образования позволяет эффективно корректировать имеющиеся нарушения развития. Только при тесном сотрудничестве всех участников образовательного процесса можно успешно подготовить детей с отклонениями в развитии к школе, социализации и адаптации в обществе.

### Литература

1. Большакова С.Е. Логопедическое обследование ребенка. – М., 1995.
2. Борякова Н.Ю. Ступеньки развития. – М., 1999.
3. Психолого-медико педагогический консилиум. Технология организации диагностической и коррекционно-развивающей деятельности. Методическое пособие. Под. ред. Т.Г. Зубаревой. – Курск, 2009.
4. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников. – М., 2009.
5. Мамайчук И.И., Ильина М.Н., Миланич Ю.М. Помощь психолога детям с задержкой психического развития. М., 2017.

**CHUEVA Nadezhda Viktorovna**

Teacher-Psychologist, Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**LUBENETS Oksana Aleksandrovna**

Teacher-Psychologist, Educator, MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

## **INTERACTION OF A TEACHER-PSYCHOLOGIST AND A DEFECTOLOGIST IN WORKING WITH CHILDREN WITH DISABILITIES IN PRESCHOOL INSTITUTIONS**

**Abstract.** *The article considers the interaction of a teacher-psychologist and a teacher-defectologist in a pre-school educational organization as a key condition for the effectiveness of psychological and pedagogical support for children with disabilities. The article reveals the relevance of interdisciplinary cooperation in the context of modern requirements for integrative practice and the increasing complexity of educational needs associated with the growing number of children with various developmental disabilities. It is proved that the combination of psychological support (development of the emotional-volitional sphere, communication skills, self-regulation) and defectological correction (development of cognitive processes, speech, motor skills, mathematical concepts, broadening horizons) provides a more holistic impact on the mental and personal development of the child.*

**Keywords:** *psychologist, defectologist, interaction.*

**ШКУРОВ Алексей Юрьевич**

кандидат педагогических наук, докторант кафедры педагогики,  
Мордовский государственный педагогический университет имени М. Е. Евсевьева,  
Россия, г. Саранск

## **СТРАТЕГИИ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ В РАМКАХ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОГО ПРИНЦИПА УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ (НА ПРИМЕРЕ УЧАСТИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВИЧНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ)**

**Аннотация.** В статье освещены ключевые темы, касающиеся инклюзивного образования и стратегии социализации, которые служат основой для формирования поддерживающей среды для детей с особыми потребностями. В рамках государственно-общественного управления образовательными организациями особое внимание уделяется участию в деятельности первичных отделений Движения Первых, что создает дополнительные возможности для социализации и вовлечения детей с особыми потребностями в активную жизнь. Важным аспектом является организация совместных игр и культурных мероприятий, которые способствуют развитию социальных навыков и формированию дружеских отношений между детьми.

**Ключевые слова:** социализация, дети с особыми потребностями, образовательная организация, государственно-общественное управление, Движение Первых.

Социализация детей с особыми потребностями занимает важное место в образовательной политике и практике, что отражает необходимость создания инклюзивной среды для всех обучающихся. В последние годы количество детей с ограниченными возможностями здоровья в России значительно возросло. Согласно статистике, на 2024-2025 учебный год в образовательных организациях Российской Федерации получают образование 1 026,9 тыс. обучающихся с ОВЗ [3]. Эти данные подчеркивают актуальность работы образовательных учреждений над вопросами их интеграции в общество и формирования соответствующих мировоззренческих установок. Партнерство между государственными структурами и общественными организациями в образовательной сфере становится особенно актуальным, когда речь идет о социализации детей с особыми потребностями. Важность совместного управления может быть рассмотрена как создание единой системы, где поддержка осуществляется не только со стороны государства, но и за счет активного участия общественных институтов. Это взаимодействие служит основой для формирования инклюзивной образовательной среды, что особенно важно для детей с особыми потребностями.

На примере деятельности первичных отделений Движения Первых видно, как эффективное сотрудничество между государственными и общественными структурами позволяет организовать пространство для социализации, развития и активного участия детей с особыми потребностями. Участие детей в социальных и культурных мероприятиях способствует их активности, формирует уверенность в себе и развивает навыки коммуникации. Это помогает создать более гармоничную образовательную среду, что непосредственно влияет на успешность социализации [4]. Такой подход к управлению образованием не только отвечает требованиям современного общества, но и поддерживает формирование инклюзивной системы, способной адаптироваться под нужды каждого ребенка. В дальнейшем развитие данного направления подразумевает укрепление позиций как государства, так и третьего сектора, что открывает дополнительные возможности для детей с особыми потребностями на пути к социальной интеграции.

В системе образования при реализации стратегий социализации детей с особыми потребностями важную роль играет инклюзия и разнообразие программ, которые способствуют их интеграции в общество. В рамках

Движения Первых было проведено множество мероприятий, направленных на вовлечение детей с ограниченными возможностями здоровья в активную жизнь. Примером такого мероприятия является проект «Синичкин день», организованный для всех учащихся, включая детей с ОВЗ. В ходе данного проекта дети работали в группах, что развивало их социальные навыки и позволяло им не только взаимодействовать друг с другом, но и проявлять свои творческие способности. Важно, что подобные инициативы помогают не только детям с особыми потребностями, но и формируют у их сверстников более толерантное отношение.

Еще одним успешным примером является использование сенсорных комнат, которые оказывают положительное воздействие на работу с детьми, имеющими ограничения. Эти комнаты предназначены для формирования безопасного и развивающего пространства, где дети могут заниматься активностью, что способствует развитию их моторных и социальных навыков [2]. Как показала практика, такая терапия не только помогает детям лучше регулировать свои эмоции и поведение, но и создает условия для взаимодействия с другими детьми, что является важной частью процесса социализации.

Не менее важным аспектом является подготовка педагогов, которые работают с детьми с ОВЗ. Важно, чтобы учителя были обучены специальным методам работы и могли создать инклюзивную атмосферу в классе. Программы подобной подготовки сопровождаются практиками, которые обеспечивают учителям необходимые инструменты для взаимодействия с такими детьми [1]. Это создает основу для формирования поддерживающих отношений между детьми разного уровня подготовленности.

Проекты и программы, реализуемые в рамках Движения Первых, демонстрируют успешные практики интеграции детей с особыми потребностями в образовательный процесс. Они подчеркивают необходимость создания инклюзивной образовательной среды, где каждый ребенок имеет возможность развиваться, чувствовать себя частью группы и осваивать социальные навыки во взаимодействии с другими детьми. Важно продолжать развивать такие примеры, так как успехи в социализации

детей с ОВЗ напрямую влияют на будущее их участия в жизни общества.

Разработка эффективных стратегий социализации требует интеграции разных подходов, выявления новой социальной реальности и потребностей целевой группы. Государственные инициативы, такие как «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации» до 2025 года, обеспечивают полноценные правовые рамки и определяют приоритеты работы с детьми. Будущие стратегии должны быть направлены на активное сотрудничество всех заинтересованных сторон, учитывая индивидуальные потребности каждого ребенка и предлагая динамические и многофункциональные подходы. Такие изменения смогут улучшить процессы социализации детей с особыми потребностями, обеспечивая им более яркое и насыщенное будущее.

### Литература

1. Бобарыкина И.Г. Практические подходы к интеграции детей-инвалидов с особыми образовательными потребностями в современное общество [Электронный ресурс] // [www.maam.ru](http://www.maam.ru) – Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijsad/prakticheskie-podhody-k-integraci-detei-invalidov-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostjami-v-sovremennoe-obshchestvo.html> (дата обращения: 22.10.2025).
2. Олифер О.О. Проблема социализации детей с особыми образовательными потребностями // СибСкрипт. 2015. № 3-1 (63). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-sotsializatsii-detei-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostyami> (дата обращения: 23.10.2025).
3. Пак Е.О. Актуальные проблемы социализации детей с ограниченными возможностями здоровья // Вестник магистратуры. 2020. № 4-1 (103). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-sotsializatsii-detei-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya> (дата обращения: 21.11.2025).
4. Салаватова А.М. Государственно-общественное управление образовательной организацией // Образовательный вестник «Сознание». 2022. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gosudarstvenno-obshchestvennoe-upravlenie-obrazovatelnoy-organizatsiey> (дата обращения: 21.1.2025).

**SHKUROV Alexey Yurievich**

Candidate of Pedagogical Sciences, Doctoral student of the Department of Pedagogy,  
M. E. Evseviev Mordovian State Pedagogical University, Russia, Saransk

**STRATEGIES FOR THE SOCIALIZATION OF CHILDREN  
WITH SPECIAL NEEDS WITHIN THE FRAMEWORK  
OF THE STATE-PUBLIC PRINCIPLE OF GOVERNANCE  
OF AN EDUCATIONAL ORGANIZATION (USING THE EXAMPLE  
OF PARTICIPATION IN THE ACTIVITIES OF PRIMARY BRANCHES  
OF THE MOVEMENT OF THE FIRST)**

**Abstract.** *This article highlights key topics related to inclusive education and socialization strategies, which serve as the foundation for creating a supportive environment for children with special needs. Within the framework of state-public management of educational organizations, special attention is paid to participation in the activities of primary branches of the Movement of First, which creates additional opportunities for socialization and the involvement of children with special needs in active life. An important aspect is the organization of joint games and cultural events that promote the development of social skills and the formation of friendships among children.*

**Keywords:** *socialization, children with special needs, educational organization, state-public administration, Movement of the First.*



# ПСИХОЛОГИЯ

АНОШКИНА Татьяна Алексеевна

педагог-психолог, МБОУ «Ударная СОШ», Россия, Мордовия, п. Ударный

## ЦИФРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ: ТРАНСФОРМАЦИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ ПАТТЕРНОВ И ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЕ

**Аннотация.** В статье рассматривается феномен глубинной трансформации коммуникативных паттернов у представителей «цифрового поколения» (поколения Z и Альфа). В статье анализируются как риски, так и потенциальные преимущества.

**Ключевые слова:** цифровое поколение, коммуникативные паттерны, клиповое мышление, цифровая социализация, психологические последствия, медианогозадачность, эмоциональный интеллект.

Антропогенная среда современного человека претерпела революционное изменение с массовым внедрением цифровых технологий. Для поколений, родившихся после середины 1990-х годов (поколение Z) и после 2010-х (поколение Альфа), цифровая среда является нативной, а не осваиваемой. Это формирует принципиально иные, по сравнению с предыдущими «аналоговыми» поколениями, паттерны восприятия, мышления и, что особенно значимо, коммуникации. Коммуникация перестала быть лишь обменом информацией; она

стала основной средой обитания, конструирующей идентичность и социальные связи. Цель данной статьи – систематизировать характеристики трансформированных коммуникативных паттернов «цифрового поколения» и проанализировать их комплексное психологическое воздействие.

Традиционная модель паттернов замещается или дополняется гибридными формами, обладающими уникальными чертами.

Новые черты паттернов приведены ниже (рис.)



Рис. Новые черты паттернов

Коммуникация дробится на короткие, яркие, быстро сменяющие друг друга сообщения (короткие видео в TikTok, сторис, мемы).

Восприятие становится скачкообразным, а повествовательная линейность утрачивает ценность.

Текст теряет доминирующую позицию, уступая синтезу форматов: изображение (эмодзи, стикеры, гифки), краткое видео, аудиосообщение, гиперссылка. Кодирование и декодирование смысла требуют одновременной обработки нескольких семиотических систем.

Мессенджеры и соцсети позволяют откладывать ответ, тщательно редактировать сообщение, продумывать образ. Это снижает спонтанность, но повышает уровень контроля над самопрезентацией и, как следствие, усиливает перформативный аспект общения.

Возможность поддерживать сотни «слабых социальных связей» создает иллюзию постоянной включенности в социум, но часто в ущерб глубине и эмоциональной наполненности близких отношений.

Указанные паттерны формируют специфический психологический профиль.

Со стороны когнитивной сферы – развивается навык быстрого переключения внимания (медиамногзадачность), но страдает способность к длительной концентрации, глубокому анализу и рефлексии. Формируется **клиповое мышление** – восприятие мира как потока разрозненных фактов и образов без установления причинно-следственных связей [1]. Парадоксально, но при избытке информации может возникать дефицит знаний.

**Со стороны эмоционально-волевой сферы** – постоянное сравнение своей рутины с «крутыми» образами из соцсетей провоцирует хроническую фоновую тревожность и снижение самооценки. Одновременно развивается **алекситимия цифрового типа** – трудности в вербализации собственных сложных эмоций, которые легче выразить через готовый шаблон (эмодзи, мем, цитата). Наблюдается девальвация эмпатии, подменяемой формальными реакциями (лайки, репосты).

**Со стороны социально-личностной сферы** – идентичность становится **проектной и коллекционируемой** – она собирается из реакций аудитории (лайков, комментариев) и публикуемых цифровых следов. Границы между приватным и публичным стираются. Навык ведения трудного, конфликтного диалога «здесь-и-сейчас» снижается, так как асинхронная коммуникация позволяет избегать немедленного эмоционального отклика другого. Это затрудняет формирование устойчивой привязанности и социальной ответственности в реальном мире.

Поляризованный взгляд на проблему («гаджеты виноваты во всем» против «это просто новый инструмент») непродуктивен. Трансформация коммуникативных паттернов – объективный процесс. Ключевой вопрос заключается не в том, чтобы оценить его, а в том, чтобы выявить условия, при которых он приводит к дезадаптации или, напротив, к развитию новых компетенций.

К положительным аспектам можно отнести развитие **визуального и цифрового интеллекта**, способности к быстрому поиску и фильтрации информации, навыков сетевого сотрудничества и создания цифрового контента. Однако эти компетенции зачастую формируются стихийно, а не целенаправленно.

Основной риск заключается не в самих технологиях, а в **дефиците критической рефлексии** по поводу их использования и в отсутствии системного воспитания цифровой культуры. Цифровая среда, при всей ее интерактивности, является в высокой степени коммерциализированной и алгоритмизированной средой, чьи цели не совпадают с задачами психологического благополучия пользователя.

Трансформация коммуникативных паттернов «цифрового поколения» носит системный характер и ведет к перестройке базовых психологических процессов. Перед психологической наукой и практикой встают новые вызовы: необходимо разрабатывать методы диагностики и развития **цифровой** устойчивости, учить не только потреблять, но и осознанно критиковать цифровой контент, целенаправленно формировать «аналоговые» компетенции – глубокое внимание, эмоциональную эмпатию, навык ведения сложного диалога.

Задача взрослого сообщества (родителей, педагогов, психологов) – не запрещать цифровую среду, а стать **медиаторами** в ее освоении, помогая молодому поколению интегрировать новые паттерны в целостную и психологически благополучную жизненную стратегию. Только так можно минимизировать риски и максимизировать потенциал, заложенный в новой коммуникативной реальности.

## Литература

1. Соколов М.М. Клиповое сознание и его влияние на восприятие информации в цифровую эпоху // Вопросы психологии. – 2020. № 3.
2. Твенг Дж.М. Почему сегодняшние Дети, у которых есть связи с миром, растут менее бунтарскими, более терпимыми, менее

счастливыми – и совершенно неподготовленными к взрослой жизни. – Саймон и Шустер, 2017.

3. Войскунский А.Е. Психология и Интернет. – М., 2021.

4. Теркл С. Наедине друг с другом: Почему мы ожидаем большего от технологий и меньше от друга. – Basic Books, 2011.

5. Prensky М. Цифровые аборигены, цифровые иммигранты. – 2001. Том 9, № 5.

**ANOSHKINA Tatyana Alekseevna**

Educational Psychologist, MBOU "Udarnaya Secondary School", Russia, Mordovia, Udarny

## **THE DIGITAL GENERATION: TRANSFORMATION OF COMMUNICATION PATTERNS AND THEIR PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES**

**Abstract.** *The article examines the phenomenon of deep transformation of communication patterns among representatives of the “digital generation” (Generation Z and Alpha). The article analyzes both the risks and potential benefits.*

**Keywords:** *digital generation, communication patterns, clip thinking, digital socialization, psychological consequences, media multitasking, and emotional intelligence.*

**КОНОВАЛОВ Тимофей Антонович**

студент,

Саратовский государственный медицинский университет имени В. И. Разумовского,  
Россия, г. Саратов

**КОЛМАКОВА Анна Сергеевна**

студентка,

Саратовский государственный медицинский университет имени В. И. Разумовского,  
Россия, г. Саратов

*Научный руководитель – доцент кафедры философии, гуманитарных наук и психологии  
Саратовского государственного медицинского университета имени В. И. Разумовского,  
кандидат медицинских наук Засыпкина Елена Викторовна*

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ И МОТИВАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

**Аннотация.** Высокая мотивация является ключевым фактором успешной учебы. Студент, мотивированный к обучению, активно участвует в профессиональной деятельности, приобретает необходимые навыки и знания, которые способствуют формированию его профессиональной идентичности. В данной статье рассматриваются факторы, влияющие на становление этих процессов. Включая учебную нагрузку, отношения с преподавателями и сверстниками. В качестве методологической основы применялось анкетирование с использованием «Шкалы академической мотивации», разработанной Т. О. Гордеевой, О. А. Сычёвым и Е. Н. Осиным в 2014 году на основе Шкалы академической мотивации Валлеранда. Исследование проводилось среди студентов 1–3 курсов медицинских университетов.

**Ключевые слова:** мотивация, профессиональная идентичность, учебный процесс, медицинский университет.

**П**оступление в высшее учебное заведение – это один из самых значимых и поворотных моментов в жизни молодого человека. Это не просто переход на новый образовательный уровень, а начало самостоятельного пути, который открывает перед ним широкие горизонты для личностного и профессионального роста. Вступление в стены университета символизирует собой не только приобретение новых знаний и навыков, но и вхождение в особую социальную среду, где формируются новые связи, развиваются критическое мышление, способность к анализу и принятию самостоятельных решений.

Формирование профессиональной идентичности – это сложный и многогранный процесс, который занимает центральное место в личностном и профессиональном развитии человека, особенно в период обучения в вузе. Этот процесс неразрывно связан с глубинной

потребностью индивида в самоопределении, осмыслении своего места в профессиональном мире и построении образа «себя как специалиста». Мотивация выступает как внутренний двигатель, побуждающий человека к действиям, направленным на достижение профессиональных целей. Именно она определяет степень вовлеченности в учебный процесс, стремление к освоению знаний и навыков, активность в поиске профессиональных ориентиров и преодолении неизбежных трудностей на пути становления. Без должной мотивации, даже наличие самых благоприятных условий и неограниченных возможностей для обучения, не приведет к глубокому усвоению материала и формированию осознанной профессиональной позиции.

Цель проведенного исследования заключалась в изучении профессиональной идентичности и особенностей мотивации студентов 1–3

курсов, обучающихся в медицинских университетах: СГМУ им. В. И. Разумовского; НМИЦ им. В. А. Алмазова; РНИМУ им. Н. И. Пирогова; Смоленский ГМУ; Самарский ГМУ. Общее количество участников анкетирования составило 89 человек.

Для диагностики использовалась «Шкала академической мотивации», разработанная Т. О. Гордеевой, О. А. Сычёвым и Е. Н. Осиным на основе Шкалы академической мотивации Валлеранда. Шкала академической мотивации (ШАМ) - опросник, предназначенный для измерения выраженности и типа мотивации к учебной деятельности студентов.

**Академическая мотивация** – это побуждение к учебной деятельности, которое включает мотивы, цели, реакции на успехи и неудачи. Мотивация может быть внутренней и внешней [3].

Внутренняя академическая мотивация исходит от нас самих. Вместо того чтобы ожидать внешнего вознаграждения за деятельность, вознаграждением становится само поведение. Следовательно, внутренняя мотивация может не требовать столько усилий, поскольку она возникает в нас самих и не требует внешних стимулов. Внутренняя мотивация играет

решающую роль в поддержании эмоциональной вовлеченности в выполнении задач, независимо от внешних обстоятельств. Различают следующие виды внутренней академической мотивации [1]:

**1. Познавательная мотивация** – оценивает стремление узнать новое, понять изучаемый предмет, сопровождаемое переживанием интереса и удовольствия в процессе познания;

**2. Мотивация достижения** – оценивает стремление добиваться максимально высоких результатов в учебе, испытывать удовольствие в процессе решения трудных задач;

**3. Мотивация саморазвития** – выраженность стремления к развитию своих способностей, своего потенциала в рамках учебной деятельности, достижению ощущения мастерства и компетентности;

Внешняя мотивация связана с любыми иными причинами что-либо делать, помимо внутреннего «интересно и приятно». Например, студент учится не потому, что ему интересно учиться, а из страха отчисления или осуждения [2].

Результаты анкетирования студентов приведены в таблице.

Таблица

Результаты диагностики мотивации студентов медицинских ВУЗов

Виды академической мотивации	Результат, %
<b>Внутренняя мотивация</b>	
Познавательная мотивация	80%
Мотивация достижения	75%
Мотивация саморазвития	80%
<b>Внешняя мотивация</b>	
Мотивация самоуважения	75%
Интраецированная мотивация	70%
Экстернальная мотивация	60%
Амотивация	35%

По результатам проведённого опроса среди студентов медицинских ВУЗов, наиболее высокий процент набрали такие виды мотивации как познавательная (80%) и мотивация саморазвития (80%). Высокие значения по этим шкалам говорят о том, что студентов мотивируют знания, которые они получают. Процесс обучения происходит благодаря внутренней мотивации, следовательно, студент учится без какого-либо поощрения или наказания, а из собственного желания.

Такие виды мотивации как экстернальная мотивация и амотивация набрали наименьшее количество баллов (в процентах). Это говорит о

преобладании интереса к учебе и отсутствии важности мнения окружающих об образовании студента.

На основе полученных данных можно сделать вывод, что большинство учащихся медицинских ВУЗов поступили по своему желанию.

#### Вывод

На основе результатов проведенного исследования были сделаны следующие выводы: большинство студентов имеют высокую внутреннюю мотивацию, что предполагает обучения исходящее из собственного желания, не ожидания одобрения или негативных реакций со стороны.

Тем не менее остается часть студентов, не удовлетворенных учебным процессом, которые при этом теряют мотивацию учиться. Следовательно, необходимо проводить аналитическую работу со студентами, выясняя их потребности в учебном процессе, что будет способствовать поднятию мотивацию. В дальнейшем такого рода деятельность благотворно повлияет на формирование профессиональной идентичности обучающихся медицинских университетов.

### Литература

1. Сугоняев К.В. Исследование психометрических характеристик опросника «шкала академической мотивации» в контексте аттестационного тестирования // Научно-педагогическое обозрение 2019 [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovani>
2. Жовлиева Н.А. Амотивация – фактор дефицита мотивов учебной деятельности студента // Экономика и социум 2024 [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/amotivatsiya-faktor-defitsita-motivov-uchebnoy-deyatelnosti-studenta?ysclid=mhw9ro659k783387687> (дата обращения 11.11.2025).
3. Горбунова Э.З. Факторы развития учебной мотивации обучающихся профессиональных образовательных организаций. // Молодой ученый 2023 [Электронный ресурс]. URL: <https://moluch.ru/archive/471/104164> (дата обращения 11.11.2025).

### KONOVALOV Timofey Antonovich

Student, Saratov State Medical University named after V. I. Razumovsky, Russia, Saratov

### KOLMAKOVA Anna Sergeevna

Student, Saratov State Medical University named after V. I. Razumovsky, Russia, Saratov

*Scientific Advisor – Associate Professor of the Department of Philosophy, Humanities and Psychology of Saratov State Medical University named after V. I. Razumovsky, Candidate of Medical Sciences Zasyapkina Elena Viktorovna*

## FORMATION OF PROFESSIONAL IDENTITY AND LEARNING MOTIVATION AMONG MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

**Abstract.** *High motivation is a key factor for academic success. A student motivated to learn actively participates in professional activities and acquires the necessary skills and knowledge that contribute to the formation of their professional identity. This article examines the factors influencing the development of these processes, including academic workload, relationships with instructors and peers. The methodological foundation involved a survey using the «Academic Motivation Scale» developed by T. O. Gordeeva, O. A. Sychev, and E. N. Osin in 2014, based on Vallerand's Academic Motivation Scale. The study was conducted among 1st–3rd year students at medical universities.*

**Keywords:** *motivation, professional identity, educational process, medical university.*

**КУРКИНА Юлия Анатольевна**

магистрантка, Московский институт психоанализа, Россия, г. Москва

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

**Аннотация.** *Статья посвящена анализу взаимосвязи особенностей личности и профессионального выгорания, рассматриваемого как профессиональный феномен, возникающий вследствие хронического рабочего стресса. Обобщены данные исследований о роли черт личности, перфекционистских опасений, самозащитности и копинг-стратегий в формировании риска выгорания и психологической защиты. Показано, что индивидуальные различия модифицируют влияние требований и ресурсов труда в логике модели «Требования – ресурсы работы». Сделан вывод о необходимости комплексной профилактики, сочетающей организационные меры и адресную поддержку сотрудников с учётом личностного профиля.*

**Ключевые слова:** *оптимизация, профессиональное выгорание, особенности личности, черты личности, нейротизм, добросовестность, экстраверсия, доброжелательность, открытость опыту, перфекционизм, перфекционистские опасения.*

### **Актуальность исследования**

Актуальность исследования взаимосвязи особенностей личности и профессионального выгорания обусловлена тем, что выгорание официально рассматривается Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в Международной классификации болезней 11-го пересмотра (МКБ-11) как профессиональный феномен – синдром, возникающий вследствие хронического рабочего стресса, с которым не удалось эффективно справиться. В МКБ-11 выгорание описывается через три проявления: ощущение истощения, психическую дистанцию/негативизм (цинизм) по отношению к работе и снижение профессиональной эффективности.

При этом выгорание формируется не только под влиянием условий труда: при сходных нагрузках люди отличаются по уязвимости, что делает важным анализ личностных факторов риска и защиты и их взаимодействия с рабочей средой. Это соответствует модели «Требования – ресурсы работы» (Job Demands – Resources, JD-R), согласно которой рабочие требования преимущественно связаны с истощением, а дефицит ресурсов – с отстранённостью; индивидуальные различия могут усиливать или ослаблять эти связи.

### **Цель исследования**

Целью данного исследования является теоретико-аналитическое обобщение научных данных о взаимосвязи особенностей личности и профессионального выгорания, а также

описание ключевых механизмов, через которые личностные факторы могут повышать риск выгорания или выполнять защитную функцию во взаимодействии с условиями труда.

### **Материалы и методы исследования**

Материалом исследования послужили научные публикации обзорного и мета-аналитического характера, а также нормативное описание профессионального выгорания Всемирной организацией здравоохранения в Международной классификации болезней 11-го пересмотра.

Методологическую основу составили теоретический анализ и обобщение источников, сравнительный анализ подходов и систематизация данных о связи выгорания с чертами личности, перфекционизмом и самозащитностью.

### **Результаты исследования**

Профессиональное выгорание сегодня рассматривается в научной и управленческой повестке не как «усталость от работы», а как устойчивый феномен, возникающий при хроническом рабочем стрессе, с которым не удалось эффективно справиться [1, с. 92]. В Международной классификации болезней 11-го пересмотра, подготовленной Всемирной организацией здравоохранения, выгорание описывается именно как профессиональный феномен, характеризующийся тремя компонентами: истощением, нарастанием психологической дистанции/негативизма (цинизма) по отношению к работе и снижением профессиональной

эффективности. Эта рамка важна тем, что задаёт проверяемые критерии и отделяет выгорание от более широких описаний общего неблагополучия.

Классическая исследовательская традиция связывает выгорание с длительными эмоциональными и межличностными стрессорами в профессиональной деятельности, а измерение выгорания обычно опирается на многомерный подход (истощение, цинизм/деперсонализация, переживание сниженной эффективности), что позволяет различать «ведущие» компоненты состояния и их динамику. В обзорах подчёркивается, что выгорание развивается как ответ на хронические рабочие нагрузки и конфликты требований, а его проявления затрагивают и субъективное самочувствие, и отношение к работе, и качество профессионального взаимодействия.

При этом объяснять выгорание только внешними условиями труда недостаточно: при сопоставимых требованиях работы люди различаются по уязвимости и по способам реагирования на стресс. Это делает центральным вопрос о том, какие особенности личности связаны с риском выгорания, а какие – выполняют защитную функцию [2, с. 170].

Эмпирические обзоры и мета-аналитические работы показывают устойчивую связь черт личности с показателями выгорания. На уровне модели «Большой пятёрки» (нейротизм, добросовестность, экстраверсия, доброжелательность, открытость опыту) в систематическом обзоре подчёркивается, что личностные характеристики тесно связаны с риском выгорания у работников, хотя степень и механизмы этих связей могут различаться в зависимости от профессии и контекста. В прикладных выборах, например у педагогов, мета-анализы показывают, что нейротизм связан с более выраженными компонентами выгорания, тогда как добросовестность, доброжелательность и экстраверсия – с меньшей выраженностью ключевых симптомов, что согласуется с идеей о роли эмоциональной устойчивости и саморегуляции как «буфера» хронического стресса.

Механизмы этих связей в современной литературе обычно описывают через три взаимодополняющих линии. Первая – эмоциональная реактивность и стресс-чувствительность: при высокой склонности к негативным переживаниям и тревожности усиливается интенсивность субъективного стресса и быстрее накапливается истощение, а защитные ресурсы

(позитивная эмоциональность, устойчивость, социальная открытость) облегчают восстановление и поддерживают вовлечённость. Вторая – саморегуляция и дисциплина усилий: добросовестность и связанные с ней навыки планирования, контроля и доведения задач до результата могут снижать хаотичность нагрузки и повышать субъективную управляемость ситуации, что уменьшает риск перехода стресса в хроническое истощение. Третья – межличностный контекст: про-социальная ориентация и качество коммуникации могут выступать ресурсом, повышая поддержку и снижая вероятность циничного дистанцирования, тогда как затяжные конфликты и дефицит поддержки ускоряют формирование компонента отстранённости. Эти объяснения укладываются в организационные модели, где ключевым является «несоответствие» между человеком и рабочей средой.

Отдельно в доказательной базе выделяется перфекционизм, причём важно различать его компоненты. Мета-анализ по многомерному перфекционизму показывает, что перфекционистские опасения (ориентация на ошибки, страх несоответствия, зависимость самооценки от безупречности) заслуживают особого внимания как фактор уязвимости к выгоранию; при этом сама по себе «высокая планка» без постоянной самокритики может иметь иные последствия. Это уточнение принципиально для интерпретации: риск повышают не «высокие стандарты вообще», а связка стандартов с хроническим напряжением, самонаказанием и невозможностью психологически «закрывать» задачу [3].

Существенное место занимают и личностно-ресурсные переменные, тесно связанные с переживанием собственной компетентности. В мета-анализе показана отрицательная связь между самоэффективностью и выгоранием; причём наиболее выраженная – с компонентом сниженной профессиональной результативности/достижений. Это согласуется с практическим наблюдением: когда человек устойчиво сомневается в способности справляться с задачами, усиливается переживание неуспешности, которое затем может поддерживать и истощение, и отчуждение от работы.

Наконец, важным «мостом» между личностью и выгоранием выступают стратегии совладания (копинг). Мета-аналитические данные показывают, что проблемно-ориентированные стратегии в среднем связаны с



меньшей выраженностью симптомов выгорания, тогда как эмоционально-ориентированные способы (в зависимости от содержания и контекста) могут быть связаны с большей выраженностью симптоматики. Для научного анализа это означает, что копинг уместно рассматривать как медиатор: личностные склонности (например, нейротизм или, наоборот, самоконтроль) повышают вероятность выбора определённых стратегий совладания, а уже они влияют на траекторию выгорания.

### Выводы

Таким образом, взаимосвязь особенностей личности и профессионального выгорания носит устойчивый характер: личностные черты и ресурсы связаны как с вероятностью развития выгорания, так и с выраженностью его ключевых компонентов (истощения, отстранённости, снижения эффективности). Наибольший риск обычно сопряжён с высокой эмоциональной уязвимостью и перфекционистскими опасениями, тогда как самоэффективность и более зрелые стратегии совладания выступают факторами психологической защиты.

Следовательно, профилактика выгорания должна сочетать изменения условий труда с адресной поддержкой сотрудников с учётом их личностного профиля и способов реагирования на стресс.

### Литература

1. Лукина В.С., Бурлакова А.Р. Взаимосвязь профессионального выгорания и локуса контроля // Вестник Северо-восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. – 2018. – № 4(12). – С. 91-95.
2. Худалова М.З., Гагиев А.Г., Лалетина А.М. Синдром эмоционального выгорания у представителей разных профессий // Russian Journal of Education and Psychology. – 2022. – Т. 13, № 6. – С. 168-180.
3. Multidimensional Perfectionism and Burnout: A Meta-Analysis [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.researchgate.net/publication/279191467\\_Multidimensional\\_Perfectionism\\_and\\_Burnout\\_A\\_Meta-Analysis](https://www.researchgate.net/publication/279191467_Multidimensional_Perfectionism_and_Burnout_A_Meta-Analysis).

**KURKINA Yulia Anatolyevna**

Graduate Student, Moscow Institute of Psychoanalysis, Russia, Moscow

## THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS AND PROFESSIONAL BURNOUT

**Abstract.** The article is devoted to the analysis of the relationship between personality traits and professional burnout, considered as a professional phenomenon resulting from chronic work stress. The research data on the role of personality traits, perfectionist fears, self-efficacy, and coping strategies in shaping the risk of burnout and psychological protection are summarized. It is shown that individual differences modify the influence of labor requirements and resources in the logic of the "Requirements – work resources" model. The conclusion is made about the need for comprehensive prevention, combining organizational measures and targeted support for employees, taking into account the personal profile.

**Keywords:** optimization of professional burnout, personality traits, neuroticism, kindness, extraversion, benevolence, openness to experience, perfectionism, perfectionist fears.

ЛАЗАРЕВА Венера Валерьевна

магистрантка, Челябинский государственный университет, Россия, г. Челябинск

## ВЛИЯНИЕ ВРЕМЕНИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА САМООЦЕНКУ СТУДЕНТОВ

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования влияния времени использования социальных сетей на уровень самооценки студентов. Рассматриваются различия в самооценке между группами активных и менее активных пользователей социальных сетей.

**Ключевые слова:** социальные сети, самооценка, студенты, психологическая диагностика.

Социальные сети занимают одно из центральных мест в повседневной жизни современного студента. Они выполняют функцию коммуникативной среды, источника информации и пространства самопрезентации.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью уточнения того, влияет ли длительность использования социальных сетей на уровень самооценки студентов, которые являются одной из наиболее активных категорий пользователей интернета.

Цель исследования – выявить различия в уровне самооценки студентов, различающихся по интенсивности использования социальных сетей.

В исследовании приняли участие 30 студентов в возрасте от 18 до 23 лет. Все участники были разделены на две группы: первая группа (N = 14) использовала социальные сети от 1 до 5 часов в сутки, вторая группа (N = 16) – более 5 часов.

Для диагностики самооценки использовалась методика Дембо–Рубинштейн, позволяющая оценить уровень самооценки по ряду параметров.

### Описательные статистики.

В таблице 1 представлены результаты первичного анализа.

Таблица 1

Описательные статистики уровня самооценки в группах активных и не активных пользователей социальных сетей

Название показателя	Активные	Неактивные
N	16	14
Среднее	62,7	63,3
Стандартное отклонение	14,9	13
Шапиро-Уилк p	0,137	0,075

В таблице 1 представлено распределение респондентов по группам в зависимости от времени, проводимого в социальных сетях. Выделены две группы: активные и неактивные. К неактивным пользователям относились респонденты, проводящие в социальных сетях более 5 часов в день, к не активным – проводящие от 1 до 5 часов в день.

Для анализа уровня самооценки были рассчитаны основные описательные статистики отдельно для группы активных и неактивных пользователей социальных сетей. В группе активных участников размер выборки составил 16 человек, в группе неактивных – 14 человек. Анализ средних значений показал, что уровень

самооценки в обеих группах достаточно близок: у активных пользователей – 62,7 балла, у не активных – 63,3 балла. Стандартные отклонения: активные – 14,9, неактивные – 13,0.

Для определения возможности применения статистических критериев была проведена проверка на нормальность распределения с использованием метода Шапиро-Уилка.

Результаты:

$p = 0.137$  для активных пользователей.

$p = 0.075$  для неактивных пользователей.

Так как во всех случаях  $p > 0.05$ , распределения показателей самооценки не отличаются от нормального.

Поскольку распределение показателей самооценки в обеих группах не отличается от нормального ( $p > 0,05$  по критерию Шапиро–Уилка), для дальнейшего анализа было корректно применить параметрический t-критерий Стьюдента для независимых выборок.

Сравнение описательных статистик показало, что средние значения уровня самооценки у активных и неактивных пользователей социальных сетей практически совпадают, что указывает на отсутствие заметных различий на предварительном уровне анализа.

Для проверки наличия статистически значимых различий между двумя группами был проведён t-критерий Стьюдента. Полученные результаты показали, что различия в уровне самооценки не достигают статистической значимости, что свидетельствует об отсутствии влияния количества времени, проводимого в социальных сетях, на уровень самооценки студентов.

В таблице 2 представлены результаты t-критерия Стьюдента для сравнения уровня самооценки в группах активных и неактивных пользователей социальных сетей.

Таблица 2

**Результаты t-критерия Стьюдента для сравнения уровня самооценки в группах активных и неактивных пользователей социальных сетей**

Показатель	Статистика (t)	df (степени свободы)	p
Уровень самооценки (баллы)	– 0.116	28.0	0.908

Анализ результатов, представленных в таблице 2, показал, что полученное значение  $p = 0,908$  существенно превышает критический уровень значимости 0,05. Это указывает на отсутствие статистически значимых различий в уровне самооценки между активными и неактивными пользователями социальных сетей.

Таким образом, полученные данные не подтверждают различий в самооценке студентов в зависимости от интенсивности использования социальных сетей. В пределах данной выборки время, проводимое в социальных сетях, не оказывает статистически значимого влияния на уровень самооценки.

### Выводы

Проведённое исследование было направлено на выявление различий в уровне самооценки студентов, различающихся по времени использования социальных сетей. На выборке из 30 человек были сопоставлены группы активных и менее активных пользователей, для оценки самооценки применялась методика Дембо–Рубинштейн.

Анализ описательных статистик и результаты t-критерия Стьюдента показали, что средние значения самооценки в обеих группах практически совпадают, а различия не достигают статистической значимости ( $p > 0,05$ ). Это позволяет сделать вывод о том, что количество времени, которое студенты проводят в социальных сетях, само по себе не является значимым фактором, определяющим уровень их самооценки.

Полученные результаты согласуются с современной научной позицией о

многокомпонентной природе самооценки, на которую оказывают влияние личностные особенности, социальная среда, характер онлайн-взаимодействия и индивидуальный стиль использования цифровых платформ. Время, проведённое в социальных сетях, вероятно, играет лишь косвенную роль и может взаимодействовать с другими психологическими и социальными переменными.

Таким образом, в рамках проведённого исследования не выявлено оснований полагать, что интенсивность использования социальных сетей оказывает значимое влияние на самооценку студентов. Для получения более полноценных выводов в будущем может потребоваться расширение выборки, учёт дополнительных факторов (тип активности в сети, социальное сравнение, эмоциональное состояние) и проведение многофакторного анализа.

### Литература

1. Акопов Г.В., Глушкова С.А. Социальные сети и их психологическое воздействие [Электронный ресурс] / Г.В. Акопов, С.А. Глушкова // Вестник науки. – 2022. – № 6 (51). Т. 4. – С. 148–156. – Режим доступа: <https://www.vestnik-nauki.rf/article/5957> (22.10.25).
2. Волков Б.С. Психология подростка [Текст]: учебное пособие / Б.С. Волков. – М.: Академический проект, 2017. – 240 с.
3. Дерябина Е.А., Фадеев В.И., Фадеева В.И. Возрастная психология [Текст]: учебное пособие / Е.А. Дерябина, В.И. Фадеев, В.И. Фадеева. – М.: Ай Пи Эр Медиа, 2018. – 158 с.

4. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге [Текст] / Е.В. Емельянова. – М.: Генезис, 2015. – 376 с.

5. Корытникова Н.В. Интернет как средство производства сетевых коммуникаций в условиях виртуализации общества [Электронный ресурс] / Н.В. Корытникова // Социологические исследования. – 2007. – № 2. – С. 85-93. – Режим доступа: [//infoculture.rsl.ru/\\_IK\\_Archive/DEK/content/2008/DEK-2008-02-3.htm](http://infoculture.rsl.ru/_IK_Archive/DEK/content/2008/DEK-2008-02-3.htm) (11.10.25).

6. Манько Ю.В., Оганян К.М. Социология молодежи [Текст]: учебное пособие / Ю.В. Манько, К.М. Оганян. – СПб.: Метрополис, 2008. – 316 с.

7. Нугаев П.И. Влияние интернета и социальных сетей на современную молодежь [Электронный ресурс]: / П.И. Нугаев // Вестник науки и образования. – 2020. – № 12–1 (90). – С. 9-94. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43083979> (29.10.2025).

**LAZAREVA Venera Valeryevna**

Graduate Student, Chelyabinsk State University, Russia, Chelyabinsk

## THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA USAGE TIME ON STUDENTS' SELF-ESTEEM

**Abstract.** *The article presents the results of a study of the influence of the time spent using social networks on the level of self-esteem of students. The differences in self-esteem between groups of active and less active users of social networks are considered.*

**Keywords:** *social networks, self-assessment, students, psychological diagnostics.*

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

КИРИЧЕНКО Анжелика Ивановна

магистрантка,

Белгородский государственный национальный исследовательский университет,

Россия, г. Белгород

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВКИ БЕГУНОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ

**Аннотация.** В статье содержатся ключевые принципы специальной физической подготовки (СФП) для бегунов-любителей, выходящие далеко за рамки стандартных пробежек. Мы рассмотрим, почему силовая подготовка, упражнения на стабильность, мобильность и развитие нейромышечного контроля являются не просто дополнением, а фундаментом для эффективного, экономичного и, что самое важное, безопасного бега. Вы узнаете, как интеграция этих компонентов в ваш тренировочный план позволит не только бежать быстрее и дальше, но и предотвратить типичные беговые травмы, сохранив радость от движения на долгие годы.

**Ключевые слова:** специальная физическая подготовка, бегуны-любители, иерархическая модель, интеграция тренировок, беговая экономичность, профилактика травматизма, стабильность, мобильность, силовая подготовка.

Рост популярности оздоровительного бега – одна из наиболее значимых тенденций в мировом спортивном движении последних десятилетий. Ежегодно миллионы людей прибегают к бегу, видя в нём доступное средство повышения физической кондиции, борьбы с гиподинамией и улучшения психоэмоционального состояния. Развитие проприоцепции и нейромышечного контроля, являясь основой для формирования правильного двигательного стереотипа, находит свое научное обоснование в работах, посвященных физиологии мышечной деятельности [4]. Однако параллельно с этим отмечается стабильно высокий уровень бегового травматизма среди любителей, который, по данным различных мета-анализов, достигает 40–50% в год. Важность создания мышечного корсета и устранения дисбалансов подчеркивается в контексте индивидуальных особенностей телосложения и их влияния на предрасположенность к травмам [5]. Наиболее частыми причинами травм, таких как синдром пателлофеморальной боли, «колени бегуна», плантарный фасциит и стресс-переломы, исследователи называют совокупность факторов,

известных как «ошибки тренировочного процесса» – резкое увеличение объема или интенсивности, – и биомеханические нарушения, вызванные мышечным дисбалансом [6].

Традиционные тренировочные планы для любителей, доступные в мобильных приложениях и популярной литературе, сфокусированы преимущественно на беговых объемах, темпе и циклической периодизации. В то же время, компоненту специальной физической подготовки (СФП), направленной на развитие мышечного корсета, стабильности, мобильности и нейромышечного контроля, уделяется второстепенное внимание или она полностью игнорируется. Это создает значительный пробел между современными научными представлениями о подготовке бегуна и массовой практикой.

Целью данной статьи является систематизация и разработка целостной концепции специальной физической подготовки для бегунов-любителей, основанной на синтезе современных научных данных и направленной на оптимизацию производительности и минимизацию риска травматизма. Данная работа заключается

в преодолении разрыва между теоретическими знаниями спортивной науки и их практической реализацией в любительском беге. Эффективным инструментом повышения беговой экономичности, но адаптированных к возможностям любителей, является использование базовых силовых и плиометрических упражнений,

аналогично применяемых в подготовке квалифицированных спортсменов [1].

В результате проведенного анализа была разработана комплексная модель специальной физической подготовки (СФП) для бегунов-любителей. Основные результаты представлены ниже.

Таблица

**Содержательное написание уровней модели СФП для бегунов-любителей**

Уровень СФП	Ключевые компоненты	Примеры упражнений	Рекомендуемые параметры нагрузки	Целевой эффект
1. Стабильность и Мобильность	<ul style="list-style-type: none"> <li>Стабильность кора;</li> <li>Стабильность таза;</li> <li>Мобильность тазобедренного сустава;</li> <li>Проприоцепция.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Планки (все варианты);</li> <li>«Птица-собака» (Bird-Dog);</li> <li>Ягодичный мостик;</li> <li>Выпады с акцентом на мобильность ТБС;</li> <li>Баланс на одной ноге.</li> </ul>	2-3 раза в неделю. 2-3 подхода на упражнение. Удержание статических поз 20–60 сек. Динамические упражнения: 10–15 повторений	Снижение компенсаторных движений в беге, улучшение нейромышечного контроля, профилактика травм колена и голени.
2. Фундаментальная Сила	<ul style="list-style-type: none"> <li>Сила мышц ног (разгибатели);</li> <li>Сила задней поверхности бедра;</li> <li>Сила мышц кора.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приседания (с весом тела, гоблет);</li> <li>Становая тяга (румынская);</li> <li>Выпады;</li> <li>Тяга гири.</li> </ul>	2 раза в неделю (не перед ключевыми беговыми тренировками). 3 подхода по 8–12 повторений. Отдых 60–90 сек.	Повышение жесткости опорно-двигательного аппарата, способности генерировать усилие, база для развития мощностности.
3. Силовая Выносливость и Мощностность	<ul style="list-style-type: none"> <li>Плиометрика;</li> <li>Взрывная сила;</li> <li>Специальная беговая сила.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Прыжки на ящик;</li> <li>Запрыгивания;</li> <li>Выпрыгивания из приседа;</li> <li>«Бег на месте» с акцентом на частоту и мощностность отталкивания.</li> </ul>	1-2 раза в неделю. 2-3 подхода по 6–10 повторений. Отдых 2-3 мин. между подходами. Выполнять на свежих ногах.	Улучшение беговой экономичности, эффективности использования упругой энергии, повышение темпа и длины шага.

На основе выявленных приоритетов для минимизации травматизма и прогресса в беге была создана трехуровневая пирамида СФП. Данная модель отражает логическую последовательность внедрения элементов в тренировочный процесс. Предложенная трехуровневая пирамида СФП, где основанием служат стабильность и мобильность, а вершиной –

мощностность, находит подтверждение в современных представлениях о биомеханике бега и принципах тренировки [2]. Наш подход согласуется с концепцией риска травматизма, согласно которой дефицит мобильности в тазобедренном суставе и слабость мышц-стабилизаторов таза являются первичными факторами, ведущими к биомеханическим компенсациям

и последующим травмам колена и голени. Таким образом, акцент на первом уровне модели на упражнениях, подобных «Птице-собаке» и ягодичному мостику, является не случайным выбором, а прямым следствием анализа эпидемиологии бегового травматизма.

Данная модель также переключается с принципом «от общего – к частному», фундаментальным для отечественной школы физической культуры [3]. Мы адаптировали этот принцип для узкой задачи СФП: сначала создается общий, стабильный и мобильный «фундамент» (уровень 1), затем наращивается силовой потенциал (уровень 2), и только после этого добавляется специфическая «отделка» в виде мощностных и плиометрических упражнений (уровень 3). Это позволяет минимизировать риск травм, которые могут возникнуть при выполнении интенсивных прыжковых упражнений на неготовом к ним опорно-двигательном аппарате.

Проведенное исследование и систематизация данных позволили разработать целостную концепцию специальной физической подготовки (СФП) для бегунов-любителей. Основным результатом работы является иерархическая модель, которая не просто перечисляет компоненты СФП, но и устанавливает логическую и временную последовательность их внедрения.

### Литература

1. Грецов Г.В., Янковский А.Б., Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. образования / под ред. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.
2. Дубровский В.И., Федорова В.Н., Биомеханика: Учеб. для сред. и высш. учеб. заведений. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 672 с.
3. Матвеев Л.П., Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для инст. физ. культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 85 с.
4. Павленкович С.С., Физиология возбудимых тканей нервной системы и высшей нервной деятельности: учебно-методическое пособие для студентов Института физической культуры и спорта / Авт.-сост. С.С. Павленкович, Т.А. Беспалова., Саратов: Изд-во Саратовского государственного университета, 2018. – 51 с.
5. Туманян Г.С., Мартиросов Э.Г. Телосложение и спорт. – М.: Физкультура и спорт, 2019. – 240 с.
6. Шихов А.В., Семёнов Г.И. Медико-педагогические аспекты спортивного травматизма: учебное пособие / Мин-во науки и высшего образования РФ. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2020. – 35 с.

KIRICHENKO Angelika Ivanovna

Master's Student, Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

## THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING IN THE TRAINING SYSTEM FOR AMATEUR RUNNERS

**Abstract.** *The article contains the key principles of special physical training (SFP) for amateur runners, which go far beyond standard runs. We will look at why strength training, stability exercises, mobility and neuromuscular control development are not just a supplement, but the foundation for effective, economical and, most importantly, safe running. You will learn how integrating these components into your training plan will not only allow you to run faster and further, but also prevent typical running injuries, preserving the joy of movement for many years to come.*

**Keywords:** *special physical training, amateur runners, hierarchical model, training integration, running efficiency, injury prevention, stability, mobility, strength training.*

**КУЗИНА Юлия Андреевна**

студентка, Кемеровский государственный университет, Россия, г. Кемерово

*Научный руководитель – старший преподаватель кафедры физического воспитания  
Кемеровского государственного университета Сметанин Андрей Григорьевич*

## **ПИТАНИЕ И ГИДРАТАЦИЯ ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ**

**Аннотация.** Студенческий образ жизни часто предполагает высокий учебный стресс, нерегулярный режим дня, ограниченный бюджет и дефицит сна. При этом многие студенты занимаются физической активностью – от утренних пробежек до командных видов спорта и силовых тренировок. Правильное питание и адекватная гидратация помогают повысить эффективность тренировок, улучшить восстановление, поддержать иммунитет и общую работоспособность. Эта статья рассматривает научно обоснованные принципы питания и гидратации при физической активности студентов, дает рекомендации по ежедневному рациону, стратегиям питания до, во время и после тренировок, а также советы по поддержанию оптимального водного баланса в условиях учебной и спортивной нагрузки.

**Ключевые слова:** спорт, физическая культура, студенты, гидратация, правильное питание.

Питание и гидратация – ключевые компоненты эффективных занятий физической активностью, особенно в условиях студенческой жизни. Недостаток этого снижает работоспособность, ухудшает восстановление и повышает риск травм, тогда как правильная комбинация поддерживает терморегуляцию, когнитивные функции и выносливость. Баланс макро- и микронутриентов, оптимальное распределение приемов пищи вокруг тренировок и своевременное восполнение потерь жидкости формируют основу спортивного потенциала и общего здоровья.

Начнем с сохранения энергетического баланса и расхода энергии. В основном, энергозатраты состоят из базовой скорости метаболизма, термического эффекта пищи, энергии на физическую активность и адаптивного термогенеза [1]. Для студентов с умеренной активностью общая суточная потребность может варьировать от ~2000 до 3000+ ккал в зависимости от пола, возраста, роста, массы тела и объема тренировок [2]. Следует учитывать, что при росте физической активности важно покрывать дополнительную потребность энергией, чтобы избежать хронического дефицита и утраты мышечной массы.

Не маловажную роль играют микронутриенты, необходимые для поддержания формы и здоровья человека. К примеру, для интенсивной работы (особенно анаэробной), необходимо употребление достаточного количества

главного источника энергии – углеводов. «Нормы потребления углеводов – 50–55% от общей калорийности суточного рациона. Чем активнее и подвижнее образ жизни, тем важнее получать углеводы в необходимом количестве. При недостаточном их поступлении организм начинает использовать для восполнения энергии жиры и белок, а это может спровоцировать сбой в обмене веществ» [3].

После любой активности необходимо стабилизировать и обеспечить рост мышечной ткани, а также стимулировать синтез ферментов – помощником в этом для организма является белок. Физиологическая потребность в белке для взрослого населения составляет 12–14% от энергетической суточной потребности: от 75 до 114 г/сутки для мужчин и от 60 до 90 г/сутки для женщин [4, с. 13]. Стоит учитывать, что важна равномерная раздача белка по приемам пищи (~20–40г белка за раз) и присутствие полноценного аминокислотного профиля.

Далее рассмотрим жиры, они важны для абсорбции жирорастворимых витаминов, гормонального гомеостаза. Потребление жиров для взрослых должно составлять не более 30% от калорийности суточного рациона. Физиологическая потребность в жирах – от 72 до 127 г/сутки для мужчин и от 57 до 100 для женщин [4, с. 13].

Поговорим теперь о микронутриентах, они не являются источниками энергии, но участвуют в усвоении пищи, регуляции функций,



осуществлении процессов роста, адаптации и развития организма. Одним из важных элементов является железо. Его нехватка может быть критична для транспортировки кислорода, а его дефицит вызывает снижение выносливости и когнитивной функции [4, с. 21]. Не стоит также забывать и про кальций с витамином D, которые необходимы для костей. Для поддержания энергетического обмена и нервной системы необходимо следить за уровнем магния, йода и витамина B12 в организме. Особое внимание их недостатку нужно обратить вегетарианцам. В условиях стресса у студентов комбинация всех этих элементов необходима для нормального функционирования организма.

Теперь разберемся с питанием в течение дня, начнем с приема пищи перед тренировкой. Стоит понимать важность этого, так как перед правильно подобранным рационом стоят следующие задачи: обеспечить запасы гликогена, поддержать уровень сахара в крови, минимизировать дискомфорт ЖКТ. Время приема зависит от объема и состава пищи. Далее в статье будут представлены оптимальные блюда под разные потребности. Плотный прием пищи (например: куриное филе с рисом и овощами) лучше употреблять за 3-4 часа до тренировки, легкую закуску (например: йогурт с мюсли, тост с медом) за 30–60 минут. Это необходимо, чтобы извлечь максимальную пользу и выгоду для организма. Любая порция рассчитывается по формуле: углеводы + белки + жиры, недостаток того или иного нутриента может привести к менее эффективным результатам. В целом, объем и состав ингредиентов зависит от индивидуальных потребностей, для утренней разминки можно поработать

натошак при адаптации, но не для полноценной физической активности. Во время самой тренировки питание не всегда нужно, если это короткая сессия (до 60 минут), достаточно гидратации. При длительных сессиях (от 60 минут) нужно пополнять баланс углеводов [5]. Необязательно носить с собой контейнеры с едой, достаточно спортивных батончиков, сушеных фруктов или напитков с углеводами. А вот после тренировки необходимо уделить внимание питанию, как минимум для восстановления белкового синтеза и водно-электролитного баланса. Как раз первые 30–60 минут наиболее благоприятны для синтеза гликогена и белка. Общее потребление белка за сутки важнее, чем единичный прием, но при интенсивных активностях постараться все-таки включить 20–40 г белка в ближайший прием пищи.

Важно не забывать о достаточной гидратации, ведь обезвоживание даже на 2% массы тела снижает работоспособность и когнитивные функции человека. К тому же потеря электролитов влияет на мышечную функцию и риск судорог. В нормальных условиях потребность взрослого человека в воде составляет 1.0–1.5 мл/ккал [4, с. 24]. Студентам ни в коем случае не следует заменять прием воды энергетическими или большим количеством кофеиносодержащих напитками.

Разберемся с тем, что у студентов чаще всего нет времени для раздумий и готовки, а также ограниченный бюджет. Здесь поможет планировать заранее меню на несколько дней и готовить большие порции с дальнейшей заморозкой. Это экономит и время, и деньги. Мы подготовили пример доступных видов меню под разные запросы студентов:

Таблица

	Для поддержания веса и базовой физической подготовки (примерно 2200–2600 ккал)	Для набора массы при силовых тренировках (калорийный избыток, белок 1.6–2.0 г/кг)	Для снижения веса при сохранении мышечной массы (умеренный дефицит 10–20%, белок 1.6–2.2 г/кг)
Завтрак	Овсянка на молоке с бананом, омлет из двух яиц	Омлет из трех яиц/ овсянка с медом и молоком	Здесь стоит уделить внимание высокобелковым завтракам, контролировать порцию углеводов, увеличить объем овощей и распределить потребление белка равномерно на весь день.
Перекус	Греческий йогурт с горстью орехов	Смузи с протеином, арахисовой пастой и бананом	
Обед	Курица с гречкой, овощной салат	Стейк с рисом и фасолью	
Перекус	Творог	Тост с тунцом	
Ужин	Рыба с картофелем, овощи	Паста с курицей и овощами, творог или кефир (средней жирности) перед сном	

Вегетарианцам стоит уделить особое внимание составлению своего рациона питания. Важно чтоб были в достатке все микронутриенты, в особенности белок. Здесь поможет комбинирование растительного белка для полноценного аминокислотного профиля: бобовые + зерновые (например, рис и фасоль, хумус и хлеб). Следить за витамином B12, железом (негемовое железо хуже усваивается), витамином D и омега-3 (альтернативой могут быть обогащённые продукты или добавки). Растительный белок можно найти в тофу, чечевице, нуте, киноа или орехах.

Существуют и полезные спортивные добавки к питанию. Важно понимать, что они не заменят полноценного питания и стоит их вводить в рацион только по необходимости. Например, для поддержки силовых показателей и роста мышечной массы можно добавить креатин моногидрат. Кофеин улучшает выносливость и мощность при умеренных дозах (3–6 мг/кг за 30–60 минут до нагрузки). Студентам к кофеину стоит относиться с осторожностью из-за сна и тревожности. Для достижения дневных норм белка удобны сывороточные и растительные протеины.

Во время сессий и экзаменов нужно не забывать про соблюдение питания, так как психическое напряжение повышает потребность в энергии и влияет на аппетит. Здесь поможет поддерживающая стратегия: регулярные приемы пищи с белком и сложными углеводами, достаточная гидратация. Важно избегать переедания, а для этого стоит выработать привычку и не отслеживать результат (например, привычка есть белок в каждом приеме пищи). Представляем практическое руководство:

- Оцените свои цели – поддержание формы, набор массы, потеря жира, подготовка к соревнованиям;
- Рассчитайте примерную потребность в калориях (можно воспользоваться любым онлайн калькулятором);
- Установите цель по макронутриентам – белок 1.2–2.0 г/кг, углеводы – в зависимости от нагрузки, жиры 20–35% калорий;
- Составьте базовое меню на неделю, выберите простые рецепты.

Планируйте гидратацию:

- Оцените необходимость добавок – по результатам питания и анализов, нужны ли витамин D, B12, железо и прочие;
- Оценивайте свой прогресс и корректируйте калорийность.

Таким образом, правильное питание и гидратация необходимы студентам, совмещающим учебу и физическую активность. Базовые принципы, которых следует придерживаться – достаточная энергообеспеченность, адекватный белок, умелое использование углеводов вокруг тренировок, приоритет качественным жирам и микронутриентам, а также регулярная гидратация. Практические стратегии адаптированы под ограниченный бюджет и время: планирование, приготовление порций и использование простых, насыщенных питательными веществами продуктов. Добавки нужны не всегда, но могут помочь при специфических задачах или дефицитах.

### Литература

1. Правила здорового питания: энергетический баланс  
[<https://77.rospotrebnadzor.ru/index.php/press-centr/186-press-centr/12369-pravila-zdorovogo-pitaniya-energeticheskij-balans-24-11-2023>] (дата обращения: 27.11.2025).
2. Здоровое питание для взрослых  
[<https://71.rospotrebnadzor.ru/content/596/110927/>] (дата обращения: 27.11.2025).
3. Углеводы в рационе. Кому, зачем и сколько?  
[<https://77.rospotrebnadzor.ru/index.php/press-centr/186-press-centr/11217-uglevody-v-ratsione-komu-zachem-i-skolko-11-10-2022>] (дата обращения: 27.11.2025).
4. Методические рекомендации МР 2.3.1.0253-21 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации» (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 22 июля 2021 г.) 2021. 57 с.
5. Питание и фитнес: как еда влияет на ваши тренировки.  
[<https://flightfitness.ru/articles/fitnes/pitanie-i-fitnes-kak-eda-vliyaet-na-vashi-trenirovki/>] (дата обращения: 27.11.2025).

**KUZINA Yuliya Andreevna**

Student, Kemerovo State University, Russia, Kemerovo

*Scientific Advisor – Senior Lecturer at the Department of Physical Education  
of Kemerovo State University Smetanin Andrey Grigorievich*

## **NUTRITION AND HYDRATION DURING PHYSICAL ACTIVITY OF STUDENTS**

**Abstract.** *The student lifestyle often involves high academic stress, irregular daily routine, limited budget and lack of sleep. At the same time, many students engage in physical activity, from morning runs to team sports and strength training. Proper nutrition and adequate hydration help to increase the effectiveness of training, improve recovery, support immunity and overall performance. This article examines the scientifically based principles of nutrition and hydration during physical activity of students, provides recommendations on daily diet, nutrition strategies before, during and after workouts, as well as tips on maintaining optimal water balance in conditions of academic and athletic stress.*

**Keywords:** *sports, physical education, students, hydration, proper nutrition.*

**МИРОНОВА Татьяна Александровна**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры,  
Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
Россия, г. Белгород

**ПЕТРЕНКО Олеся Владимировна**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры,  
Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
Россия, г. Белгород

**БОГОМАЗОВА Юлия Сергеевна**

ассистент кафедры теории и методики физической культуры,  
Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
Россия, г. Белгород

**ВАСИЛЕНКО Алина Юрьевна**

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

**ОКУНЕВА Оксана Евгеньевна**

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

**ХВАТОВА Светлана Алексеевна**

инструктор по физической культуре,  
МБДОУ детский сад № 19 «Антошка»,  
Россия, г. Белгород

## **МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГИМНАСТИКОЙ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности развития гибкости у детей младшего школьного возраста (7–10 лет), занимающихся гимнастикой. Обосновывается важность целенаправленного развития гибкости в данном возрастном периоде для достижения высоких спортивных результатов и профилактики травматизма. Представлена методика, включающая комплекс упражнений на развитие гибкости, учитывающих анатомо-физиологические особенности детей. Особое внимание уделяется соблюдению принципов постепенности, систематичности и индивидуализации тренировочного процесса. Приведены рекомендации по дозировке упражнений, организации тренировочных занятий и контролю за уровнем развития гибкости.

**Ключевые слова:** гибкость, дети младшего школьного возраста, гимнастика, методика, упражнения, тренировочный процесс, анатомо-физиологические особенности.

**Г**ибкость – это одно из пяти основных физических качеств человека. Она характеризуется степенью подвижности звеньев опорно-

двигательного аппарата и способностью выполнять движения с большой амплитудой. Это

физическое качество необходимо развивать с самого раннего детства и систематически [1].

Внешнее проявление гибкости отражает внутренние изменения в мышцах, суставах, сердечно-сосудистой системе. Недостаточная гибкость приводит к нарушениям в осанке, возникновению остеохондроза, отложению солей, изменениям в походке. Недостаточное развитие гибкости у детей приводит к травмированию на занятиях, а также к несовершенной технике выполнения упражнений [2, 7].

Для успешного развития гибкости, прежде всего, необходима теоретическая обоснованность вопроса. Необходимые для практики сведения относятся к различным областям знаний: теории и методике физического воспитания, анатомии, биомеханике, физиологии. Закономерности, лежащие в основе развития гибкости, не изучались всесторонне, исследования проводились в направлении накопления фактических материалов в различных областях знаний. Для нахождения эффективных средств развития гибкости предлагается комплексный подход, объединяющий различные области познания, что поможет выявить причинно-следственную связь всех сторон изучаемого качества.

Особенности гибкости имеют свою специфику в зависимости от рода деятельности.

Развитие гибкости происходит интенсивно в раннем детстве и младшем школьном возрасте. Однако, как показывают наблюдения, развитие этого важного качества у детей в начальной школе уделяется не столько много времени, поэтому проблема развития гибкости очень актуальна.

Разработанная нами методика развития гибкости, основанная на использовании упражнений активного и пассивного характера, позволит более качественно повысить уровень развития гибкости у детей младшего школьного возраста, занимающихся гимнастикой.

Нами были использованы следующие методы: теоретический анализ и обобщение литературных данных; опрос (беседа); педагогическое наблюдение; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики; анализ научно-методической литературы.

Контрольное тестирование проводилось в начале, в середине и по окончании педагогического эксперимента. Для оценки развития гибкости были использованы следующие тесты, цель применения тестов: определить уровень развития гибкости. Возраст учащихся: 6–8 лет. Тест: «наклон туловища вперёд». Тест: «шпагат». Тест: «выкрут гимнастической палки»

Педагогический эксперимент проводился на базе МБОУ СОШ №2 на протяжении учебного года.

Эксперимент проводился с целью оценки эффективности методики, направленной на развитие гибкости у учащихся первого класса, занимающихся гимнастикой.

В обследовании участвовали 38 учащихся 1-х классов, которые были разделены на 2 группы: контрольную – 18 детей и экспериментальную – 20, школьники были отобраны в группы методом случайной выборки.

На занятиях в экспериментальной группе использовалась специально разработанная методика для развития гибкости. А в контрольной группе занятия проводились по общепринятой методике (комплексная программа по физическому воспитанию учащихся I–XI классов общеобразовательной школы).

Для выявления эффективности применяемой методики развития гибкости у детей первого класса на занятиях. Мы использовали t - критерий Стьюдента. Что и поможет нам выявить коэффициент достоверности развития гибкости [3].

Таблица 1

Начальный уровень гибкости в экспериментальной группе

Тесты	Группа	X	m
«Выкрут гимнастической палки»	Экспериментальная	20,1	0,567
«Наклон вперед»	Экспериментальная	5,8	0,786
«Шпагат»	Экспериментальная	28,2	0,593

Таблица 2

**Начальный уровень гибкости в контрольной группе**

Тесты	Группа	X	m
«Выкрут гимнастической палки»	Контрольная	20,4	0,600
«Наклон вперед»	Контрольная	5,4	0,600
«Шпагат»	Контрольная	25,8	1,062

Таблица 3

**Результаты тестирования экспериментальной и контрольной групп до начала проведения педагогического эксперимента**

Тесты	Группа	Результат X±m	t	p
«Выкрут гимнастической палки»	Экспер.	20,1±0,567	0,36	>0,05
	Контр.	20,4±0,600		
«Наклон вперед»	Экспер.	5,8±0,786	0,40	> 0,05
	Контр.	5,4±0,600		
«Шпагат»	Экспер.	28,2±0,593	1,97	> 0,05
	Контр.	25,8±1,062		

В экспериментальной группе среднее групповой показатель уровня развития гибкости в Тесте 1 составил – 20,1, в Тесте 2 – 5,8, в Тесте 3 – 28,2. В контрольной группе среднее групповой показатель уровня развития гибкости в

Тесте 1 составил – 20,4, в Тесте 2 – 5,4, в Тесте 3 – 25,8.

Анализ результатов показал, что обе группы однородны. Не по одному тесту между экспериментальной и контрольной группами не выявлено достоверных различий.

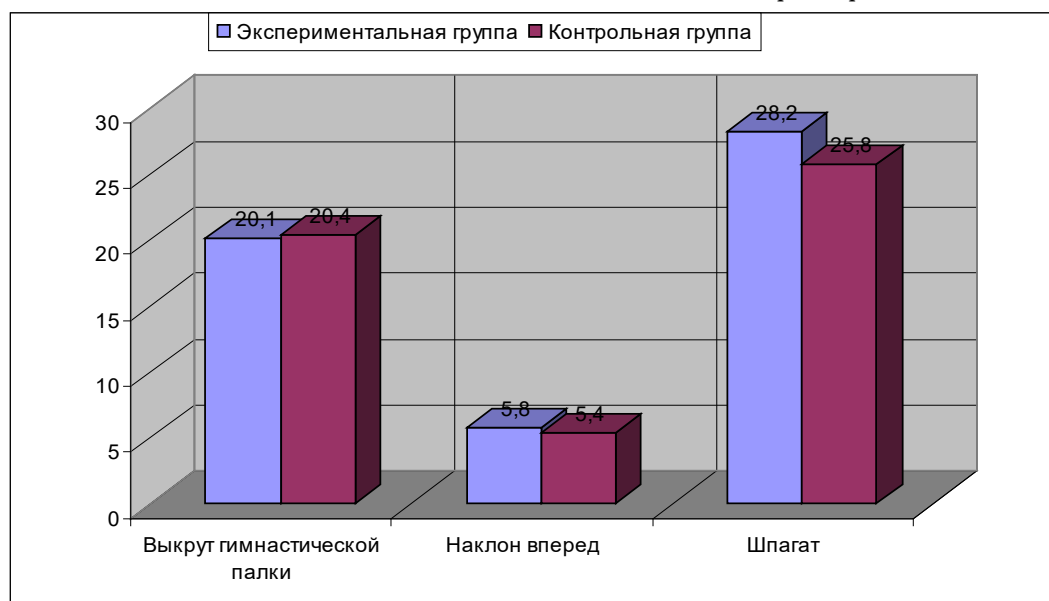


Рис. 1. Результаты тестирования экспериментальной и контрольной групп до начала педагогического эксперимента

Для развития гибкости у детей экспериментальной группы была разработана методика, включающая физические упражнения, направленные на развитие активной и пассивной гибкости. На занятиях следует обеспечить достаточное число повторений каждого упражнения, предоставить учащимся необходимое время для отдыха и восстановления сил между упражнениями.

**Комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости № 1:**

1. И. П. стойка боком к гимнастической стенке, правая (левая) нога впереди, одной рукой взявшись за рейку, другая - в сторону. Задание. Пружина, выпрямлять ноги в коленях, стремясь сделать шпагат. Количество повторений 2-3 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

2. И. П. стойка на одной ноге, опираясь другой на рейку гимнастической стенки на уровне поясицы. Задание. Поочередные пружинистые наклоны сериями к обеим ногам с последующей сменой положения ног. Количество повторений 2-3 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

3. И. П. вис стоя на гимнастической стенке. Задание. Маховые движение ног в стороны. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

4. И. П. в шпагате, касаясь ладонями пола. Задание. Пружинящие покачивания вверх-вниз, выполняется несколькими сериями из 3-7 ритмических повторений. Количество повторений 2-3 раза, со сменой ног. Отдых между упражнениями 20 сек.

5. И. П. стойка на одной ноге. Задание. Высокий мах выпрямленной в коленном суставе ногой вперед – вверх. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

#### **Комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости № 2:**

1. И. П. стойка ноги врозь, руки на поясе. Задание. Пружинистые наклоны туловища к ногам сериями из 2-4 повторений к каждой ноге. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

2. И. П. лежа на спине. Задание. Наклон туловища вперед, вернуться в и. п. Перевести ноги назад за голову, чтобы оказаться в положении лежа на спине согнувшись, вернуться в и. п. Количество повторений 3-4 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

3. И. П. вис стоя на гимнастической стенке, ноги врозь. Задание переходить из виса стоя в вис согнувшись и наоборот, поочередно перебирая рейки двумя руками за счет пружинистых покачиваний. Количество повторений 2-3 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

4. И. П. первый партнёр – сед ноги вместе, второй стоит сзади, ноги врозь, положив руки на плечи первого. Задание. Партнёры выполняют наклоны вперед несколькими сериями из 3-7 ритмических повторений с постепенным увеличением амплитуды и силы воздействия

второго партнёра. Количество повторений 2-3 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

5. И. П. партнёры сидят спиной друг к другу, соединив руки в локтевых суставах. Задание. Наклоны вперед и выпрямление туловища с партнёром на спине. Ноги в коленях не сгибать. Количество повторений 2-3 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

#### **Комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости № 3:**

1. И. П. ноги врозь, руки в стороны. Задание. Круговые движения рук вперед и назад. Движения начинать плавно с постепенным увеличением скорости. Количество повторений 4 круговых движения вперед, 4 круговых движения назад по 4-6 раз. Отдых между упражнениями 20 сек.

2. И. П. ноги врозь, руки согнуты к плечам. Задание. Круговые движения рук вперед и назад из 4-8 повторений, отводя локти назад до сведения лопаток. Отдых между упражнениями 20 сек.

3. И. П. основная стойка. Задание. Махи двумя руками вверх-вниз 4-8 повторений. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

4. И. П. партнёры стоят спиной друг к другу, соединив руки в локтевых суставах. Задание. Отводить лопатки назад с прогибанием плечевого пояса за счёт совместных усилий возвращаться в исходное положение. Дыхание на короткий срок задерживается на вдохе при отведении лопаток. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

5. И. П. партнёры стоят спиной друг к другу, взявшись за руки сверху. Задание. Одновременные совместные выпады вперед, чередуя правую и левую ногу. Количество повторений 6-8 раза. Отдых между упражнениями 20 сек.

По окончании эксперимента мы провели повторное тестирование тех же контрольных упражнений (тестов) и сравнили результаты экспериментальной и контрольной группы. Затем мы провели достоверность по t-критерию Стьюдента. Результаты занесены в таблицы.

Таблица 4

**Измерение в экспериментальной группе после проведения эксперимента**

Тесты	Группа	X	m
«Выкрут гимнастической палки»	Экспериментальная	16,4	0,562
«Наклон вперед»	Экспериментальная	8,6	0,702
«Шпагат»	Экспериментальная	24,9	0,547

Таблица 5

Тесты	Группа	X	m
«Выкрут гимнастической палки»	Контрольная	17,6	0,562
«Наклон вперед»	Контрольная	6,6	0,618
«Шпагат»	Контрольная	23,1	01,10

Таблица 6

**Результаты тестирования экспериментальной и контрольной групп после проведения педагогического эксперимента**

Тесты	Группа	Результат X±m	t	p
«Выкрут гимнастической палки»	Экспер.	16,4±0,562	2,51	< 0,05
	Контр.	17,6±0,562		
«Наклон вперед»	Экспер.	8,6±0,702	2,13	< 0,05
	Контр.	6,6±0,618		
«Шпагат»	Экспер.	24,9±0,547	2,46	< 0,05
	Контр.	23,1±01,10		

В экспериментальной группе после проведения эксперимента средние групповые показатели уровня развития гибкости в Тесте 1 составил – 16,4, в Тесте 2 – 8,6, в Тесте 3 – 24,9. В контрольной группе после проведения эксперимента средние групповые показатели уровня

развития гибкости в Тесте 1 составил – 17,6, в Тесте 2 – 6,6, в Тесте 3 – 23,1. После проведения эксперимента в контрольной группе «выкрут гимнастической палки» увеличился на 2,8, «наклон вперед» на 1,2, «шпагат» на 2,7.

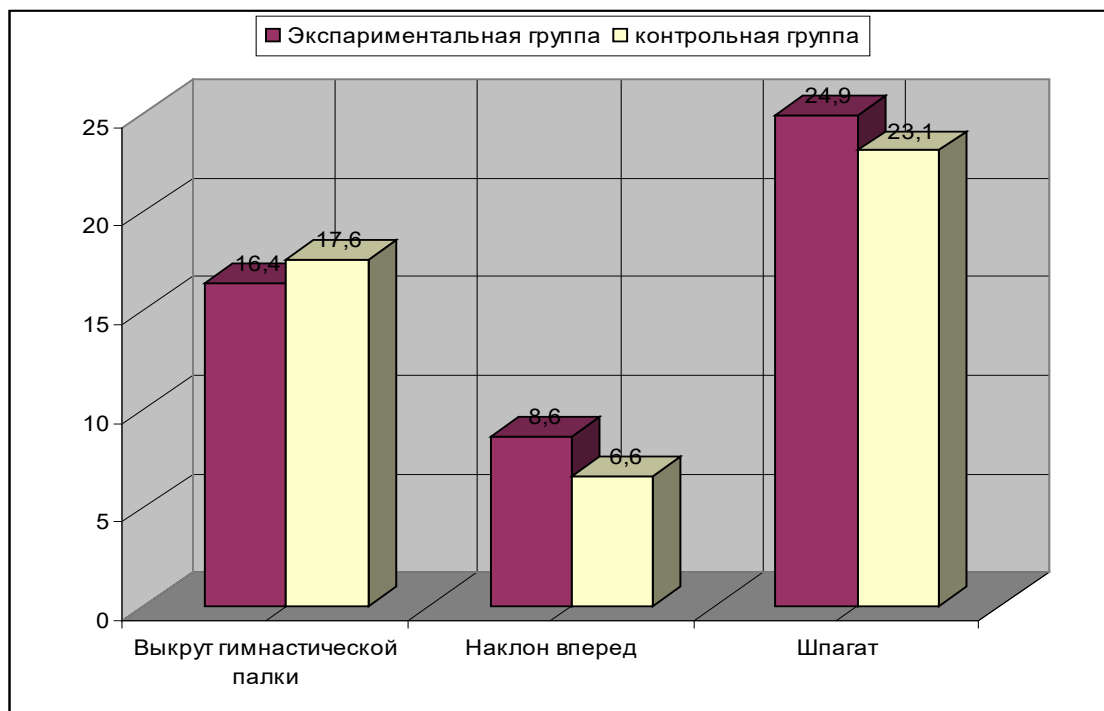


Рис. 2. Результаты тестирования экспериментальной и контрольной групп после проведения педагогического эксперимента



Результаты теоретической и экспериментальной работы позволили сделать следующие выводы:

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для развития физических способностей. Для учащихся первого класса естественной является потребность высокой двигательной активности.

Различия между полученными в эксперименте средними арифметическими значениями считается достоверными ( $p < 0,05$ ), а значит достаточно оснований для того, чтобы говорить о том, что наша методика по развитию гибкости эффективна.

В результате изучения теоретической и методической литературы мы пришли к выводу, что педагогу (тренеру) необходимо хорошо знать возрастные особенности функционирования организма ребенка и младший школьный возраст особенно благоприятен для развития гибкости, так как гибкость является очень важным физическим качеством, которое позволяет достичь высоких достижений физической деятельности ребенка.

С целью эффективного развития гибкости у детей первого класса на занятиях физической культуры нами была разработана методика развития гибкости, основанная на использовании упражнений активного и пассивного характера на занятиях по гимнастике, которая применялась на протяжении всего эксперимента в экспериментальной группе, отобрали контрольные упражнения (тесты): «выкрут гимнастической палки», «наклон вперед», «шпагат».

В экспериментальной группе средне-групповой показатель в тесте «выкрут

гимнастической палки» составил 20,1 (прирост 4,3), а в контрольном 20,4 (прирост 2,8), разница 1,5. Средне-групповой показатель в тесте «наклон вперед» составил в экспериментальной группе 5,8 (прирост 2,8), а в контрольном 5,4 (прирост 1,2), разница 1,6. Средне-групповой показатель в тесте «шпагат» составил в экспериментальной группе 28,2 (прирост 3,3), а в контрольном 25,8 (прирост 2,7), разница 3,6.

### Литература

1. Петров П.К. Гимнастика в школе: Учебное пособие. / П.К. Петров. – Ижевск: Изд-во «Удмуртского университета», 2000. – 448 с.
2. Смолевский В.М. Гимнастика и методика преподавания. / В.М. Смолевский. – М.: Изд-во «ФиС», 1987. – 336 с.
3. Меньшикова Н.К. Гимнастика и методика преподавания. Учебник для факультетов физической культуры. / Н.К. Меньшикова. – СПб.: Изд-во «РГПУ им. А.И. Герцена», 1998. – 463 с.
4. Матвеев А.П. Мельников С.Б. Методика физического воспитания с основами теории. – М.: Просвещение, 1991. – 192 с.
5. Лях В.И. Гибкость: основы измерения и методики развития Физическая культура в школе. – 1999. № 1. С. 4-10.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. Для ин-тов физ. Культуры. – М.: Физическая культура, 1991. – 542 с.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: издательский центр «Академия», 2000 г. – 480 с.

**MIRONOVA Tatiana Alexandrovna**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Education, Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

**PETRENKO Olesya Vladimirovna**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture, Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

**BOGOMAZOVA Yulia Sergeevna**

Assistant Professor at the Department of Theory and Methodology of Physical Education, Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

**VASILENKO Alina Yurievna**

Student,  
Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

**OKUNEVA Oksana Evgenievna**

Master's Student,  
Belgorod State National Research University, Russia, Belgorod

**KHVATOVA Svetlana Alekseevna**

Physical Education Instructor,  
MBDOU Kindergarten No. 19 "Antoshka", Russia, Belgorod

**METHODS OF FLEXIBILITY DEVELOPMENT IN CHILDREN  
OF PRIMARY SCHOOL AGE ENGAGED IN GYMNASTICS**

**Abstract.** *The article discusses the peculiarities of flexibility development in children of primary school age (7-10 years old) engaged in gymnastics. The importance of purposeful development of flexibility in this age period for achieving high athletic results and injury prevention is substantiated. A technique is presented that includes a set of exercises for the development of flexibility, taking into account the anatomical and physiological characteristics of children. Special attention is paid to the observance of the principles of gradualness, systematicity and individualization of the training process. Recommendations on the dosage of exercises, organization of training sessions and control over the level of flexibility development are given.*

**Keywords:** *flexibility, children of primary school age, gymnastics, methodology, exercises, training process, anatomical and physiological features.*

**ПАВЛОВ Александр Вадимович**

студент, Кемеровский государственный университет, Россия, г. Кемерово

**СМЕТАНИН Андрей Григорьевич**

старший преподаватель, Кемеровский государственный университет, Россия, г. Кемерово

*Научный руководитель – старший преподаватель*

*Кемеровского государственного университета Курганова Елена Владимировна*

## **ЦИФРОВИЗАЦИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИТНЕС-ТРЕКЕРОВ И МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ**

**Аннотация.** В статье рассматривается влияние цифровизации на процесс физического воспитания в вузе через использование фитнес-трекеров и мобильных приложений. Актуальность темы обусловлена необходимостью повышения мотивации и эффективности занятий физической культурой у студентов, которые, с одной стороны, являются активными пользователями цифровых технологий, а с другой – часто ведут малоподвижный образ жизни. Исследуется потенциал данных технологий для объективного контроля, повышения учебной активности и формирования осознанного отношения к здоровью.

**Ключевые слова:** цифровизация, физическая культура, фитнес-трекер, мобильное приложение, студенты, мотивация, здоровье.

**Цели данной статьи:** оценить эффективность и потенциал использования фитнес-трекеров и мобильных приложений в рамках учебного процесса по физической культуре в вузе.

### **Задачи:**

1. Проанализировать дидактические возможности фитнес-трекеров и мобильных приложений.
2. Выявить влияние цифровых технологий на мотивацию и физическую активность студентов.
3. Определить проблемы и перспективы интеграции цифровых инструментов в программу по физической культуре.

**Предмет:** учебный процесс по физической культуре в вузе с использованием фитнес-трекеров и мобильных приложений.

**Объект:** студенты вуза, занимающиеся физической культурой.

**Методология:** в процессе исследования использовались аналитические методы поиска и обобщения научной информации, анализ современных образовательных и фитнес-технологий, а также метод сравнительного анализа традиционных и цифровых подходов в физическом воспитании.

### **Введение**

Современная система образования находится в состоянии активной цифровой трансформации. Дисциплина «Физическая культура», несмотря на свою практико-ориентированную специфику, также нуждается во внедрении инновационных решений. Традиционные подходы к организации занятий зачастую сталкиваются с проблемой низкой внутренней мотивации студентов, для которых цифровые технологии являются неотъемлемой частью повседневной жизни. Интеграция фитнес-трекеров и специализированных мобильных приложений в учебный процесс представляется закономерным шагом, позволяющим говорить о формировании новой, цифровой дидактики физического воспитания.

### **Основная часть**

#### **1. Дидактический потенциал фитнес-трекеров и мобильных приложений**

Фитнес-трекеры (умные браслеты, часы) и мобильные приложения (Strava, Google Fit, Apple Health, Adidas Training и др.) предлагают широкий набор функций, имеющих высокую педагогическую ценность:

- **Объективный мониторинг активности:** устройства автоматически регистрируют ключевые показатели: количество пройденных

шагов, пройденную дистанцию, частоту сердечных сокращений (ЧСС), количество сожженных калорий, качество сна. Это позволяет перейти от субъективной оценки «выполнил/не выполнил» к объективному анализу физиологического отклика организма на нагрузку.

- **Визуализация данных и обратная связь:** представление данных в виде графиков и диаграмм помогает студентам наглядно видеть свой прогресс, что является мощным мотивирующим фактором. Преподаватель, имея доступ к агрегированным данным (в анонимном формате), может корректировать нагрузку для группы и индивидуально для каждого студента.

- **Геймификация учебного процесса:** многие приложения используют игровые механизмы: установление целей, получение достижений (ачивментов), соревновательные рейтинги. Это превращает рутинные упражнения в увлекательный квест, повышая вовлеченность и соревновательный дух среди студентов.

- **Персонализация тренировок:** на основе введенных данных (возраст, вес, рост, цели) приложения могут формировать индивидуальные тренировочные планы, что особенно актуально для студентов с разным уровнем физической подготовки и состоянием здоровья.

## 2. Влияние на мотивацию и физическую активность студентов

Использование цифровых технологий напрямую воздействует на ключевые аспекты мотивации:

- **Повышение осознанности:** студенты начинают лучше понимать связь между своей ежедневной активностью и объективными показателями здоровья. Осознание того, что 10 000 шагов в день – это не абстрактная цифра, а конкретная выполнимая задача, стимулирует к движению.

- **Формирование привычки:** регулярные уведомления и напоминания, а также визуализация «серии побед» (например, неделя без пропущенных тренировок) способствуют закреплению привычки к регулярной физической активности, выходящей за рамки академических занятий.

- **Социальная поддержка и соревнование:** функции делиться результатами с друзьями, участвовать в групповых челленджах создают позитивное социальное давление и поддерживают дух здорового соперничества, что крайне важно в студенческой среде.

## 3. Проблемы и перспективы интеграции

Несмотря на очевидные преимущества, внедрение цифровых технологий сопряжено с рядом challenges (вызовов):

- **Неравенство доступа:** не все студенты могут позволить себе персональный фитнес-трекер, что может создать цифровой разрыв внутри группы.

- **Достоверность данных:** погрешность в измерениях, особенно у бюджетных моделей трекеров, может исказить реальную картину.

- **Риск гипердиагностики и повышенной тревожности:** постоянный мониторинг показателей здоровья может привести к невротизации и излишней фиксации на цифрах.

- **Необходимость переподготовки преподавательского состава:** педагоги должны быть готовы не только технически, но и методически работать с новым цифровым инструментарием.

Перспективы же видятся в разработке специализированных образовательных модулей, интеграции данных с университетскими информационными системами для учета индивидуальной работы студентов, а также в проведении дальнейших исследований по оценке долгосрочного эффекта такой цифровизации.

## Заключение

Цифровизация уроков физической культуры через использование фитнес-трекеров и мобильных приложений представляет собой эффективный инструмент модернизации учебного процесса. Данные технологии позволяют перейти от унифицированного подхода к персонализированному, значительно повышают мотивацию и осознанность студентов, формируя у них устойчивую привычку к здоровому и активному образу жизни. Преодоление существующих организационных и технических challenges откроет новые горизонты для повышения качества физического воспитания в вузе и подготовки физически здоровых, дисциплинированных и мотивированных специалистов.

## Литература

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физкультуры – М.: Физкультура и спорт, 1998.
2. Бальсевич В.К. Здоровье в движении М.: Советский спорт, 1998.
3. Лубышева Л.И. Современный подход к модернизации образования в сфере

физической культуры и спорта // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 10.

4. Лукьяненко В.П. Цифровая трансформация физической культуры и спорта: вызовы и возможности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2020. – № 5.

5. Patel M.S., et al. "Effect of a Game-Based Intervention Designed to Enhance Social Incentives to Increase Physical Activity Among Families: The BE FIT Randomized Clinical Trial." JAMA Internal Medicine, 2017.

**PAVLOV Alexander Vadimovich**

Student, Kemerovo State University, Russia, Kemerovo

**SMETANIN Andrey Grigorievich**

Senior Lecturer, Kemerovo State University, Russia, Kemerovo

*Scientific Advisor – Senior Lecturer at Kemerovo State University Kurganova Elena Vladimirovna*

## **DIGITALIZATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES: THE EFFECTIVENESS OF USING FITNESS TRACKERS AND MOBILE APPLICATIONS**

**Abstract.** *The article examines the impact of digitalization on the process of physical education at the university through the use of fitness trackers and mobile applications. The relevance of the topic is determined by the need to increase the motivation and effectiveness of physical education among students, who, on the one hand, are active users of digital technologies, and on the other, often lead a sedentary lifestyle. The potential of these technologies for objective monitoring, increasing learning activity and forming a conscious attitude to health is being investigated.*

**Keywords:** *digitalization, physical education, fitness tracker, mobile application, students, motivation, health.*

**ПОГОДИНА София Олеговна**

студентка, Кемеровский государственный университет, Россия, г. Кемерово

*Научный руководитель – старший преподаватель физической культуры  
Кемеровского государственного университета Сметанин Андрей Григорьевич*

## **ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ: ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ, ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**Аннотация.** Физическая активность играет ключевую роль в сохранении и укреплении здоровья населения. Современная медицина и физиология подтверждают, что регулярные физические нагрузки способствуют профилактике широкого спектра заболеваний, улучшают качество жизни и способствуют формированию здорового образа жизни. В данной статье рассматриваются основные аспекты влияния физической активности на здоровье, а также практические рекомендации по её внедрению в повседневную жизнь.

**Ключевые слова:** спорт, физическая культура, здоровье, здоровый образ жизни, профилактика заболеваний.

В современном мире, характеризующемся гиподинамией и преобладанием сидячего образа жизни, проблема сохранения и укрепления здоровья населения приобретает особую актуальность. Физическая активность (ФА) является одним из ключевых факторов, определяющих состояние здоровья и продолжительность жизни. Регулярные занятия физическими упражнениями оказывают многогранное положительное воздействие на организм человека, способствуя профилактике широкого спектра заболеваний и формированию здорового образа жизни.

Физическая активность – это любые движения тела, увеличивающие расход энергии по сравнению с состоянием покоя. К ним относятся ходьба, бег, езда на велосипеде, занятия спортом, выполнение физических упражнений и т. д. [6]. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), недостаточная физическая активность является одним из главных факторов риска развития неинфекционных заболеваний, таких как сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет, ожирение и некоторые виды рака.

Регулярные физические нагрузки положительно влияют на сердечно-сосудистую систему, способствуют снижению артериального давления, улучшению липидного профиля и уменьшению риска развития атеросклероза. Умеренные физические нагрузки способствуют

улучшению чувствительности к инсулину и снижению риска развития сахарного диабета 2 типа. Кроме того, физическая активность помогает контролировать массу тела и снижает риск ожирения. Влияние ФА на здоровье обусловлено сложным комплексом физиологических механизмов:

- **Сердечно-сосудистая система:** ФА способствует снижению артериального давления, уровня холестерина в крови и риска образования тромбов, что значительно снижает вероятность развития ишемической болезни сердца, инсульта и других сердечно-сосудистых заболеваний.
- **Эндокринная система:** ФА повышает чувствительность тканей к инсулину, улучшает контроль уровня глюкозы в крови и способствует профилактике диабета 2 типа. Кроме того, физические упражнения регулируют выработку гормонов, таких как кортизол и адреналин, снижая уровень стресса и тревожности.
- **Иммунная система:** Умеренные физические нагрузки укрепляют иммунную систему, повышая устойчивость организма к инфекционным заболеваниям. Однако интенсивные тренировки могут временно снизить иммунитет, поэтому важно соблюдать умеренность и давать организму достаточно времени для восстановления. Во время силовых тренировок мышечные волокна получают

микроповреждения, которые вовремя отдыха от нагрузки заживляются [2, с. 135].

- **Костно-мышечная система:** ФА способствует укреплению костей и мышц, что особенно важно для профилактики остеопороза и саркопении, особенно у пожилых людей. Регулярные упражнения улучшают координацию движений, равновесие и снижают риск падений.

По результатам опроса, проведенного в 2024 году экспертами сети фитнес-клубов Pride Fitness, среди тех, кто регулярно занимается спортом, 41% отметили улучшение настроения, 39% стабилизацию веса, 35% – повышение работоспособности. Кроме того, у 32% благодаря фитнесу наладился сон, а у 24% снизился стресс [5]. Также по результатам опроса ВЦИОМ, проведенного в апреле 2024 года, россияне считают, что главная составляющая здорового образа жизни – физическая активность (94% ответов). В это понятие входят занятия спортом и физкультурой (46%), физические нагрузки (20%), прогулки на свежем воздухе (15%), активный отдых (5%), труд и работа на даче (по 4%).

Физическая активность также является неотъемлемой частью здорового образа жизни. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это такие типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые приводят к увеличению продолжительности жизни человека, его социальному и профессиональному долголетию [1, с. 30].

Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют формированию позитивных привычек, таких как правильное питание, отказ от курения и употребления алкоголя, а также улучшение качества сна [3].

Полноценный сон является одним из обязательных условий нормальной жизнедеятельности организма. Необходимое ежесуточное время сна в большинстве случаев является индивидуальным показателем, но в среднем его продолжительность принято считать равной 7-8 часам в сутки [4, с. 28].

Регулярные занятия физическими упражнениями – это не только способ поддерживать тело в тонусе, но и мощный инструмент для формирования здорового образа жизни. Когда физическая активность становится привычкой, она естественным образом влечет за собой другие позитивные изменения. Например, после тренировки организм часто требует более качественной пищи. Вместо фастфуда появляется потребность в свежих овощах, фруктах,

белковых продуктах. Это ведет к сбалансированному и здоровому питанию, которое, в свою очередь, положительно влияет на самочувствие и энергию.

Физическая активность также помогает справляться со стрессом. Во время тренировок выделяются эндорфины – гормоны счастья, которые улучшают настроение и снижают уровень тревожности. Это отличная альтернатива курению или алкоголю, к которым люди порой прибегают, чтобы расслабиться. Вместо вредных привычек, тело получает заряд бодрости и хорошее самочувствие.

В заключение физическая активность представляет собой не только модное направление, но и объективную необходимость в условиях современного общества, где люди всё чаще сталкиваются с «сидячим» образом жизни. Физическая активность является мощным инструментом для поддержания здоровья, профилактики заболеваний и повышения качества жизни. Инвестирование времени и ресурсов в регулярные занятия физическими упражнениями является вкладом в долголетие, благополучие и активную социальную адаптацию. Рекомендуется учитывать рекомендации экспертов, индивидуальные особенности и возможности для интеграции физической активности в повседневную жизнь. Необходимо акцентировать внимание на значимости физической активности как приоритетного фактора, определяющего перспективы здорового развития и долголетия.

### Литература

1. Бобков В.В., Берговина М.Л., Татарова С.Ю., Жукарева Г.М. Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни. Курс лекций: учебное пособие для вузов / В.В. Бобков, М.Л. Берговина, С.Ю. Татарова, Г.М. Жукарева. – Санкт-Петербург: Лань, 2025. – ISBN 978-5-507-51829-6. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/460568> – С. 30.

2. Задачи и перспективы развития физической культуры и спорта в Кузбассе: материалы Всероссийской научно-практической конференции, 13 декабря 2024 г., г. Кемерово: материалы конференции / научный редактор С.Ю. Иванова. – Кемерово: КемГУ, 2025. – ISBN 978-5-8353-3312-7. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/> – С. 135.

3. Ковригин С.Е. «Вредные привычки». – Медицинское руководство. – М.: Просвещение, 2012. – 297 с.

4. Соколов С.А. Физическая культура и спорт в здоровом образе жизни студентов-музыкантов: учебное пособие / С.А. Соколов, А.С. Иванов, В.В. Трунин. – Санкт-Петербург: СПбГК им. Н.А. Римского-Корсакова, 2022. – ISBN 978-5-00207-095-4. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/309065> – С. 28.

5. Халимова А.М. Влияние физической активности на здоровье: исследования в области

спорта и здорового образа жизни // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2025. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskoy-aktivnosti-na-zdorovie-issledovaniya-v-oblasti-sporta-i-zdorovogo-obraza-zhizni>.

6. World Health Organization. (2010). Global recommendations on physical activity for health. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599979>.

**POGODINA Sofia**

Student, Kemerovo State University, Russia, Kemerovo

*Scientific Advisor – Senior Lecturer of Physical Education  
at Kemerovo State University Smetanin Andrey Grigorievich*

## **THE IMPACT OF PHYSICAL ACTIVITY ON PUBLIC HEALTH: DISEASE PREVENTION AND HEALTHY LIFESTYLE**

**Abstract.** *Physical activity plays a key role in maintaining and improving the health of the population. Modern medicine and physiology confirm that regular physical activity contributes to the prevention of a wide range of diseases, improves the quality of life, and promotes a healthy lifestyle. This article discusses the main aspects of the impact of physical activity on health, as well as practical recommendations for incorporating it into daily life.*

**Keywords:** *sports, physical culture, health, healthy lifestyle, disease prevention.*



# Актуальные исследования

Международный научный журнал

2025 • № 48 (283)

Часть IV

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](mailto:info@apni.ru)

*Сайт:* <https://apni.ru/>

Отпечатано в ООО «ЭПИЦЕНТР».

Номер подписан в печать 09.12.2025 г. Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

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