

**3**  
**2023**

ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ, ЗДОРОВЬЯ  
И АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

# НОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

*Методика обучения*

*Педагогическая психология. Адаптация*

*Физическая культура и здоровье*

МОСКВА



## **НОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

**Учредитель:**

**федеральное государственное бюджетное научное учреждение  
«Институт развития, здоровья и адаптации ребенка»**

№ 3 (75) 2023 Выходит с 2001 г.

Периодичность издания — 4 номера в год

**Главный редактор Приступа Е. Н., д. п. н., проф., Москва**

### **РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ**

Адамовская О. Н., к. б. н., Москва

Догадкина С. Б., к. б. н., Москва

Долуев И. Ю., к. и. н., Москва

Жуков О. Ф., к. п. н., Москва

Криволапчук И. А., д. б. н., Москва

Лях В. И., д. п. н., проф., Москва

Параничева Т. М., к. б. н., Москва

### **РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ**

Байковский Ю. В., д. п. н., проф., Москва

Баранцев С. А., д. п. н., профессор, Москва

Кучма В. Р., д. м. н., профессор, Москва

Левушкин С. П., д. б. н., проф., Москва

Мачинская Р. И., д. б. н., чл.- корр., Москва

Макарова Л. В., к. м. н., Москва

Сонькин В. Д., д. б. н., проф., Москва

Стукаленко Н. М., PhD, проф., Кокшетау,  
Казахстан

Подписной индекс журнала — 48656

Свидетельство о регистрации ПИ № 77–13217 от 29 июля 2002 г.

Адрес редакции: 119121 Москва, ул. Погодинская д. 8, корп. 2,  
тел. (499) 245–04–33; E-mail: [almanac@mail.ru](mailto:almanac@mail.ru); URL: <https://irzar.ru/journal>



## NOVYE ISSLEDOVANIA

**Founder:**

**The Federal State Budget Scientific Institution  
« Institute of Child Development, Health and Adaptation »**

№ 3 (75) 2023

**Published since 2001**

Publication frequency — 4 issues per year

**Editor-in-chief Pristupa E. N.**, PD, prof., Moscow

### **EDITORIAL BOARD**

Adamovskaya O. N., Cand. Sc., Moscow

Dogadkina S. B., Cand. Sc., Moscow

Doluev I. U., Cand.Sc.

Zukov O. F. Cand.Sc.

Krivolapchuk I. A., BD, Moscow

Lyakh, V. I., PD., prof., Cracow, Poland

Paranicheva T. M., Cand. Sc., Moscow

### **EDITORIAL COUNCIL**

Bajkovskij Yu.V. PD, Cand. Sc., Moscow

Barantsev S. A., PD, prof., Moscow

Kuchma V. R. PD, prof., Moscow

Levushkin S. P., BD, prof., Moscow

Machinskaya R. I., BD, member-corr.

RAE, Moscow

Macarova L. V., Cand Sc. Moscow

Sonkin V. BD, prof., Moscow

Stukalenko Nina V., PhD, Prof.,

Kokshetau, Kazakhstan

The subscription index is 48656

registration certificate PI № 77–13217 dated July 29 2002

Editorial office address: 119121 Moscow, Pogodinskaya st. 8, bld. 2,

tel. (499) 245–04–33, E-mail: [almanac@mail.ru](mailto:almanac@mail.ru)

# Содержание

## МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНОЙ СИСТЕМЫ ГОЛОСОВАНИЯ VOTING SYSTEM НА УРОКАХ ЭЛЕКТРОТЕХНИКИ Мокиевская Е. А. ....	7
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ КУРСОВ ДЛЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ Зотова М. В. ....	11
ЗНАКОМАЯ И НЕЗНАКОМАЯ ВОДА (ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ СВОЙСТВ ВОДЫ) Мерцалова О. В. ....	15
<b>ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. АДАПТАЦИЯ</b>	
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА И ЕГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ Ромашенко Ю. Н. ....	18
ЗНАЧЕНИЕ ПОЗИТИВНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ Чумаченко И. В. ....	22
НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К РАЗРАБОТКЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ В СОСТАВЕ АОП НА ОСНОВЕ ФАОП ДО И МОНИТОРИНГА ЕЕ РЕАЛИЗАЦИИ Соловьёва М. А. ....	26
ПОДХОДЫ К СНИЖЕНИЮ СОЦИАЛЬНОЙ НАПРЯЖЁННОСТИ Афанаскин А. Б. ....	32
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ Мирошниченко Е. А. ....	38
ПСИХОЛОГО — ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ГБПОУ «КУРСАВСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ «ИНТЕГРАЛ» Шимченко Н. П., Мокряк Е. Н., Вьяльцева О. А. ....	42

ВОЗМОЖНОСТИ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА НАЧАЛЬНОМ  
ЭТАПЕ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМАХ УЧЕБНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Кочубей О. В., Гарская Н. А.1, Гаранович И. И.....46

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ**

ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
ЮНОШЕЙ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА  
УРОКОВ «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Деркач А. В., Гарская Н. А. ....55

ВЛИЯНИЕ РАСШИРЕННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА НА  
ПОКАЗАТЕЛИ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ДЕТЕЙ 5–6  
ЛЕТ

Кесель М. А., Кесель С. А. ....62

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА  
ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ  
ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ

Кесель С. А.....67

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В КОСТЮМЕ АТЛАНТ  
В КОМПЛЕКСНОЙ АБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ  
ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Гаврилова Я. О.....76

## CONTENT

### TEACHING METHODS

USING THE INTERACTIVE VOTING SYSTEM «VOTING SYSTEM» IN ELECTRICAL ENGINEERING LESSONS

Mokievskaya E. A. ....7

USING DIGITAL EDUCATIONAL COURSES FOR ONLINE LEARNING STUDENTS

Zotova M. V. .... 11

AN ACQUAINTED WATER AND UNACQUAINTED WATER (A CYCLE OF CLASSES WITH CHILDREN OF THE FIRST YOUNGER GROUP AIMED AT STUDYING THE PROPERTIES OF WATER)

Mertsalova O. V . ....15

### EDUCATIONAL PSYCHOLOGY. ADAPTATION

FEATURES OF THE FORMATION OF A TEENAGER'S PERSONALITY AND HIS INTERACTION IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Romashchenko Yu. N. ....18

THE IMPORTANCE OF A POSITIVE WORLDVIEW IN SHAPING THE ORIENTATION OF STUDENTS' PERSONALITY

Chumachenko I. V. ....22

SOME APPROACHES TO THE DEVELOPMENT OF A WORK PROGRAM OF EDUCATION AS PART OF AOP BASED ON FAOP BEFORE AND MONITORING ITS IMPLEMENTATION

Solovyova M. A. ....26

APPROACHES TO REDUCING SOCIAL TENSION.

Afanaskin A. B. ....32

THE CURRENT STATE OF THE PROBLEM OF ADAPTATION OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN TO THE EDUCATIONAL PROCESS

Miroshnichenko E. A. ....38

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS TO STUDY AT THE STATE EDUCATIONAL INSTITUTION "KURSAVSKY REGIONAL COLLEGE "INTEGRAL"

Shimchenko Nina, Mokryak E. N., Vyaltseva O. A. ....42

POSSIBILITIES FOR STUDENTS TO ADAPT TO THE PRIMARY SCHOOL IN DIFFERENT FORMS OF LEARNING Kotchubey O. V., Garska N. A., Garanovich I.....	46
--	----

### **PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH**

FEATURES OF MORPHOFUNCTIONAL DEVELOPMENT OF HIGH SCHOOL STUDENTS DEPENDING ON THE NUMBER OF LESSONS OF "PHYSICAL CULTURE"	
---	--

Derkach A. V., Garskaya N. A.....	55
-----------------------------------	----

THE INFLUENCE OF EXTENDED MOTOR MODE ON THE MENTAL PERFORMANCE OF CHILDREN AGED 5–6 YEARS	
---	--

Kisel M. A., Kisel S. A.....	62
------------------------------	----

THE INFLUENCE OF RHYTHMIC GYMNASTICS ON THE PHYSICAL FITNESS AND PERFORMANCE OF CHILDREN AGED 4–5 YEARS OLD	
---	--

Kisel S. A.....	67
-----------------	----

THERAPEUTIC PHYSICAL EDUCATION IN THE ATLANTEAN COSTUME IN THE COMPREHENSIVE HABILITATION OF CHILDREN WITH CEREBRAL INFANTILE PARALYSIS	
---	--

Gavrilova Ya.O.....	76
---------------------	----

## МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

УДК 371.2

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-7-10

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНОЙ СИСТЕМЫ ГОЛОСОВАНИЯ VOTING SYSTEM НА УРОКАХ ЭЛЕКТРОТЕХНИКИ

*Мокиевская Е. А.,*

*ГАПОУ АО «Коряжемский Индустриальный техникум»,  
Архангельская область, город Коряжма,  
elena.mokievskaya@yandex.ru*

*В настоящее время информационные технологии стали активно применяться в образовательном процессе. Система VOTING SYSTEM — это система обучения, тестирования и голосования, которая обеспечивает интерактивное общение между преподавателем и студентами в процессе обучения, контроля знаний, проведении образовательных игр и другой деятельности.*

***Ключевые слова:** СПО, интерактивные и мультимедийные средства, система голосования, электротехника, оценка, опрос, индивидуальный тест,*

***Mokievskaya E. A.***

***Using the interactive voting system «voting system» in electrical engineering lessons.** Currently, information technologies have become actively used in the educational process. The VOTING SYSTEM is a system of teaching, testing and voting that provides interactive communication between the teacher and students in the process of learning, knowledge control, educational games and other activities.*

***Keywords:** interactive and multimedia tools, voting system, electrical engineering, assessment, survey, individual test.*

Качественное профессиональное образование необходимо каждому для его успешной жизни в современном обществе. Основными проблемами развития СПО являются низкая учебная мотивация студентов, устаревшее содержание учебных программ, нарушение преемственности между уровнями образования, нехватка квалифицированных преподавателей [1].

Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204: «Модернизация профессионального образования», поставлены следующие задачи: исключить пробелы в базовых знаниях у каждого обучающегося, модернизировать содержание учебных программ на всех уровнях (с обеспечением их преемственности), обеспечить наличие общедоступных информационных ресурсов и применение современных технологий образовательного процесса.

Для этого необходимо развивать как традиционные формы обучения, так и новые (например, интерактивные проекты с использованием интернет-порталов и социальных сетей, профессиональных интернет-сообществ, различные интерактивные комплексы) [2].

Обучение с применением интерактивных комплексов становится более качественным, интересным и продуктивным. Интерактивные и мультимедийные средства призваны усилить мотивацию ребенка к стремлению овладеть новыми



знаниями [3].

Система VOTING SYSTEM является интерактивным средством обучения, которую я активно применяю при реализации образовательной программы по предмету «Электротехника» [4].

### **Как работает VOTING SYSTEM?**

Для аудитории необходим только один компьютер, на который устанавливается программное обеспечение VOTING SYSTEM. К компьютеру присоединяется через USB порт радио-ресивер.

У каждого студента и у преподавателя есть свой беспроводной пульт. Студенты с помощью пультов отвечают на вопросы, выбирая правильный ответ из нескольких вариантов или набирая ответ на пульте, или дают преподавателю знать, что у них появились вопросы. Сигналы с пультов поступают в компьютер посредством радио-ресивера, обрабатываются программой, и VOTING SYSTEM мгновенно выдает результаты. Преподаватель управляет процессом тестирования с помощью своего пульта. Пульты участников тестирования представляют собой набор цифровых и дополнительных клавиш. Пульты имеют индивидуальный номер. Каждому студенту присваивается пульт с определенным номером. Количество пультов может быть разным — рассчитанным на работу половины группы, всей группы, нескольких групп. Дополнительные пульты можно докупать отдельно. Некоторые системы голосования могут быть расширены до 255 пультов.

Преподаватель может сам составлять тесты, используя программное обеспечение системы тестирования или редактор MS Power Point. При создании тестов можно иллюстрировать вопросы рисунками, схемами, видео- и аудиофайлами. Возможно проведение интерактивного опроса с использованием любого варианта подачи вопросов — на доске, на бумаге, непосредственно с web-сайтов [5].

**Практическая работа с учащимися.** Студентам раздаются беспроводные пульты. С их помощью они отвечают на вопросы, выбирая правильный ответ из нескольких вариантов или набирая ответ на пульте. Сигналы с пультов поступают в компьютер посредством радио-ресивера, обрабатываются программой, и VOTING SYSTEM мгновенно выдает результаты. Преподаватель управляет процессом тестирования с помощью своего пульта. На доску можно выводить не только вопросы и варианты ответов, но и статистику, отчеты по успеваемости учеников, так что они будут знать свои успехи в обучении. Можно готовить вопросы с использованием мультимедиафайлов.

**Алгоритм «Использование системы VOTING SYSTEM».** При использовании системы VOTING SYSTEM создаётся база пользователей: преподавателей и учащихся, поделённых на классы/группы. По проведению тестов, опросов, голосований, система сохраняет следующие данные о прошедших мероприятиях.:

1. Создание записей о классах/группах и преподавателях.
2. Создание записей об учащихся (наполнение классов/групп, присвоение идентификационных номеров).
3. Выбор класса/группы и регистрация учащихся.
4. Создание тестов и презентаций.
5. Проведение занятий (раскрытие темы, первичная, промежуточная или

итоговая проверка знаний), игр, опросов.

6. Просмотр отчётов.

**Режимы проведения опросов.** Оценка. Опрос. Соревнование. Голосование. Демонстрация. Индивидуальный тест.

**Оценка.** Проверка знаний: в зависимости от уровня знаний студентов, преподаватель может провести контрольную работу для оценки понимания материала. В ходе урока: для улучшения эффективности работы в группе, преподаватель может сосредоточить усилия на самых проблемных вопросах и индивидуально оценить их ответы. Групповые занятия: при разделении студентов на группы, обучающиеся совещаются и дают коллективный ответ от группы.

**Опрос.** Данный режим используется при проведении референдумов по заранее подготовленному вопроснику. «Опрос» позволяет узнать количественное и процентное соотношение мнений и голосов по какому-либо вопросу.

**Соревнование.** Этот учебный модуль предлагает учащимся отвечать на вопросы в режиме соревнования. Для тестирования в режиме соревнования преподаватель должен иметь готовые файлы вопросов к тесту

**Демонстрация.** VOTING SYSTEM рекомендуется использовать на уроках не только для проведения тестирования и опроса студентов, но и для "обратной связи" со студентами.

**Индивидуальный тест.** Дает возможность дать каждому студенту индивидуальные задания, в зависимости от успеваемости, а также избежать «списывания» в процессе тестирования. В режиме «Индивидуальный тест» каждому ученику выдается индивидуальный лист с заданиями, распечатанный на принтере, студенты отвечают на вопросы с помощью пультов. VOTING SYSTEM записывает все ответы учащихся и формирует отчеты. При этом «большой экран» студентам не требуется (не нужно выводить вопросы на экран проектора, интерактивной доски и т.д.)

Работая в аудитории, преподаватель может использовать VOTUM не только как инструмент для проведения тестирования с целью проверки знаний в любой момент во время урока, но и как инструмент проведения уроков каждый день. Создавая слайды в программе VOTING SYSTEM, преподаватель может сделать урок интересным и увлекательным для ребят. Возможность добавления графики, музыки и видео, текстовых файлов, интернет-страничек и флеш-анимации сделает любой урок более наглядным и понятным при объяснении материала. Тезисы на слайдах помогут обучающимся правильно построить свои ответы и охватить всю тему, не упуская важные детали. Такие слайд-презентации очень удобно делать именно в программе VOTING SYSTEM, так как затем к каждому слайду можно добавить вопрос, и урок-презентация «превратится» в наглядный тест с поясняющими картинками и мультимедиафайлами.

Система VOTING SYSTEM делает общение между учащимися и преподавателем более интерактивным, обеспечивая более активный образовательный процесс. Делает возможным использование мультимедийных компьютерных вопросников и игр.

Оценка в реальном времени уровня знаний класса даёт возможность применять более динамичные методы обучения. Система удобна в применении и проста в освоении. Преподаватель не тратит время на просмотр работ и анализ результатов

работы. Автоматически создаваемые отчеты значительно уменьшают объем работы преподавателя по составлению отчетов о прогрессе в обучении для каждого учащегося и всего класса в целом.

Уникальность системы VOTING SYSTEM и всех информационно-коммуникационных технологий в том, что их можно использовать на всех этапах процесса обучения: при объяснении нового материала; при закреплении и повторении изученного; при итоговом контроле.

При проведении уроков и при подготовке к ним использую материалы нового поколения единой коллекции цифровых образовательных ресурсов, размещённых на сайте в Интернет: <http://school-colletion.edu.ru/catalog/>.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Морева, Н. А. Современная технология учебного занятия / Н. А. Морева. — М.: Просвещение, 2007. — 156 с.
2. Васильева, О. П. Применение информационных технологий в учебно — воспитательном процессе / О. П. Васильева // Классный руководитель. — 2008. — № 5. — С. 115–120.
3. Твердынин, Н. М. Привлечение Интернет — технологий в образовании: плюсы и минусы / Н. М. Твердынин, А. Г. Черемисин // Социально-гуманитарные знания. — 2008. — № 3. — С. 281–289.
4. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт СПО 13.02.11 «Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)» (Зарегистрирован 21.12.2017 № 49356) (официально опубликован 24.12.2017).
5. Шехтман, А. Интерактивные доски: теория и практика: [сенсорный экран в школьном классе] / А. Шехтман, С. Кузнецов // Мир ПК. — 2007. — № 9. — С. 124–128.

### **REFERENCES**

1. Moreva, N. A. *Sovremennaya tekhnologiya uchebnogo zanyatiya* / N. A. Moreva. — M.: Prosveshchenie, 2007. — 156 s.
2. Vasil'eva, O. P. *Primenenie informacionnyh tekhnologij v uchebno — vospitatel'nom processe* / O. P. Vasil'eva // *Klassnyj rukovoditel'*. — 2008. — № 5. — S. 115–120.
3. Tverdynin, N. M. *Privlechenie Internet — tekhnologij v obrazovanie: plyusy i minusy* / N. M. Tverdynin, A. G. Cheremisin // *Social'no-gumanitarnye znaniya*. — 2008. — № 3. — S. 281–289.
4. *Federal'nyj Gosudarstvennyj Obrazovatel'nyj Standart SPO 13.02.11 «Tekhnicheskaya ekspluatatsiya i obsluzhivanie elektricheskogo i elektromekhanicheskogo oborudovaniya (po otraslyam)»* (Zaregistrirovan 21.12.2017 № 49356) (oficial'no opublikovan 24.12.2017).
5. Shekhtman, A. *Interaktivnye doski: teoriya i praktika: [sensornyj ekran v shkol'nom klasse]* / A. Shekhtman, S. Kuznecov // *Mir PK*. — 2007. — № 9. — S. 124–128.

УДК 372.8+377.1

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-11-14

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ КУРСОВ ДЛЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ

**Зотова М. В.,**  
ГАОУ ВО МГПУ

«Московский городской педагогический университет»

ZotovaMV@mgpu.ru

*В статье продемонстрированы возможности использования цифровых образовательных курсов для онлайн-обучения студентов. Актуализируется вопрос эффективной комбинации традиционных аудиторных и виртуальных взаимодействий, способных сформировать комплексную парадигму качественного образования, конкурентоспособного в рыночной среде.*

**Ключевые слова:** образование, массовые открытые онлайн-курсы (МООС), онлайн-обучение, цифровые образовательные платформы, профессиональные компетенции.

**Zotova M. V.**

*Using digital educational courses for online learning students. The article demonstrates the possibilities of using digital educational courses for online training of students. The question is being updated an effective combination of traditional classroom and virtual interactions that can form a comprehensive paradigm of quality education that is competitive in the market environment.*

**Keywords:** education, massive open online courses (MOOC), online learning, digital educational platforms, professional competencies.

Информационные и коммуникационные технологии становятся все более важной частью учебной практики студентов, поскольку появление технологий Web 2.0 позволило создавать учебный контент, который больше не основан на традиционных учебниках, а учебная аудитория теперь включает использование как физического, так и виртуального пространства. Существенной тенденцией в университетах стало внедрение так называемых систем управления обучением, которые используются в качестве общей платформы, на которой студенты и преподаватели могут взаимодействовать в цифровом формате. В области высшего образования информационно-коммуникационные технологии постоянно совершенствуют методы преподавания и обучения студентов. Достижения в области технологий привели к изменениям во взглядах на образование. Электронное обучение способно дополнительно расширить образование за счет использования электронных ресурсов, онлайн-курсов, смешанного обучения, систем управления лекциями и других инструментов коммуникации и сотрудничества.

Массовые открытые онлайн-курсы (МООК) вошли в среду высшего образования, формируя новые стили и методы педагогики. МООК — это онлайн-курсы, предназначенные для открытого и неограниченного образования через Интернет. Опираясь на передовые сетевые технологии, массовые открытые онлайн-курсы могут способствовать преобразованию и глубокому построению высококачественных образовательных курсов. МООК — относительно новая технология, которая

еще не обрела «нормализацию» в повседневной учебной практике. В основном, исследования этой технологии сосредотачиваются на использовании MOOK как части более широкого подхода к образованию.

Эволюция цифровых медиа создала новые возможности для людей всех возрастов, которые стремятся получить высококачественное образование. В 2012 году произошел знаменательный поворотный момент, когда массовые открытые онлайн-курсы (MOOK) испытали взрывной рост предложений по всему миру. Университеты с большей или меньшей степенью успеха интегрируют MOOK в традиционные учебные курсы, чтобы поддержать различные предпочтения в обучении, познакомить учащихся с технологическими возможностями инновационных методов преподавания и сделать обучение более доступным и массовым. Кроме того, растет интерес к изучению того, как MOOK могут обогатить традиционно преподаваемые курсы и выступить в качестве дополнительного ресурса в достижении целей преподавателей и студентов в формате смешанного обучения. Использование возможностей MOOK открывает доступ студентов к дополнительному образовательному контенту и персонализированной учебной среде, позволяя изучать и моделировать учебный контент, развивать ключевые навыки, социально взаимодействуя с педагогом и участниками учебной группы. MOOK поддерживают опыт обучения в виртуальной среде, предоставляя студентам новый образовательный опыт, приоритетами в котором является возможность учиться в собственном темпе, налаживать партнерские отношения в группе и объединять усилия в рамках реализации проектной работы. Учебная деятельность в MOOK действительно является альтернативой командной работе, которая является неотъемлемой частью инженерного обучения, когда студенты должны решать реальные проблемы индивидуально и в сотрудничестве. Кроме того, поддержка сверстников имеет решающее значение для успешного обучения, направленного на результат.

MOOK открывают безграничные возможности для студентов, которые берут на себя ответственность за собственное обучение, одновременно ориентируясь на новые педагогические стили и технологические возможности. MOOK предоставляют возможность работать, тестировать, исследовать и закреплять неформальное обучение. В педагогическом контексте неформальное обучение может сыграть неопределимую роль, помогая студентам или сотрудникам взаимодействовать со сверстниками, а также с более опытными коллегами, обмениваться идеями и обсуждать существующие проблемы. Осмысленное обучение достигается за счет эффективно организованного взаимодействия в онлайн группах. Распространение технологических инструментов в преподавании и обучении создало новые возможности для поддержки совместного обучения в дистанционном формате. Совместное обучение относится к методам обучения, которые побуждают учащихся работать вместе, с целью поиска общего решения поставленных учебных задач. Совместное обучение предполагает усилия учащихся, которые взаимно ищут значения, понимание или решения посредством переговоров. Совместная деятельность важна для поощрения обмена информацией, приобретения знаний и развития навыков, следовательно, хорошо структурированный курс с акцентом на групповую работу может обеспечить эффективное взаимодействие студентов в дистанционном обу-

чений с цифровой поддержкой.

Целью статьи является изучение возможностей использования цифровых образовательных курсов МООС для онлайн-обучения студентов психолого-педагогических и социальных специальностей. Для реализации цели, были поставлены следующие задачи:

- проанализировать учебные дистанционные курсы;
- в структуре учебного курса сформировать акцент на закрепление и обретение профессиональных знаний и навыков с использованием современного программного обеспечения и инновационных образовательных инструментов;
- в контексте образовательного эксперимента определить ключевые компетенции, необходимые специалистам 21 века;
- оценить влияние цифровых педагогических инструментов на обретение и развитие ключевых компетенций, необходимых в профессиональной деятельности.
- выявить педагогические векторы качественного развития кадров.

Открытые образовательные ресурсы представляют собой широкий спектр онлайн-материалов, которые находятся в общественном достоянии и предлагаются широкой публике. Эти материалы включают онлайн-курсы, видео инструкции, учебники и другие цифровые ресурсы, поддерживающие доступ к знаниям. За последние годы миллионы интернет-пользователей посещали онлайн-классы, предлагаемые разными платформами.

Прогнозируется, что глобальный рынок МООС будет демонстрировать ежегодный темп роста с 2020 по 2025 год, что сделает его самым быстрорастущим рынком образования. Согласно отчету Европейской ассоциации университетов, основная миссия Европейского пространства высшего образования — использовать цифровое обучение для улучшения традиционного высшего образования, а не заменять его.

В статье продемонстрированы возможности использования цифровых образовательных курсов МООС для онлайн-обучения студентов социальных и психолого-педагогических специальностей.

В контексте образовательного эксперимента были определены ключевые компетенции, необходимые специалистам 21 века, а именно:

- владение основами технических, инженерных и социальных наук;
- высокие этические стандарты, честность и глобальная социальная, интеллектуальная и технологическая ответственность;
- навыки командной работы и способность работать в мультидисциплинарных командах;
- умения управлять проектами (контроль, планирование, составление графиков, составление бюджета и т. д.);
- умение определять, формулировать и решать инженерные задачи;
- умение эффективно расставлять приоритеты;
- хорошие коммуникативные навыки, высокий эмоциональный интеллект и когнитивная гибкость;
- предприимчивость и клиентоориентированность;
- стремление к непрерывному обучению;
- готовность пойти на просчитанный риск;



- умение принимать профессиональные решения;
- саморегуляция и самомотивация.

В целом студенты подтвердили положительное влияние цифровых педагогических инструментов на обретение и развитие ключевых компетенций, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности. По результатам прохождения учебного курса, студенты определили умение и навыки, которые подлежат значительному развитию и закреплению, а именно: навыки командной работы и способность работать в мульти дисциплинарных командах, умения управлять проектами (контроль, планирование, составление графиков, составление бюджета и т. д.); умение определять, формулировать и решать инженерные задачи; умение эффективно расставлять приоритеты; стремление к непрерывному обучению; готовность пойти на просчитанный риск; умение принимать профессиональные решения; саморегуляция и самомотивация. Но, развитие таких, необходимых современному специалисту, компетенций как: высокие этические стандарты, честность и глобальная социальная, интеллектуальная и технологическая ответственность; хорошие коммуникативные навыки, высокий эмоциональный интеллект и когнитивная гибкость; предприимчивость и клиентоориентированность нуждаются в поиске других педагогических методик и практик в процессе развития специалистов инженерных специальностей. В связи с этим сформулирован вывод, что эффективная комбинация традиционных аудиторных и виртуальных взаимодействий способна сформировать комплексную парадигму социального и психолого-педагогического образования, конкурентоспособную в рыночной среде.

Оценка влияния цифровых форматов обучения на обретение ключевых компетенций, необходимых современному специалисту имела субъективный характер, но выявила педагогические векторы эффективного развития социальных и психолого-педагогических кадров, востребованных в условиях современного цифрового рынка.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Zotova M.V., Likhouzova T., Shegai L., Korobeynikova E. The Use of MOOCS in Online Engineering Education. International Journal of Engineering Pedagogy, Vol. 11, № 3, 2021

УДК 373.3+004.855.6

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-15-17

**ЗНАКОМАЯ И НЕЗНАКОМАЯ ВОДА  
(ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ,  
НАПРАВЛЕННЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ СВОЙСТВ ВОДЫ)**

**Мерцалова О. В.,**

*Государственное бюджетное учреждение Московской области*

*«Центр инноваций социальной сферы»*

*merolvina@mail.ru*

*Статья о цикле занятий в первой младшей группе детского сада, посвященном: воде; разнообразию ее свойств и возможностей; значению воды в жизни планеты; бережному отношению к воде; круговороту воды в природе; осадкам; агрегатным состояниям воды в природе; водоемам; водному транспорту; опытам и экспериментам с водой; народному творчеству о воде.*

**Ключевые слова:** *Вода, разнообразие свойств и возможностей, значение воды в жизни планеты, круговорот воды в природе, осадки, три состояния воды, опыты и эксперименты с водой, народное творчество о воде.*

*The article is about the cycle of classes organized around: water, variety of water properties and possibilities, types of water, the importance of water for our planet, careful attitude to water, water cycle, precipitation, three water conditions, water reservoirs, water transport, experiments with water, water folk art. The classes are targeted to the youngest group of children.*

**Key words:**

*Water, variety of water properties and possibilities, the importance of water for our planet, careful attitude to water, water cycle, three water conditions, experiments with water, water folk art.*

В окружающем нас мире очень много интересного, познавательного, необычного и удивительного. Казалось бы, такая элементарная, с малых лет знакомая каждому — **вода**. Детям всегда интересны игры с водой, в воде.

С помощью воды можно сделать массу дел: помыть руки; умыться; в воде можно искупаться и поплавать; пускать кораблики, особенно весной в ручейках; а как интересно малышне облить водой друг друга, конечно в теплую погоду. Воду можно превратить во множество вкусных и питательных блюд: суп; второе; вкусный компот. Ни что не приготавливается без воды. Одновременно вода таит в себе уйму загадок и интересных свойств: что-то в ней тонет, а что-то плавает; воду можно налить в какой-нибудь сосуд, а можно устроить на полу большую лужу, пролив ведро с водой. И еще много, много чего можно придумать и сделать с водой.

Мы поставили себе задачу познакомить детей со всеми разнообразными свойствами и возможностями воды с целью, расширить и сформировать у них устойчивое понимание о воде, как об одном из важнейших природных ресурсов, и выработать бережное отношение к ней.

На первом этапе занятий, посвященных воде, мы рассматривали с детьми глобус, объясняли, что цвет воды на нём — голубой, обратили внимание на то, что на земном шаре воды больше, чем суши, показали океаны и моря, реки и озера.



*ЗНАКОМАЯ И НЕЗНАКОМАЯ ВОДА (ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ПЕРВОЙ  
МЛАДШЕЙ ГРУППЫ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ СВОЙСТВ ВОДЫ)*

---

Рассказывали детям, что в реках, озёрах вода без вкуса, то есть пресная, а в морях и океанах — солёная. Вода может прятаться и глубоко под землёй. Родники, ключи, колодезная вода — это подземные реки, вышедшие наружу. Люди очень ценят такую воду, говорят, что она чистая, прозрачная, хрустальная, холодная.

На втором этапе мы объясняли детям, что, хотя воды на Земле много, однако нужной человеку, на самом деле, очень мало. Потому что мы пьём и используем в большинстве случаев для различных нужд **пресную** воду. Человек не может пить солёную воду, а её на Земле намного больше, чем пресной. Есть также страны, в которых людям не хватает воды. Человек без воды может прожить всего три дня! Сейчас на Земле осталось мало чистой воды, а значит, воду надо беречь!

На третьем этапе мы дали детям, с учетом возраста (первая младшая группа), элементарные представления о круговороте воды в природе. Рассказывали, что у маленькой капельки домик — водоем (река, пруд, ручей, озеро, море). Но капелька любит греться на солнышке, любит путешествовать. Когда её пригреет солнце, она поднимается вверх только уже в другом состоянии (парообразном) и путешествует вместе с другими такими же капельками, образуя облачко. Облачко растёт, становится больше и больше, образуются капельки, которые тяжелеют и дождем и проливаются на землю, возвращаясь в свой домик водоем.

На четвертом этапе мы рассказывали детям о важнейшей роли воды в жизни растений и животных, обратив их внимание на то, что все растения и животные везде и повсюду, и дикие и домашние (в любой части нашей большой планеты, в любом помещении, в живом уголке, на улице) нуждаются в воде, но требуют различного к себе отношения. В природе землю поливает дождик. Воду даёт и талый снег. В дикой природе множество водоемов (реки, озера, моря), из которых животные могут напиться. А вот комнатные растения и домашние животные, в том числе и обитатели живого уголка, — не могут жить без помощи людей. Что произойдёт, если человек забудет полить комнатные растения? — Они засохнут без воды, листья завянут, потому что в них становится меньше влаги. Тоже происходит с животными. Без воды животные погибнут. В природе животные могут сами утолить жажду. В домашних условиях за птицами и животными необходим уход.

На пятом этапе мы познакомили детей с различными природными явлениями: дождь, снег, иней, роса, туман и т.п., рассказали о разнообразии воды в окружающей среде. «Всегда ли вода в природе бывает одинаковой?» Нет оказывается, вода бывает очень разной. Объясняли детям, что вода может находиться в трёх состояниях: жидком, твёрдом, газообразном. Может, как по мановению волшебной палочки, превращаться в дождь, снег, туман, иней, лёд.

На шестом этапе речь шла о разнообразии водоемов природных и искусственных, сделанных руками человека. Природные водоемы — это ручьи, родники, реки, озера, болота, моря, океаны. Пруды, бассейны, фонтаны — водоемы, созданные людьми. Природные водоёмы различаются по составу воды. Моря и океаны, занимающие большую часть территории нашей Земли, заполнены солёной водой. Ручьи, родники, реки, озера и болота заполнены пресной водой. Все искусственные водоемы, в основном заполнены пресной водой.

Седьмой этап был посвящен водному транспорту. Мы посвятили наших ма-

леньких слушателей в происхождение его названия. Транспорт называется водным, потому что передвигается по воде. Познакомили их с величайшим разнообразием водного транспорта: лодки; плоты; всевозможные корабли и катера (как гражданско-го, так и военного назначения); подводные лодки; суда на воздушной подушке и на подводных крыльях; паромы; яхты; парусники; доски для катания по воде; гребные спортивные суда; туристические лайнеры; танкеры; баржи; сухогрузы; ледоколы.

На заключительном — восьмом — этапе мы с детьми проводили различные опыты и эксперименты с водой, такие как: «бумажная салфетка» — проявление в воде ранее нанесенного на салфетку рисунка; «цветы распустившиеся на воде» — цветы, сделанные из бумаги, находящиеся на суше в сложенном виде, в воде распускаются; «тонет — не тонет» — объяснение и показ, что легкие предметы на воде плавают, а тяжелые — тонут; «ржавчина» рассказ еще об одном свойстве воды — влияние на железные предметы и способность образовывать на них ржавчину и, наконец, «свойства льда» — интересное поведение одного из ранее упомянутых состояний воды — твердого (лед) в другом — жидком (непосредственно вода), лед в воде не тонет.

Также мы с детьми читали различные стихи, сказки, загадки, пословицы, поговорки, потешки, посвященные воде.

В этой статье я постаралась показать, как можно разнообразить занятия с детьми в ясельной группе детского сада.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Залманов А. С. Тайная мудрость человеческого организма. — М., Наука, 1991.
2. Калашников В. И. Тайны воды: реки, озёра, моря и океаны: занимательное естествознание. — М.: Белый город, 2009.
3. Клейман Т. Многоликая вода: [все о воде — одном из самых загадочных веществ природы] / Тамара Клейман // Детская энциклопедия. АИФ: познавательный журнал для девочек и мальчиков. — 2013. — № 6.
4. Лаврова С. А. Чудеса природы/ С. А. Лаврова. — М.: Белый город, 2008. // Энциклопедия тайн и загадок.
5. Мирнова С. С. Реки, моря и океаны. Вся вода на Земле/ С. С. Мирнова. — М.: ЭКСМО, 2014.
6. Неумывакин И. П. Вода — жизнь и здоровье: мифы и реальность.- М.: Диля, 2015.
7. Смирнова Ю. А. Капелька, туман, снежинка: волшебные превращения воды. — СПб.: Качели, 2017.
8. Широкова В. А. Вода. — М.: Слово, 2001.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. АДАПТАЦИЯ

УДК: 371+159.922.73

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-18-21

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА  
И ЕГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Ромашченко Ю. Н.

ГБПОУ КК «Краснодарский монтажный техникум»,

Краснодар, Россия

E-mail: un.romashchenko@kmt23.ru

*Рассмотрение основных форм и черт развития личности подростков, особенности их общения и взаимодействия с взрослыми и преподавателями. Краткий пример собственного профессионального опыта работы с подростками в системе СПО и рекомендации по взаимодействию с подростками в образовательной среде.*

**Ключевые слова:** взаимодействие, подросток, образовательная среда, формирование, основные особенности, личность, развитие, влияние, поведение.

**Yu. N. Romashchenko**

*Features of the formation of a teenager's personality and his interaction in the educational environment. Consideration of the main forms and traits of adolescent personality development, features of their communication and interaction with adults and teachers. A brief example on my own professional experience of working with teenagers in the secondary vocational education system and recommendations for interacting with teenagers in an educational environment.*

**Key words:** interaction, teenager, educational environment, formation, main features, personality, development, influence, behavior.

Подростковый возраст является важной особенностью на пути формирования взаимоотношений подростка с окружающей средой. Построения взаимопонимания с взрослыми людьми, сверстниками, собственными родителями. Часто, подростки тщательно оберегают свой внутренний мир и вмешательство в него других людей. Стыд и неуверенность в себе зачастую становятся главной преградой на пути к полноценному формированию гармонически развитой личности. Общение в семье, с родителями и близкими дают ту самую поддержку, способную побороть страх и неуверенность в своих силах. Собственный опыт родителей, их образ жизни, в большинстве случаев становится примером для подражания в подростковом возрасте и может оказать влияние на их выбор профессии.

По мнению ученых и исследователей, можно выделить ряд важных факторов, так или иначе оказывающих влияние на развитие личности подростка:

**Факторы развития личности**

- биологическая наследственность индивида;
- физическое окружение;
- особенности общественной и культурной жизни индивида, его социальное окружение;
- опыт групповых отношений;
- неповторимый индивидуальный опыт индивида. [1]

Все это, в совокупности, определяет структуру поведения подростков в семье,

в образовательной организации, в компании сверстников. Следовательно, недоверие или открытость личности подростка является результатом комплекса сложившихся положительных или отрицательных факторов развития.

Согласно концепции возрастной психологии, основными психологическими потребностями подростка являются:

1. стремление к общению со сверстниками («группированию»)
2. стремление к самостоятельности и независимости «эмансипации» от взрослых
3. стремление к признанию своих прав со стороны других людей [2]

Этим объясняется и возникновение разногласий, завышенные притязания, не всегда адекватные представления о своих возможностях. Часто, подобное несоответствие приводит к конфликтам с взрослыми, среди которых могут оказаться учителя и родители. Даже в целом нормально протекающему подростковому периоду свойственны асинхронность, скачкообразность, дисгармоничность развития.

Стоит заметить, что как этап психического развития, подростковый возраст характеризуется выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, связанную с поиском собственного места в обществе. Э. Эриксон рассматривал подростничество и юность как центральный период для решения задачи личностного самоопределения, достижения идентичности [2].

Необходимо заметить, стремление подростка занять удобное место в значимой для него группе, с целью формирования и приобщения его к ценностям и нормам референтной группы. Что является особенно опасным для него, в случае приобщения к асоциальному обществу. Говоря о переходном этапе психики подростка, стоит заметить сосуществование в ней как детских, так и взрослых черт поведения. Принято считать, что в подростковом возрасте происходит некое отдаление от взрослых. И это вполне естественно, так как стремления противопоставить себя взрослому человеку и выделить свою, особую позицию, как независимого субъекта проявляются очень отчетливо. Можно заметить сложное и двойственное отношение современного подростка к взрослому. Дело в том, что в поведении подростка выражается одновременно и настаивание на признании равенства прав со взрослыми, потребность в их помощи, защите и оценке, а также поддержке. В подростковом возрасте ребенок еще протестует против сохранения в практике воспитания «детских» форм контроля, требований послушания, выраженной опеки, хотя способен на эмпатию по отношению к взрослому. Как показывает практика воспитания, в этом возрасте, для подростка являются типичными проблемы во взаимоотношениях с родителями и конфликты с учителями, при этом стоит заметить, что частота и резкость проявлений во многом зависят от позиции взрослых и стиля семейного воспитания, а также от умения взрослого проявлять уважение к мнению подростка. Основным и самым важным условием благополучных отношений подростка и взрослого является создание атмосферы доверия, общности интересов, расширение сферы сотрудничества и взаимопомощи, лучше всего, по инициативе взрослого [3].

На период отрочества приходится пик проявления эгоизма и эгоцентризма, а постепенное преодоление его происходит по мере развития близких доверительных

## *ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА И ЕГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ*

---

отношений со сверстниками, которые делятся друг с другом своим аффективным опытом. Обязательной предпосылкой психического развития в подростковом возрасте является половая идентификация подростков и гормональная перестройка. Повышенное внимание подростки уделяют изменениям пропорций собственного тела и его функций. А также проявляется выраженный интерес к своей внешности. Подросткам свойственна склонность болезненно и остро реагировать на реальные или вымышленные телесные недостатки. Стереотипизация собственного поведения, связанная с осознанием своей половой принадлежности усваивается наиболее сильно. В этот период перестраиваются и закрепляются особенности личностных установок, интеллектуальные способности. Происходит перелом эмоциональной сферы. Всего того, что отличает подростков-девочек от подростков-мальчиков. Так, характерные для девочек более выраженные эмоциональные восприимчивость и реактивность, не свойственны мальчикам. У девочек более гибкое приспособление к конкретным обстоятельствам и большая конформность поведения. Тогда как мальчики менее конформны, чем девочки; более раскованы в поведении, хуже подчиняются общепринятым требованиям. Свойственная девочкам склонность апеллировать к суждениям взрослых, более старших, к авторитету семьи, стремление опекать младших, отсутствует у мальчиков. Поэтому в неблагоприятных условиях отрицательное отношение к школе у них легче возникает и труднее корректируется. Стоит отметить и весьма высокий интерес девочек к своей внешности. Специфика полового поведения выражается в сочетании кокетства с застенчивостью и стыдливостью. Девочки, как правило, более аккуратны, исполнительны и терпеливы в повседневной деятельности, чем мальчики. В школе они лучше успевают по гуманитарным предметам. Мальчиков больше интересуют абстрактные явления, мировоззренческие проблемы, точные науки, а также систематизация предметов и явлений. В сознании и поведении подростка значительную роль приобретают сексуальные интересы.

В Краснодарском монтажном техникуме активно работает социально-психологическая служба, которая помогает подросткам найти правильное решение в сложных жизненных ситуациях, помочь преодолеть возникшие конфликты или комплексы, а также выявить повышенную тревожность, замкнутость, склонность к употреблению алкогольных напитков и курению. Задачей психолога, совместно с классным руководителем, является привлечение данных подростков к общественно значимой и культурно-массовой деятельности. Подростков с выявленными симптомами отрицательного характера фиксируют в так называемой «группе риска», где контролируют их успеваемость и посещаемость, проведение досуга, местонахождение в вечернее время, а также привлекают к участию в кружках, спортивных секциях, участии в акциях и флешмобах (создании видеороликов и презентаций о своих увлечениях и т.п.).

Хочется отметить, что социальный портрет современного подростка, составляет, прежде всего, круг его интересов и увлечений. В наши дни это социальные сети и Интернет, общение, спорт, возможность трудоустройства и широкий выбор образовательных ресурсов. Большую роль играет и среда проживания подростков. Например, по своему профессиональному наблюдению могу заметить, что

подростки из сельской местности менее активные и уверенные в себе, нежели те подростки, которые выросли в городской среде. По роду своей профессиональной деятельности мне часто приходится сталкиваться в своей работе с воспитанием подростков из неполных семей и сирот. К сожалению, отсутствие в семье отца или матери, а иногда и обоих родителей отрицательно сказывается на формировании личности подростка. Нехватка заботы, любви и внимания делает его непохожим на остальных ребят. Такие подростки чаще растут недоверчивыми и «зажатыми», они особенно остро реагируют на проявление грубости или повышение на них тона со стороны сверстников или взрослых.

Таким образом, согласно меняющимся нормам и стереотипам формирования личности в подростковом возрасте, необходимо правильно распределять социальные роли в подростковой среде. Особенно остро на сегодняшний день стоит проблема своевременной организации досуга в подростковой среде и правильной расстановки целей, шаблонов поведения. Подростки тянутся к знаниям, но их привлекает только всё новое и интересное. Им важно быть услышанными и понятыми. Поэтому принимать и критиковать их поведение следует на примерах людей, которые добились своего успеха благодаря стараниям и стремлению. Критика должна быть обоснованной и логичной. Подросткам очень приятно внимание к ним со стороны взрослых, когда речь идет о совместных интересах, например вовлечении их в спортивные соревнования, общественно значимую деятельность. А польза и радость от совместных побед и достижений ни с чем несравнима и оставляет след в памяти на всю жизнь.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. [https://spravochnick.ru/psihologiya/razvitie\\_lichnosti\\_osnovnye\\_celi\\_i\\_zadachi/factory\\_i\\_usloviya\\_razvitiya\\_lichnosti\\_v\\_psihologii/](https://spravochnick.ru/psihologiya/razvitie_lichnosti_osnovnye_celi_i_zadachi/factory_i_usloviya_razvitiya_lichnosti_v_psihologii/)
2. Возрастная психология. Психология развития. Автор-составитель: Кагермазова Л. Ц., д.психол.н., профессор кафедры педагогики и психологии ДПО КБГУ
3. Обухова Л. Ф. Возрастная психология, <https://urait.ru/book/vozrastnaya-psihologiya-449650>

#### **REFERENCES**

1. [https://spravochnick.ru/psihologiya/razvitie\\_lichnosti\\_osnovnye\\_celi\\_i\\_zadachi/factory\\_i\\_usloviya\\_razvitiya\\_lichnosti\\_v\\_psihologii/](https://spravochnick.ru/psihologiya/razvitie_lichnosti_osnovnye_celi_i_zadachi/factory_i_usloviya_razvitiya_lichnosti_v_psihologii/)
2. *Vozrastnaya psihologiya. Psihologiya razvitiya. Avtor-sostavitel': Kagermazova L. C., d.psihol.n., professor kafedry pedagogiki i psihologii DPO KBGU*
3. *Obuhova L. F. Vozrastnaya psihologiya*, <https://urait.ru/book/vozrastnaya-psihologiya-449650>



УДК 37.01

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-22-25

**ЗНАЧЕНИЕ ПОЗИТИВНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ  
В ФОРМИРОВАНИИ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Чумаченко И. В.**

*Бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Омский колледж культуры и искусств»,  
Омская область, Омск, Россия,  
ucheniye.svet.2020@gmail.com, kmetodich\_kkii@mail.ru*

*В статье предлагается рассмотрение позитивного мировоззрения, самосознания личности как смысловой и поведенческой модели развития и формирования здорового образа жизни обучающихся.*

**Ключевые слова:** *Позитивное мировоззрение, типология жизненного мира, переживание-преодоление критических ситуаций, образовательные технологии здоровьесбережения.*

**Chumachenko I. V.**

***The importance of a positive worldview in shaping the orientation of students' personality.*** *The article offers consideration of a positive worldview, personal self-awareness as a semantic and behavioral model of development and formation of a healthy lifestyle for students.*

**Key words:** *Positive worldview, typology of the life world, experiencing and overcoming critical situations, educational technologies for health conservation.*

В условиях возрастающих требований к молодому специалисту современное образование все чаще обращается к поиску резервов личности в учебно-профессиональной и последующей профессиональной деятельности, способных обеспечить всестороннее развитие, профессиональное и творческое долголетие. Показателем растущего потенциала и резервных возможностей личности является позитивный образ мышления, рассматриваемый как мощнейший стимул для человека, как условие достижения им поставленных целей.

В основе формирования позитивного мировоззрения и сопоставимое с ним лежит осознанное отношение к жизни как зрелое отношение личности к себе — субъекту жизни. Оно означает потребность в самопознании, самопонимании, полной самореализации в мире, переживание в сложных чувствах своих отношений с миром; позитивное разрешение внутриличностных противоречий; осознание, организацию своего личностного развития, жизненного пути и жизненного пространства [1].

Сказанное предопределяет практический и исследовательский интерес к типологии жизненного мира Ф. Е. Василюка. В основу типологического анализа автор положил выделение в жизненном мире внутреннего и внешнего аспектов, при этом внутренний аспект может быть простым или сложным, внешний — легким или трудным. В результате определяются четыре типа жизненного мира и соответствующие им принципы существования: I Простой и легкий — принцип удовольствия; II Простой и трудный — принцип реальности; III Сложный и легкий — Принцип

ценности; IV Сложный и трудный — Принцип творчества. Тип жизненного мира и соответствующий ему жизненный принцип характеризуют направленность личности [2].

В означенных типах мира и формируемом человеком жизненном пространстве находит отражение позитивное мировоззрение как основа продуктивного и творческого отношения человека к своему существованию. К примеру, в сторонах жизни, определяемых духовно-нравственными ценностями, человек действует в условиях «как бы легкого мира», в условиях незначимости трудностей, возникающих на пути реализации цели.

На основе теоретического анализа существующих научных концепций по данной проблеме, разработанных подходов к диагностике изучаемого явления было проведено исследование, целью которого стало изучение содержания типов жизненного мира обучающихся с обоснованием роли позитивного мировоззрения как формирующего фактора. Исследование проводилось на базе БПОУ «Омский колледж культуры и искусств». Диагностический инструментарий представлен методиками, в ряду которых анкетные опросники, предусматривающие изучение содержания жизненной и профессиональной перспективы, профессиональных ценностей, отношения к себе как будущему специалисту, соотносимых с оценкой профессиональных знаний, компетенций и социальной креативности, методика изучения полимотивационных тенденций в «Я-концепции» личности (С. М. Петрова). В качестве стимульного материала для изучения полимотивационной сферы представлены два блока диад пословиц, отобранных в силу их близости к архетипическим образованиям психики и ментальным формам сознания, отличающихся образностью, имеющих определенный эмоциональный потенциал, и тем самым отражающих мотивационную обусловленность «Я-концепции» личности [3].

На основе положений концепции Ф. Е. Василюка [2] разработаны ключи к методике и соответствующая интерпретация результатов. При проведении исследования учитывался такой параметр, как успеваемость студентов, и итоги исследования таковы: среди студентов, чьи показатели учебно-профессиональной деятельности стабильно-положительные, преобладает III тип жизненного мира — 83%, проявляющийся в принципе ценности. Характерным признаком представителей этого типа является то, что трудность внешнего мира перестает быть значимой и достижение жизненных замыслов подчиняется принципу духовно — нравственных ценностей, при этом личность с активной жизненной позицией отличается внутренней детерминацией жизнедеятельности, а также широтой временной трансспективы, сопровождающейся «чувством радостной наполненности жизни».

Среди студентов слабоуспевающих преобладает II тип жизненного мира «простой и трудный» — 100%, проявляющийся в механизме терпения, и выступающий как отсроченный принцип удовольствия, в связи с чем для реализации гедонистической потребности требуется деятельность, чаще всего, не ограниченная нравственными принципами, и, как следствие, внутренний мир становится простым. В связи с этим возникает проблема «переживания-преодоления критических ситуаций», получившая обоснование в научной теории Ф. Е. Василюка. Переживание критической ситуации можно диагностировать по параметру «психическое



## *ЗНАЧЕНИЕ ПОЗИТИВНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ*

---

состояние», включающему в себя: субдепрессивные состояния, состояния фобического круга, состояния нервно-психического (эмоционального) напряжения. Субдепрессивное состояние коррелирует с ситуационными реакциями отрицательного баланса, демобилизации, ведущей к развитию реакции дезорганизации. При этом отмечается наличие отрицательной связи между нервно-психическим напряжением, сопровождаемым эмоциональным дисбалансом, пессимистическим настроением, и социально-желательным поведением. Имеется положительная связь, указывающая на зависимость нервно-психического напряжения от состояния фобического круга, что также ведет к снижению установки на социально-желаемое поведение и переходу на защитно-средовую диспозицию, развивающейся по мере нарастания фрустрационного напряжения, характеризующимся изменениями в сфере контактов (значительное их сужение или отказ), что в целом негативно влияет на учебную деятельность обучающегося. В связи с этим возникает необходимость развития базы научно-теоретических и практических ресурсов, психолого-педагогических, социальных средств формирования позитивного мировоззрения и соответствующей ему культуры мышления на основе разумного восприятия действительности и формирования позитивных установок личности, что в целом определяет направленность образовательных технологий на сохранение жизни и здоровья обучающихся.

В качестве образовательных технологий здоровьесбережения, самоорганизации, актуализации и развития внутреннего потенциала рекомендованы просветительские формы, в числе которых научно-практические конференции, недели психологии, уроки нравственности, практикумы овладения техниками саногенного мышления, тренинги формирующего и развивающего характера, как то, сплочения, целеполагания, осуществления выбора, принятия коллективного решения, успеха, позитивного мышления и т. д.

Примером подобных технологий является научно-практическая конференция, темой которой обозначено «позитивное мышление» как основа здорового образа жизни, проводимая в рамках реализации комплексной целевой программы колледжа «Здоровье — путь в будущее». Идея конференции: используя содержание общеобразовательных и специальных дисциплин, различные направления творческой и профессиональной деятельности обучающихся, педагогов, определить позитивное самосознание личности как смысловую и поведенческую модель формирования здорового образа жизни человека и общества. Спектр целей, задач, рекомендуемая тематика научно-практических работ, форм самопрезентации позволяют рассматривать конференцию как практикум трансляции здорового образа жизни, осознания и закрепления позитивных установок в восприятии действительности. В целом назначение программы, направления деятельности по её реализации содействуют решению задач формирования благоприятного психологического микроклимата в коллективе, определяемого организацией оптимального общения и созданием для каждой личности на всех этапах развития ситуации успеха; обучения приемам поведения в разных жизненных обстоятельствах на основе принципов личной безопасности, экологической и общей культуры; воспитания студентов в духе укрепления и соблюдения учебной и производственной дисциплины, развития инициативы и активности посредством их включения в волонтерскую, творческую,

исследовательскую, иную социально-полезную деятельность.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Старовойтенко Е. Б. Жизненные отношения личности: модели психологического развития / Е. Б. Старовойтенко. Киев.: Лыбидь, 1992. 215 с.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200 с.
3. Фетискин Н.П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 398 с.

### **REFERENCE**

1. Starovojtenko E. B. Zhiznennye otnosheniya lichnosti: modeli psihologicheskogo razvitiya / E. B. Starovojtenko. Kiev.: Lybid', 1992. 215 s.
2. Vasilyuk F. E. Psihologiya perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situacij). M.: Izd-vo Mosk. un-ta, 1984. 200 s.
3. Fetiskin N.P., Kozlov V. V., Manujlov G. M. Social'no-psihologicheskaya diagnostika lichnosti i malyh grupp. M.: Izd-vo Instituta Psihoterapii, 2002. 398 s.

УДК 373.2

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-26-31

**НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К РАЗРАБОТКЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ВОСПИТАНИЯ В СОСТАВЕ АОП НА ОСНОВЕ ФАОП ДО  
И МОНИТОРИНГА ЕЕ РЕАЛИЗАЦИИ**

*Соловьёва М. А.,*

*МКДОУ № 2 п. Ульяновка,*

*Тосненского района, Ленинградской области,*

*nikdou38@yandex.ru*

*Проведен частичный сравнительный анализ рабочих программ воспитания в рамках ФАОП ДО и ФОП ДО, выявлены их отличия, даны некоторые рекомендации для разработки АОП. Представлены подходы к мониторингу реализации рабочей программы воспитания.*

**Ключевые слова:** *рабочая программа воспитания, воспитательный идеал, мониторинг, карта риска, цели и задачи, целевые ориентиры воспитания.*

***Some approaches to the development of a work program of education as part of AOP based on FAOP DO and monitoring its implementation.*** *A partial comparative analysis of the work programs of education within the framework of FAOP DO and FOP DO is made, their differences are revealed, some recommendations for the development of AOP are given. Approaches to monitoring the implementation of the work program of education are presented.*

**Keywords:** *work program of education, educational ideal, monitoring, risk map, goals and objectives, educational targets.*

Рабочая программа воспитания стала неотъемлемой частью федеральной образовательной программы дошкольного образования (далее - ФОП ДО) и федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования (далее — ФАОП ДО), что создает нам не только единство образовательной, но и воспитательной среды.

Ключевой проблемой ФАОП ДО [3] и ФОП ДО [2] является то, что они имеют в своей основе, к сожалению, разные рабочие программы воспитания. Это, конечно, создает определенное недопонимание при разработке адаптированных образовательных программ (далее — АОП) в дошкольных образовательных организациях (далее — ДОО).

Все дело в том, что в ФАОП ДО рабочая программа воспитания представлена в основном на основе Примерной рабочей программы воспитания (далее — ПРПВ) [1], а в ФОП ДО разработан новый вариант рабочей программы воспитания. Насколько существенна эта разница?

В ФАОП ДО, например, осталось старое название «этико — эстетическое воспитание» вместо «эстетическое воспитание», так ли это принципиально?

Думаю, что и да, и нет. Задача этики — заложить в человеке важные нравственные ценности и научить его самостоятельно находить правильные решения в следующих одна за другой жизненных ситуациях, сформировать в ребенке лучшие нравственные качества личности, а эстетики — формировать у детей художественный вкус, учить видеть и творить красоту.

Однако, если мы будем говорить об этическом отношении к красоте и произведениям искусства, то данная формулировка «этико — эстетическое воспитание» имеет особый смысл. Очень часто в мире стали выдавать за искусство то, что таковым не является и может нанести вред «неокрепшим душам» детей.

Формирование в ребенке умения видеть в произведениях искусства «прекрасное» и «безобразное», «низменное» и «возвышенное», «трагическое» и «комическое», «жизнеутверждающие» и «разрушающее», «милосердное» и «эгоистичное», «доброе» и «злое», без сомнения, важно с позиции этики и духовно — нравственного воспитания.

Именно духовно — нравственное воспитание появилось в ФОР ДО и стало шестым направлением воспитания, а его ценностями являются милосердие, жизнь и добро.

Если мы продолжим анализировать ценности, то в физическом воспитании дополнительно предусмотрена ценность жизни, а не только здоровья [2]. Таким образом, в ФОР ДО через эти два направления воспитания заложено то, что жизнь каждого человека бесценна и ее надо сохранять.

Так же в ФОР ДО, в отличие от ФАОП ДО, ценностью познавательного направления воспитания является не знание, а познание. Что это отличие говорит нам, педагогам — практикам?

Очень многое, в частности, мне как педагогу — психологу, работающему с детьми с ТНР, это отличие делает акцент на важности, именно формирования познавательных процессов, познавательной активности и интересов ребенка, а не только знаний. В остальном ценности остались прежние, а целевые ориентиры?

Рассмотрим их на примере целевых ориентиров для 8-ми лет. Анализ целевых ориентиров ФАОП ДО показал, что они все же отличаются не только от ФОР ДО, но и от ПРПВ.

Следует отметить, что полностью совпадают целевые ориентиры в трудовом воспитании, близки по смыслу, при разности формулировок, они в эстетическом и социальном воспитании.

В целевые ориентиры патриотического воспитания в ФОР ДО добавлен показатель «любящий свою малую родину», а познавательного воспитания — «любопытный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом, обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей. Думаю, что для многих категорий детей с ОВЗ, у которых сохранен интеллект, важно так же добавить эти целевые ориентиры в АОП.

Кардинально отличаются в ФАОП ДО от ФОР ДО целевые ориентиры в рамках физического воспитания и оздоровления, поэтому при разработке АОП ДО для отдельных категорий детей, например, детей с ТНР, следует их сравнить и возможно дополнить, хотя бы в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (далее — ЧФУОО). Появились и совершенно новые целевые ориентиры в рамках духовно — нравственного воспитания.

Цели воспитания и их направленность близки в этих двух федеральных образовательных программах, кроме того, что ценности в ФОР ДО теперь названы не «базовыми», а «традиционными», а нормы и правила поведения — «социально

приемлемыми», а не просто «выработанными в обществе».

Ведь, мы прекрасно видим, что общество порой вырабатывает не самые социально приемлемые нормы и правила поведения, в которых сначала учитывается мнение меньшинства, а потом с молчаливого согласия большинства, они становятся нормой поведения общества.

Именно, поэтому новый вариант рабочей программы в ФОП ДО воспитания усилен линией духовно — нравственного воспитания, так как она основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Таким образом, следует предположить, что при разработке своих образовательных программ ДОО должна конкретизировать этот воспитательный идеал формирования личности человека и гражданина России, наполнив его определенными качествами личности по всем шести направлениям воспитания.

Например, в рамках трудового воспитания — это будут: трудолюбивый, активный и инициативный, ответственный обязательный, настойчивый, упорный, целеустремленный, волевой, терпеливый в труде, организованный и аккуратный.

Конечно, мы понимаем, что многие из этих личностных качеств только закладываются, «засеваются, как семена» в период дошкольного детства, но уже можно отследить к моменту перехода ребенка в школу эти «первые ростки» становления гражданина России, которые проявляются через конкретные поступки детей и их поведение.

Например, трудолюбивый ребенок всегда готов трудиться, т.е. готов всегда дежурить, убирать игрушки, застилать кровать и др. Наблюдая за детьми, мы видим разную степень сформированности этого качества в его проявлениях у разных детей (всегда, почти всегда, часто, редко, только при стимуляции взрослого, никогда).

Проявления личностных качеств в поступках и поведение ребенка — дошкольника и степень их проявления были заложены мною в **авторский мониторинг динамики формирования положительных личностных качеств** ребенка — дошкольника.

При необходимости мы можем заложить в данный мониторинг и **динамику изменения степени контроля со стороны взрослого для их проявления (самостоятелен в их проявление (С)**, требуется небольшая стимуляция со стороны взрослого (НС), требуется значительная стимуляция (ЗС).

Кроме достижений в формирование положительных личностных качеств каждого ребенка, нам надо вовремя выявить проблемные качества (отрицательные), я использую для этого разработку Романова А. А. «Индивидуальную диагностику наличия нарушений поведения» [4], другие психологические диагностики или мою **авторскую карту риска**, в которую заложены не только воспитательные аспекты, но и развивающие.

Продолжая сравнительный анализ двух федеральных образовательных программ, хотелось бы остановиться и на общих задачах реализации рабочих программ воспитания, целях и задачах по некоторым направлениям воспитания.

Следует отметить, что в новом варианте рабочей программы воспитания в ФОП ДО, конкретизированы общие задачи ее реализации. В них акцент сделан на фор-

мирование у ребенка представлений о добре и зле, должном и недопустимом, внутренней установке личности поступать согласно своей совести, т. е. на становление нравственности, основанной на духовных отечественных традициях.

Важным в этих общих задачах воспитания является и формирование у детей стремления к самовоспитанию, а не только саморазвитию и самовыражению, и способствовать всему этому должен уклад, воспитывающая среда и общности.

Мы видим в ФОП ДО, как цель духовно — нравственного воспитания — формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению, перекликается с этими общими задачами воспитания, а целеполагание социального воспитания с акцентом на умение находить общий язык с другими людьми, дополняет их. Все это важно учесть при разработке АОП, так как значительно усилит ее воспитательный аспект.

Однако и в ФАОП ДО, в социальном направлении воспитания, аккумулированы частично составляющие духовно — нравственного воспитания, такие как, формирование представлений о добре и зле, милосердие, а направленность работы в этих двух направлениях еще более конкретизирована, чем в ФОП ДО.

Поэтому при разработке АОП в части рабочей программы воспитания, конечно, есть необходимость, добавления еще одного направления воспитания или как, вариант, его интеграция в социальное воспитание, ведь они прекрасно дополняют друг друга.

Важным акцентом патриотического воспитания в ФОП ДО является формирование у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны. Кроме того, в смысл познавательного воспитания заложено понимание того, что знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребёнка, а физического воспитания — понимание здоровья как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека. Всего этого нет в ФАОП ДО, но мы можем это заложить в АОП, особенно при работе с детьми с ТНР.

Говоря в целом о наполнение рабочей программы воспитания в рамках ФОП ДО, мы видим, что она прописана четко на уровне интеграции задач и содержания работы во всех направлениях развития ребенка, в том числе в ее содержательном разделе, что в ФАОП ДО практически не наблюдается.

Так, например, в социально — коммуникативном направлении развития детей в ФОП ДО выделены такие разделы, как сфера социальных отношений и трудового воспитания, области формирования основ гражданственности и патриотизма и основ безопасного поведения, что более четко помогает наполнить такие направления воспитания, как патриотическое, трудовое, социальное и духовно — нравственное.

Совместное изучение этих двух федеральных образовательных программ, несомненно, поможет нам при разработке АОП, тем более что, как было отмечено на V съезде дефектологов заведующей лабораторией дошкольного образования **Изотовой Еленой Ивановной**, авторы данных программ продолжают своё тесное сотрудничество для их совершенствования.

Так как ФАОП ДО — это нормативный документ, надо подумать, каким образом нам учесть все лучшее в ФОП ДО в рамках федеральной рабочей программы



воспитания при разработке АОП. Как вариант, компенсировать это дополнением в ЧФУОО, наполнив все это интересным содержанием.

Так, например, в рамках социального и духовно — нравственного воспитания детям с ТНР будут интересны коллективные проекты заботы и помощи, например, развитие движения детей — тьютеров внутри и вне группы, а так же социальные акции помощи другим людям (инвалидам, пожилым, маленьким детям), проекты «Какой я?» (с проведением экспресс — диагностики собственного поведения и личностных качеств, рефлексия своего поведения) и «Какие мои друзья в группе?» (взаимооценка, рефлексия поведения детей), «Каждый человек красив по-своему!» (поступки, характер) и многое другое.

А для формирования у детей ТНР личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны проведение проекта «История глазами современника». В ходе его реализации дети вместе с родителями не только узнают, как жили их бабушки и дедушки, задумаются над тем, что происходит вокруг сейчас, но и пофантазируют, что будет дальше. А самое главное, подумают над тем, что они и их близкие и знакомые, все жители их населенного пункта внесли в историю малой родины и всей страны, а что могут еще сделать? Может быть, тогда история каждого из нас вольется в историю нашей страны, реализовав наши представления о ее будущем, а у детей сформируется личность близкая к воспитательному идеалу.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. «Примерная рабочая программа воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования» (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 1 июля 2021 г. № 2/21)
2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11. 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847)
3. Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022, регистрационный № 72149)
4. Романов А. А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей М.: ПЛЭЙТ, 2004. 7–8 с.

#### **REFERENCES**

1. «Primernaya rabochaya programma vospitaniya dlya obrazovatel'nyh organizacij, realizuyushchih obrazovatel'nye programmy doshkol'nogo obrazovaniya» (odobrena resheniem federal'nogo uchebno-metodicheskogo ob"edineniya po obshchemu obrazovaniyu, protokol ot 1 iyulya 2021 g. № 2/21)
2. Federal'naya obrazovatel'naya programma doshkol'nogo obrazovaniya (utverzhdena prikazom Ministerstva prosveshcheniya Rossijskoj Federacii ot 25.11. 2022 g. № 1028, zaregistrirvano v Minyuste Rossii 28 dekabrya 2022 g., registracionnyj

№ 71847)

3. Federal'naya adaptirovannaya obrazovatel'naya programma doshkol'nogo obrazovaniya (utverzhdena prikazom Ministerstva prosveshcheniya Rossijskoj Federacii ot 24.11.2022 № 1022, registracionnyj № 72149)

4. Romanov A. A. Korrekciya rasstrojstv povedeniya i emocij u detej M.: PLEJT, 2004. 7–8 s.



УДК 159.9.07

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-32-37

ПОДХОДЫ К СНИЖЕНИЮ СОЦИАЛЬНОЙ НАПРЯЖЁННОСТИ

*Афанаскин А. Б.*

*Государственный университет просвещения, ГУП,*

*Мытищи, Россия*

*madge06@mail.ru*

*В статье представлены результаты анализа научных исследований в части снижения социальной напряжённости: сколько таких исследований существует, их содержание, какие есть особенности. Предлагается возможные классификаторы техник по снижению социальной напряжённости.*

**Ключевые слова:** *социальная напряжённость, стресс, конфликт*

**Afanaskin A. B.**

***Approaches to reducing social tension.*** *The article presents the results of an analysis of scientific research in terms of reducing social tension: how many such studies exist, their content, what are their features. Possible classifiers of techniques to reduce social tension are proposed.*

**Key words:** *social tension, stress, conflict*

Современное общество сталкивается с большим потоком и интенсивностью происходящих событий. Эти события затрагивают самые разные стороны общественной жизни: экономику, политику, культуру, социальную сферу и т.д. Общество реагирует на происходящее по разному — как положительно, так и отрицательно. Одной из таких реакций является социальная напряжённость.

В научной сфере исследованию социальной напряженности уделяется довольно пристальное внимание. Оно рассматривается и как состояние и как характеристика общества. Не обходят вниманием исследование социальной напряжённости на стыке разных научных дисциплин в междисциплинарных подходах.

Помимо исследования самого явления и его воздействия на социум или отдельного человека, самое пристальное внимание обращено на изучение того, как социальную напряжённость измерить и прогнозировать её поведение. В данном направлении можно наблюдать широкий спектр подходов и направлений исследований.

Вместе с тем внимания к вопросу, как регулировать социальную напряжённость почти не уделяется. Хотя, актуальности данной области должна привлекать к себе самое пристальное внимание исследователей. С одной стороны, социальная напряжённость при своём возрастании может трансформироваться в конфликт, который окажет не самое позитивное воздействие на общество, в котором разгорится. С другой стороны, учитывая нарастающую волну взаимных претензий и конфликтов на международном уровне, повышение социальной напряжённости может быть инспирировано извне, что, и это самое главное, также может приводить к разрушительным последствиям. Следовательно, вопрос регулирования, т.е. снижения социальной напряжённости имеет важное значение, т.к. её возрастание может не зависеть только от факторов внутри определённого общества.

На текущий момент существует чуть ли не единственная работа по описанию

техник по снятию социальной напряжённости [1].

Автор описывает следующую структуру данного направления:

- компоненты социальной напряжённости
- параметры техник по снятию СН и их примеры, в том числе разных стран и их применимость для России
- взаимосвязи и взаимные влияния различных сфер жизни общества в разрезе снятия СН
- логика, лежащая в основе социального напряжения
- направления психотерапии, способствующие снятию причин возникновения СН.

К компонентам социальной напряжённости относятся следующие [1]:

- «тревожность населения;
- доверие или недоверие к власти;
- консолидация оппозиции;
- криминализация отдельных сфер общественной жизни, таких как экономики, общества и государства;
- конфликтность между основными слоями общества;
- лояльность силовых структур;
- экономический кризис;
- влияние средств массовой информации».

Касательно параметров техник снятия социальной напряжённости есть выделяются следующие:

1. необходимы комплексные меры;
2. эти меры должны осуществляться на макро, средне, микро и личностном;
3. точкой отсчёта для снятия социальной напряжённости является её прогноз;
4. прогнозы, в свою очередь, делятся на кратко, средне и долгосрочном;
5. снятие социальной напряжённости эквивалентно выявлению и устранению причин системного кризиса.

Автор рассматривает несколько конкретных инструментов по снятию социальной напряжённости на разных уровнях.

На макроуровне, примером такой техникой является ликвидация безработицы как массового явления. Автор подробно описывает экономические меры и подходы для решения данной задачи.

На микроуровне снижение для снижения социальной напряжённости предлагается использовать групповую терапию, центров социальной реабилитации и т.п. — см таблицу ниже:

Уровень	Методы снятия СН
Макроуровень	<ul style="list-style-type: none"><li>• национальной безопасности,</li><li>• сильной государственности,</li><li>• реальной демократии</li><li>• решения вопроса о массовой безработице</li><li>• снижение уровня преступности, терроризма и обеспечение техногенной безопасности</li></ul>
Микроуровень	<ul style="list-style-type: none"><li>• групповая психотерапия,</li><li>• создание Т-групп,</li><li>• центры социальной реабилитации</li><li>• семейная терапия</li></ul>
Личностный	индивидуальная терапия

Описанная структура совладания с социальной напряжённостью, как первая и единственная, имеет свои как достоинства, так и недостатки. К достоинствам относится то, что автор попытался комплексно описать снижение СН, охватить все аспекты задачи и систематизировать доступные ему знания в данной области.

Все перечисленные техники снижения социальной напряжённости являются правильными и в их применительности трудно сомневаться. Вместе с тем, они описаны для своего времени и не учитывают глобальных процессов, которые происходят сейчас, т.е. регионализация [3] и транзитивность[2]. Для решения того же вопроса массовой безработицы потребуются продолжительные усилия, могущие занять во времени и месяцы, и годы. А главное, в начале пути никто не может гарантировать его счастливый финал. Не говоря о том, что массовая безработица будет побеждена в будущем, а социальную напряжённость необходимо снижать в настоящем.

Из этого можно сделать следующий вывод, что инструменты снижения СН необходимо рассматривать с точки зрения продолжительности их воздействия — они должны давать как долгосрочный, так и краткосрочный эффекты.

Следующее наблюдение, автор хотя и упоминает, что социальную напряжённость можно довести до критического состояния, если заниматься этим умышленно, но не развивает данную мысль, а для современности, когда напряжённость между странами возрастает, умышленное вмешательство и попытки вызвать внутреннюю дестабилизацию извне также требует целого комплекса мер: и мониторинг СН, и определение её источников, и определение акторов, которые умышленно пытаются на неё влиять. Это не отменяет техник по снижению социальной напряжённости, ориентированных на выявление и устранение каких-либо негативных явлений

жизни того или иного общества. В данном случае речь идёт как раз о попытках раздуть незначительную социальную напряжённость.

В таком случае, вторым свойством техник по снижению социальной напряженности должна быть цель — они направлены на снижение социальной напряженности или на устранение умышленного влияния.

В-третьих, автор уравнивает социальную напряжённость и системный кризис: «снятие социальной напряженности означает выявление и устранение причин системного кризиса, т.е. кризиса в сфере власти, экономики и общества».

Следуя данной логике, получается, что при завершении кризиса, прекратиться и социальная напряжённость. Здесь следует сделать ряд замечаний. Во-первых, если рассматривать социальную напряжённость как характеристику, то разрешение любого кризиса не уберёт социальную напряжённость окончательно. Во-вторых, «диагностирование» как самого «системного кризиса», так и «устранение его причин» вряд ли поддаётся единомоментной фиксации, т.е. это могут быть некие косвенные методы измерения, к чьей валидности возникают большие вопросы даже на стадии теоретической проработки. В-третьих, вряд ли какое-либо, пусть даже радикально положительное, изменение в областях, описываемых автором, т.е. власти, экономики и общества, удовлетворит всё общество в целом — останутся какие-то его части, которые такие изменения не примут или примут не в полной мере. В-четвёртых, современные тенденции транзитивности, т.е. изменчивости, также говорят скорее о постоянном присутствии социальной напряжённости в социуме с одной стороны, при этом, эта же сама транзитивность позволяет проявлять большую гибкость и на всех уровнях и адаптироваться к социальной напряжённости и справляться с её более высоким уровнем. В итоге, учитывая вышесказанное, можно предположить, что техники снижения социальной напряжённости должны более гибкими и не нести в себе отпечаток «решения вопроса раз и навсегда».

Помимо описанных выше наблюдений, существуют наблюдения, которые можно отнести к разряду «дополнительных» и они относятся скорее к структуре техник и их параметров. Рассмотрим их далее:

1. автор говорит о необходимости комплексного и системного подхода, при этом приводит примеры эффективных локальных техник.

2. разделение техник на профилактические, чтобы не допустить социальной напряжённости и техники, которые снижают уже существующую социальную напряжённость. Вместе с тем, не совсем очевидно, как данные два типа техник сочетать между собой и в какой момент времени, и при каких условиях один тип техник переходит в другой.

3. три временных периода не обозначены какими-либо рамками.

4. говоря о различных техниках, не учитывается ограниченность ресурсов для реализации их всех и тем более в каком-либо коротком промежутке времени.

5. Все техники равнозначны, т.е. нет такого, что можно и необходимо применять в первую очередь и в короткий промежуток времени, а что можно применять довольно длительно.

Для разрешения отмеченных противоречий в подходе автора к техникам снижения социальной напряженности, но при этом не выходя за рамки его концепции,

можно предложить следующее:

1. сочетание комплексного и частного подходов. Когда сначала разрабатываются общие программы, затем они адаптируются к конкретным группам населения и/или ситуациям.

2. для согласования профилактических и останавливающих техник можно использовать принцип приоритета профилактики при необходимости оперативного реагирования.

3. конкретизировать временные параметры и рассмотреть возможность привязки техники к кратко-, средне- и долгосрочным целям и задачам.

4. Ограниченность ресурсов можно учесть через адресность помощи — она направляется тем, кто в ней больше всего нуждается.

5. Для приоритизации техник можно использовать оценку их потенциальной результативности и затратности. В приоритете — наиболее результативные и экономически эффективные.

Таким образом, в рамках концепции автора есть возможности для более четкого структурирования и согласования предлагаемого подхода к снижению социальной напряженности.

Вместе с тем, чтобы не оставаться только в рамках имеющейся концепции техник по снижению социальной напряженности, можно рассмотреть возможные варианты, которые учитывают имеющиеся противоречия и в дальнейшем разрабатывать их более подробно, что приведёт к более эффективному и результативному использованию данных техник.

К некоторым возможным классификаторов техник снижения социальной напряженности можно отнести следующие:

1. По сфере применения:
  - политические (реформы)
  - экономические (создание рабочих мест)
  - социальные (адресная помощь, работа с уязвимыми группами)
  - правовые (законодательные инициативы)
  - культурно-просветительские (диалог культур)
  - информационные (борьба с фейками)
  - психологические (тренинги, групповая терапия)
2. По масштабу воздействия:
  - общегосударственные
  - региональные
  - локальные (работа с конкретными группами)
3. По временной перспективе:
  - краткосрочные (урегулирование конфликтов)
  - среднесрочные (изменение законодательства)
  - долгосрочные (изменение массового сознания)
4. По характеру воздействия:
  - превентивные (профилактика напряженности)
  - нейтрализующие (разрядка уже имеющейся напряженности)
  - реабилитационные (восстановление).

Выводы можно разделить на две части: общие и частные. К общим выводам относятся следующие:

- техники по снятию напряжённости изучаются не так подробно, как хотелось бы в современных условиях;
- со временем область знаний о социальной напряжённости расширяется и дополняется, что позволяет посмотреть на техники её снижения под разными углами;
- за счёт изменения социальной среды становится возможным обратить более пристальное внимание на вещи, которые раньше из фокуса внимания выпадали.

К частным же выводам можно отнести, что современные методы снижения социальной напряжённости могут обладать, помимо прочих, следующими характеристиками:

- временная характеристика своего воздействия — когда мы хотим получить результат по снижению СН? — через год или через день;
- направленность — техника направлена на устранение умышленного влияния или на устранение социальной напряжённости;
- неокончателность воздействия — насколько техника может снизить уровень социальной напряжённости, без направленности на полное исчезновение СН.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Деркач А.А., Сухов А. Н. Социальная психология: Учебное пособие для вузов. — М.: Академия, 2001. — 600 с.
2. Марцинковская Т.Д., Современная психология — вызовы транзитивности. Психологические исследования, [S. 1.], v. 8, n. 42, 2015. DOI: 10.54359/ps.v8i42.533. Disponível em: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/533>. Acesso em: 5 окт. 2023.
3. Сидоров А.С., Огнева В. В. Регионализация как важнейший тренд современного мирового развития // Известия ТулГ У. Гуманитарные науки. 2015. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/regionalizatsiya-kak-vazhneyshiy-trend-sovremennogo-mirovogo-razvitiya> (дата обращения: 11.08.2023).

### **REFERENCES**

1. Derkach A.A., Suhov A. N. Social'naya psihologiya: Uchebnoe posobie dlya vuzov. — М.: Akademiya, 2001. — 600 s.
2. Marcinkovskaya T.D., Sovremennaya psihologiya — vyzovy tranzitivnosti. Psihologicheskie issledovaniya, [S. 1.], v. 8, n. 42, 2015. DOI: 10.54359/ps.v8i42.533. Disponível em: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/533>. Acesso em: 5 okt. 2023.
3. Sidorov A.S., Ogneva V. V. Regionalizaciya kak vazhnejshij trend sovremennogo mirovogo razvitiya // Izvestiya TulG U. Gumanitarnye nauki. 2015. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/regionalizatsiya-kak-vazhneyshiy-trend-sovremennogo-mirovogo-razvitiya> (data obrashcheniya: 11.08.2023).

**СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ  
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-  
ВОСПИТАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ**

*Мирошниченко Е. А.*

*МОАУООШ № 23 им. Надежды Шабатько, г. Новокубанск  
lencho.com@mail.ru*

*В данной статье рассматриваются особенности адаптации младших школьников к образовательно-воспитательному процессу, перечислены стадии адаптации, а также факторы, влияющие на успешное ее прохождение. Рассмотрен феномен социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе. В период перехода обучения меняется привычный режим дня, игры сменяются на уроки, ребенок вынужден подчиняться правилам школьной жизни, выполняя требования учителя. От успешности прохождения адаптации зависит дальнейшее благополучие развития личности и ее взаимоотношения в социуме.*

**Ключевые слова:** *школьный возраст, обучение, адаптация*

*Miroshnichenko E. A.*

***The current state of the problem of adaptation of younger schoolchildren to the educational process.*** *This article discusses the features of the adaptation of younger schoolchildren to the educational process, lists the stages of adaptation, as well as factors influencing its successful passage. The phenomenon of socio-psychological adaptation of younger schoolchildren to school is considered. During the transition of learning, the usual mode of the day changes, games are replaced by lessons, the child is forced to obey the rules of school life, fulfilling the requirements of the teacher. The success of the adaptation depends on the further well-being of the development of the personality and its relationships in society.*

**Keywords:** *school age, learning, adaptation*

Поступая в школу, ребенок не только вступает на траекторию социально контролируемого поведения и деятельности, которая выше, чем в дошкольном возрасте, но и обладает большей самостоятельностью и свободой в осуществлении новых прав и обязанностей.

Начало обучения связано с резким изменением связей "ребенок-деятельность", "ребенок-взрослый", "ребенок-компаньон", "ребенок-окружение", что составляет разнообразие жизни детей, которые начали учиться. Изменение привычной обстановки и знакомого образа жизни требует перестройки устойчивых навыков и образцов поведения.

Особенности школьной адаптации рассматриваются в работах И. В. Дубровина [2], М. М. Безруких [5], М. Р. Битяновой [1], А. А. Реана [6], А. В. Петровского [4], и др. Ученые единодушны во мнении, что первые недели обучения формируется корень благополучия ребенка в обучении. Успешность обучающихся первого класса во многом зависит от того, насколько дети адаптируется к новой жизни в школе.

Адаптация — это систематический переход ребенка к школьному обучению и привыкание к школьным условиям.



Факт адаптации людей в обществе связан с изучением нового вида деятельности, изменением его социального окружения. В концепции А. В. Петровского [4] адаптация описывается как важный момент в становления личности, от которого в большей степени зависит характер ее дальнейшего развития. Успешная адаптация позволяет сочетать интегрированность ребенка в группе с его индивидуализацией и автономностью.

Исходя из этого, адаптация — это процесс связи личности и социальной группы с окружающей средой. Адаптация ребенка в школе включает в себя процесс приобретения норм и ценностей обучения, а также изменения среды в аналогии с новыми условиями деятельности.

Е. С. Рапацевич [3] определяет адаптацию как приспособление организма, личности или группы к изменившимся внешним условиям; а адаптацию к школе как перестройку когнитивной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к школьному обучению. При поступлении в школу условия жизни и деятельность ребенка кардинально меняются, и учебная деятельность становится основной. В начальной форме учебная деятельность также осуществлялась и дошкольниками, но для них она носила второстепенный характер, потому что основными были игры, поэтому мотивация к учебной деятельности дошкольников также была в основном игровой. Школьный распорядок требует более высокого уровня организационного поведения, чем у дошкольников. Необходимость установления и поддержания отношений с учителями и сверстниками в процессе совместной деятельности требует развитых коммуникативных навыков. В связи с этим, особенно важно готовиться к школьному обучению.

Дети, имеющие опыт общения, развитую речь, сформированные познавательные мотивы, легко адаптируются к школьным условиям. Дети, которые посещали детский сад, чаще попадают в более благоприятные условия, потому что имеют элементарные представления о школьном обучении, которые сформировались путем педагогического воздействия. Дети, кне посещавшие ранее детский сад, пользовались более пристальным и индивидуальным вниманием со стороны своих родителей. Они, как правило, обладают определенными преимуществами в познавательной сфере, но часто не имеют достаточного опыта во взаимоотношениях и в целом занимают эгоцентричную личностную позицию. Трудности, возникающие из-за плохой подготовки к школе, могут быть причиной дезадаптации ребенка. Закрепляется неспособность действовать должным образом, неуспех в учебной деятельности способствует возникновению школьного невроза.

Интересна позиция А. В. Петровского [4], которая определяет процесс социально-психологической адаптации как своего рода взаимодействие между человеком и окружающей средой, в ходе которого также корректируются ожидания участников. В то же время автор отмечает, что важнейшим элементом адаптации является согласование самооценки и притязаний на свои способности с реалиями социального окружения, включая как реальный уровень, так и потенциальные возможности развития окружения и при этом подчеркивает, что идентификация личности в социальной среде процесс его персонализации и интеграции в социальную среду адаптируется к этой среде.



## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ

М. В. Ускова [7] проанализировала особенности первичной адаптации обучающихся к школе и выяснила, что степень дезадаптации характеризуется синдромом гиперактивности, инертностью нервной системы, неподготовленностью к школе, недостаточной произвольностью и отсутствием психических функций.

По мнению М. М. Безруких [5], процесс адаптации ребенка к школе можно разделить на несколько стадий, каждая из которых имеет свои особенности:

- Первая стадия — это показатель, который характеризуется интенсивными реакциями и значительным напряжением практически всех систем организма. Длится две-три недели.
- Вторая стадия — неустойчивая адаптация, когда организм ищет и находит несколько оптимальных вариантов реакции на эти воздействия. На втором этапе затраты снижаются, и бурная реакция начинает утихать
- Третья стадия — это период относительно стабильной адаптации, в течение которой организм находит наиболее подходящий вариант, чтобы справиться с меньшими стрессовыми нагрузками на все системы. Возможности детского организма далеко не безграничны, и связанные с этим длительный стресс и усталость могут стоить здоровья детскому организму.

Итак, адаптация младшего школьника заключается в постепенном приспособлении ребенка к жизни в обществе в зависимости от новой для него ситуации школьного обучения. Образовательная сущность адаптации осуществляется с учетом того факта, что индивид является членом сообщества, и, в связи с этим, образовательная поддержка осуществляется с учетом того, что обучающийся успешно адаптируется к условиям современного общества и активно участвует в его жизни. Учителя помогают младшим школьникам в овладении образовательными навыками, обращая внимание на трудности адаптации ребенка к новым видам деятельности. Педагоги уделяют особое внимание знакомству детей с общечеловеческими ценностями, с целью приобретения социокультурного опыта; формируют социальные качества, необходимые для успешной адаптации; передает системы знаний, методы деятельности и мысли, связанные с современной действительностью.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе [Текст] / М. Р. Битянова. — М.: Совершенство, 1997.
2. Младший школьник: Развитие познавательных способностей: Пособие для учителя / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Просвещение, 2003
3. Новейший психолого-педагогический словарь / сост. Е. С. Рапацевич; под общ. ред. А. П. Астахова. — Минск: Современная школа, 2009. — 928 с
4. Петровский А. В. Стратометрическая концепция групп и коллективов»
5. Развитие мозга и формирование познавательной деятельности ребенка / под ред. М. М. Безруких, Д. А. Фарбер. — М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2009. — 432 с.
6. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности. — СПб., 2002. 2-е изд. — М.; СПб., 2006.
7. Ускова, М. В. Анализ особенностей первичной адаптации первоклассников. —

**REFERENCES**

1. Bityanova, M. R. Organizaciya psihologicheskoy raboty v shkole [Tekst] / M. R. Bityanova. — M.: Sovershenstvo, 1997.
2. Mladshij shkol'nik: Razvitie poznavatel'nyh sposobnostej: Posobie dlya uchitelya / pod red. I. V. Dubrovinoj. M.: Prosveshchenie, 2003
3. Novejshij psihologo-pedagogicheskij slovar' / sost. E. S. Rapacevich; pod obshch. red. A. P. Astahova. — Minsk: Sovremennaya shkola, 2009. — 928 s
4. Petrovskij A. V. Stratometrisheskaya koncepciya grupp i kollektivov»
5. Razvitie mozga i formirovanie poznavatel'noj deyatel'nosti rebenka / pod red. M. M. Bezrukih, D. A. Farber. — M.: Izd-vo Mosk. psihol.-soc. in-ta; Voronezh: MODEK, 2009. — 432 s.
6. Rean A. A., Kudashev A. R., Baranov A. A. Psihologiya adaptacii lichnosti. — SPb., 2002. 2-e izd. — M.; SPb., 2006.
7. Uskova, M. V. Analiz osobennostej pervichnoj adaptacii pervoklassnikov. — 2007. — № 4. — S. 26–29

УДК 37.015.3+004.416.3

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-42-45

**ПСИХОЛОГО — ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ГБПОУ  
«КУРСАВСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ «ИНТЕГРАЛ»**

*Шимченко Н. П., Мокряк Е. Н., Вяльцева О. А.*

*ГБПОУ «Курсавский региональный колледж «Интеграл»*

*Nina\_shimchenko@mail.ru*

В статье рассматриваются такие особенности адаптации первокурсников к образовательному процессу в колледже, как: подготовка к поступлению, осознанность выбора образовательного учреждения и направления подготовки, возможности самореализации, осознание статуса «студент» и многие другие.

**Ключевые слова:** *адаптация, дезадаптация, первокурсник, студент, образование, образовательный процесс.*

*Nina\_shimchenko@mail.ru*

***Psychological and pedagogical support of the adaptation of first-year students to study at the State Educational Institution "Kursavsky Regional College "Integral". The article discusses such features of the adaptation of first-year students to the educational process in college as: preparation for admission, awareness of the choice of educational institution and direction of training, opportunities for self-realization, awareness of the status of "student" and many others.***

**Keywords:** *adaptation, maladaptation, freshman, student, education, educational process.*

Студенческий возраст совпадает с периодом юности, границами которого в отечественной психологии принято считать 14–18 лет. Особенности возраста ранней юности во многом, связаны со спецификой социальной ситуации развития, суть которой состоит в том, что в этот период перед молодым человеком встает жизненно важная задача — осуществить профессиональное самоопределение. Особенно трудным для студента является первый год обучения. Учебный процесс в школе во многом отличается от обучения в профессиональном учебном заведении: новый режим занятий, другие взаимоотношения с педагогами и сверстниками, понимание роли профессиональных дисциплин для будущей специальности, все это ведет к значительным изменениям всего образа жизни в целом.

Успешная адаптация студентов нового набора к жизни и учебе в техникуме является залогом дальнейшего развития каждого студента как личности, будущего специалиста. Именно в это время организация работы со студентами-первокурсниками по их адаптации к студенческой жизни становится особенно значимой. Под адаптационной способностью понимают способность человека приспосабливаться к различным требованиям (социальным и физическим) среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой [2].

Принято выделять два вида студенческой адаптации: а) профессиональную адаптацию, т. е. приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебно-воспитательного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе; б) социально-психологическую адаптацию, т. е. приспособление

индивида к группе и взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения. Адаптация — это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Степень социальной адаптации первокурсника в колледже определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и т.д.

Каждый год колледж гостеприимно распахивает двери для пополнения большого и дружного коллектива студентов, которые поступают из разных школ, и становятся первокурсниками нашего учебного заведения. Переход из школы в колледж является для многих учащихся переломным моментом в жизни, потому что не каждый взрослеющий подросток самостоятельно, без поддержки взрослых может приспособиться к новым, важным для него условиям, а также безболезненно их пережить.

Новый коллектив, новые преподаватели, новый учебный процесс отличающийся от школьного, порой неопределенность в выборе профессии, все это приводит к возникновению психологических проблем, к затруднению в адаптации.

Личная самореализация, профессиональное самоопределение, получение нужной профессии, построение собственной карьеры, может ли вчерашний школьник справиться с этим самостоятельно, при этом спокойно адаптироваться в новой для него социальной среде? Конечно да, но не каждый, и не без помощи взрослых, которые должны сопровождать его на протяжении всего этапа становления, как формирующуюся личность, так и сложившегося профессионала [1].

А начинаться все должно с адаптации обучающегося в той среде, в которую он пришел, не важно сделал он выбор самостоятельно или при помощи взрослых, которые за него решили. Помогать и сопровождать вчерашнего школьника должны все те же взрослые, которые берут на себя ответственность в данный период его жизни, его жизненного становления, как творческой личности, как будущего профессионала. Поэтому в период адаптации на весь инженерно-педагогический коллектив ложится большая ответственность в создании условий для успешной адаптации, безболезненного принятия той новой обстановки, которая существует в учебном заведении и которая благоприятно влияет на психологическое состояние молодого человека. Вчерашние школьники, поступившие в колледж ещё только на пути к самоопределению, они по-разному относятся к своей будущей профессии, а также к обучению в колледже. Поэтому очень часто возникают трудности и неудачи, которые приводят к разочарованию, утрате интереса, пассивности, не желанию учить и учиться, а также посещать колледж. Все они очень разные, каждый имеет за плечами свой багаж знаний и умений, каждый обладает определенным уровнем коммуникабельности, уверенности в себе и ответственности, но все они пришли за одним и тем же, за профессией, которую выбрали, поэтому наша главная задача не только адаптировать их, но и сформировать желание получить данную профессию, чтобы в будущем стать хорошим специалистом.

Начало обучения в среднем профессиональном заведении, очень значимый этап для вчерашних школьников, именно этот период в жизни влияет на дальнейшее развитие, профессиональное самоопределение и личную самореализацию. В этот

период происходит встреча студента и учебного заведения, которое он выбрал, а также с той психологической средой, которая существует в этом заведении и с которой ему предстоит взаимодействовать все годы обучения.

Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация студентов нового набора к жизни и учебе в колледже является залогом дальнейшего развития каждого студента как личности и будущего специалиста.

В процессе адаптации первокурсников обычно выявляются следующие трудности: неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая готовность к ней (пошел учиться вместе с другом, отправили родители, не взяли в школу, не надо далеко ехать), выстраивание межличностных отношений в новом коллективе. В этот момент важно направление не только успешно адаптировать, но ещё и смотивировать на будущую профессию, о которой студент знает очень мало или не знает совсем ничего [3].

Подростку крайне сложно выбрать профессию. Профессиональные намерения ещё неопределенны. Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии — осознание собственного «Я» (Кто я? Каковы мои способности? Каков мой жизненный идеал? Почему я выбрал эту профессию? А что я о ней знаю? Смогу ли я работать по этой профессии?). Все эти вопросы не дают покоя, волнуют и тревожат неокрепшую психику учащихся и в то же время заставляют размышлять, искать ответы, начинать действовать. Иногда подросткам очень трудно самим ответить на эти вопросы, поэтому важно в этот момент протянуть им руку помощи, помочь разобраться и направить в правильное русло.

Главным в адаптации остается процесс психологической перестройки личности обучающегося, его заинтересованности, а также способности, умение и желание приспособливаться к новой социальной среде, к условиям обучения в колледже. И здесь большую роль играет самостоятельная, творческая работа обучающегося. А задачей является, прежде всего, не только быстрее и мягче адаптировать, не только дать профессиональные знания и сформировать умения, но и научить «вжиться», полюбить выбранную профессию, помочь будущему специалисту «войти» в реальные условия современной жизни. Поэтому и помощь должна осуществляться всеми специалистами колледжа на основе их совместного взаимодействия.

Таким образом, выявление трудностей у обучающихся и определение путей их преодоления позволит повысить адаптационную активность обучающихся, их успеваемость и качество знаний.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Алмазов, Б. Н. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних: монография / Б. Н. Алмазов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 180 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-09759-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517256> (дата обращения: 02.10.2023).

2. Блинов, В. И. Теоретические и методические основы педагогического сопровождения группы обучающихся: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Блинов, И. С. Сергеев; под общей редакцией В. И. Блинова. —

Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 133 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09149-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514470> (дата обращения: 02.10.2023).

3. Исаева, О. М. Управление человеческими ресурсами: учебник и практикум для вузов / О. М. Исаева, Е. А. Припорова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 178 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14873-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512167> (дата обращения: 02.10.2023).

## REFERENCES

1. Almazov, B. N. Psihicheskaya sredovaya dezadaptaciya nesovershennoletnih: monografiya / B. N. Almazov. — 2-e izd. — Moskva: Izdatel'stvo Yurajt, 2023. — 180 s. — (Aktual'nye monografii). — ISBN 978-5-534-09759-7. — Tekst: elektronnyj // Obrazovatel'naya platforma Yurajt [sajt]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517256> (data obrashcheniya: 02.10.2023).

2. Blinov, V. I. Teoreticheskie i metodicheskie osnovy pedagogicheskogo soprovozhdeniya grupy obuchayushchihsya: uchebnoe posobie dlya srednego professional'nogo obrazovaniya / V. I. Blinov, I. S. Sergeev; pod obshchej redakciej V. I. Blinova. — Moskva: Izdatel'stvo Yurajt, 2023. — 133 s. — (Professional'noe obrazovanie). — ISBN 978-5-534-09149-6. — Tekst: elektronnyj // Obrazovatel'naya platforma Yurajt [sajt]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514470> (data obrashcheniya: 02.10.2023).

3. Isaeva, O. M. Upravlenie chelovecheskimi resursami: uchebnik i praktikum dlya vuzov / O. M. Isaeva, E. A. Priporova. — 2-e izd. — Moskva: Izdatel'stvo Yurajt, 2023. — 178 s. — (Vysshee obrazovanie). — ISBN 978-5-534-14873-2. — Tekst: elektronnyj // Obrazovatel'naya platforma Yurajt [sajt]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512167> (data obrashcheniya: 02.10.2023).



УДК 373.091.31–044.332

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-46-54

**ВОЗМОЖНОСТИ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА  
НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ  
ФОРМАХ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Кочубей О. В., Гарская Н. А., Гаранович И. И.*

*ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск.*

*Inataya\_g@bk.ru.*

*В данной статье рассматриваются возможности адаптации обучающихся, на начальном этапе основной школы в зависимости от различных форм учебной деятельности. Приведены результаты антропометрических и функциональных показателей обучающихся. Установлено, что форма обучения влияет на уровень адаптационного потенциала у мальчиков и на уровень функционального состояния организма у девочек, где выявлены достоверные различия между соответствующими группами.*

***Ключевые слова:** адаптационный потенциал, форма учебной деятельности, сердечно-сосудистая система, функциональное состояние.*

***Kochubey O. V., Gorskaya N. A., Garanovich I. I.***

***The possibilities of adaptation of students at the initial stage of primary school in various forms of educational activity.** This article discusses the possibilities of adaptation of students at the initial stage of primary school, depending on various forms of educational activity. The results of anthropometric and functional indicators of students are presented. It was found that the form of education affects the level of adaptive potential in boys and the level of the functional state of the body in girls, where significant differences between the corresponding groups were revealed.*

***Key words:** adaptive potential, forms of educational activity, cardiovascular system, functional state.*

Непреложной истиной является утверждение, что ценность любого государства, равно как и отдельной личности любого социума, определяется уровнем здоровья и интеллектуального потенциала каждого гражданина. В настоящее время, именуемое эпохой информационных технологий, развития взаимосвязей с международным сообществом, государство осуществляет модернизацию российской образовательной системы, существенно изменяя требования к ее выпускникам. Современная российская система образования активно реализует новые Федеральные государственные образовательные стандарты на всех ступенях обучения, внедряет педагогические технологии, обеспечивающие саморазвитие, самосовершенствование учащегося как творческой личности [1, 8, 21].

Одним из критических периодов обучения детей в средних общеобразовательных учреждениях (школах, гимназиях, лицеях) является переход из начального в среднее звено [5, 17].

Проблема сохранения здоровья обучающихся стала особенно актуальной на современном этапе. Информационные перегрузки, повышенная стрессогенность, малоподвижный образ жизни, способствовали изменению мотивации образовательной деятельности обучающихся, снизили творческую активность, замедлили



физическое и психическое развитие [15, 18].

В настоящее время в образовательном процессе школы наметились тенденции, учитывающие личностные особенности, способности и уровень здоровья обучающихся, позволяющие разработать здоровьесберегающие технологии. Теоретическими предпосылками решения данной проблемы являются исследования В. Ф. Базарного, А. Л. Сиротюк, Н. К. Смирнова [2, 11, 20]. Они рассматривают здоровьесберегающие технологии как системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью детей, как альтернативу угрозам здоровью, так или иначе связанным с образовательным процессом [7].

Исследованиями педагогов, психологов, нейропсихологов, физиологов, врачей доказано, что раздельно-параллельное обучение дает преимущество в развитии мальчиков и девочек. При этом формируется более адекватная жизненная позиция, личностное самоопределение, выбор идеалов и жизненных целей, сохраняется психологическое и физическое здоровье, воспитывается уважение к противоположному полу, что, в целом, определяет будущее развитие мальчиков и девочек, их жизненную успешность [9, 13].

В связи с этим вопрос изучения возрастных особенностей психофизиологического развития и адаптации школьников к учебной деятельности в условиях инновационного образования приобретает особую актуальность в современных социальных условиях жизни [10].

Цель данного исследования – изучение особенностей формирования и реализации адаптационного потенциала обучающихся 5-х классов на этапе адаптации к обучению в основной школе при традиционной и раздельно-параллельной формах учебной деятельности.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Работа была проведена на базе Государственного общеобразовательного учреждения «Беловская средняя школа» Лутугинского района Луганской Народной Республики с традиционной формой обучения и Государственного учреждения «Луганское общеобразовательное учреждение — средняя общеобразовательная школа № 17 имени Валерия Брумеля» Луганской Народной Республики с раздельно-параллельной формой обучения. В исследовании приняли участие обучающиеся 5-х классов в возрасте 10 лет в количестве 40 человек (20 мальчиков и 20 девочек).

При проведении исследования дети были разделены по половому признаку и форме обучения: I группа — мальчики при традиционной форме обучения и II — девочки при традиционной форме обучения, III группа — мальчики при раздельно-параллельной форме обучения и IV группа — девочки при раздельно-параллельной форме обучения.

Все обследования обучающихся были проведены в первой половине дня. Все дети относились к основной группе здоровья.

Родители обследуемых детей были ознакомлены с целью, задачами проводимых исследований и правилом конфиденциальности [12, 13].

Антропометрические и функциональные исследования проводились в соответствии с рекомендациями НИИ антропологии МГУ (1981) и методическими

рекомендациями ВОЗ [14, 16].

У детей определяли стандартными методами массу тела, рост, артериальное давление, пульс [6]. Для характеристики функциональных показателей были рассчитаны следующие индексы: индекс массы тела [6], уровень функционального состояния [6], индекс Робинсона [6], адаптационный потенциал (по Р. М. Баевскому с соавт., 1987) [4, 9].

Полученные в ходе исследований результаты были использованы для сравнительного анализа групп детей, находящихся в классах с традиционной и раздельно-параллельной формами обучения.

Статистическая обработка материалов осуществлялась с применением пакета прикладных программ «Statistika-10». Вычисляли среднюю величину признака (M), стандартное отклонение (m), показатели изменчивости признака (R) и (Cv).

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Анализ полученных антропометрических данных показал, что рост, масса тела и индекс массы тела у детей всех групп не имеют достоверных различий (таблица 1).

*Таблица 1*

*Антропометрические особенности обучающихся в зависимости от формы обучения, (M±m)*

Показатели	Традиционная форма обучения		Раздельно-параллельная форма обучения	
	I группа мальчики (♂) n=8	II группа девочки (♀) n=7	III группа мальчики (♂) n=12	IV группа девочки (♀) n=13
Рост (см)	147,5±2,37	148,8±3,07	142,71±5,0	138,61±4,07
Lim (R)	139–158 (19)	140–159 (19)	102–165 (63)	102–162 (60)
Cv, %	4,54	5,45	13,12	14,38
Возрастная норма	131,4–144,2	132,2–145,0	131,4–144,2	131,4–144,2
Масса тела, (кг)	39,38±2,82	44,29±2,92	45,16±2,6	37,6±1,58
Lim (R)	34–57 (23)	30–55 (25)	33–61 (28)	28–53 (25)
Cv, %	23,86	17,43	19,91	18,3

Возрастная норма	26,7–37,0	27,0–38,2	26,7–37,0	27,0–38,2
Индекс массы тела, (кг/м <sup>2</sup> )	18,05±1,02	19,24±0,81	20,14±0,99	17,06±0,62
Lim, (R)	14,98–22,83 (7,85)	15,3–25,8 (10,5)	16,65–27,4 (10,74)	12,86–25,52 (12,66)
Cv, %	16,00	16,4	17,03	15,94
Возрастная норма	13,9–17,9	13,1–17,8	13,9–17,9	13,1–17,8

Все данные изученные показатели отличались однородностью. Изменчивость совокупности данных, за исключением значений роста у детей при традиционной форме обучения, соответствовала среднему уровню варьирования.

Следует отметить, что средние значения роста всех детей, вне зависимости от пола, при традиционной форме обучения превосходят верхнюю границу возрастной нормы, а при раздельно-параллельной форме обучения данный показатель у всех детей соответствует норме. Однако, согласно данным, среди этой группы имеются дети с недостаточным ростом для данного возраста, как среди мальчиков, так и среди девочек.

Согласно данным среднего показателя массы тела, все дети при традиционной форме обучения и мальчики при раздельно-параллельной форме обучения имели повышенную массу тела. Масса тела девочек при раздельно-параллельной форме обучения находилась в пределах верхних границ возрастной нормы.

Несоответствие роста и веса детей отмечено у всех обследованных групп, за исключением девочек при параллельно-раздельной форме обучения. Об этом свидетельствуют полученные средние значения ИМТ. У детей отмечается превышение данного показателя в сравнении с возрастными нормами. При этом, в группе девочек при параллельно-раздельной форме обучения встречаются обучающиеся, отличающиеся как низкими, так и высокими значениями ИМТ.

Данные, характеризующие функциональные особенности обучающихся в зависимости от формы обучения также отличались однородностью (таблица 2).

*ВОЗМОЖНОСТИ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ  
ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМАХ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ*

Таблица 2

Функциональные особенности обучающихся зависимости от формы обучения,  
( $M \pm m$ )

Показатели	Традиционная форма обучения		Раздельно-параллельная форма обучения	
	I группа мальчики (♂) n=8	II группа девочки (♀) n=7	III группа мальчики (♂) n=12	IV группа девочки (♀) n=13
Индекс Робинсона, (усл. ед.)	91,97±2,55	99,33±6,67	100,0±3,81	110,6±4,87
Lim, (R)	77,7–98,8 (21,1)	79,8–133,4 (55,6)	68,5–117,3 (48,8)	68,4–138,9 (70,5)
Cv, %	7,84	17,77	13,2	15,5
Адаптационный потенциал, (баллы)	1,83±0,05*	1,97±0,08	2,08±0,06*	2,09±0,07
Lim, (R)	1,6–2,02 (0,42)	1,72–2,35 (0,63)	1,68–2,47 (0,79)	1,5–2,4
(0,9)	34–57 (23)	30–55 (25)	33–61 (28)	28–53 (25)
Cv, %	8,42	10,99	9,58	11,5
Уровень функционального состояния, (усл. ед)	0,68±0,03	0,67±0,05**	0,72±0,03	0,50±0,03**
Lim (R)	0,50–0,83 (0,33)	0,44–0,91 (0,47)	0,53–0,98 (0,45)	0,013–0,729 (0,716)
Cv, %	13,6	19,3	16,5	22,9

Примечания: \*-  $p > 0,05$ ; \*\* -  $p > 0,01$

Анализ индекса Робинсона детей исследуемых групп показал, что у детей традиционной формы обучения и мальчиков параллельно-раздельной формы обучения возможности регуляции сердечно-сосудистой системы находятся на уровне ниже среднего, а у девочек IV группы — можно говорить о напряжении работы сердечно-сосудистой системы, так как значения индекса Робинсона у них соответствуют низкому уровню. Изменчивость индекса Робинсона была ниже у мальчиков, чем у девочек. Однако у I группы она имела незначительное варьирование, а у других групп — среднее.

Установленный адаптационный потенциал (АП) (по Р. М. Баевскому с соавт., 1987) у детей всех групп соответствовал удовлетворительной адаптации. Однако у детей с раздельно-параллельной формой обучения значения соответствовали крайней границе показателя, указывающего на это.

Показатель адаптации мальчиков традиционной формы обучения на 12,2% ( $p < 0,05$ ) достоверно был ниже, чем у мальчиков с раздельно-параллельной формой обучения. У девочек установленная разница была только физической. При этом все группы мальчиков имели низкий уровень варьирования признака, у группы девочек — средний.

Согласно полученным данным, уровень функционального состояния (УФС) между группами девочек при традиционной и раздельно-параллельной форме обучения имели достоверные отличия ( $p > 0,01$ ). Девочки с раздельно-параллельной формой обучения имели показатель УФС соответствующий ниже среднему уровню физической работоспособности, в то время как дети других групп отличались уровнем — выше среднего.

Изменчивость показателя УФС соответствовала среднему уровню, при большем значении коэффициента вариации у девочек.

### **ВЫВОДЫ**

Возможности адаптации обучающихся на начальном этапе основной школы при различных формах учебной деятельности имеют свои особенности в зависимости от пола.

При раздельно-параллельной форме обучения дети испытывают несколько большие нагрузки среды на некоторые антропометрические показатели и на все исследованные функциональные показатели. Особенно «неблагоприятно» раздельно-параллельная форма обучения отразилась на показателях девочек, особенно сердечно-сосудистой системы (индекс Робинсона) и физической работоспособности, где состояние является пограничным между нормой и патологией (УФС).

Существенное влияние форма обучения оказала на уровень адаптационного потенциала у мальчиков и на уровень функционального состояния организма у девочек, где выявлены достоверные различия между соответствующими группами.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Асмолов А. Г. Стратегия и методология социокультурной модернизации образования // Проблемы современного образования. — 2010. — № 4. — С. 4–18.
2. Базарный В. Ф. Дитя человеческое. Психофизиология развития и регресса. — М., 2009. — 328 с.

3. Баевский Р. М., Берсеньева А. П. Оценка адаптивных возможностей организма и риск развития заболеваний. — М.: Медицина, 1997. — 235 с.

4. Баранов А. А. Состояние здоровья детей современной России / А. А. Баранов, В. Ю. Альбицкий, Л. С. Намазова-Баранова, Р. Н. Терлецкая. М.: ПедиатрЪ.- 2020.- 116с.

5. ВОЗ. Инвестируя в будущее детей: Европейская стратегия охраны здоровья детей и подростков, 2015–2020 гг. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2014 г. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/253776/64wd12\\_Rus\\_InvestCANstrategy\\_140440.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/253776/64wd12_Rus_InvestCANstrategy_140440.pdf) — дата доступа 15.07.2019.

6. ВОЗ. Подростки: риски для здоровья и их пути решения / ВОЗ. Информационный бюллетень. — 2016. — № 345. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://apps.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/ru/index.html/> — Дата обращения 15.06.2018.

7. Конвенция ООН/ Конвенция о правах ребенка. — Москва РИОР, 2011. — 24 с.

8. Куинджи Н. Н. Пути формирования здоровья школьников: методическое пособие. — Москва: Аспект Пресс, 2001. — 139 с.

9. Кучма В. Р. Формирование здорового образа жизни детей и единого профилактического пространства в образовательных организациях: проблемы и пути решения // Гигиена и санитария. — 2015. — № 6.. — С. 20–26.

10. Пашин А. А. Мониторинг физического развития, физической и функциональной подготовленности учащейся молодежи: учеб. Пособие. —Пенза: Изд-во ПГУ, 2015. — 142 с.

11. Пашутина Е. Н., Гарская Н. А. Оценка физического здоровья школьников как анализ адаптационных возможностей // Современные вопросы биомедицины. — 2022. — № 6 (1). — С. 313–319.

12. Сиротюк АЛ. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. — М.: ТЦ Сфера, 2003. — 288 с.

13. Славутская Е. В. Гендерные различия в личностных качествах, определяющих дезадаптацию младших подростков [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. — 2011. — № 3.

14. Смирнов Н. К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования. М.: АРКТИ, 2008. — 288 с.

15. Судоргина Л. В. Здоровьесберегающие аспекты раздельно-параллельного образования // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. — 2014. — № Т. 4, № 1. — С. С. 101–110.

16. Тарасова О. Л., Четверик О. Н., Федоров А. И., Зарченко П. Ю., Казин Э. М. Особенности психофизиологической адаптации учащихся в различных условиях обучения // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. — 2016. — № 1. — С. 23–37.

17. Федеральный закон / Об основных гарантиях прав ребенка в РФ.- М.: ИНФРА. -М., 2004. — 19 с.

18. Черная Н. Л., Маскова Г. С., Ганузин В. М., Шубина Е. В., Дадаева О. Б. Нормативы оценки антропометрических показателей у детей от 0 до 19 лет в соответ-

ствии с рекомендациями Всемирной организации здра-воохранения. Издание 2-ое, дополненное /Ярославль. — 2018. — 116 с.

19. Цукерман Г. А. Психология саморазвития — Рига: Развивающее обучение, 1995. — 224 с.

20. Шибкова Д. З., Байгужин П. А., Семенова М. В., Шибков А. А. Морфофункциональные и психофизиологические особенности адаптации школьников к учебной деятельности. — Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуманитарно-пед. ун-та, 2016. — 380 с.

21. Ястребова Э. Р. Использование здоровьесберегающих технологий как основы повышения качества обучения. Педагогика: традиции и инновации: материалы VI международной научной конференции (г. Челябинск, февраль 2015 г.). — Челябинск: Два комсомольца, 2015. — С. 231–234.

## REFERENCES

1. Asmolov A. G. Strategiya i metodologiya sociokul'turnoj modernizacii obrazovaniya // Problemy sovremennogo obrazovaniya. — 2010. — № 4. — S. 4–18.

2. Bazarnyj V. F. Ditya chelovecheskoe. Psihofiziologiya razvitiya i regressa. — M., 2009. — 328 s.

3. Baevskij R. M., Bersen'eva A. P. Ocenka adaptivnyh vozmozhnostej organizma i risk razvitiya zabolevanij. — M.: Medicina, 1997. — 235 s.

4. Baranov A. A. Sostoyanie zdorov'ya detej sovremennoj Rossii / A. A. Baranov, V. Yu. Al'bickij, L. S. Namazova-Baranova, R. N. Terleckaya. M.: Pediatr".- 2020.-116s.

5. VOZ. Investiruya v budushchee detej: Evropejskaya strategiya ohrany zdorov'ya detej i podrostkov, 2015–2020 gg. Kopenhagen: Evropejskoe regional'noe byuro VOZ, 2014 g. [Elektronnyj resurs]. — Rezhim dostupa: [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/253776/64wd12\\_Rus\\_InvestCAHstrategy\\_140440.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/253776/64wd12_Rus_InvestCAHstrategy_140440.pdf) — data dostupa 15.07.2019.

6. VOZ. Podrostki: riski dlya zdorov'ya i ih puti resheniya / VOZ. Informacionnyj byulleten'. — 2016. — № 345. [Elektronnyj resurs]. Rezhim dostupa: <http://apps.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/ru/index.html/> — Data obrashcheniya 15.06.2018.

7. Konvenciya OON/ Konvenciya o pravah rebenka. — Moskva RIOR, 2011. — 24 s.

8. Kuindzhi N. N. Puti formirovaniya zdorov'ya shkol'nikov: metodicheskoe posobie. — Moskva: Aspekt Press, 2001. — 139 s.

9. Kuchma V. R. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni detej i edinogo profilakticheskogo prostranstva v obrazovatel'nyh organizacijah: problemy i puti resheniya // Gigiena i sanitariya. — 2015. — № 6.. — S. 20–26.

10. Pashin A. A. Monitoring fizicheskogo razvitiya, fizicheskoy i funkcional'noj podgotovlennosti uchashchejsya molodezhi: ucheb. Posobie. —Penza: Izd-vo PGU, 2015. — 142 s.

11. Pashutina E. N., Garskaya N. A. Ocenka fizicheskogo zdorov'ya shkol'nikov kak analiz adaptacionnyh vozmozhnostej // Sovremennye voprosy biomeditsiny. — 2022. — № 6 (1). — S. 313–319.

12. Sirotyuk AL. Nejropsihologicheskoe i psihofiziologicheskoe soprovozhdenie obucheniya. — M.: TC Sfera, 2003. — 288 s.



13. Slavutskaya E. V. Gendernye razlichiya v lichnostnyh kachestvah, opredelyayushchih dezadaptatsiyu mladshih podrostkov [Elektronnyj resurs] // Psihologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru. — 2011. — № 3.

14. Smirnov N. K. Rukovodstvo po zdorov'esberegayushchej pedagogike. Tekhnologii zdorov'esberegayushchego obrazovaniya. M.: ARKTI, 2008. — 288 s.

15. Sudorgina L. V. Zdorov'esberegayushchie aspekty razdel'no-parallel'nogo obrazovaniya // Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. — 2014. — № T. 4, № 1. — S. S. 101–110.

16. Tarasova O. L., O. Chetverik O. N., Fedorov A. I., Zarchenko P. Yu., Kazin E. M. Osobennosti psihofiziologicheskoy adaptatsii uchashchihsya v razlichnyh usloviyah obucheniya // Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. — 2016. — № 1. — S. 23–37.

17. Federal'nyj zakon / Ob osnovnyh garantiyah prav rebenka v RF.- M.: INFRA.-M., 2004. — 19 s.

18. Chernaya N. L., Maskova G. S., Ganuzin V. M., Shubina E. V., Dadaeva O. B. Normativy ocenki antropometricheskikh pokazatelej u detej ot 0 do 19 let v sootvetstvii s rekomendatsiyami Vsemirnoj organizatsii zdra-voohraneniya. Izdanie 2- oe, dopolnennoe /Yaroslavl'. — 2018. — 116 s.

19. Cukerman G. A. Psihologiya samorazvitiya — Riga: Razvivayushchee obuchenie, 1995. — 224 s.

20. Shibkova D. Z., Bajguzhin P. A., Semenova M. V., Shibkov A. A. Morfofunkcional' nye i psihofiziologicheskie osobennosti adaptatsii shkol'nikov k uchebnoj deyatel'nosti. — Chelyabinsk: Izd-vo Yuzhno-Ural. gos. gumanitarno-ped. un-ta, 2016. — 380 s.

21. Yastrebova E. R. Ispol'zovanie zdorov'esberegayushchih tekhnologij kak osnovy povysheniya kachestva obucheniya. Pedagogika: tradicii i innovatsii: materialy VI mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii (g. Chelyabinsk, fevral' 2015 g.). — Chelyabinsk: Dva komsomol'ca, 2015. — S. 231–234

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ

УДК 616–071.3:[373.016:796]-053.6

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-55-61

### ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЮНОШЕЙ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА УРОКОВ «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Деркач А. В., Гарская Н. А.

ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск

anuta.derkach@mail.ru

natalya\_g@bk.ru

Шайдурова С. О., Мешкова Л. А.

ГУ ЛНР «ЛОУ — СОШ № 17 им. В.Брумеля», г. Луганск

aleksariana@mail.ru

*В статье исследованы вопросы морфофункционального развития юношей старшей школы в зависимости от количества уроков «Физической культуры». Показано, что в результате увеличения количества уроков «Физической культурой» у юношей старшей школы наблюдалось уменьшение жирового компонента кожи, проявившееся в существенном уменьшении толщины кожно-жировых складок.*

***Ключевые слова:** физическое развитие, юноши, антропометрические данные, индексы функциональной активности.*

***Derkach A. V., Garskaya N. A. Shaidurova S. O., Meshkova L. A.***

***Features of morphofunctional development of high school students depending on the number of lessons of "Physical culture".** The article examines the issues of morphofunctional development of high school boys depending on the number of lessons of "Physical culture". It is shown that as a result of an increase in the number of "Physical Culture" lessons in high school boys, a decrease in the fatty component of the skin was observed, manifested in a significant decrease in the thickness of the skin-fat folds.*

***Keywords:** physical development, young men, anthropometric data, indices of functional activity.*

Уровень морфофункционального состояния молодежи является показателем качества физического, интеллектуального и репродуктивного потенциала населения страны [1].

Многочисленные материалы об особенностях жизнедеятельности современных школьников свидетельствует о неупорядоченности и нерациональности их образа жизни, наличие вредных привычек и низком уровне культуры здоровья [2].

Обращение к физической культуре и спорту предполагает формирование защитных механизмов, упреждающих дальнейшее развитие негативных тенденций в состоянии здоровья подрастающего поколения нашей страны и в профилактике преждевременного старения человека [3].

Цель работы — выявить особенности взаимосвязи морфофункционального статуса юношей старшей школы в зависимости от количества уроков «Физической культуры» с целью совершенствования способов и методов обучения.

### ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследования были проведены на базе кафедры лабораторной диагностики,

*ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЮНОШЕЙ  
СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА УРОКОВ  
«ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»*

анатомии и физиологии факультета естественных наук ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет».

Обследовали здоровых школьников 10 класса ГУ ЛНР «Луганского общеобразовательного учреждения — средняя общеобразовательная школа № 17 им. Валерия Брумеля» и «Луганского общеобразовательного учреждения — средняя общеобразовательная школа № 13».

Обследования проводились в первой половине дня в комфортных условиях медицинского кабинета школы. Обследование школьников проводили с информированного согласия родителей. Школьники были разделены на группы-аналоги: I группа — юноши ЛОУ-СОШ № 17 с увеличенным количеством уроков «Физической культурой» (пять раз в неделю), II группа — юноши ЛОУ-СОШ № 17 с базовым количеством уроков «Физической культурой» (два раза в неделю), III группа — юноши ЛОУ-СОШ № 13 с базовым количеством уроков «Физической культурой» (два раза в неделю). Обследование было проведено в конце I учебной четверти 2021–2022 учебного года.

Показатели морфофункциональных особенностей развития учащихся определяли путем оценки антропометрических данных: вес, рост, обхват грудной клетки, измерения подкожно-жировых складок (на спине, на передней брюшной стенке, на задней стороне плеча, на внутренней стороне предплечья) и индексов, характеризующих физическое развитие (индекс массы тела (ИМТ), индекс Пинье, индекс Эрисмана, индекс Рорера, индекс Вервека) [4, 5, 6].

Все полученные результаты были обработаны биометрически с помощью программы «Statistica-10».

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Результаты полученных в ходе обследования антропометрических данных учащихся приведены на рисунках 1–3

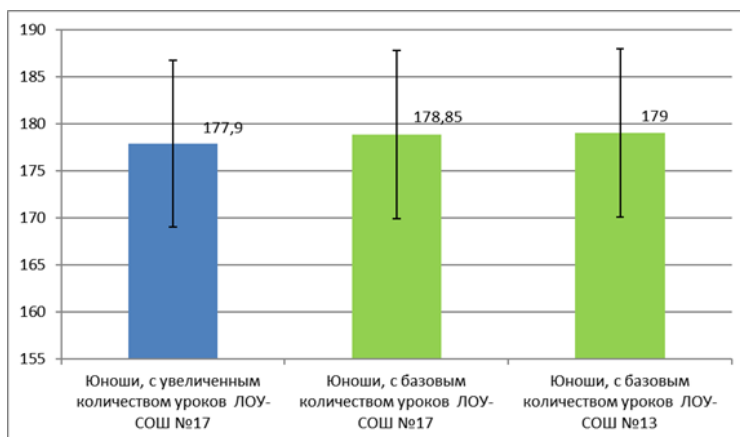


Рисунок 1. Влияние количества уроков «Физической культуры» на рост юношей старшей школы, см.

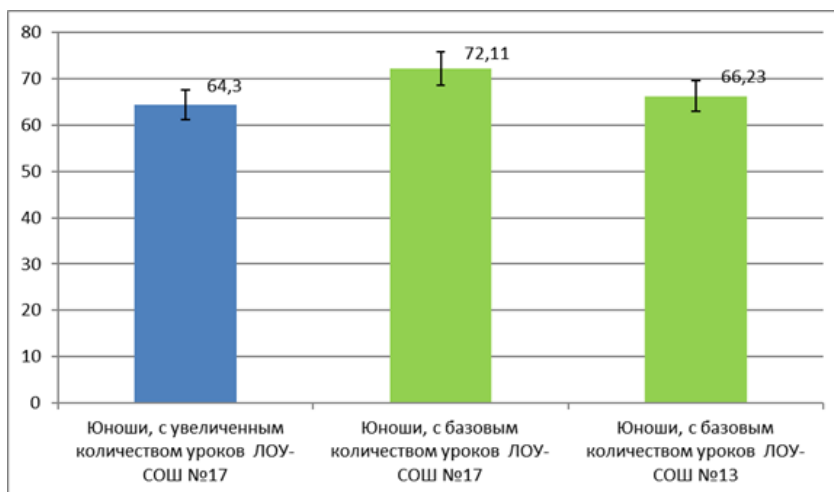


Рисунок 2. Влияние количества уроков «Физической культуры» на массу юношей старшей школы, кг.

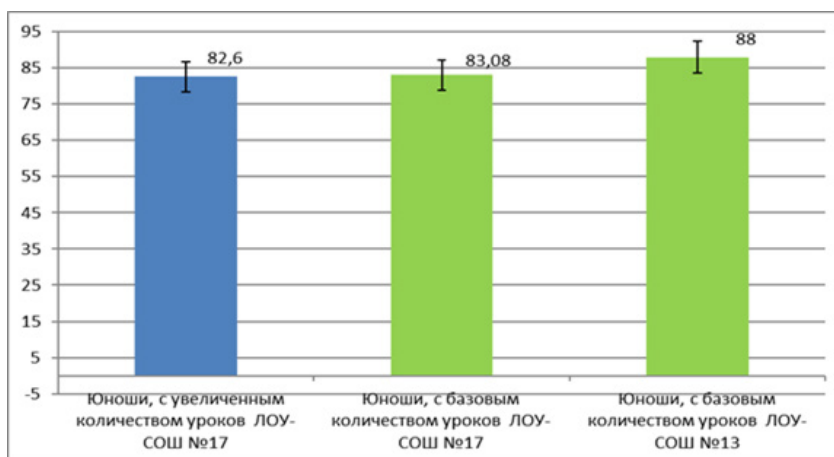
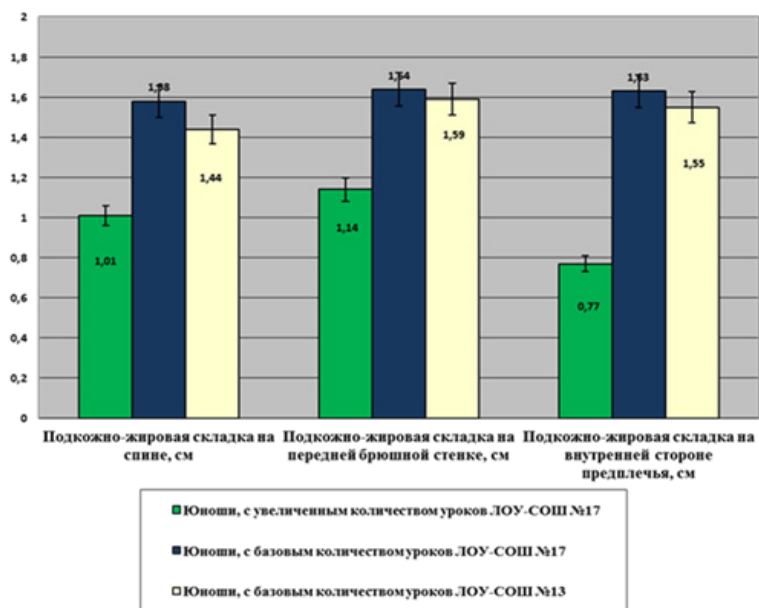


Рисунок 3. Влияние количества уроков «Физической культуры» на обхват грудной клетки юношей старшей школы, см.

*ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЮНОШЕЙ  
СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА УРОКОВ  
«ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»*



*Рисунок 4. Влияние количества уроков «Физической культуры» на обхват грудной клетки юношей старшей школы, см.*

Согласно результатам проведённых исследований между показателями роста, массы тела и окружности грудной клетки у юношей с увеличенным и базовым количеством уроков «Физической культуры» достоверные отличия установлены не были.

Достоверная разница была установлена между обследованными школьниками по показателям подкожно-жировых складок. Юноши с увеличенным количеством уроков «Физической культуры» отличались достоверно меньшими показателями их толщины (Рисунок 4).

Так по толщине подкожно-жировой складки на спине юноши с увеличенным количеством уроков «Физической культуры» достоверно уступали 0,57 см или 37,06% ( $p \leq 0,05$ ) юношам ЛОУ-СОШ № 17 и 0,43 см или 29,86% ( $p \leq 0,05$ ) юношам ЛОУ-СОШ № 13. Достоверная разница толщины подкожно-жировой складки по передней брюшной стенке составила 0,5 см или 30,49% ( $p \leq 0,05$ ) и 0,45 см или 28,3% ( $p \leq 0,05$ ) соответственно. Увеличение подкожно-жировой складки на внутренней стороне предплечья в сравнении групп составило 0,86 см или 52,76 ( $p \leq 0,05$ ) и 0,78 см или 50,32% ( $p \leq 0,05$ ).

При этом подкожно-жировые складки учащихся разных школ с базовым количеством уроков «Физической культуры» достоверно не отличались друг от друга.

Индексы, характеризующие физическое развитие применяют для характеристики групповых и возрастных соотношений отдельных величин тела в процессе роста. Являясь дополнительными критериями физического развития, они позволяют сравнивать исследуемые контингенты. Показатели индексов, характеризующих физическое развитие, у юношей старшей школы в зависимости от количества уроков «Физической культуры» представлены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели индексов, характеризующих физическое развитие, у юношей старшей школы в зависимости от количества уроков «Физической культуры», ( $M \pm m$ )

Показатели	Юноши(♂)		
	ГУ ЛНР «ЛОУ — СОШ № 17»		Г О У Л Н Р «ЛОУ — СОШ № 13»
	С увеличенным количеством уро- ков	С базовым количеством уроков	
	n=17	n=13	n=14
<b>ИМТ</b>	20,22±0,86	22,57±1,29	20,22±0,86
lim	13,98–27,17	16,69–34,14	16,23–25,49
<b>Индекс Пинье</b>	30,94±4,35	23,92±6,04	24,64±4,13
CV,%	57,98	91,01	62,74
<b>Индекс Эрис- мана</b>	-6,35±1,66	-6,35±2,53	-1,50±1,56
lim	-15,50–9,00	-16,00–14,00	-11,50–6,00
<b>Индекс Рорера, кг/м<sup>3</sup></b>	11,35±0,45	12,65±0,77	11,53±0,49
lim	8,63–15,04	9,07–19,85	9,55–14,19
<b>Индекс Верве- ка</b>	0,86±0,03	0,81±0,03	0,82±0,03
lim	0,65–1,16	0,57–0,98	0,67–1,02

Согласно результатам проведенных исследований статистически достоверных отличий между обследованными юношами по индексам, характеризующих физическое развитие нами установлено не было.

### ВЫВОДЫ

Таким образом, в результате проведенного исследования было установлено, что

*ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЮНОШЕЙ  
СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА УРОКОВ  
«ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»*

---

в школах г. Луганска юноши старшей школы при базовом количестве уроков «Физической культурой» существенно не отличались друг от друга по изученным антропометрическим показателям и индексам, характеризующих физическое развитие.

Повышение количества уроков «Физической культурой» с двух до пяти раз в неделю у юношей старшей школы в течении одной четверти занятий не приводит к достоверному изменению показателей роста, массы, грудной клетки и индексов, характеризующих физическое развитие.

В результате увеличения количества уроков «Физической культурой» у юношей старшей школы наблюдается уменьшение жирового компонента кожи, проявившееся в существенном уменьшении толщины кожно-жировых складок.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Горская, И. Ю. Динамика показателей функционального состояния юношей 14–16 лет, занимающихся в школьной секции кроссфита / И. Ю. Горская, А. Ю. Переплеткин, А. Н. Нефедченко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2021. — № 4(194). — С. 114–118. — DOI 10.34835/issn.2308–1961.2021.4.p114–118]

2. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: Учебное пособие / под научной редакцией Э. М. Казина; ред. Коллегия: Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова и др. Кемерово: Изд-во КРИПКИПРО, 2009. 347 с.

3. Дубровский В. И. Спортивная медицина: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС 2002. — 512 с.

4. Мониторинг физического развития, физической и функциональной подготовленности учащейся молодежи: учеб. пособие / А. А. Пашин, Н. В. Анисимова, О. Н. Опарина. — Пенза: Изд-во ПГУ, 2015. — 142 с.

5. Физиологические основы диагностики функционального состояния организма: Учебное пособие к практическим занятиям по физиологии для бакалавров, магистров: Ф. Г. Ситдииков, Н. И. Зиятдинова, Т. Л. Зефиоров — Казань, КФУ, 2019. — 105 с.

6. Ткачук, Е. А. Т 48 Физическое развитие детей и подростков. Методика исследования и семиотика нарушений / Е. А. Ткачук Н. Н. Мартынович; ФГБОУ ВО ИГМУ Минздрава России, Кафедра педиатрии. — Иркутск: ИГМУ, 2020. — 93 с.

### REFERENCES

1. Gorskaya, I. Yu. Dinamika pokazatelej funkcional'nogo sostoyaniya yunoshej 14–16 let, zanimayushchihsya v shkol'noj sekcii krossfita / I. Yu. Gorskaya, A. Yu. Perepletkin, A. N. Nefedchenko // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. — 2021. — № 4(194). — S. 114–118. — DOI 10.34835/issn.2308–1961.2021.4.p114–118]

2. Zdorov'esbergayushchaya deyatel'nost' v sisteme obrazovaniya: teoriya i praktika: Uchebnoe posobie / pod nauchnoj redakciej E. M. Kazina; red. Kollegiya: N. E. Kasatkina, E. L. Rudneva, O. G. Krasnoshlykova i dr. Kemerovo: Izd-vo KRIPKiPRO, 2009. 347 s.

3. Dubrovskij V. I. Sportivnaya medicina: ucheb. dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenij. — 2-e izd., dop. — М.: Gumanit. izd. centr VLADOS 2002. — 512 s.

4. Monitoring fizicheskogo razvitiya, fizicheskoy i funkcional'noj podgotovlennosti uchashchejsya molodezhi: ucheb. posobie / A. A. Pashin, N. V. Anisimova,



O. N. Oparina. — Penza: Izd-vo PGU, 2015. — 142 s.

5. Fiziologicheskie osnovy diagnostiki funkcional'nogo sostoyaniya organizma: Uchebnoe posobie k prakticheskim zanyatiyam po fiziologii dlya bakalavrov, magistrov: F. G. Sitdikov, N. I. Ziyatdinova, T. L. Zefirov — Kazan', KFU, 2019. — 105 s.

6. Tkachuk, E. A. T 48 Fizicheskoe razvitie detej i podrostkov. Metodika issledovaniya i semiotika narushenij/ E. A. Tkachuk N. N. Martynovich; FGBOU VO IGMU Minzdrava Rossii, Kafedra pediatrii. — Irkutsk: IGMU, 2020. — 93 s.

УДК 373.2+796.035

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-62-66

**ВЛИЯНИЕ РАСШИРЕННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА НА  
ПОКАЗАТЕЛИ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ДЕТЕЙ  
5–6 ЛЕТ**

*Кесель М. А.,*

*ООО «Мэри Поппинс»,*

*Кесель С. А.,*

*кафедра спортивных дисциплин,*

*Гродненский государственный университет имени «Янки Купалы»,*

*Гродно, Беларусь*

*Умственная работоспособность детей 5–6 лет, регистрируемая в условиях обычного и расширенного режимов физической активности учреждения дошкольного образования, соответствовала особенностям возрастного развития дошкольников старшей группы детского сада. Расширенный режим физической активности, включающий дополнительные занятия ритмической гимнастикой и занятия в бассейне, способствует более выраженному повышению скорости и устойчивости умственной работы детей 5–6 лет в суточной и недельной динамике в сравнении с традиционной организацией физической активности.*

**Ключевые слова:** *дети 5–6 лет, умственная работоспособность, двигательная активность, двигательный режим.*

**Kisel M. A., Kisel S. A.**

***The influence of extended motor mode on the mental performance of children aged 5–6 years.*** *The mental performance of children aged 5–6 years old, recorded in the conditions of regular and extended physical activity regimes of a preschool educational institution, corresponded to the characteristics of the age development of preschoolers in the senior group of kindergarten. An expanded regime of physical activity, including additional rhythmic gymnastics classes and exercises in the pool, contributes to a more pronounced increase in the speed and stability of mental work of children 5–6 years old in daily and weekly dynamics in comparison with the traditional organization of physical activity.*

**Keywords:** *children of 5–6 years old, mental performance, motor activity, motor mode.*

Известно, что умственная работоспособность отражает индивидуальные особенности функционального состояния мозга и когнитивных процессов [1,3]. Установлено, что адекватно организованное систематическое обучение содействует развитию умственной работоспособности и тем самым эффективности освоения знаний и навыков [2]. Еще одним важным фактором, оказывающим существенное влияние на умственную работоспособность детей, является двигательная активность. На сегодняшний день накоплен значительный научный материал, который свидетельствует о положительном влиянии физической активности на умственную работоспособность детей старшего дошкольного и предшкольного возраста [4,5]. Следует отметить, что позитивное воздействие физической активности на динамику умственной работоспособности детей имеет место только в случае, когда организация двигательного режима, объем, интенсивность, преимущественная

направленность и частота занятий соответствуют возрастным и индивидуальным возможностям занимающихся.

В этой связи изучение влияния режимов физической активности детей старшего дошкольного возраста с различной по объему и направленности используемых средств, является актуальной научно-практической задачей.

Цель нашего исследования — выявить особенности изменения умственной работоспособности детей 5–6 лет при разной организации режима физической активности.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Для определения умственной работоспособности использовалась методика дозированной работы во времени, с помощью фигурных таблиц с изображением на них различных геометрических рисунков в модификации Института возрастной физиологии РАО [6]. Испытуемым предлагалось в течение двух минут, внимательно, просматривая, слева направо строчки таблицы, отыскивать среди всех фигур только треугольник, круг, флажок и проставлять необходимые символы. Оценка выполненного задания проводилась по объему работы — количеству просмотренных фигур (А), и качеству работы — количеству допущенных ошибок (ОШ), а также количеству ошибок в пересчете на 100 знаков (ОШ100), и коэффициенту продуктивности (Q).

В исследовании приняли участие дети старшей группы детского сада в возрасте 5–6 лет. Умственная работоспособность регистрировалась в динамике недели в конце учебного года. Результаты обрабатывали с помощью методов математической статистики. В исследовании сопоставлялись два двигательных режима.

Первый режим был организован на базе детского центра развития ребёнка с физкультурно-оздоровительной направленностью и включал: комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня; три физкультурных занятия, в недельном цикле (одно из которых проводилось в бассейне); физкультурные развлечения; одно занятие по интересам физкультурно-оздоровительной направленности (дети посещали кружок ритмической гимнастики). Продолжительность физкультурного занятия постепенно увеличивалась в течение года от 25 до 35 минут. Продолжительность дополнительного занятия ритмической гимнастикой составляла 25 минут, с периодичностью 2 раза в неделю.

Второй режим был организован на базе учреждения дошкольного образования и включал: комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня; три физкультурных занятия в недельном цикле; физкультурные развлечения.

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Анализ данных показал, что умственная работоспособность детей при рассматриваемых режимах физической активности была относительно высокой и зависела от их возраста (таблица 1).

Изменения количественных показателей умственной работоспособности детей от начала к окончанию занятий в первый, второй и третий день ее диагностики при первом и втором режимах физической активности имели положительную динамику.

*Таблица 1*

*Изменение показателей умственной работоспособности детей 5–6 лет в ус-*

*ВЛИЯНИЕ РАСШИРЕННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА НА ПОКАЗАТЕЛИ  
УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ*

*ловиях разных двигательных режимов*

Фи- зиче- ская актив- ность	День	Име- рение	Показатели		
			Ко-во про- смотренных знаков	Ошибки на 100 знаков	Коэффициент продуктивности, Q
1-ре- ж и м ф и з и - ческой актив- ности	Вт	утром	57,18±7,95	0,19±0,09	5,84±0,47
		днем	70,09±9,53	0,27±0,09	7,11±0,55
		сдвиг	13,55±3,00***x	0,17±0,09	1,28±0,16***xxx
	Ср	утром	91,18±8,55	0,36±0,10	9,29±0,49
		днем	109,18±8,91	0,20±0,07	10,93±0,54
		сдвиг	18,00±4,30***	-0,16±0,06*x	1,64±0,29***x
	Пт	утром	66,55±6,80	0,34±0,12	6,38±0,36
		днем	80,09±7,92	0,15±0,07	8,02±0,48
		сдвиг	13,55±4,03**xx	-0,34±0,19x	1,65±0,24***xx
2-ре- ж и м ф и з и - ческой актив- ности	Вт	утром	68,63±9,83	0,26±0,10	7,15±0,51
		днем	76,25±12,94	0,45±0,14	7,64±0,65
		сдвиг	8,38±3,23*	0,19±0,09*	0,50±0,21*
	Ср	утром	93,63±10,68	0,32±0,09	9,53±0,61
		днем	104,63±11,65	0,37±0,10	10,30±0,57
		сдвиг	11,00±3,93*	0,05±0,02**	0,77±0,25**
Пт	утром	71,63±12,17	0,60±0,14	7,17±0,64	
	днем	76,75±12,61	0,76±0,17	7,60±0,54	
	сдвиг	5,13±1,68**	0,16±0,09	0,43±0,23	

*Примечание: \*, \*\*, \*\*\* — достоверность сдвига при  $p < 0,05, 0,01, 0,001$  соответственно; x; xx; xxx — достоверность межгрупповых различий по сдвигам между детьми при I и II режиме физической активности,  $p < 0,05, 0,01, 0,001$  соответственно.*

Статистически существенные величины сдвигов показателей объема выполненной умственной работы в динамике недели были обнаружены у детей, как в условиях первого, так и второго режима двигательной активности.

Однако у старших дошкольников, пребывающих в условиях первого режима двигательной активности, сдвиги объема выполненной умственной работы были статистически значимо более выраженными, по сравнению с их сверстниками, которые занимались в условиях второго двигательного режима в первый и третий день тестирования умственной работоспособности.

Статистически значимое снижение количества допущенных ошибок в пересчете на 100 знаков было обнаружено у детей в условиях первого режима двигательной активности во второй день определения умственной работоспособности. В свою очередь, у детей в условиях второго режима — обнаружено статистически значимое увеличение количества допущенных ошибок в пересчете на 100 знаков.

При этом важно подчеркнуть, что обнаруженные тенденции в изменении точности выполненной умственной работы между испытуемыми первой и второй групп оказались статистически достоверными во второй и третий день диагностики работоспособности.

Далее мы видим, что статистически достоверные величины сдвигов показателей продуктивности выполненной умственной работы в недельном цикле были обнаружены у детей, как в условиях первого, так и второго режима двигательной активности. Тем не менее, у детей 5–6 лет, занимающихся в условиях первого режима двигательной активности, положительные изменения продуктивности выполненной умственной работы статистически значимо отличались от сверстников, которые находились в условиях второго двигательного режима в первый, второй и третий день тестирования умственной работоспособности.

Анализ полученных данных показал, что умственная работоспособность детей 5–6 лет при рассматриваемых режимах физической активности соответствовала особенностям их возрастного развития. Различия между детьми 1 и 2 группы по сдвигам рассматриваемых показателей (объема, точности и продуктивности) в ряде случаев были статистически существенными. Эти различия наблюдались на протяжении недельного цикла. В связи с этим есть основания полагать, что расширенный режим физической активности, включающий дополнительные занятия ритмической гимнастикой и занятия в бассейне, способствует более выраженному повышению скорости и устойчивости умственной работы детей 5–6 лет в суточной и недельной динамике в сравнении традиционной организацией физической активности детей. Полученные результаты согласуются с мнениями других авторов, указывающих на то, что достаточный по своему объему качественным характеристикам двигательный режим способствует оптимизации умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста в условиях учреждения дошкольного образования [4].

## **ВЫВОДЫ**

Обнаруженные показатели объема, точности и продуктивности выполненной умственной работы дошкольников 5–6 лет, а также их изменения в дневной и недельной динамике соответствовали возрастным особенностям детей шестого года жизни.

Изменение количественных и качественных показателей умственной работоспособности детей 5–6 лет, пребывающих в условиях учреждения дошкольного образования с расширенным режимом двигательной активности (дополнительные занятия ритмической гимнастикой и занятия в бассейне), характеризовались благоприятной динамикой по сравнению с общепринятой организацией двигательной активности.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Антропова, М. В. Работоспособность учащихся и ее динамика в процессе учебной и трудовой деятельности / М. В. Антропова. — М.: Просвещение, 1968. 251 с.
2. Венгер, Л. А. Восприятие и обучение / Л. А. Венгер. — М., 1969. — 340 с.
3. Венгер, Л. А. Диагностика умственного развития дошкольников / Л. А. Венгер. — М.: Педагогика, 1978. — 248 с.
4. Криволапчук, И. А. Энергообеспечение мышечной деятельности детей 5–6 лет и комплексная оценка физической работоспособности / И. А. Криволапчук // Физиология человека. — 2009. — Т. 35, № 1. — С. 79.
5. Мачинская, Р. И. Формирование нейрофизиологических механизмов произвольного избирательного внимания у детей младшего школьного возраста: дисс. ... докт. биол. наук / Р. И. Мачинская. — М., 2001. — 278 с.
6. Методические рекомендации по физиолого-гигиеническому изучению учебной нагрузки / М. В. Антропова, В. И. Козлова; под общ. ред. М. В. Антроповой. — М.: Изд-во АПН СССР, 1984. — 67 с.

## **REFERENCES**

1. Antropova, M. V. Rabotosposobnost' uchashchihsya i ee dinamika v processe uchebnoj i trudovoj deyatelnosti / M. V. Antropova. — M.: Prosveshchenie, 1968. 251 s.
2. Venger, L. A. Vospriyatie i obuchenie / L. A. Venger. — M., 1969. — 340 s.
3. Venger, L. A. Diagnostika umstvennogo razvitiya doshkol'nikov / L. A. Venger. — M.: Pedagogika, 1978. — 248 s.
4. Krivolapchuk, I. A. Energoobespechenie myshechnoj deyatelnosti detej 5–6 let i kompleksnaya ocenka fizicheskoj rabotosposobnosti / I. A. Krivolapchuk // Fiziologiya cheloveka. — 2009. — T. 35, № 1. — S. 79.
5. Machinskaya, R. I. Formirovanie nejrofiziologicheskikh mekhanizmov proizvol'nogo izbiratel'nogo vnimaniya u detej mladshego shkol'nogo vozrasta: diss. ... dokt. biol. nauk / R. I. Machinskaya. — M., 2001. — 278 s.
6. Metodicheskie rekomendacii po fiziologo-gigienicheskomu izucheniyu uchebnoj nagruzki / M. V. Antropova, V. I. Kozlova; pod obshch. red. M. V. Antropovoj. — M.: Izd-vo APN SSSR, 1984. — 67 s.

УДК 796+373.2

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-67-75

## ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ

**Кесель С. А.**

*кафедра спортивных дисциплин, Гродненский государственный  
университет имени Янки Купалы»,  
Гродно, Беларусь,  
sakesel74@gmail.com*

*Систематические занятия танцевальной ритмической гимнастикой оказывают положительное влияние на показатели физической подготовленности и работоспособности мальчиков и девочек 4–5 лет. Применение в содержании основной части занятия танцевальной ритмической гимнастики, коммуникативных танцев-игр, игровых заданий и подвижных игр под музыку в объеме 50% от общего набора применяемых средств оказывает наиболее выраженное влияние на изменение показателей физической подготовленности и работоспособности детей 4–5 лет.*

**Ключевые слова:** *дети 4–5 лет, танцевальная ритмическая гимнастика, физическая подготовленность, физическая работоспособность*

**Kisel S. A.**

***The influence of rhythmic gymnastics on the physical fitness and performance of children aged 4–5 years old.*** *Systematic classes in dance rhythmic gymnastics have a positive effect on the indicators of physical fitness and performance of boys and girls aged 4–5 years. The use of dance rhythmic gymnastics, communicative dance games, game tasks and mobile games with music in the content of the main part of the lesson in the amount of 50% of the total set of tools used, has the most pronounced effect on changes in indicators of physical fitness and performance of children 4–5 years old.*

**Key words:** *children of 4–5 years old, dance rhythmic gymnastics, physical fitness, physical performance*

Известно, что занятия ритмической гимнастикой оказывают выраженное положительное влияние на организм детей и подростков. Установлено, что применение средств ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста способствует формированию двигательных умений и навыков, развитию двигательных способностей, умению выполнять движения в сочетании с музыкальным сопровождением, развивают чувство ритма, пластичность и выразительность движений [4, 7].

Среди многообразия музыкально-ритмических направлений используемых сегодня в физическом воспитании детей дошкольного возраста особое место занимает танцевальная ритмическая гимнастика. Танцевально-ритмическая гимнастика — это гимнастика с оздоровительной направленностью, основные средства которой представлены в виде комплексов гимнастических упражнений оформленных танцевальными движениями (выстроенных в виде танцевально-ритмических композиций), игровых заданий и подвижных игр, которые выполняются под ритмичную музыку, преимущественно фронтальным способом [1, 5, 9, 10].



## *ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ*

---

К достоинствам танцевальной ритмической гимнастики можно отнести: доступность и эмоциональность танцевально-ритмических движений в сочетании с эффектами влияния циклических упражнений. Главная цель занятий танцевально-ритмической гимнастикой — всестороннее и гармоничное развитие детей дошкольного возраста в спортивно-танцевально-двигательной деятельности [1,3,4,5,9]. В процессе использования средств танцевальной ритмической гимнастики решаются следующие задачи: обеспечение положительного эмоционального фона двигательной деятельности; воспитание у детей устойчивого интереса и потребности к занятиям физической культурой; обогащение двигательного опыта; совершенствование двигательных умений и навыков.

Средствами танцевальной ритмической гимнастики являются: музыкально-ритмические и танцевально-ритмические композиции; коммуникативные танцы-игры, игровые задания и подвижные игры под музыку; элементы общей, художественной и спортивной гимнастики под музыку. В структуре занятия танцевальной ритмической гимнастики выделяют подготовительную, основную и заключительную части [1, 5, 9, 10]. При этом музыкально-ритмические, танцевально-ритмические композиции в движении, коммуникативные танцы-игры, подвижные игры под музыку характеризуются высокой интенсивностью и составляют основу заданий, используемых в основной части занятия танцевальной ритмической гимнастикой.

Анализ научно-методической литературы и интернет источников указал на наличие определенного дефицита данных о влиянии различных вариантов построения занятий танцевальной ритмической гимнастикой (отличающихся различным сочетанием применяемых групп средств) на показатели физической подготовленности и работоспособности дошкольников пятого года жизни. Вместе с тем наличие таких данных может быть полезным педагогам практикам в разработке содержания занятий танцевальной ритмической гимнастикой с детьми средней группы детского сада для обеспечения эффективного решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

В этой связи целью исследования явилось изучение влияния различных по содержанию вариантов построения занятий танцевальной ритмической гимнастикой на показатели физической подготовленности и работоспособности детей 4–5 лет.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Физическую подготовленность детей 4–5 лет оценивали с использованием следующих тестовых упражнений: наклон из исходного положения стоя, прыжок в длину с места, удержание равновесия, челночный бег 3x10 м, бег 10 м с хода, поднимание туловища, бег 90 м, бег в сочетании с ходьбой 4 минуты. Физическую работоспособность детей пятого года жизни определяли с использованием степ-теста. В процессе тестирования испытуемые выполняли одну 3-х минутную нагрузку мощностью 1,5 Вт/кг. ЧСС регистрировали в состоянии покоя, в процессе выполнения нагрузки и в период восстановления с помощью пульсометра POLAR RS 400. Рассчитывали следующие показатели: ЧСС в состоянии покоя; ЧСС нагрузки; ЧСС на 1, 2, 3 и 5 минутах восстановления; величину пульсового долга — ПД; индекс накопления пульсового долга — ИНПД; сумму пульса за 5 минут восстановления [2,6].

В исследовании приняли участие мальчики и девочки в возрасте 4–5 лет ( $n=55$ ). Из общего числа испытуемых были организованы 2 экспериментальные (ЭГ-1, ЭГ-2) и 1 контрольная группа (КГ). Испытуемые экспериментальных групп помимо обязательных занятий по физическому воспитанию, два раза в неделю посещали кружок танцевально-игровой ритмической гимнастики. Продолжительность дополнительных занятий составляло 20 минут. Соотношение применяемых средств в основной части занятия танцевальной ритмической гимнастикой (от общего объема применяемых упражнений) у испытуемых ЭГ-1 было следующее: музыкально-ритмические и танцевально-ритмические композиции — 25%; коммуникативные танцы-игры, игровые задания и подвижные игры под музыку — 50%; элементы общей, художественной и спортивной гимнастики — 25%. У детей из ЭГ-2 используемые группы упражнений находились в следующем соотношении к общему объему применяемых средств: музыкально-ритмические и танцевально-ритмические композиции — 50%; коммуникативные танцы-игры, игровые задания и подвижные игры под музыку — 25%; элементы общей, художественной и спортивной гимнастики — 25%. Испытуемые КГ занимались по типовой программе по физической культуре для детских дошкольных учреждений. Дети из КГ дополнительно посещали кружок по хореографии. Продолжительность эксперимента составляла 7 месяцев.

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Анализ полученных результатов показал, что за период исследования обнаружены статистически существенные ( $p<0,05-0,001$ ) изменения показателей физической подготовленности и работоспособности детей пятого года жизни во всех опытных группах. Так на начало эксперимента по абсолютным значениям отдельных показателей физической подготовленности между испытуемыми ЭГ и КГ были обнаружены статистически существенные ( $p<0,05-0,001$ ) отличия (табл. 1). После окончания эксперимента эти отличия приобрели более выраженный характер (табл. 2).

Учитывая значительную возрастную вариативность изучаемых показателей подготовленности и работоспособности детей 4–5 лет для анализа воздействия экспериментального фактора нами в первую очередь, использовались величины темпов приростов данных показателей. Мы обнаружили, что интенсивность выявленных изменений показателей физической подготовленности (по сдвигу) была более выражена в коллективах дошкольников, дополнительно посещающих занятия танцевальной ритмической гимнастикой. Сопоставление темпов прироста рассматриваемых показателей физической подготовленности показал, что дети, систематически занимающиеся танцевальной ритмической гимнастикой превосходили своих сверстников по следующим показателям: челночный бега 3 по 10 м (характеризующий проявление ловкости в циклических локомоциях); бег на 90 метров (характеризующий скоростную выносливость детей); прыжок в длину с места (отражающий проявление скоростно-силовых способностей детей 4–5 лет); поднимание туловища (указывающего на силовые способности детей); бег в сочетании с ходьбой в течение 4 минут (отражающий развитие общей выносливости детей);

*ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ*

*Таблица 1 Показатели физической подготовленности детей 4–5 лет до начала исследования*

Показатели	ЭГ- 1	КГ	ЭГ-2	ЭГ-1 и КГ		ЭГ-1 и ЭГ-2		КГ и ЭГ-2	
				t	p	t	p	t	p
челночный бег 3*10, с	12,04 ±0,291	12,95 ±0,201	12,43 ±0,34	2,57	<0,05	0,88	>0,05	1,31	>0,05
прыжок в длину с места, см	85,25 ±4,851	81,4 ±3,97	81,833 ±3,279	0,61	>0,05	0,58	>0,05	0,08	>0,05
бросок набивного мяча, см	144,25 ±4,807	175,7 ±8,97	141,25 ±3,718	3,09	<0,01	0,49	>0,05	3,55	<0,01
наклон стоя, см	4,08 ±1,34	3,3 ±1,202	0,95 ±1,401	0,44	>0,05	1,61	>0,05	1,27	>0,05
равновесие, с	18,417 ±4,48	20,1 ±4,391	14,74 ±2,682	0,27	>0,05	0,70	>0,05	1,04	>0,05
бег 90 м, с	29,25 ±1,236	29,6 ±1,002	32,17 ±0,561	0,22	>0,05	2,15	<0,05	2,24	<0,05
поднимание туловища, разы	5,33 ±1,578	5,9 ±1,552	5,63 ±1,17	0,26	>0,05	0,15	>0,05	0,14	>0,05
бег 10 м, с	3,08 ±0,118	3,1 ±0,098	3,28 ±0,089	0,11	>0,05	1,35	>0,05	1,38	>0,05
бег в сочетании с ходьбой 4 мин, м	519 ±9,348	482 ±9,638	431,37 ±11,079	2,76	<0,05	6,04	<0,001	3,45	<0,01

Таблица 2 Показатели физической подготовленности детей 4–5 лет после окончания исследования

Показатели	ЭГ-1	КГ	ЭГ-2	ЭГ-1 и КГ		ЭГ-1 и ЭГ-2		КГ и ЭГ-2	
				t	p	t	p	t	p
челночный бег 3*10, с	11,05 ±0,10	12,71 ±0,19	11,46 ±0,22	7,37	<0,001	1,62	>0,05	4,14	<0,001
прыжок в длину с места, см	101,75 ±2,70	89,5 ±3,14	97,5 ±3,31	2,95	<0,01	0,99	>0,05	1,75	>0,05
бросок набивного мяча, см	174,16 ±6,59	193,2 ±7,59	160,5 ±3,71	1,90	>0,05	1,82	>0,05	3,87	<0,001
наклон стоя, см	7,5 ±1,22	4,9 ±1,15	2,75 ±0,88	1,54	>0,05	3,14	<0,01	1,47	>0,05
равновесие, с	31,58 ±4,77	28 ±5,37	30,00 ±4,48	0,50	>0,05	0,24	>0,05	0,29	>0,05
бег 90 м, с	23,29 ±0,27	29,43 ±1,07	27,70 ±0,84	5,52	<0,001	4,96	<0,001	1,26	>0,05
поднимание туловища, разы	25,16 ±6,97	10,1 ±1,41	13 ±1,43	2,12	<0,05	1,71	>0,05	1,44	>0,05
бег 10 м, с	2,47 ±0,05	2,65 ±0,0	2,74 ±0,11	2,11	<0,05	2,10	<0,05	0,70	>0,05
бег в сочетании с ходьбой 4 мин, м	704,75 ±29,98	546 ±10,77	573,04 ±15,22	4,98	<0,001	3,92	<0,001	1,45	>0,05

Статистически значимые ( $p < 0,05 - 0,001$ ) изменения показателей физической работоспособности за период исследования обнаружены преимущественно у испытуемых экспериментальных групп (табл. 3). При этом у детей ЭГ-1 положительные изменения используемых нами пульсомертрических показателей наиболее выражены.

*ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ*

Таблица 3 — Изменение показателей физической работоспособности детей 4–5 лет

Показатели	До	После	Сдвиг	Сдвиг %	t-крит.
	M1±m1	M2±m2	M3±m3		
<b>ЭГ-1</b>					
ПД, отн.ед.	115,2±14,0	103,22±14,70	- 12,00±4,94xxx	34,603	2,430*
ИНПД, отн.ед	0,64±0,08	0,57±0,08	-0,07±0,03	34,603	2,430*
ЧСС_покой, уд/мин.	94,67±2,77	90,56±2,38	-4,11±1,05xxx	11,508	3,928**
ЧСС 1 мин, уд/мин.	147,33±4,73	146,89±4,25	- 0,44±1,83	0,705	0,243
ЧСС 3 мин, уд/мин.	108,44±2,77	105,67±3,37	-2,78±1,22	5,799	2,271*
ЧСС 4 мин, уд/мин.	101,00±2,92	99,00±2,83	-2,00±0,87	6,677	2,309*
Пульс за 5 минут, уд/мин.	576,56±14,62	568,00±14,12	-5,22±5,06xxx	2,616	1,032
<b>ЭГ-2</b>					
ПД, отн.ед.	100,11±9,06	94,67±2,77	-7,67±6,88xxx	11,342	2,178*
ИНПД., отн.ед	0,56±0,05	0,51±0,05	-0,04±0,04	11,342	2,178*
ЧСС_покой, уд/мин.	93,89±4,06	92,78±3,29	-1,11±2,14	2,243	0,518
ЧСС 1 мин, уд/мин.	146,22±2,24	139,44±3,34	- 6,78±2,33xxx	6,966	2,906*
ЧСС 3 мин, уд/мин.	108,56±3,82	107,22±2,62	-1,33±1,38	3,388	0,963
ЧСС 4 мин, уд/мин.	100,00±3,68	99,22±2,99	-0,78±1,21	2,368	0,643
Пульс за 5 минут, уд/мин.	561,89±15,12	564,00±9,90	7,44±4,38xxx	4,569	1,698
<b>КГ</b>					
ПД, отн.ед.	91,1±6,2	92,44±5,75	1,33±3,45	2,646	0,387
ИНПД., отн.ед	0,5±0,03	0,51±0,03	0,01±0,02	2,646	0,387
ЧСС_покой, уд/мин.	91,1±1,78	90,78±1,44	-0,33±0,82	0,793	0,406
ЧСС 1 мин, уд/мин.	135,67±2,5	140,0±2,07	4,33±1,41	5,660	3,071**
ЧСС 3 мин, уд/мин.	104,67±2,99	103,33±2,64	-1,33±1,20	3,175	1,111
ЧСС 4 мин, уд/мин.	97,44±2,70	96,33±2,34	-1,11±1,23	2,506	0,904
Пульс за 5 минут, уд/мин.	546,67±13,94	546,33±11,14	-3,38±6,25	1,377	0,540

Примечание: \*, \*\*, \*\*\* — достоверность сдвига при  $p < 0,05, 0,01, 0,001$  соответственно; x; xx; xxx — достоверность межгрупповых различий по сдвигам между детьми ЭГ-1, 2 и КГ  $p < 0,05, 0,01, 0,001$  соответственно.

Полученные данные в целом согласуются с результатами исследований опу-

бликованных в научно-методической литературе [7,8] о влиянии систематических занятий с использованием средств музыкально-ритмического воспитания на двигательную подготовленность и работоспособность детей дошкольного возраста. Следует отметить, что развивающая направленность занятий танцевальной ритмической гимнастикой с детьми 4–5 лет зависит от заданного соотношения используемых в содержании основной части занятия компонентов, в частности: музыкально-ритмических и танцевально-ритмических композиции, а также коммуникативных танцевально-игровых заданий и подвижных игр под музыку.

## ВЫВОДЫ

Использование в содержании специально организованной двигательной активности детей средней группы детского сада дополнительных занятий танцевальной ритмической гимнастикой оказывает выраженное положительное влияние на показатели физической подготовленности и работоспособности дошкольников 4–5 лет.

Применение в качестве нагрузочных средств в основной части занятия танцевальной ритмической гимнастикой, коммуникативных танцев-игр, игровых заданий и подвижных игр под музыку в объеме 50% от общего объема применяемых средств оказывает наиболее выраженное влияние на изменение показателей физической подготовленности и работоспособности детей 4–5 лет.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина, А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей / А. И. Буренина: Учеб. пособие. — СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2004. — 36 с.
2. Король, В. М. Частота сокращений сердца у подростков разного уровня полового созревания в реституционном периоде после работы до отказа / В. М. Король, В. Д. Сонькин, Л. И. Ратушная // Теория и практика физической культуры. — 1985. № 8. — С. 27.
3. Логвина, Т. Ю. Особенности спортивно-танцевальной деятельности в дошкольном образовании / Т. Ю. Логвина // Науч.-теоретич. журнал «Ученые записки». — Вып. 22, 2019. — С. 120–126.
4. Развитие физических качеств у дошкольников на занятиях ритмической гимнастикой / В. Б. Болдырева, М. В. Кузьменко, А. Ю. Кейно, М. Ю. Богданов // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. — 2019. — Т. 24, № 181. — С. 104–112. — DOI 10.20310/1810-0201-2019-24-181-104-112. — EDN LKMXLP.
5. Сказочный театр физической культуры (Физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок) / Авт.-сост. Н. А. Фомина и др. — Волгоград: Учитель, 2004. 96 с.
6. Сонькин, В. Д. Развитие мышечной энергетике и работоспособности в онтогенезе / В. Д. Сонькин, Р. В. Тамбовцева. — М.: Книжный дом «Либроком», 2011. — С. 9–18.
7. Сударь, В. В. Влияние занятий ритмической гимнастикой на показатели физического развития и физической подготовленности детей 4–5 лет / В. В. Сударь, И. В. Голикова, Н. И. Романенко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта

та. — 2021. — № 10(200). — С. 374–377. — DOI 10.34835/issn.2308–1961.2021.10.p374–377. — EDN PQIPKT.

8. Тозик, О. В. Ритмическая гимнастика и ее влияние на физическую подготовку детей старшего дошкольного возраста / О. В. Тозик, И. М. Прищепова // Конференциум АСОУ: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. — 2018. — № 2. — С. 108–113. — EDN XWCLJB.

9. Фрилева, Ж.Е. СА-ФИ ДАНСЕ / Ж. Е. Фрилева, Е. Г. Сайкина. Учебно методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 352 с., ил. 2006;

10. Шарманова, С. Б.. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры / С. Б. Шарманова, Н. А. Фомина, Г. А. Колодницкий: Метод. пособие — М.: Дрофа, 2004. — 96 с.

### REFERENCES

1. Burenina, A. I. Kommunikativnye tancy-igry dlya detej / A. I. Burenina: Ucheb. posobie. — SPb.: Izdatel'stvo «Muzykal'naya palitra», 2004. — 36 s.

2. Korol', V.M. SHasota sokrashchenij serdca u podrostkov raznogo urovnya polovogo sozrevaniya v restitucionnom periode posle raboty do otkaza / V.M. Korol', V. D. Son'kin, L. I. Ratushnaya // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. — 1985. — № 8. — S. 27.

3. Logvina, T.YU. Osobennosti sportivno-tanceval'noj deyatel'nosti v doshkol'nom obrazovanii / T.YU. Logvina // Nauch.-teoretich. zhurnal «Uchenye zapiski». — Vyp. 22, 2019. — S. 120–126.

4. Razvitie fizicheskikh kachestv u doshkol'nikov na zanyatiyah ritmicheskoy gimnastikoj / V. B. Boldyreva, M. V. Kuz'menko, A. YU. Kejno, M. YU. Bogdanov // Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki. — 2019. — T. 24, № 181. — S. 104–112. — DOI 10.20310/1810–0201–2019–24–181–104–112. — EDN LKMMLP.

5. Skazochnyj teatr fizicheskoy kul'tury (Fizkul'turnye zanyatiya s doshkol'nikami v muzykal'nom ritme skazok) / Avt.-sost. N. A. Fomina i dr. — Volgograd: Uchitel', 2004. — 96 s.;

6. Son'kin, V. D. Razvitie myshechnoj energetiki i rabotosposobnosti v ontogeneze / V. D. Son'kin, R. V. Tambovceva. — M.: Knizhnyj dom «Librokom», 2011. — S. 9–18.

7. Sudar', V. V. Vliyanie zanyatij ritmicheskoy gimnastikoj na pokazateli fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti detej 4–5 let / V. V. Sudar', I. V. Golikova, N. I. Romanenko // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. — 2021. — № 10(200). — S. 374–377. — DOI 10.34835/issn.2308–1961.2021.10.p374–377. — EDN PQIPKT.

8. Tozik, O. V. Ritmicheskaya gimnastika i ee vliyanie na fizicheskuyu podgotovlennost' detej starshego doshkol'nogo vozrasta / O. V. Tozik, I. M. Prishchepova // Konferencium ASOU: sbornik nauchnyh trudov i materialov nauchno-prakticheskikh konferencij. — 2018. — № 2. — S. 108–113. — EDN XWCLJB.

9. Frileva ZH.E. SA-FI DANSE / ZH.E. Frileva, E. G. Sajkina. Uchebno metodicheskoe posobie dlya pedagogov doshkol'nyh i shk'ol'nyh uchrezhdenij. — SPb.;



«DETSTVO-PRESS» 352 s., il. 2006;

10. Sharmanova, S. B. Fizicheskaya kul'tura. Ritmicheskie uprazhneniya, horeografiya i igry / S.B. SHarmanova, N. A. Fomina, G. A. Kolodnickij: Metod. posobie — M.: Drofa, 2004. — 96 s.

УДК 796.02+616–08–031.81

DOI: 10.46742/2072-8840-2023-75-3-76-85

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В КОСТЮМЕ АТЛАНТ  
В КОМПЛЕКСНОЙ АБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ  
ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ**

**Гаврилова Я. О.**

МАДОУ

«Детский сад комбинированного вида № 73»

г. Златоуст

*gavry-yana@yandex.ru*

*Основная мысль статьи заключается в том, что лечебная физическая культура является эффективным и доступным средством помощи детям с ДЦП в их общем физическом и социальном развитии. Аргументы автора и научные исследования подтверждают важность и пользу физической активности для таких детей, что делает статью полезным и информативным ресурсом для родителей, врачей и специалистов, работающих с детьми с ДЦП.*

**Ключевые слова:** детский возраст, болезни, ДЦП, лечебная физическая культура  
**Gavrilova Ya.O.**

***Therapeutic physical education in the atlantean costume in the comprehensive habilitation of children with cerebral infantile paralysis. The main idea of the article is that therapeutic physical culture is an effective and affordable means of helping children with cerebral palsy in their overall physical and social development. The author's arguments and scientific research confirm the importance and benefits of physical activity for such children, which makes the article a useful and informative resource for parents, doctors and specialists working with children with cerebral palsy.***

**Keywords:** children's age, diseases, cerebral palsy, therapeutic physical culture

Детский церебральный паралич — собирательный термин, объединяющий группу не прогрессирующих неврологических расстройств, возникших в результате недоразвития или повреждения мозга в раннем онтогенезе.

Рост заболеваемости детским церебральным параличом свидетельствует о том, что проблеме лечения детского церебрального паралича нужно уделять более пристальное внимание [2].

В настоящее время при абилитации детей с различным течением детского церебрального паралича и характером нарушений опорно-двигательных функций нижних конечностей, как правило, используются комплексные методы абилитации.

Наиболее актуальными на сегодняшний день методами физической абилитации являются лечебная физкультура, так как она позволяет создать для больного динамичный двигательный режим, активизировать защитные силы организма; массаж, так как посредством него понижается рефлекторная возбудимость мышц, предупреждается развитие контрактур, уменьшаются синкинезии, стимулируются функции паретичных мышц. Методом коррекции мы выбрали лечебную физическую культуру в костюме «Атлант», так как считаем этот метод наиболее эффективным, благодаря отсутствию побочных эффектов, способных негативно повлиять на здоровье человека, проходящего курс абилитации; однако, исследований на данную

тему все еще недостаточно, что и определило актуальность работы.

В задачи исследования входила оценка эффективности лечебной физической культуры в комплексной абилитации детей с детским церебральным параличом. Оценивали степень эффективности лечебной физической культуры в комплексной абилитации детей.

Изучали влияние лечебной физической культуры в комплексной абилитации детей с детским церебральным параличом на функциональные возможности опорно-двигательного аппарата, функциональное состояние центральной нервной системы, психоэмоциональное состояние.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Для решения поставленных задач на базе муниципального автономного дошкольного общеобразовательного учреждения детский сад комбинированного вида № 73 города Златоуст в период март-апрель 2023 года, было сформировано две группы пациентов с гемипаретической формой детского церебрального паралича средней степени тяжести. Основную группу составили 7 пациентов 4,0+0,3 лет, контрольную — 7 пациентов 4,0+0,2 лет.

Пациенты исследовались перед курсом абилитационной программы и после пройденного курса.

Исследование функционального состояния опорно-двигательного аппарата проводилось методом гониометрии.

Для оценки функционального состояния центральной нервной системы применялась модифицированная проба Ромберга.

Исследование психоэмоционального состояния проводилось с помощью методики диагностики эмоционального благополучия по Т. С. Воробьевой (2005).

**Одним из методов лечения и физической абилитации детей с детским церебральным параличом является лечебная физическая культура (ЛФК)**, а именно: комплекс физических упражнений, стимулирующих внутренние силы организма — одна из важнейших составляющих медицинской реабилитации больных ДЦП. ЛФК позволяет создать для больного динамичный двигательный режим, активизировать энергетику и защитные силы организма. Тренируются не только пораженные органы, но и весь организм [7].

Общими и обязательными принципами для всех методик ЛФК являются: регулярность, систематичность и непрерывность применения лечебной гимнастики; строгая индивидуализация упражнений ЛФК в соответствии со стадией заболевания, его тяжестью, возрастом ребенка, его психическим развитием; постепенное, строго дозированное увеличение физической нагрузки [8].

#### ***Лечебная физическая культура в костюме «Атлант»***

Специальный лечебный костюм «Атлант», напоминающий одежду космонавтов, позволил определить новое эффективное направление в лечении детского церебрального паралича и других форм двигательных нарушений человека неврологического происхождения.

#### **Работа нейро-ортопедического реабилитационного пневмокостюма Атлант:**

В комбинезон плотно облегающего силуэта встроены пневмокамеры, расположенные по ходу мышц — антагонистов туловища и конечностей. Нагнетание

в камеры воздуха (при помощи компрессора или ручного нагнетателя) обеспечивает срабатывание натяжного устройства (НУ) и обжимает все тело пациента, что активизирует проприоцептивное раздражение, которое вызывает мощный поток нервных импульсов в двигательную зону коры головного мозга, усиливается реакция  $\alpha$ - $\gamma$ -мото-нейронной системы, что обеспечивает нейрофизиологические условия для удержания позы с последующей перестройкой систем супраспинального двигательного контроля на более близкое к норме физиологическое состояние. Одновременно, в плотно подогнанном костюме, выбранном в соответствии с размером пациента, при нагнетании в камеры воздуха они приобретают объемную форму. Таким образом, создается мягкое корсетирование туловища.

Не существует стандартной терапевтической стратегии, которую можно было бы применить для каждого пациента, страдающего ДЦП. Как только диагноз поставлен и подтвержден (определен тип церебрального паралича), с ребенком и его родителями будет работать команда специалистов для выявления конкретных нарушения и потребностей, после чего будет создан соответствующий индивидуальный план решения выявленных проблем и улучшения качества жизни ребенка [6].

Лечебный костюм «Атлант» воздействует на опорно-двигательный аппарат пациента. Использование лечебного костюма позволяет значительно снизить выраженность патологических рефлексов и ускорить выработку нового — более близкого к норме двигательного стереотипа.

Возраст пациентов для занятий в лечебном костюме «Атлант» от 1,5 до 35 лет. Занятия начинают с минимальной нагрузки, которую постепенно увеличивают от сеанса к сеансу в зависимости от состояния пациента.

Использование лечебного костюма требует определенной подготовительной работы: проведение массажа, нейромышечной стимуляции, комплекса индивидуальной гимнастики, направленной на увеличение объема движений в пораженных суставах. В результате применения лечебного костюма «Атлант» к 10-му сеансу заметна положительная динамика в состоянии пациентов, которая становится отчетливой к концу первого курса.

Таким образом, в системе абилитации пациентов с ДЦП, хороший эффект дает применение лечебной физкультуры в лечебном костюме «Атлант», который позволяет: улучшить мышечный тонус, корригировать позу и положение частей относительно друг друга, увеличить объем активных движений в пораженных суставах, улучшить равновесие и ориентировку в пространстве, а также речь и психику пациента.

Итак, из вышеперечисленных методов физической абилитации детей с ДЦП: массаж, физиотерапия, иппотерапия, комплекс «сенсорная комната», лечебная физическая культура и ЛФК в лечебном костюме «Атлант» мы останавливаемся на последнем, так как считаем, что лечебная физическая культура в костюме «Атлант» как метод коррекции повышает качество восстановительного процесса у детей с детским церебральным параличом.

Всем пациентам проводились абилитационные мероприятия, представленные в таблице 2.1.

Таблица 2.1

Программа абилитации основной и контрольной групп

Абилитационные мероприятия	Основная группа	Контрольная группа
Медикаментозное лечение (по назначению врача)	+	+
Лечебная гимнастика ежедневно 30 минут № 15	+	+
Массаж: классический затем точечный, ежедневно, № 15 Продолжительность процедуры 30 минут	+	+
Интерференцтерапия по 10 минут ежедневно № 10	+	+
Лечебная физкультура в костюме «Атлант» по 30 минут № 10	+	–

Пациенты исследовались перед курсом абилитационной программы и после пройденного курса.

Для оценки двигательной активности применяли метод гониометрии, с помощью которого измеряли объем движения в суставах. Измерение амплитуды движений в суставах верхних конечностей производят угломерами различной конструкции. Обычный угломер состоит из двух браншей, соединенных шарниром, полудуги с нанесенными на ней делениями в градусах (от 0 до 180°) и стопорного винта. На одной бранше укреплена полудуга, на другой — стрелка, движущаяся по градуированной полуокружности. Угломер с выдвигаемыми браншами предназначен преимущественно для определения амплитуды движений в крупных суставах верхних и нижних конечностей.

Методика пользования прибором. Угломер размещают таким образом, чтобы ось прибора соответствовала центру сустава, а бранши располагались параллельно длинным осям выше- и нижележащих сегментов конечности (желательно, чтобы конец бранши соответствовал определенному костному ориентиру). Показания на шкале угломера регистрируются при крайних положениях в суставе (сгибание-разгибание, отведение-приведение) [1].

Модифицированная проба Ромберга выявляет нарушение равновесия в положении стоя(сидя) (статическая координация), что является информативным показателем для оценки функционального состояния ЦНС. Исходное положение:

пациент стоит, плотно сдвинув ступни и закрыв глаза, руки при этом вытянуты вперед, пальцы раздвинуты. Пациент принимает исходное положение. Во избежание падения и для достоверности проведения пробы, со спины пациента его поддерживает помощник. При оценке пробы принимают во внимание степень устойчивости (стоит неподвижно, покачивается), дрожание (тремор) век и пальцев и, главное, длительность сохранения равновесия. Твердая устойчивость позы более 15 секунд при отсутствии тремора пальцев и век оценивается хорошо; покачивание, небольшой тремор век и пальцев при удержании позы в течение 15 секунд — удовлетворительно; поза удерживается меньше 15 секунд — неудовлетворительно [2].

Для проведения методики Т. С. Воробьевой необходимы три полоски бумаги (сложенные гармошкой) и восемь цветных карандашей.

На полоске под каждым квадратом слева направо расставляются порядковые номера от 1 до 8. Затем соответствующие номера цветов переносятся на вторую полоску. При этом считается, что номера 1–3 говорят об эмоциональном благополучии, цвета: розовый, голубой, серый, бежевый, белый; 4–6 — об эмоционально-нейтральном состоянии, цвета: красный, желтый, синий, фиолетовый, зеленый; 7–8 — о проявлении эмоционального неблагополучия, цвета: черный, бордовый, темно-сиреневый, оранжевый, коричневый.

Перед началом обследования составляется список группы детей и список режимных моментов. Методика может проводиться индивидуально или с группой детей.

После обследования психолог получает общую картину эмоционального благополучия детей.

Таким образом, мы брали для исследования только готовый результат, а тестировал детей психолог. В ходе обработки результатов методики необходимо отметить эмоционально неблагополучных детей (которые обозначили цветами 7–8 три и более режимных момента). При этом нужно указать, в какие режимные моменты отмечается эмоциональное неблагополучие группы в целом и конкретных детей в частности [3].

Для оценки полученных результатов, применялся метод математической статистики критерий знаков по Ван дер Вардену, с помощью которого определялась достоверность полученных результатов. Критерий знаков предназначен для исследования определения направления сдвига в значениях исследуемого признака в двух выборках. Критерий позволяет определить изменяются ли значения переменной при переходе от одного измерения к другому в сторону улучшения или сторону ухудшения [4].

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Показатели состояния опорно-двигательного аппарата оценивались при помощи гониометрии. Исследовалось сгибание паретичного тазобедренного сустава с прямой ногой. Вначале эксперимента показатели гониометрии тазобедренного сустава при активных движениях у пациентов основной группы составляли  $78,0 \pm 0,70$ , а у пациентов контрольной группы —  $77,0 \pm 0,30$ , что говорит об умеренном ограничении движений в суставе. После проведенного исследования показатели гониометрии тазобедренного сустава при активных движениях у пациентов основной группы составляли  $86,0 \pm 0,40$ , а у пациентов контрольной группы —  $79,0 \pm 0,60$ , что

говорит об умеренном ограничении движений в суставе у пациентов контрольной группы и о незначительном ограничении движений в суставе у пациентов основной группы. Результаты исследования приведены в таблице 3.1 и на рисунке 3.1.

Таблица 3.1

Результаты оценки показаний гониометрии у детей с детским церебральным параличом в основной и контрольной группе

Результат	Основная группа	Контрольная группа
Положительная динамика	7	4
Отрицательная динамика	0	0
Без динамики	0	3
Достоверность	$Z_{0,05}=2$ (n=7) $p<0,05$	$Z_{0,05}=1$ (n=7) $p<0,05$



Рисунок 3.1 — Изменение показателей гониометрии у детей с детским церебральным параличом под влиянием лечебной физической культуры в лечебном костюме «Атлант» в основной и контрольной группах



Показатели состояния нервной системы оценивались при помощи модифицированной пробы Ромберга.

В начале эксперимента у пациентов основной группы показатели пробы Ромберга равнялись  $7,0 \pm 0,8$  секунд, а у пациентов контрольной группы —  $8,0 \pm 0,6$  секунд, что говорит о неудовлетворительных результатах. До абилитации выборка в обеих группах была однородна ( $p > 0,05$ ). После курса абилитации результаты модифицированной пробы Ромберга у пациентов основной группы стали  $15,0 \pm 0,9$  секунд, а у пациентов контрольной группы  $9,0 \pm 0,4$  секунды ( $p < 0,05$ ).

Результаты исследования приведены в таблице 3.2, и на рисунке 3.2.

*Таблица 3.2*

*Результаты модифицированной пробы Ромберга у детей с детским церебральным параличом в основной и контрольной группе*

Результат	Основная группа	Контрольная группа
Положительная динамика	5	4
Отрицательная динамика	0	0
Без динамики	2	3
Достоверность	$Z_{0,05} = 1$ ( $n=7$ ) $p < 0,05$	$Z_{0,05} = 0$ ( $n=7$ ) $p < 0,05$



*Рисунок 3.2 — Изменение показателей модифицированной пробы Ромберга у детей с детским церебральным параличом под влиянием лечебной физкультуры в лечебном костюме «Атлант» в основной и контрольной группах*

Показатели психоэмоционального состояния оценивались при помощи методики диагностики эмоционального благополучия по Т. С. Воробьевой (2005). На начальном этапе исследования результаты говорили об эмоциональном неблагополучии детей основной и контрольной групп. В начале эксперимента в основной группе выбор цвета был равен номеру 7,0+0,6, а в контрольной — 7,0+0,7. После проведенного исследования в основной группе выбор цвета был равен номеру 2,0+0,9, а в контрольной 4,0+0,8

Результаты исследования приведены в таблице 3.3 и на рисунке 3.3.

Таблица 3.3

Результаты оценки психо-эмоционального состояния детей с детским церебральным параличом в основной и контрольной группах

Результат	Основная группа	Контрольная группа
Положительная динамика	6	5
Отрицательная динамика	0	0
Без динамики	1	2
Достоверность	$Z_{0,5}=2$ (n=7) $p<0,05$	$Z_{0,5}=1$ (n=7) $p<0,05$



Рисунок 3.3 Изменение показателей оценки психо-эмоционального состояния детей с детским церебральным параличом под влиянием лечебной физкультуры в лечебном костюме «Атлант» в основной и контрольной группах

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Работа над выбранной темой подтвердила высокую актуальность абилитации пациентов с детским церебральным параличом, так как за последнее время увеличилось количество больных с этой патологией, которая может привести в дальнейшем к инвалидизации, нарушению адаптации в социальной и личностной сфере. Для решения проблем восстановительного лечения больных с данной патологией необходим комплексный подход в выборе методов лечения и абилитации. Возникает необходимость изучения и исследования существующих, а также исследование новых эффективных способов.

По окончанию эксперимента получены выводы, демонстрирующие, что использование метода «Атлант» в комплексной абилитации пациентов с детским церебральным параличом достоверно улучшает функциональные возможности нервной системы и организма в целом, а также состояние психоэмоциональной системы и опорно-двигательного аппарата пациентов с детским церебральным параличом.

Мы объясняем это тем, что благодаря созданию мощной нагрузки на мускулатуру больного, костюм способствует усилению и относительной нормализации афферентного притока с мышечно-суставного аппарата, что, в свою очередь, приводит к активации центральных структур мозга, ответственных за контроль над моторными актами и создает предпосылки для стимуляции отстающих в развитии функциональных систем. Кроме того, двигательное развитие больных оказывает мощное влияние на формирование речи, психики, интеллекта, анализаторных систем — зрительной, слуховой, тактильной и других.

Таким образом, на основании проведенного исследования можно сделать заключение, что использование метода «Атлант» в программе комплексной абилитации пациентов с детским церебральным параличом положительно влияет на уровень здоровья.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Астахов, В. А. Детский церебральный паралич: понятие, этиология, симптомы / В. А. Астахов // *Здоровье*. — 2000 — № 3 — С. 14–15.
2. Бабенкова, Е. А. Работа воспитателей в ДОО компенсирующего вида, в том числе для детей с нарушением ОДА / Е. А. Бабенкова // *Воспитатель ДОО*. — 2008. — № 2. — С. 13–16.
3. Бадалян, Л. О. Детские церебральные параличи. / Л. О. Бадалян, Л. Т. Журба, О. В. Тимонина. — Киев: *Здоровье*, 2008. — 327 с.
4. Барашнев, Ю. И. Перинатальная неврология / Ю. И. Барашнев. — М.: Триада, 2005. — 670 с.
5. Биллер, Х. Практическая неврология: Лечение / Х. Биллер. — М.: Медицинская литература, 2005. — Т. 2. — 416 с.
6. Дубровский, В. И. Лечебный массаж / В. И. Дубровский. — М.: Владос, 2005, — 463 с.
7. Ефименко, Н. Н. Методика игрового тестирования двигательного развития и здоровья детей в норме и при патологии / Н. Н. Ефименко. — Винница: Эдельвейс и К, 2004. — 132 с.

8. Иппотерапия: возможности и перспективы реабилитации при детском церебральном параличе / А. Денисенков, Н. Роберт, И. Шпицберг. — М.: Геронт, 2002. — 93 с.

#### **REFERENCES**

1. Astahov, V.A. Detskij cerebral'nyj paralich: ponyatie, etiologiya, simptomy / V.A. Astahov // Zdorov'e. — 2000 — № 3 — S. 14–15.

2. Babenkova, E.A. Rabota vospitatelej v DOU kompensiruyushchego vida, v tom chisle dlya detej s narusheniem ODA / E.A. Babenkova // Vospitatel' DOU. — 2008. — № 2. — S. 13–16.

3. Badalyan, L. O. Detskie cerebral'nye paralichi. / L. O. Badalyan, L. T. Zhurba, O. V. Timonina. — Kiev: Zdorov'e, 2008. — 327 s.

4. Barashnev, Yu. I. Perinatal'naya nevrologiya / Yu. I. Barashnev. — M.: Triada, 2005. — 670 s.

5. Biller, H. Prakticheskaya nevrologiya: Lechenie / H. Biller. — M.: Medicinskaya literatura, 2005. — T. 2. — 416 s.

6. Dubrovskij, V. I. Lechebnyj massazh / V. I. Dubrovskij. — M.: Vlados, 2005, — 463 s.

7. Efimenko, N. N. Metodika igrovogo testirovaniya dvigatel'nogo razvitiya i zdorov'ya detej v norme i pri patologii / N. N. Efimenko. — Vinnica: Edel'vejs i K, 2004. — 132 s.

8. Ippoterapiya: vozmozhnosti i perspektivy reabilitacii pri detskom cerebral'nom paraliche / A. Denisenkov, N. Robert, I. Shpicberg. — M.: Geront, 2002. — 93 s.

## К СВЕДЕНИЮ АВТОРОВ

В альманахе «Новые исследования», выходящем 4 раза в год, могут быть опубликованы прошедшие рецензирование статьи по всем направлениям возрастной физиологии, школьной гигиены, педагогики, психологии и физического воспитания детей и подростков.

При направлении статьи в редакцию рекомендуется руководствоваться следующими правилами:

1. На первой странице указываются название статьи, Инициалы и Фамилия автора, учреждение, из которого выходит статья, адрес для контактов, желательно электронный. Название и фамилии авторов на русском и английском языке.

2. Объем статьи: Обобщающих теоретико-экспериментальных работ и обзорных работ — не более одного авторского листа (24 стр.), экспериментальных работ — не более 0.8 авторского листа (18 стр.), кратких сообщений и методических статей — не более 4–5 стр.

3. Изложение материала в статье экспериментального характера должно быть представлено следующим образом: краткое введение, методы исследования, результаты исследования и их обсуждение, выводы, список литературы. Таблицы (не более 3) вписываются в текст

4. Для иллюстраций статей принимается не более 4 рисунков. Рисунки также вписываются в текст.

5. Цитирование авторов производится цифрами в квадратных скобках, список литературы располагается по алфавиту. Русские статьи необходимо транслитерировать.

6. К статье прилагается аннотация и ключевые слова на русском и английском языке

7. В конце статьи необходимо указать роль каждого автора в подготовке публикации. Указываются конкретные этапы работ, осуществленные каждым автором (например, «Идея работы и планирование эксперимента (Авторы А. А.А. и Б.Б.Б), сбор данных (Б.Б.Б., В.В.В, Г.Г.Г), обработка данных (Б.Б.Б., В.В.В), написание и редактирование статьи (А.А.А., Б.Б.Б., В.В.В, Г.Г.Г)»).

Обращаем ваше внимание, что необходимо соблюдать рекомендации ICMJE. В состав авторского коллектива входят авторы, внесшие существенный вклад в разработку концепции или дизайна работы или в получение, анализ или интерпретацию данных для работы; принявшие участие в написании или редактировании статьи с внесением существенного интеллектуального вклада; гарантирующие, что все вопросы по достоверности и надежности любой части работы надлежащим образом проанализированы и решены.

В остальных случаях, участники, принимающие участие в исследовании (в частности, лаборанты, консультанты), но не внесшие существенный вклад по определенному направлению в исследовательском проекте, должны быть указаны в разделе «Благодарности».

В конце статьи, перед списком литературы, заполняются следующие графы:

Информация о финансовой поддержке: работа выполнена ... №

**Этические нормы.** Все исследования проведены в соответствии с прин-

ципами биомедицинской этики, сформулированными в Хельсинкской декларации 1964 г. и ее последующих обновлениях, и одобрены локальным биоэтическим комитетом — Указать Институт.

**Информированное согласие.** Каждый участник исследования представил добровольное письменное информированное согласие, подписанное им после разъяснения ему потенциальных рисков и преимуществ, а также характера предстоящего исследования.

**Благодарности:**

**Конфликт интересов.** Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

8. Статьи направлять в электронном виде (Word; шрифт Times 14, через 1.5 интервала, поля стандартные: сверху –2.5 см, снизу — 2.0 см, слева — 3.0 см, справа — 1.5 см) на E-mail: [almanac@mail.ru](mailto:almanac@mail.ru)

9. Редакция оставляет за собой право на сокращение и исправление статей. Рукописи, не принятые в печать, не возвращаются. В случае возвращения статьи авторам согласно отзыву рецензента, статья должна быть возвращена в течение 2 мес. в доработанном варианте с приложением первоначального.

Тел/факс (095)245–04–33, тел 8(903) 006–78–18

E.mail: [almanac@mail.ru](mailto:almanac@mail.ru); [info@irzar.ru](mailto:info@irzar.ru)