



**АГЕНТСТВО МЕЖДУНАРОДНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ**

# **ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ**

**Сборник статей  
по итогам  
Международной научно-практической конференции  
30 марта 2026 г.**

Стерлитамак, Российская Федерация  
Агентство международных исследований  
Agency of international research  
2026

УДК 00(082) + 001.18 + 001.89  
ББК 94.3 + 72.4: 72.5  
ISBN 978-5-908102-42-1  
П 841

**Ответственный редактор:**  
**Сукиасян Асатур Альбертович, к.э.н.**

***В состав редакционной коллегии и организационного комитета входят:***

**Бабаян Анжела Владиславовна, д.пед.н.**  
**Баишева Зиля Вагизовна, д.фил.н.**  
**Булатова Айсылу Ильдаровна, к.соц.н.**  
**Виневская Анна Вячеславовна, к.пед.н.**  
**Гетманская Елена Валентиновна, д.пед.н.**  
**Ежкова Нина Сергеевна, д.пед.н.**  
**Екшикеев Тагер Кадырович, к.э.н.**  
**Епхиева Марина Константиновна, к.пед.н.**  
**Кленина Елена Анатольевна, к.филос.н.**  
**Куликова Татьяна Ивановна, к.псих.н.**  
**Маркова Надежда Григорьевна, д.пед.н.**

**Мухамадеева Зинфира Фанисовна, к.соц.н.**  
**Мухамедова Гулчехра Рихсибаевна, к.пед.н.**  
**Симонович Надежда Николаевна, к.псих. н.**  
**Симонович Николай Евгеньевич, д.псих. н.**  
**Смирнов Павел Геннадьевич, к.пед.н.**  
**Танаева Замфира Рафисовна, д.пед.н.**  
**Терзиев Венелин Кръстев, д.э.н., член РАЕ**  
**Хайров Расим Золимхон углы, к.пед.н.**  
**Шилкина Елена Леонидовна, д.соц.н.**  
**Юсупов Рахимьян Галимьянович, д.и.н.**

**П 841 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ: Сборник статей по итогам Международной научно - практической конференции (Уфа, 30 марта 2026 г.). - Стерлитамак: АМИ, 2026. - 92 с.**

**Сборник статей подготовлен на основе докладов Международной научно-практической конференции «ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ», состоявшейся 30 марта 2026 г. в г. Уфа.**

Научное издание предназначено для докторов и кандидатов наук различных специальностей, преподавателей вузов, докторантов, аспирантов, магистрантов, практикующих специалистов, студентов учебных заведений, а также всех, проявляющих интерес к рассматриваемой проблематике с целью использования в научной работе, педагогической и учебной деятельности.

Авторы статей несут полную ответственность за содержание статей, за соблюдение законов об интеллектуальной собственности и за сам факт их публикации. Редакция и издательство не несут ответственности перед авторами и / или третьими лицами и / или организациями за возможный ущерб, вызванный публикацией статьи.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов статей. При использовании и заимствовании материалов ссылка на издание обязательна.

Полнотекстовая электронная версия сборника размещена в свободном доступе на сайте <http://ami.im>

Издание постатейно размещено в научной электронной библиотеке [elibrary.ru](http://elibrary.ru) по договору № 1152 - 04 / 2015К от 2 апреля 2015 г.

ISBN 978-5-908102-42-1  
УДК 00(082) + 001.18 + 001.89  
ББК 94.3 + 72.4: 72.5

© ООО «АМИ», 2026  
© Коллектив авторов, 2026

**Анцева Л.А.**

ведущий библиотекарь

Орский гуманитарно - технологический институт (филиал) ОГУ,  
г. Орск, РФ

## **ВУЗОВСКАЯ БИБЛИОТЕКА В КОНТЕКСТЕ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ**

### **Аннотация**

В статье рассматривается трансформация роли вузовской библиотеки в условиях цифровизации высшего образования. Особое внимание уделяется росту цифровой активности студентов и преподавателей, интеграции электронных ресурсов в рабочие программы дисциплин, а также использованию аналитических инструментов для оценки эффективности внедрения цифровых сервисов.

### **Ключевые слова**

Цифровизация, цифровизация образования, высшее образование, библиотека, электронные ресурсы.

Развитие системы высшего образования на современном этапе характеризуется активным внедрением цифровых технологий в образовательный процесс, при этом формирование цифровых компетенций студентов является необходимым элементом профессиональной подготовки. Одним из наиболее актуальных регламентирующих документов является Распоряжение Правительства Российской Федерации от 5 июля 2025 года №1805 - р «О стратегическом направлении в области цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования до 2030 года» [2].

Ключевой задачей вузов становится не только обеспечение доступа к цифровым ресурсам, но и системная работа по повышению цифровой активности обучающихся, подразумевающая их вовлеченность в использование цифровых технологий, ресурсов и методов оценки. Неотъемлемой частью этого процесса является повышение цифровой активности преподавательского состава образовательного учреждения. «Для успешного завершения цифровой трансформации вузам необходимо продолжить модернизацию инфраструктуры, повышать уровень цифровой грамотности сотрудников, интегрировать современные технологии в образовательный процесс и совершенствовать цифровые HR - инструменты. Достижение этих целей позволит создать устойчивую образовательную экосистему, соответствующую требованиям цифрового общества и экономики будущего [1, с.199].

Вузовская библиотека, традиционно выполняющая функцию информационного провайдера, в эпоху цифровизации получает возможность трансформироваться в активного участника образовательного процесса; ее роль выходит за рамки предоставления доступа к электронно - библиотечным системам и включает

методическую поддержку и содействие интеграции цифровых ресурсов в учебную и научную деятельность.

В 2025 году Орский гуманитарно - технологический институт (филиал) ОГУ перешел на использование единой цифровой платформы «Юрайт». Критерием выбора послужила концепция, предполагающая трансформацию от классической электронно - библиотечной системы к multifunctional образовательной платформе, что способствует более глубокой интеграции электронных ресурсов в учебный процесс. Поставлена задача повышения цифровой активности не только студентов, но и научно - педагогических работников нашего вуза.

Решение данной задачи потребовало перестройки работы библиотеки: ее функции сместились от простого администрирования доступа к активной методической и педагогической поддержке. Сотрудники библиотеки регулярно проводят мониторинг вовлеченности пользователей в использование цифровых ресурсов. Одним из ключевых индикаторов является включение электронных изданий платформы в рабочие программы дисциплин, что свидетельствует об интеграции ресурса непосредственно в содержание образования.

На сегодняшний день библиотека обеспечивает эффективную адаптацию как студентов, так и профессорско - преподавательского состава к работе в новой цифровой среде. Реализованные мероприятия – от индивидуальной регистрации первокурсников до групповых обучающих семинаров для преподавателей и масштабных тестирований – в совокупности с удобными сервисами самой платформы способствуют росту вовлеченности пользователей. Наблюдается повышение активности в читальном зале библиотеки, где организован доступ к автоматизированным рабочим местам с доступом к сети Интернет. Наиболее востребованным инструментом на начальном этапе внедрения стал сервис «Умное тестирование», что свидетельствует о высоком спросе преподавательского состава на инструменты автоматизированного контроля знаний. Преподаватели отметили потенциал «Конструктора гибких курсов» и «Шаблонов рабочих программ» для методической работы, а также важность наличия интеграционных решений с системой управления обучением Moodle, уже используемой в вузе.

Основными методами исследования выступили анализ использования цифровых образовательных ресурсов, наблюдение за внедрением инструментов в работу библиотеки и учебный процесс, а также синтез полученных данных для формулировки выводов об эффективности применения инструментов платформы в образовательном процессе вуза.

Для административного звена (в частности, заведующего библиотекой) важным аспектом является наличие «Рейтингов цифровой активности». Платформа Юрайт предоставляет детализированные дашборды (графические информационные панели, в которых отражены основные показатели) и 21 вид отчетов, включая 17 показателей цифровых следов. Ключевым преимуществом названа возможность автоматизированной подготовки и выгрузки данных для типовой отчетности

---

библиотек (формы ВПО - 2 и СПО - 2), что значительно оптимизирует работу учебно - методических отделов и администраторов библиотеки.

Статистическая выборка по основным метрикам показала значительный рост всех показателей. Исходные данные: за предыдущий 2024 - 2025 учебный год количество просмотров составило 4755 экземпляров, прохождение тестов – 262. В ходе исследования сделана выборка по основным библиометрическим показателям в квартальные промежутки и проведен сравнительный анализ статистических данных во II и III квартале 2025 года. В результате анализа отмечена положительная динамика востребованности образовательного ресурса. Посещаемость образовательной платформы увеличилась в 6,4 раз; количество просмотров (книговыдача) – в 2,9 раза, в том числе у студентов – в 3,2 раза, у преподавателей – в 2,4 раза, прохождение тестов – в 9,4 раза.

На втором этапе проведен анализ динамики показателей за 2024 и 2025 календарный год (см. табл. 1).

Таблица 1 – Динамика использования электронных ресурсов

Показатели	Год	
	2024	2025
Регистрация	798	891
Посещения	3566	6332
Количество просмотренных изданий	1294	1574
Количество просмотров (книговыдача)	3193	5269
Прохождение тестов	69	2350

Количество регистраций на платформе в 2025 году увеличилось на 11 % по сравнению с 2024 годом; количество посещений выросло на 77 %; количество просмотренных изданий увеличилось на 21 %; количество просмотров (книговыдача) – на 65 %. Многократно, более чем в 33 раза увеличилось количество пройденных тестов (с 69 в 2024 г. до 2350 в 2025 г.).

Увеличение количества прохождения тестов стало возможным благодаря расширенному знакомству преподавателей с функционалом платформы. Один из успешных моментов – рабочая встреча с региональным куратором образовательной платформы Юрайт. Представитель проекта продемонстрировала эффективные инструменты для образовательного процесса, которые значительно облегчают работу преподавателей ("Конструктор гибких курсов", "Входное тестирование" и др.). Преподаватели получили информацию о способах интерактивного взаимодействия со студентами в индивидуальном и групповом формате.

Статистические данные платформы и положительная обратная связь от участников образовательного процесса подтверждают эффективность выбранной стратегии работы библиотеки по продвижению цифровых информационных ресурсов среди преподавательского состава вуза. Данная стратегия способствует

решению ключевых задач современного образования: повышение качества обучения, оптимизация труда преподавателя, развитие цифровых компетенций и обеспечение прозрачности образовательных результатов. Опыт взаимодействия с образовательной платформой «Юрайт» демонстрирует эффективность интеграции специализированных цифровых сервисов в образовательную среду вуза.

### **Список использованной литературы:**

1. Бабынина, Л. С. Роль цифровизации в управлении персоналом вузов / Л. С. Бабынина, И. С. Грунина // Информационные технологии и математические методы в экономике и управлении: Сб. статей XIV Междунар. науч. - практ. конф. им. А.И. Китова. В 3 - х т. – Москва: Российский экономический ун - т им. Г.В. Плеханова, 2025. – С. 195 - 200. –<https://elibrary.ru/item.asp?id=82887076> (дата обращения: 15.03.2026).

2. Стратегическое направление в области цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования до 2030 года. – URL: <http://static.government.ru/media/acts/files/1202507070072.pdf> (дата обращения: 15.03.2026).

© Анцева Л.А., 2026

**Бабаева А.А.,**

студентка 3 курса ЮУрГГПУ

Научный руководитель:

Преподаватель ЮУрГГПУ

Л.Б. Фомина,

Россия, г.Челябинск

## **ВЛИЯНИЕ БЕГА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ВЫНОСЛИВОСТЬ ЧЕЛОВЕКА**

**Аннотация:** В статье рассматривается влияние регулярных занятий бегом на развитие физической выносливости человека. Обосновывается, что систематические беговые нагрузки способствуют улучшению работы сердечно - сосудистой и дыхательной систем, повышению общей работоспособности и устойчивости организма к физическим нагрузкам.

**Ключевые слова:** бег, физическая выносливость, физическая культура.

Бег является одним из наиболее доступных и эффективных видов физической активности, оказывающих комплексное воздействие на организм человека. В современных условиях, когда уровень двигательной активности снижается, особую актуальность приобретает использование простых и эффективных средств повышения физической подготовленности, к которым относится бег.

Физическая выносливость – это способность организма выполнять длительную физическую работу без значительного снижения ее эффективности. Развитие

выносливости играет важную роль в поддержании здоровья, повышении работоспособности и устойчивости к утомлению. Беговые упражнения являются одним из основных средств развития данного качества, так как они задействуют крупные мышечные группы и требуют активной работы сердечно - сосудистой и дыхательной систем.[2]

Известно, что выносливость как одно из основных двигательных качеств человека, проявляется в способности к длительному выполнению какой - либо деятельности без снижения ее результативности. Выносливость является критерием мышечной работоспособности организма – чем она выше, тем более продолжительно выполняется работа и успешнее преодолевается утомление.[3]

Регулярные занятия бегом способствуют укреплению сердечной мышцы, улучшению кровообращения и повышению уровня потребления кислорода организмом. В результате тренировок снижается частота сердечных сокращений в покое, увеличивается объем легких и улучшается газообмен. Это приводит к повышению общей выносливости и способности организма адаптироваться к физическим нагрузкам.[1]

Кроме того, бег положительно влияет на обмен веществ, способствует снижению уровня стресса и улучшению психоэмоционального состояния. Во время бега активизируется выработка эндорфинов, что способствует улучшению настроения и повышению мотивации к занятиям физической культурой.

Для достижения положительного эффекта необходимо соблюдать основные принципы тренировки: регулярность, постепенность увеличения нагрузки и учет индивидуальных особенностей организма. Начинать занятия рекомендуется с небольших дистанций и умеренного темпа, постепенно увеличивая продолжительность и интенсивность бега. Важно также уделять внимание разминке перед тренировкой и восстановлению после нее.

Таким образом, бег является эффективным средством развития физической выносливости и укрепления здоровья человека. Его регулярное использование в системе физического воспитания способствует повышению функциональных возможностей организма и формированию устойчивой потребности в двигательной активности.

### **Список литературы**

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М., 2010. – 543 с.
2. Физическая культура: теоретический курс: учебное пособие / С.И. Михеев, С.В. Воробец, Н.А. Ломакина, И.В. Максимов, Л.И. Мамонова, Ю.Г. Мартынов, М.В. Опейкин, С.В. Смирнова, М.В. Яшарова. – М.: АТиСО, 2013 – 283 с.
3. Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А. Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств) / Под общей ред. А.В. Карасева.

**Безпалова А.Г.**

к.э.н., доцент РГЭУ (РИНХ),

г. Ростов - на - Дону, РФ

## **СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОНЦЕПЦИИ ПРЕПОДАВАНИЯ В ВУЗАХ РЕГИОНА В 2026 ГОДУ**

### **Аннотация**

Цель исследования – анализ современных средств и методов здоровьесберегающей концепции преподавания в высшей школе, а также определение перспектив их развития. Рассмотрены актуальные аспекты внедрения здоровьесберегающих технологий в систему высшего образования, а также комплексная система мер, направленных на сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса. Обобщены здоровьесберегающие технологии в вузах г. Ростова - на - Дону. Подведены итоги и даны рекомендации по внедрению современной здоровьесберегающей концепции преподавания в вузах в текущем календарном году.

### **Ключевые слова**

Здоровьесберегающие технологии, современная концепция преподавания, региональные особенности, высшее образование.

В последние десять лет концепция здоровьесбережения вновь привлекает внимание исследователей как в теоретическом, так и в практическом аспекте. Примечательно, что каждый ученый стремится внести собственную трактовку в содержание понятия. Важно отметить, что общепринятый термин «здоровье» обладает определенной условностью и формируется под влиянием исторических и социокультурных факторов. Его толкование всегда отражает доминирующее мировоззрение конкретного общества [2].

«В российских стратегических документах отражается идея формирования здорового образа жизни молодежи, основанная на содействии осмысленного отношения подрастающего поколения к своему здоровью и здоровью близких» [3].

Современная наука рассматривает здоровье индивида как комплексное явление, а здоровьесберегающие технологии в современном высшем образовании представляют собой комплексную систему мер, направленных на сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья всех участников образовательного процесса. В условиях цифровой трансформации образования эта концепция приобретает особую актуальность.

С теоретической точки зрения здоровьесберегающая технология – это совокупность педагогических принципов и методов, дополняющих образовательный процесс и обеспечивающих сохранение здоровья студентов и преподавателей. В современных условиях она включает [2; 3]:

- создание безопасной образовательной среды;
- формирование культуры здоровья;

- профилактику заболеваний;
- развитие здоровьесберегающих компетенций.

Реализация здоровьесберегающей концепции преподавания основывается на 4 ключевых направлениях, однако, не все они равномерно и эффективно используются в практической деятельности университетов.

Первое направление основывается на методико - гигиеническом обеспечении образовательного процесса и здоровьесбережения всех участников и заключается в регулярном мониторинге здоровья, профилактических мероприятиях, организации первой помощи и санитарно - гигиеническом контроле.

Физкультурно - оздоровительная работа является вторым направлением и ориентировано на адаптивную физическую культуру, спортивные секции, фитнес - программы и оздоровительные мероприятия.

Психолого - педагогическое сопровождение мы причисляем к третьему направлению, где в основе стоят профилактика стресса, консультации психолога, развитие эмоционального интеллекта и формирование навыков саморегулирования.

Четвертое направление – это образовательная среда, а это эргономичное оснащение аудиторий, оптимизация учебного процесса, внедрение цифровых технологий и организация активного отдыха.

В 2026 году особое внимание уделяется цифровым инструментам мониторинга здоровья, адаптивным программам обучения с учетом индивидуальных особенностей, VR / AR - технологиям для создания безопасной среды, искусственному интеллекту в диагностике состояния здоровья, онлайн - платформах для психологической поддержки [5].

В реальной практике ростовских вузов ситуация отличается от классического представления о здоровьесберегающей концепции преподавания. Были обследованы 5 государственных университетов Ростова - на - Дону, которые входят в рейтинг мониторинга высшего образования РФ [6], и в той или иной степени реализуют описанные выше здоровьесберегающие технологии (рис. 1).

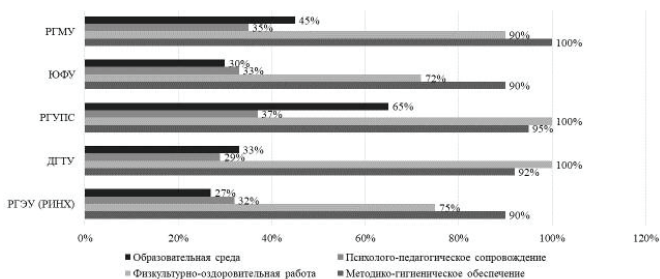


Рисунок 1. Результаты исследования активности вузов в использовании здоровьесберегающих технологий, Ростов - на - Дону, 2026 г.

Источник: разработано автором

Результаты исследования, основывались на контент - анализе сайтов университетов и аккаутов в социальной сети ВКонтакте. В среднем методико - гигиеническое обеспечение образовательного процесса во всех обследуемых вузах находится на высоком уровне, что обосновано исторически отлаженными традициями повышения качества здоровья всех участников образовательного процесса, проведения медицинских обследований и создания благоприятной атмосферы внутри университетов.

Физкультурно - оздоровительная работа проводится неравномерно в разрезе всех университетов, что обусловлено разными техническими возможностями обеспечения физкультуры и спортивно - оздоровительных мероприятий, а также дополнительной подготовки как студентов, так и сотрудников вуза.

Психолого - педагогическое сопровождение образовательного процесса у всех университетов находится на стадии развития и становления общего методико - понятийного аппарата данного направления здоровьесберегающих технологий преподавания. Существующие службы психологической поддержки в вузах не в полной мере удовлетворяют потребность в психолого - педагогической поддержке всех участников образовательного процесса [1]. Также отмечается, что нет специально проработанных программ психолого - педагогического поддержки, а в одном из вузов этот показатель довольно низкий.

И, как следует из гистограммы, образовательная среда (эргономичное оснащение аудиторий, оптимизация учебного процесса, внедрение цифровых технологий и организация активного отдыха) только в одном университете в какой - то степени может считаться соответствующей нормам и стандартам [2].

В целом ситуация по внедрению и развитию концепции здоровьесберегающих технологий в ростовских вузах может быть представлена в рейтинге на рисунке 2.



Рисунок 2. Общее положение вузов по внедрению здоровьесберегающих технологий, Ростов - на - Дону, март 2026 г.

Источник: разработано автором

Исследование показало, что вузы имеют потенциал к развитию здоровьесберегающих технологий, поскольку исторически сложившиеся культура и традиции региона предполагают глубокое уважительное отношение к здоровью и здоровому образу жизни, что создает благоприятную почву для внедрения инновационных образовательных практик.

Для эффективной реализации здоровьесберегающей концепции преподавания в высшей школе и на фоне текущего состояния и прогнозных возможностей каждого университета можно рекомендовать следующие стратегические решения:

- создание единой системы управления здоровьем всех участников образовательного процесса [6];
- внедрение и современное «программирование» психологической поддержки для всех участников образовательного процесса в каждом вузе с помощью уникальной программой для решения выявленных проблем, триггеров и психологических «болей» как преподавателей, так и студентов;
- формирование команды специалистов и внедрение системы оценки эффективности здоровьесберегающей концепции вуза и решаемых проблем.

Только в этом случае региональный вуз сможет добиться повышения качества образования, снижение заболеваемости студентов, формирование культуры здоровья, улучшение психологического климата и повышение эффективности учебного процесса в целом.

В современных условиях здоровьесберегающая концепция преподавания в вузах становится неотъемлемой частью культуры высшего образования. Ее успешная реализация требует комплексного подхода, интеграции традиционных и инновационных методов, а также постоянного совершенствования в соответствии с новыми вызовами и возможностями.

### **Список использованной литературы:**

1. Безпалова А.Г. Оценка компетентности профессорско - преподавательского состава университета с позиции студентов: локальный аспект // Alma Mater (Вестник высшей школы). 2021. № 8. – С. 66 - 70.
2. Бобкова К.С. Технологии подготовки студентов в контексте развития опыта здоровьесбережения: учебно - методическое пособие / К.С. Бобкова, В.В. Сохранов - Преображенский, М.А. Лыгина. – Пенза: Пензенский государственный университет, 2022. – 68 с.
3. Годжуров Э.С. Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве вуза // Социально - гуманитарные науки: современные парадигмы и исследования: сборник научных трудов по материалам Международной научно - практической конференции 27 мая 2021г. Белгород: ООО Агентство перспективных научных исследований (АПНИ), 2021. С. 112 - 115. URL: <https://apni.ru/article/2401-zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v-obrazov> (дата обращения: 11.03.2026).
4. Здоровьесберегающие технологии в вузе // Образовательный портал «Справочник». URL [https://spravochnik.ru/pedagogika/zdorovesberegayushchie\\_tehnologii\\_v\\_vuze/](https://spravochnik.ru/pedagogika/zdorovesberegayushchie_tehnologii_v_vuze/) (дата обращения: 13.03.2026).
5. Коновалова Н.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе высшей школы <https://os-russia.com/mnp-2021-11-2-73/>
6. Характеристика системы высшего образования. URL: [https://monitoring.miccedu.ru/iam/2025/\\_vpo/material.php?type=2&id=10703](https://monitoring.miccedu.ru/iam/2025/_vpo/material.php?type=2&id=10703) (дата обращения: 12.03.2026).

**Вайнбергер Е.А.**

старший преподаватель  
ФГБОУ ВО «УралГУФК»,  
г. Челябинск, Россия

**Шешин А. А.**

тренер - преподаватель  
МБУ ДО СШ по хоккею  
«Метеор - Сигнал» г. Челябинска,  
г. Челябинск, Россия

**АНАЛИЗ СТАТИСТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХК «МЕТАЛЛУРГ» Г. НОВОКУЗНЕЦК В РЕГУЛЯРНЫХ  
ЧЕМПИОНАТАХ ВСЕРОССИЙСКОЙ ХОККЕЙНОЙ ЛИГИ СЕЗОНОВ  
2024 - 2025 ГГ. И 2025 - 2026 ГГ.**

**Аннотация**

В работе рассмотрены статистические показатели соревновательной деятельности всей команды и игроков отдельных амплуа команды «Металлург» г. Новокузнецк в регулярных чемпионатах сезонов 2024 - 2025 гг. и 2025 - 2026 гг., определены показатели, которые позволили команде занимать первые места в регулярном чемпионате Всероссийской хоккейной лиги в течение двух сезонов.

**Ключевые слова**

Анализ, статистические показатели, соревновательная деятельность, регулярный чемпионат, ХК «Металлург» г. Новокузнецк.

**Weinberger E.A.**

Senior Lecturer  
Ural State University of Physical Education,  
Chelyabinsk, Russian Federation

**Sheshin A. A.**

Coach - Teacher MBU DO SH on hockey  
«Meteor - Signal» of Chelyabinsk, Chelyabinsk,  
Russian Federation

**ANALYSIS OF STATISTICAL INDICATORS OF THE COMPETITIVE  
ACTIVITIES OF HC METALLURG G. NOVOKUZNETSK IN THE REGULAR  
CHAMPIONSHIPS OF THE ALL - RUSSIAN HOCKEY LEAGUE IN THE SEASONS  
OF 2024 - 2025 AND 2025 - 2026.**

**Abstract**

The paper examines the statistical indicators of the competitive performance of the entire team and individual players of the Metallurg team in Novokuznetsk in the regular championships of the 2024 - 2025 and 2025 - 2026 seasons, and identifies the indicators that allowed the team to achieve first place in the regular championship of the All - Russian Hockey League for two seasons.

**Keywords**

Analysis, statistics, competitive activities, regular championship, «Metallurg» Novokuznetsk.

Актуальность исследования заключается в том, что в последние годы во многих видах спорта большое внимание уделяется статистике. **Статистика соревновательной деятельности входит в теорию и методiku спорта.** Её показатели тренеру возможность взглянуть на игру своих подопечных без эмоциональной окраски [1, с. 16]. Выявление статистически значимых закономерностей игры позволяет использовать полученные объективные данные в ходе планирования тренировочных нагрузок [3, с. 6]. Ведение статистики на каждом матче Всероссийской хоккейной лиги (далее – ВХЛ) осуществляется непосредственно в Интернете. Для этого разработана специальная программа, в которой работает статистическая бригада, состоящая из шести человек [4, с. 432]. Важность работы статистических бригад заключается также в том, что получаемые данные фиксируются в онлайн - режиме, их можно сразу же увидеть тренерам и вовремя внести коррективы в процессе игры.

В результате работы статистических бригад клубов ВХЛ показатели соревновательной деятельности отдельных игроков и команд можно увидеть на официальном сайте лиги, провести их анализ, выявить некоторые причины успешного или неудачного выступления команды или отдельных игроков.

Таким образом, статистическая информация о показателях соревновательной деятельности, представленная на официальном сайте ВХЛ [2]., позволила нам выявить и проанализировать статистические показатели, которые положительно повлияли на то, что на протяжении двух лет команда «Металлург» г. Новокузнецк выигрывала регулярный чемпионат ВХЛ.

В нашем исследовании мы рассмотрели некоторые наиболее важные статистические показатели игроков различных амплуа и всей команды в этих соревнованиях, провели их сравнительный анализ.

В таблице 1 представлены показатели всей команды в двух сезонах. В ней мы видим, что в течение двух сезонов команда «Металлург» становилась победителем регулярных чемпионатов ВХЛ. В сезоне 2024 - 2025 гг. команда сыграла 64 игры, набрала 94 очка, забросив 206 и пропустив 137 шайб. В сезоне 2025 - 2026 гг. команда сыграла на 2 матча меньше, но большинство командных показателей стали выше. Было набрано 106 очков, заброшено 226 шайб, пропущено 131 шайба.

Таблица 1 – Статистические показатели соревновательной деятельности команды «Металлург» г. Новокузнецк

Сезон / показатели	М	И	О	ЗШ	ПШ	ЗШБ	% Б	ШМ	% М
2024 - 2025 гг.	1	64	94	206	137	53	25	29	85,6
2026 - 2025 гг.	1	62	106	226	131	64	31,2	34	81
Разница	-	2	12	20	6	11	6,2	5	4,6

Если сравнить командные показатели игры в неравных составах, то мы видим, что увеличилось как количество заброшенных шайб (на 11 шайб), так и процент реализации большинства (на 6,2 %). При этом ухудшились показатели игры команды в численном меньшинстве: было прощено на 5 шайб больше в меньшинстве, процент нейтрализации соперника в данной игровой ситуации снизился на 4,6 %.

Если сравнивать показатели игры команды в неравных составах с другими командами, то в сезоне 2024 - 2025 гг. как в большинстве, так и в меньшинстве они стали третьими в лиге. В следующем сезоне команда стала лучшей по игре в большинстве, и только 19 по игре в меньшинстве.

Более мы детально рассмотрели статистические показатели игроков различных амплу команды «Металлург».

В таблице 2 показаны средние статистические показатели вратарей команды «Металлург» в двух сезонах. В ней мы видим, что в сезоне 2025 - 2026 гг. по воротам команды было нанесено больше на 254 броска в створ, вратари отбили на 251 больше шайб, при этом снизился процент отбитых бросков и повысился немного коэффициент надёжности игры вратарей.

Таблица 2 – Статистические показатели соревновательной деятельности вратарей команды «Металлург» г. Новокузнецк

Сезон / показатели	ПШ	БВ	ОБ	% ОБ	КН
2024 - 2025 гг.	128	1885	1757	93,1	2,07
2026 - 2025 гг.	125	1631	1506	92,1	1,98
Разница	3	254	251	1	0,09

В таблице 3 мы видим, что игроки обороны в сезоне 2025 - 2026 гг. сделали больше голевых передач, набрали больше очков, забросили больше шайб в численном большинстве, однако общее количество бросков в створ ворот и процент их реализации значительно снизился. Игроки обороны более эффективно действовали в качестве организаторов голевых атак. Также в сезоне 2025 - 2026 гг. у игроков обороны команды значительно увеличилось количество силовых приёмов и заблокированных бросков.

Таблица 3 – Статистические показатели соревновательной деятельности защитников команды «Металлург» г. Новокузнецк

Сезон / показатели	Ш	А	О	ШБ	БВ	% БВ	СПР	БЛБ
2024 - 2025 гг.	32	87	119	4	628	5,4	289	414
2026 - 2025 гг.	29	120	149	8	567	2,9	333	480
Разница	3	33	30	4	61	2,5	44	66

Нападающие новокузнецкой команды в сезоне 2025 - 2026 гг. забросили больше на 18 шайб, при этом сделали на 21 меньше голевых передач, забросили больше шайб в численном большинстве. Игроки нападения в сезоне 2025 - 2026 гг. нанесли на 84 больше броска в створ ворот по сравнению с сезоном 2024 - 2025 гг.

При этом процент их реализации также немного повысился. У нападающих команды значительно повысилось количество выполненных силовых приёмов и заблокированных бросков. Процент выигранных вбрасываний немного снизился (см. табл. 4).

Таблица 4 – Статистические показатели соревновательной деятельности нападающих команды «Металлург» г. Новокузнецк

Сезон / показатели	Ш	А	О	ШБ	БВ	% БВ	СПР	БЛБ	% ВБР
2024 - 2025 гг.	173	237	410	49	1425	10,7	426	219	49,1
2026 - 2025 гг.	191	216	407	56	1509	11,2	580	253	48,6
Разница	18	21	3	7	84	0,5	154	34	0,5

Таким образом, мы пришли к следующим выводам.

1 Статистика является неотъемлемой частью теории и методики хоккея. Её данные позволяют выявить сильные и слабые различных сторон подготовленности отдельных игроков и команды в целом и вовремя вносить необходимые коррективы.

2 На матчах ВХЛ работает специальная бригада, состоящая из шести квалифицированных специалистов, которые фиксируют игровые действия хоккеистов в ходе матча и отправляют их на сайт лиги.

3 Анализ статистических показателей соревновательной деятельности всей команды «Металлург» г. Новокузнецк в регулярном чемпионате ВХЛ сезона 2024 - 2025 гг. показал, что команда стабильно играла в неравных составах, заняв 3 место среди команд ВХЛ как по игре в большинстве, так в меньшинстве. Также хорошие показатели имели вратари команды. Игроки обороны много бросали по воротам и имели неплохие показатели по реализации бросков в створ ворот. Нападающие команды хорошо взаимодействовали друг с другом, и голы забивались в результате успешных действий не только игроков, забросивших шайбы, но и их партнёров по атаке.

4 В регулярном чемпионате ВХЛ сезона 2025 - 2026 гг. команда набрала ещё больше очков, забросила больше и пропустила меньше шайб, лучше всех в лиге сыграла в большинстве. Повысился коэффициент надёжности игры вратарей. Игроки обороны чаще подключались к атаке, участвовали в голевых комбинациях и реализовывали численное большинство. Нападающие команды чаще попадали в створ ворот, что позволило им забросить больше шайб в ворота соперников. В сезоне 2025 - 2026 гг. полевые игроки команды совершили значительно больше силовых приёмов и заблокировали бросков соперника.

### Список использованной литературы:

1. Копылова, Е. А. Анализ и статистическая обработка показателей соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации [Электронный ресурс / Е. А. Копылова // Прикладная спортивная наука. – 2023. – № 1 (17). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-i-statisticheskaya-obrabotka-pokazateley-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-basketbolistov-vysokoy-kvalifikatsii> (дата обращения: 26.03.2026).

2. Статистика [Электронный ресурс] // Всероссийская хоккейная лига: официальный сайт. – URL: <https://www.vhlru.ru/stats/> (дата обращения: 20.03.2026).

3. Статистические методы в оценке соревновательной деятельности в футболе / М. Н. Жуков, И. А. Осетров, П. В. Михайлов, С. В. Алаев // Вестник спортивной науки. – 2012. – № 4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/statisticheskie-metody-v-otsenke-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-v-futbole> (дата обращения: 26.03.2026).

4. Стёжкин, И. М. Применение цифровых и информационных технологий при проведении матчей Всероссийской хоккейной лиги / И. М. Стёжкин // Мир спорта: взгляд молодых: материалы Всероссийской с международным участием студенческой научно - практической конференции 11 - 12 декабря 2025 г, посвященной 55 - летию УралГУФК / под ред. Н. В. Богдан. – Челябинск: УралГУФК, 2025. – С. 431–433.

© Вайнбергер Е. А., Шешин А. А., 2026

**Васянкина К.С.**

магистрант

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский

Нижегородский государственный университет

им. Н. И. Лобачевского», Арзамасский филиал, Арзамас (Россия)

**Научный руководитель: Самохвалова И.Ю.**

к. пс. н., доцент

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский

Нижегородский государственный университет

им. Н. И. Лобачевского», Арзамасский филиал, Арзамас (Россия)

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ**

### **Аннотация**

В статье рассматриваются особенности эмоционального развития старших дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (ТНР). Анализируется роль эмоционального компонента в обеспечении психологической готовности ребенка к школе. Выделены специфические трудности данной категории детей, обоснована необходимость целенаправленной коррекционной работы по развитию эмоциональной сферы как условия успешной социализации и дальнейшего обучения будущих первоклассников.

### **Ключевые слова**

Эмоциональное развитие, дети с тяжелыми нарушениями речи, дошкольный возраст.

Согласно положениям ФГОС ДО, качественное освоение образовательной программы в дошкольный период является необходимым условием для дальнейшей успешной адаптации ребенка к школьному обучению [5]. Тем не менее, педагогическая практика подтверждает, что воспитанники с речевыми дефектами часто сталкиваются с трудностями при выполнении программных требований. У детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) серьезные изменения претерпевает эмоциональная сфера. Понимая несовершенство своей речи, такие дети начинают избегать общения, а невозможность понятно выразить свои мысли или трудности в восприятии чужих слов провоцируют у них выраженные аффективные реакции.

В работах различных авторов акцентируется внимание на том, что эмоциональный фактор выступает базисом психологической готовности ребенка к обучению. Данный компонент включает в себя не только владение коммуникативными навыками и формирование позитивной установки по отношению к учителям и сверстникам, но и развитие эмпатии, позволяющей учитывать интересы окружающих без ущерба для собственного мнения [2, с.221].

К моменту завершения дошкольного образования будущий первоклассник должен овладеть навыками произвольной регуляции поведения: уметь соблюдать учебную дисциплину, конструктивно взаимодействовать с коллективом и проявлять настойчивость в преодолении трудностей. Именно эмоциональная зрелость обеспечивает формирование таких качеств, как самостоятельность и дисциплинированность, становясь залогом успешной социализации и адаптации к школьным нормам и ценностям. Сформированные в дошкольный период предпосылки учебной деятельности, выраженные в эмоциональной устойчивости, позволяют выпускнику сконцентрироваться непосредственно на образовательном процессе, минуя острые адаптационные кризисы.

Эмоциональное развитие приобретает исключительную значимость в контексте подготовки к школе детей с ТНР, чьи когнитивные возможности сохранены, однако личностные особенности существенно осложняют процесс познания и коммуникации. Эмоциональный профиль таких дошкольников нередко характеризуется неустойчивостью интересов, склонностью к негативному восприятию окружающего мира, повышенной обидчивостью и недостаточностью саморегуляции [3, с.23].

Как отмечают исследователи, психоэмоциональное состояние дошкольников с ТНР характеризуется рядом особенностей: проявлением выраженного негативизма и нежеланием следовать инструкциям окружающих, склонностью к конфликтному поведению, вспышкам агрессии и драчливости, чрезмерной впечатлительностью и фиксацией на негативных переживаниях, что нередко перерастает в навязчивые страхи, ощущением внутреннего угнетения и постоянного психологического дискомфорта, острой чувствительностью к замечаниям, ранимостью и повышенной обидчивостью [1, с.17].

---

Дети с ТНР используют эмоциональную лексику лишь фрагментарно, преимущественно в рамках речевых штампов, и испытывают выраженные затруднения при попытках идентифицировать или вербально обозначить сложные внутренние состояния. Специфика нарушения проявляется и на невербальном уровне: дошкольникам данной категории крайне трудно передавать чувства с помощью мимики, что приводит к частому смешению таких базовых эмоций, как гнев, удивление или страх. В связи с этим целенаправленное формирование эмоционального компонента готовности к школе должно стать ведущим направлением коррекционно - развивающей работы, обеспечивающим преодоление барьеров в общении и будущую академическую успешность обучающихся.

ФГОС ДО определяет нормативные требования к проектированию образовательного процесса, ориентированного на учет специфических нужд воспитанников с особыми образовательными потребностями. Основной задачей дошкольной организации в данном контексте становится формирование целостной коррекционно - развивающей среды, обеспечивающей психолого - педагогическую поддержку и создание равного стартового потенциала для будущего школьного обучения [5, с. 11].

В первую очередь необходимо сформировать у детей базу для распознавания и вербализации эмоций. С этой целью может проводиться работа по обучению воспитанников верному пониманию, точному распознаванию и называнию различных эмоциональных состояний, что способствует систематическому пополнению пассивного словаря обучающихся. Также должно осуществляться обучение детей способам изображения эмоций на лице, что развивает навыки использования невербальных средств общения. В практической работе целесообразно применять такие игры и упражнения, как «Угадай эмоцию», «Зеркальные лица» и «Изобрази эмоцию». Педагогам рекомендуется организовать процесс создания совместного с детьми «альбома эмоций», содержащего тематические картинки, ассоциации и фотографии воспитанников, демонстрирующих изучаемое состояние.

Далее следует уделить внимание расширению и уточнению словарного запаса эмоциональной лексики, а также переводу накопленных названий чувств из пассивного словаря в активный. Для реализации этой задачи могут использоваться различные игровые приемы, такие как «Пальчиковый театр», «Изобрази и объясни эмоцию», «Ответь на вопросы по картинке» или «Волшебный мешочек с эмоциями». В качестве эффективного средства релаксации и дополнительного стимула для речевого развития предлагается прослушивание музыкальных произведений разного характера, тональности и громкости. Разнообразие музыкальных образов вызывает у детей широкий спектр переживаний, что позволяет им учиться рассказывать о своем внутреннем состоянии и отвечать на вопросы о чувствах, возникающих в процессе восприятия конкретной композиции.

---

Также важно закрепить у детей полученные знания об эмоциях и активное введение названий чувств в самостоятельную связную речь. Основной целью здесь выступает развитие у детей умения точно и полно передавать эмоциональные состояния – как собственные, так и окружающих людей. Ребенок учится развернуто излагать свои мысли в процессе разыгрывания сценок, сюжетно-ролевых игр и использования кукольного пальчикового театра. Особое значение приобретает совместное чтение художественной литературы, сопровождающееся подробным анализом и объяснением эмоций персонажей. В ходе такой работы дети учатся интерпретировать чувства героев сказок, стихотворений и рассказов, что способствует более глубокому осознанию эмоциональной сферы и совершенствованию коммуникативных навыков.

В целом необходимо заметить, что реализация системы комплексного сопровождения осуществляется через скоординированное междисциплинарное взаимодействие профильных специалистов. Данная система представляет собой интеграцию диагностических, профилактических и коррекционных стратегий работы. В рамках психолого-педагогической поддержки эмоциональной сферы выделяются следующие задачи [4, с.106]: стимулирование процессов самопознания и осознания ребенком своих индивидуально-личностных качеств и склонностей; совершенствование механизмов эмоциональной регуляции деятельности в соответствии с возрастными нормативными показателями; развитие объективных критериев самовосприятия и формирование адекватной самооценки, обучение приемам вербализации внутренних состояний («языку эмоций») как средству конструктивного выражения чувств и способу повышения эффективности эмоционального самоконтроля.

Таким образом, целенаправленное развитие эмоциональной сферы у дошкольников с тяжелыми нарушениями речи выступает фундаментом их успешной подготовки к систематическому обучению и полноценной интеграции в школьную среду. Формирование эмоционального интеллекта, навыков саморегуляции и навыков адекватного вербального выражения чувств позволяет нивелировать вторичные психологические наслоения речевого дефекта, такие как коммуникативная тревожность и речевой негативизм. В конечном итоге именно эмоциональная зрелость обеспечивает ребенку с ТНР возможность не только эффективно адаптироваться к новым социальным нормам, но и в полной мере реализовать свой интеллектуальный потенциал в процессе будущей образовательной деятельности.

### **Список использованной литературы**

1. Иванова Е.В., Мищенко Г.В. Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей с ограниченными возможностями здоровья. – М.: Национальный книжный центр, 2024. 112 с.
2. Ковалева А. А. Особенности эмоциональной готовности к обучению в школе у старших дошкольников с тяжелыми нарушениями речи // Психолого -

педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивном и специальном образовании: сборник материалов Всероссийского научно - образовательного форума (Биробиджан, 09 ноября 2022 г.). Биробиджан: Приамурский государственный университет им. Шолом - Алейхема, 2023. С. 220 - 224.

3. Лазовская О.Ю. Исследование эмоционального лексикона у детей дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи // Дети с речевыми нарушениями в современном образовательном пространстве: проблемы, опыт, решения: материалы круглого стола с международным участием (М., 14 октября 2020 года.). М.: ООО «ПРИНТИКА», 2021. С. 21 - 26.

4. Литвинова Л.Ф. и др. Развитие эмоционально - волевой сферы в системе психолого - педагогического сопровождения дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи // Социально - гуманитарные науки и глобальные проблемы современности: Сборник научных трудов по материалам Международной научно - практической конференции (Белгород, 31 мая 2018 г.): в 4. / под общ. ред. Е.П. Ткачевой. Белгород: ООО «Агентство перспективных научных исследований», 2018. Ч. IV. С. 104–107.

5. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. – Москва: Перспектива, 2020. – 32с.

© Васянкина К.С., 2026 г.

**Гончарова В.И.,**

воспитатель

МБДОУ «Детский сад «Звёздочка» п. Яковлево

Яковлевского муниципального округа»,

Белгородская область

## **КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: ОТ СЕРВИРОВКИ СТОЛА ДО ОСОЗНАННОГО ОТНОШЕНИЯ К ЕДЕ**

**Аннотация:** в статье рассматривается комплексная проблема формирования культуры питания как фундамента здорового образа жизни современного человека.

**Ключевые слова:** культура питания, здоровый образ жизни, сервировка стола.

Питание – это не просто процесс удовлетворения физиологических потребностей, но и важный аспект формирования личности ребенка, его здоровья и благополучия. В детском саду, как в первом организованном коллективе, закладываются основы культуры питания, которые впоследствии влияют на весь образ жизни человека. Формирование здорового отношения к еде начинается с

самых простых, но значимых элементов: от правильной сервировки стола до развития осознанного потребления пищи.

Сервировка стола в детском саду – это не только эстетический аспект, но и важный педагогический инструмент. Правильно организованное пространство для приема пищи способствует:

- Формированию дисциплины и порядка: ребенок учится соблюдать определенные правила, что переносится и на другие сферы жизни.
- Развитию самостоятельности: дети могут участвовать в процессе сервировки, что повышает их уверенность в себе и ответственность.
- Созданию позитивной атмосферы: красиво сервированный стол делает прием пищи более приятным и желанным, что способствует лучшему усвоению пищи.
- Воспитанию уважения к еде и труду: понимание того, что еда требует усилий, формирует бережное отношение к продуктам и к тем, кто их готовит.

#### **Практические аспекты сервировки в детском саду**

- Использование безопасной и удобной посуды: тарелки, чашки и столовые приборы должны быть легкими, прочными и соответствовать возрасту детей.
- Правильное расположение приборов: дети должны знать, где находится вилка, ложка и нож (если они используются).
- Эстетическое оформление: использование ярких, но не отвлекающих салфеток, небольших цветочных композиций (при возможности) может сделать процесс более привлекательным.
- Учет индивидуальных потребностей: для детей с особыми потребностями (например, с нарушениями моторики) могут использоваться специальные приспособления.

Осознанное отношение к еде – это понимание того, что мы едим, почему мы едим, и как пища влияет на наше тело и самочувствие. В детском саду этот процесс включает в себя:

- Знакомство с продуктами: рассказы о происхождении продуктов, их пользе, разнообразии вкусов и текстур. Это может быть реализовано через игры, чтение книг, просмотр тематических мультфильмов.
- Формирование правильных пищевых привычек:
  - Регулярность приемов пищи: соблюдение режима питания (завтрак, обед, полдник, ужин) помогает организму настроиться на определенный ритм.
  - Разнообразии рациона: включение в меню различных групп продуктов (овощи, фрукты, злаки, белки, молочные продукты) обеспечивает поступление всех необходимых питательных веществ.
  - Умеренность: объяснение того, что важно есть в меру, не переедать.
  - Внимательное потребление: поощрение детей есть медленно, тщательно пережевывать пищу, обращать внимание на вкус и ощущения.
- Развитие навыков самообслуживания: дети учатся самостоятельно накладывать себе еду (в рамках разумного), пользоваться столовыми приборами, убирать за собой.

- Формирование позитивного отношения к здоровой пище: акцент делается на вкусовых качествах полезных продуктов, а не на их "обязательности".

- Обсуждение связи еды и здоровья: простые объяснения того, как разные продукты помогают расти сильными, умными и энергичными.

Формирование культуры питания и основ здорового образа жизни в детском саду – это совместная работа педагогов и родителей.

Роль педагогов:

- Создание благоприятной атмосферы за столом: педагог является примером для детей, демонстрируя уважительное отношение к еде, умение вести спокойную беседу во время приема пищи и соблюдение правил этикета.

- Интеграция темы питания в образовательный процесс: включение занятий, бесед, игр и творческих заданий, посвященных здоровому питанию, в повседневную деятельность детского сада.

- Индивидуальный подход: учет особенностей каждого ребенка, его предпочтений и возможных проблем с питанием, оказание поддержки и помощи.

- Сотрудничество с медицинским персоналом: консультации с врачом и диетестрой для обеспечения сбалансированного и безопасного питания детей.

Роль родителей:

- Единство подходов: поддержание тех же принципов здорового питания и культуры приема пищи, которые прививаются в детском саду.

- Личный пример: родители – главные авторитеты для детей. Их собственное отношение к еде, привычки и поведение за столом оказывают огромное влияние.

- Создание домашней атмосферы: организация семейных приемов пищи, где царит доброжелательность и уважение, где обсуждаются не только еда, но и другие важные темы.

- Вовлечение детей в процесс приготовления пищи: совместное приготовление простых блюд дома помогает детям лучше понять ценность еды и развивает интерес к здоровым продуктам.

- Открытое общение: обсуждение с ребенком вопросов питания, его самочувствия, предпочтений, отвечая на его вопросы и развеивая мифы.

- Поддержка инициатив детского сада: активное участие в родительских собраниях, мероприятиях, посвященных здоровому питанию, и сотрудничество с воспитателями.

Несмотря на важность темы, формирование культуры питания в детском саду сталкивается с рядом трудностей:

- Неоднородность пищевых привычек детей: дети приходят из разных семей с разными пищевыми традициями и предпочтениями.

- Соппротивление новым продуктам: некоторые дети могут проявлять нежелание пробовать незнакомые блюда.
- Влияние внешних факторов: реклама нездоровой пищи, доступность сладостей и фастфуда вне детского сада.
- Недостаток времени и ресурсов: иногда у педагогов может не хватать времени или материалов для полноценной реализации образовательных программ по питанию.
- Разногласия между родителями и детским садом: несовпадение взглядов на питание или отсутствие единого подхода.

### **Пути преодоления:**

- Постепенное введение новых продуктов: предлагать новые блюда в небольших количествах, в сочетании с уже знакомыми и любимыми.
- Игровые формы обучения: использовать игры, сказки, песни, чтобы сделать процесс знакомства с полезными продуктами увлекательным.
- Позитивное подкрепление: хвалить детей за попытки попробовать новые блюда, даже если они не съели их полностью.
- Работа с родителями: проведение информационных встреч, предоставление рекомендаций, создание совместных проектов.
- Создание "зеленых уголков" и огородов на территории детского сада: позволяет детям наблюдать за ростом овощей и фруктов, что повышает их интерес к растительной пище.
- Привлечение специалистов: организация мастер - классов с диетологами, кулинарами, проведение тематических недель.

Культура питания и формирование основ здорового образа жизни в детском саду – это комплексный и многогранный процесс, начинающийся с самых простых, но фундаментальных элементов, таких как сервировка стола, и простирающийся до формирования глубокого осознанного отношения к еде. Детский сад играет ключевую роль в этом процессе, закладывая фундамент для будущих пищевых привычек и общего благополучия ребенка. Совместные усилия педагогов и родителей, направленные на создание благоприятной, познавательной и поддерживающей среды, способны воспитать поколение, которое ценит свое здоровье, понимает важность правильного питания и умеет делать осознанный выбор в пользу здоровой пищи. Инвестиции в культуру питания сегодня – это инвестиции в здоровое и счастливое будущее наших детей.

### **Список использованной литературы:**

1. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольных учреждениях / Л.Н. Антонова. - М.: МГОУ, 2004. - 100с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании. – М., 2010 г.
3. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С. Выготский. - СПб., Изд. «Союз», 1997 - 44 с.

© Гончарова В.И., 2026 г.

---

**Гришина Л.М.**

Студент 3 курса

СГСПУ

Самара, Россия

**Любушкина Л.А.**

доцент кафедры педагогики и психологии

СГСПУ

Самара, Россия

## **ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ НА КОНФЛИКТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ**

### **Аннотация**

В статье рассматривается влияние самооценки личности на ее конфликтное поведение. Даны определения самооценки, стратегии поведения человека в конфликтной ситуации, проведено исследование подтверждающее, что самооценка человека действительно влияет на его поведение в конфликте.

### **Ключевые слова**

Самооценка, конфликт, поведение, потребность

Конфликты появились еще в первобытном обществе и сопровождают человека на протяжении всего его существования. Противоречия и столкновения окружают нас каждый день от нашего рождения и до самой смерти. На поведение человека в конфликте влияет множество факторов, и самооценка – один из них. Самооценка — это совокупность представлений человека о себе, сформированных через сравнение с окружающими. Она играет ключевую роль в создании образа "Я", включая способность критически оценивать свои силы и возможности. Как отмечал Уильям Джеймс, самооценка помогает человеку ставить реалистичные цели и управлять своим поведением, что делает её важным фактором в развитии личности. В словаре Ожегова слово «самооценка» определяется следующим образом: оценка самого себя, своих достоинств и недостатков, своих поступков. То есть видение человеком самого себя, своего эго, своей значимости и ценности для этого мира может влиять на то, как тот или иной человек поведет себя при возникновении разногласий.

В психологии выделяются три типа самооценки - адекватная, завышенная и заниженная, и они по-разному воздействуют на реакцию человека при столкновении мнений.

Конфликт — это наиболее острый способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями. Конфликт — это проявление объективных или субъективных противоречий, выражающихся в противоборстве сторон. Американские психологи Кеннет Томас и Ральф Килманн выделили пять основных стилей поведения в конфликтных ситуациях: - соревнование, - приспособление, - компромисс, - избегание, - сотрудничество.

Соревнование: цель: добиться своего, даже если это в ущерб другой стороне.

Этот стиль используют, когда человек уверен в своей правоте и готов на жесткое отстаивание интересов. Чаще всего он проявляется через: давление, соперничество, директивные решения.

Приспособление: цель: сохранить отношения, пожертвовав своими интересами. Человек отступает, уступает, старается избежать напряжения. Особенно часто этот стиль выбирают мягкие, ориентированные на гармонию люди.

Компромисс: цель: прийти к промежуточному решению, приемлемому для обеих сторон. Каждый отказывается от части своих требований.

Избегание: цель: уйти от конфликта, не вступая в него. Человек не отстаивает свою позицию и не пытается понять другую сторону.

Сотрудничество: цель: найти вариант, который полностью учитывает интересы обеих сторон. Это самый конструктивный и самый сложный стиль. Он требует: открытого диалога, готовности слушать, осознанности, уважения к себе и партнеру, времени и усилий.

Знание того, как человек оценивает себя, поможет определить наиболее вероятный вариант развития конфликта и грамотно выстроить свою тактику своего поведения. В связи с тем, что конфликтные ситуации – это то, с чем человек сталкивается каждый день, очень важно научиться правильно из них выходить – с минимальным ущербом для себя и других.

Нами было проведено исследование среди студентов 3 курса ФИЯ Самарского социально - педагогического университета для того, чтобы понять, как именно тип самооценки влияет на действия человека в конфликтной ситуации. Респонденты должны были определить свой уровень самооценки и стратегию поведения в конфликте.

В результате исследования было выявлено:

Наиболее вероятным стилем поведения среди респондентов с адекватной самооценкой является компромисс (26 %). Это говорит о том, что напористость и кооперация в равной степени влияют на действия человека с адекватной самооценкой. Такие люди готовы не только защищать свою позицию и отстаивать собственные интересы. Они понимают и уважают других людей и относятся с пониманием к существованию других взглядов, а значит готовы удовлетворить и последовательности других людей, и свои собственные. Наименее возможный вариант решения возникших противоречий среди респондентов с адекватной самооценкой – соперничество (12 %). Люди со средним, нормативным уровнем реалистической оценки своих возможностей не нуждаются в соревнованиях, чтобы потешить собственное самолюбие. Их приоритетом является наиболее полное удовлетворение собственных интересов с наименьшими усилиями, а значит им совершенно не интересно вступать в соперничество с кем бы то ни было. Среди респондентов с заниженной самооценкой самым популярным вариантом поведения в конфликтной ситуации стало избегание (25 %). Такие люди недостаточно верят в собственные силы и возможности, искаженно воспринимают свою значимость и ставят интересы и потребности других людей выше своих. Значит, пойти на уступки в убыток себе, полностью игнорировать собственные чувства и желания для таких людей в порядке вещей. Они готовы полностью закрыть глаза на существование проблемы и пренебрегать собой, лишь бы не вступать в конфликт.

---

Наименее вероятный вариант развития конфликта среди людей с заниженной самооценкой - соперничество (8 %).

Человек с заниженным уровнем самооценки не готов вступать в соревнование не потому, что ценит свое время и силы (в отличие от человека с адекватной самооценкой), а потому, что боится провала. Он не ценит себя, сомневается в правильности своих суждений и собственной правоте, а значит не готов отстаивать свою точку зрения и защищать собственную позицию.

Человек с адекватной самооценкой не готов тратить такие драгоценные ресурсы как время и силы на вступление в соперничество или соревнование. Его главная цель – максимально удовлетворить свои интересы с минимальными усилиями. Также, уважение и любовь к себе дают основу для уважительного отношения к окружающим. Человек с нормальным уровнем самооценки осознает наличие отличающихся от его собственного мнений, а значит готов пойти на компромисс в разрешении разногласий. В отличие от людей со средним уровнем самооценки, человек не уважающий себя и не отрицающий свою значимость, склонен к избеганию в конфликтных ситуациях. Люди с заниженной самооценкой не принимают себя, свои взгляды и мнение, а значит и отстаивать их не смогут. Это также объясняет их нежелание вступать в соперничество. Страх проиграть слишком велик.

Подводя итоги исследования, можно сделать вывод, что самооценка человека действительно влияет на его поведение в конфликте.

### **Список использованной литературы:**

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: учебник для вузов. М.: Эксмо, 2009. 512 с.
2. Захарова А.В. Психология формирования самооценки – М. 2013 – 99 с.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., 2012. – 304 с.

© Гришина Л.М., Любушкина Л.А.2026

**Гурчиани Камила Сергеевна**, канд. психол. наук,  
Руководитель проектов по управлению персоналом  
ООО «ЭНКОН КСМ»  
г. Ярославль, Российская Федерация

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КОМПОНЕНТОВ ВОВЛЕЧЕННОСТИ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ С ИНДЕКСОМ ЛОЯЛЬНОСТИ**

### **Аннотация**

Проблема лояльности и вовлеченности работников, как и многие другие составляющие управления персоналом организации получили свой новый виток развития в исследованиях в связи с уникальной ситуацией COVID - 19, которая распространила возможность дистанционной работы и позволила работникам не

находиться в офисе, а значит и быть не подверженным организационной динамике и внутренним бизнес - процессам организации. В статье проанализированы результаты исследования взаимосвязи компонентов вовлеченности работников организации с индексом лояльности. Индекс чистой лояльности показывает отношение работника к работодателю, его изучение во взаимосвязи с компонентами вовлеченности дает возможность косвенно проанализировать насколько причастность работника к деятельности компании, интериоризация целей компании в его собственные цели способствуют снижению выгорания работников, снижению показателей текучки, и прочих отрицательных организационных процессов. Цель работы: исследование взаимосвязи компонентов вовлеченности и индекса лояльности eNPS. В процессе исследования были использованы: UWES «Утрехтская шкала вовлеченности» А. Баккера, оценка индекса лояльности, корреляционный анализ. В результате исследования мы выявили существование взаимосвязи между вовлеченностью и индексом лояльности.

### **Ключевые слова**

Вовлеченность, компоненты вовлеченности: энергичность, преданность делу, поглощенность, индекс чистой лояльности (eNPS), лояльность к работодателю.

**Gurchiani Kamila Sergeevna**

Ph.D,

Project Manager

for Personnel Management

ENCOM KSM LLC

Yaroslavl, Russian Federation

## **THE RELATIONSHIP OF THE COMPONENTS ENGAGEMENT EMPLOYEES OF THE ORGANIZATION WITH A LOYALTY INDEX**

### **Annotation**

The problem of employee loyalty and engagement, like many other components of the organization's personnel management, has taken a new turn due to the unique situation of COVID - 19, which has expanded the possibility of remote work and allowed employees not to be in the office, and therefore not to be exposed to organizational dynamics and internal business processes of the organization. The article analyzes the results of a study of the relationship between the components of employee engagement in an organization and the loyalty index. The net loyalty index shows the employee's attitude to the employer, its study in conjunction with the components of engagement made it possible to indirectly analyze how much the employee's involvement in the company's activities, the interiorization of the company's goals into his own goals contribute to reducing employee burnout, reducing turnover rates, and other negative organizational processes. The purpose of the work: to study the relationship between the

components of engagement and the eNPS loyalty index. In the course of the research, the following were used: UWES "Utrecht Engagement Scale" A. Bakker's index, loyalty index assessment, correlation analysis. In the results of the study, we revealed the existence of a relationship between engagement and the loyalty index.

### **Keywords**

Work engagement, components of engagement: energy, dedication, absorption, index of pure loyalty (eNPS), loyalty to the employer.

### **Введение.**

В практике управления персоналом и организационной психологии вовлеченность и лояльность – два пересекающихся конструкта, имеющих схожую природу и схожие поведенческие проявления, но все же, они не идентичны.

Вовлеченность / увлеченность работой (work engagement) является одним из центральных феноменов позитивной организационной психологии и представляет собой положительное состояние человека на работе.

В современном обществе проблема вовлеченности персонала становится одной из приоритетных в области управления персоналом и привлекает все больше внимания ученых, исследующих ее теоретические аспекты, и практиков с точки зрения применения вовлеченности как фактора повышения эффективности деятельности компании. По данным компании Robert Half International, обычный человек использует свой потенциал на рабочем месте лишь на 50 % своих возможностей. Это обусловлено недостаточно четко сформулированными рабочими заданиями, отсутствием приоритетов, неэффективным управлением и отсутствием обратной связи. Сотрудник может эффективно выполнять возложенные на него обязанности, быть замотивированным, но не преданным компании, не проявлять никакого интереса к результатам ее деятельности [4].

Лояльность сотрудников важна еще и потому, что она влияет на отношение клиентов к компании – чем более преданными, приверженными своей организации являются ее работники, тем вероятнее всего, более высокой будет и лояльность потребителей, внешних клиентов, от которых в конечном итоге зависят финансовые показатели компании, ее прибыль [5].

Согласно концепции В. Шауфели и А. Баккера, увлеченность работой как психологическое состояние работника включает:

- энергичность, которая определяется высоким уровнем энергии и «ментальной упругости» в процессе работы, готовностью приложить усилия при возникновении трудностей;
- преданность делу, которая характеризуется сильной психологической причастностью к работе, объединенной со смыслом, вдохновением, гордостью и принятием вызовов;
- поглощенность, представляющая полную концентрацию на работе, вследствие чего человек не замечает хода времени [2].

В современной организационной психологии, особенно после периода пандемии, все более актуально звучат темы организационной лояльности и вовлеченности

---

сотрудников. По научным меркам концепция вовлеченности персонала является относительно новой — соответствующий термин был введен в оборот Уильямом Каном в 1990 году (Kahn, 1990) [3].

Пересекающимся с вовлеченностью понятием является организационная лояльность. Лояльность сотрудников и ее проявления в виде инициативной добровольной активности в интересах организации становятся одним из показателей конкурентоспособности компаний. [1].

В данном исследовании было решено изучить взаимосвязь индекса лояльности с компонентами вовлеченности, диагностируемыми методикой UWES «Утрехтской шкалой вовлеченности» А Баккера. В целом, метод eNPS демонстрирует индекс лояльности компании как работодателю, и отражает приверженность сотрудников компании как к месту работы [4].

### **Актуальность исследования.**

В условиях произошедшей трансформации трудовых отношений, вызванной пандемией и, как следствие, ускоренной цифровизацией, распространением гибких форм занятости и переосмыслением роли работы в жизни человека и др., понимание механизмов формирования и поддержания вовлеченности становится важным, в том числе и для прикладной психологии труда и организационной психологии. На данный момент в научных изысканиях имеет место отсутствие единой парадигмы в вопросах вовлеченности и лояльности. Появление новых форм занятости и растущий запрос общества на психологическое благополучие на работе открывают широкое поле для прикладных исследований. Понимание того, как создавать оптимальные условия для вовлеченности работников в условиях высочайшей неопределенности является важным и необходимым для интеграции накопленного теоретического и практического багажа в общую интегрированную систему. Наше исследование носит прикладной характер, но мы также надеемся внести небольшой вклад в развитие методологии данной проблемы.

**Цель** данной работы состоит в исследовании взаимосвязи компонентов вовлеченности и индекса лояльности eNPS.

### **Задачи исследования.**

- 1) изучение взаимосвязи компонентов вовлеченности и общего индекса лояльности организации.
- 2) изучение взаимосвязи компонентов вовлеченности и индекса лояльности в группах с разной выраженностью лояльности: критики, нейтралы, промоутеры.

**Объект исследования.** Вовлеченность работников организации с различным уровнем индекса лояльности

**Предмет исследования.** Взаимосвязь компонентов вовлеченности работников с различным уровнем индекса лояльности.

**Гипотеза исследования.** Существует взаимосвязь компонентами вовлеченности и индексом лояльности.

**Методы исследования.** UWES «Утрехтская шкала вовлеченности» А. Баккера, оценка индекса лояльности, корреляционный анализ.

### Процедура и дизайн исследования.

Работники, проходили тестирование через сервис «Как дела», разработанный сайтом «Хэдхантер», в который были загружены методики и разосланы испытуемым через рабочую электронную почту. Далее результаты были выгружены и обработаны построением матриц интеркорреляций, вся выборка испытуемых, и группы, разделенные по уровню индекса лояльности. Поскольку исследование проводилось в филиале организации, образованном три года назад, то разделение групп по стажу работы представлялось несущественным, и данный параметр в анализе данных не рассматривался.

**Выборку** исследования составили работники организации: 54 испытуемых обоих полов. Возрастной диапазон выборки от 24 лет до 55 лет.

### Полученные результаты и интерпретация.

Результаты, полученные в ходе исследования, были обработаны и подвергнуты корреляционному анализу, который проводился на общей выборке, а также по группам: первая группа испытуемых с низкими показателями индекса лояльности (критики) и вторая группа с средними и высокими показателями индекса лояльности (промоутеры и нейтралы). Было важно понять, имеет ли наше основное предположение о том, что компоненты вовлеченности взаимосвязаны с индексом лояльности на различных уровнях значимости. Представим результаты ниже, в таблице интеркорреляций.

Таблица 1 — Матрица интеркорреляций общей выборки испытуемых

	Энергия	Преданность	Погруженность	Общий балл	Индекс лояльности eNPS
Энергия	1	0.64***	0.71***	0.88***	0.28*
Преданность	0.64***	1	0.80***	0.89***	0.37**
Погруженность	0.71***	0.80***	1	0.91***	0.36**
Общий балл	0.88***	0.89***	0.91***	1	0.38**
<b>Индекс лояльности eNPS</b>	<b>0.28*</b>	<b>0.37**</b>	<b>0.36**</b>	<b>0.38**</b>	<b>1</b>

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Мы видим, что обнаруженные корреляции имеют закономерную природу, взаимосвязи между параметрами методики UWES «Утрехтская шкала вовлеченности» А. Баккера в данном исследовании значения не имеют, поскольку мы не ставили целью проверить надежность данного теста, а взаимосвязь между индексом лояльности и компонентами вовлеченности, а также общим баллом вовлеченности являются основным предметом наших изысканий в данной работе (выделены жирным курсивом в табл. 1, табл.2, табл. 3). Рассмотрим их более подробно.

На уровне значимости 0.01 выявлена взаимосвязь между индексом лояльности и компонентом: «Преданность», «Погруженность» и общим баллом по вовлеченности. На уровне значимости 0,05 обнаружена взаимосвязь между индексом лояльности и компонентом «Энергия». Полученные результаты подтверждают основную гипотезу исследования. Важным является тот факт, что индекс лояльности в нашей выборке связан с вовлеченностью неравномерно, по двум компонентам (шкалам) взаимосвязь более выражена. Это может быть свидетельством того, что лояльность в меньшей степени связаны с энергией, как компонентом вовлеченности, потому что заряженный энергичный сотрудник может быть эффективным, получать удовлетворение и закрывать свои потребности на рабочем месте, но не обязательно идентифицировать себя с работодателем и давать ему положительные рекомендации на стороне. Энергия в данном случае может быть индивидуальной особенностью работника, и не всегда быть направлена на поддержку компании. Что касается компонента «Преданность», именно она может чаще других переводиться в такие объективные показатели как eNPS со всеми вытекающими позитивными эффектами: дача рекомендаций, защита компании во внешней среде и привлечение друзей и знакомых в найм своей организации. Погруженность и преданность, чаще всего будет проявляться в положительных отзывах о своем рабочем месте, поскольку субъект профессиональной деятельности, погруженный в свои непосредственные трудовые функции с полной отдачей, с большей вероятностью испытывает на работе состояние потока, концентрации, ощущает значимость деятельности, что также приводит к тому, что он будет представлять интересы компании во внешней среде, нести позитивный бренд компании во вне. Индекс лояльности у такого типа сотрудников, вероятнее всего будет высоким. В данном блоке анализа и интерпретации результатов можно говорить о том, что связь между лояльностью и вовлеченностью опосредована через компоненты / шкалы вовлеченности «Преданность» и «Погруженность», что соответствует нашим представлениям об организационном поведении вовлеченных работников в целом.

Проанализируем, как видоизменяются взаимосвязи при разделении / уменьшении общей выборки испытуемых на две группы с различными позициями: критики, промоутеры / нейтралы.

Таблица 2 — Матрица интеркорреляций группы испытуемых с низким индексом лояльности (критики)

	Энергия	Преданность	Погруженность	Общий балл	Индекс лояльности eNPS
Энергия	1.00	0.66**	0.70***	0.91***	0.14
Преданность	0.66**	1.00	0.93***	0.91***	0.24
Погруженность	0.70***	0.93***	1.00	0.93***	0.19
Общий балл	0.91***	0.91***	0.93***	1.00	0.21
<b>Индекс лояльности eNPS</b>	<b>0.14</b>	<b>0.24</b>	<b>0.19</b>	<b>0.21</b>	<b>1.00</b>

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\* p < 0.001.

В данной группе связи между индексом лояльности и компонентами вовлеченности на значимом уровне отсутствуют. По нашему мнению, это может означать, что у субъектов с низкими показателями по индексу лояльности - критиков, готовность положительно или отрицательно рекомендовать компанию не связана с вовлеченностью в содержание работы. Возможно существование следующего механизма: сотрудник не идентифицирует себя с организацией, не испытывает к ней эмоциональной привязанности (низкая лояльность), но при этом может быть глубоко вовлечен в содержание своей профессиональной деятельности. В терминологии Уильяма Кана (Kahn, 1990), такой работник вкладывает свое полное «Я» в выполнение задач, но не связывает это вложение с организацией как работодателем. В этой ситуации лояльность и вовлеченность становятся независимыми измерениями трудовой активности, что эмпирически выражается в отсутствии корреляционных связей. Также как показывают исследования В. Шауфели и А. Баккера (Schaufeli & Bakker, 2004), вовлеченность с ее компонентами (энергия, преданность, погруженность) оформляется в первую очередь ресурсами работы (автономия, обратная связь, социальная поддержка), а не организационной идентификацией. Если сотрудник получает эти ресурсы, он может быть вовлечен, оставаясь при этом эмоционально дистанцированным от организации.

Возможно, что отсутствие значимых связей между индексом лояльности и вовлеченностью в группе с низким уровнем лояльности косвенно свидетельствует об автономии этих конструктов, несмотря на их очевидную схожесть, что подтверждает необходимость различения объектов вовлеченности: организация или профессиональная деятельность.

Безусловно, для нас, как для исследователей наличие отрицательной связи было бы более логичным и информативным, но поскольку данная связь отсутствует, мы можем только предположить существования тенденции, что при увеличении группы испытуемых, находящихся в позиции критика, этот результат изменится, но в нашем исследовании мы можем только предполагать наличие тенденции к появлению отрицательной взаимосвязи. Подтвердится данная гипотеза или нет зависит от дальнейшего развития данной тематики в прикладных психологических исследованиях.

Таблица 3 — Матрица интеркорреляций группы испытуемых со средним и высоким индексом лояльности (промоутеры и нейтралы)

	Энергия	Преданность	Погруженность	Общий балл	Индекс лояльности eNPS
Энергия	1.00	0.70***	0.68***	0.89***	0.26
Преданность	0.70***	1.00	0.88***	0.94***	0.46**
Погруженность	0.68***	0.88***	1.00	0.93***	0.42*

Общий балл	0.89***	0.94***	0.93***	1.00	0.44*
<b>Индекс лояльности eNPS</b>	<b>0.26</b>	<b>0.46**</b>	<b>0.42*</b>	<b>0.44*</b>	<b>1.00</b>

В данной группе испытуемых имеются положительные корреляционные связи между индексом лояльности, преданностью, погруженностью и общим баллом по вовлеченности, это схоже с результатом, полученном при статистическом анализе всей выборки (см. табл. 1), но шкала «Энергия» и индекс лояльности не обнаруживают взаимосвязи между собой. Следовательно, существующие в данной группе испытуемых корреляционные связи воспроизводят структуру взаимосвязей, характерную для всей выборки в целом, однако с одним существенным отличием, отсутствием значимой связи между индексом лояльности и шкалой «Энергия». Возможно, общая тенденция, наблюдаемая в выборке, не является универсальной для всех компонентов вовлеченности и может изменяться под влиянием специфических характеристик группы. Согласно модели вовлеченности, которую мы закладывали в дизайн исследования (В. Шауфели и А. Баккер), подразумевается, что все три компонента вовлеченности, отраженные в шкалах методики (энергия, преданность, погруженность), обладают различным характером связей с внешней средой, включая и организационное поведение. Возможно, будет верным рассматривать преданность и погруженность как некое аффективно - когнитивное ядро связи с лояльностью, в то время как энергия не усиливает лояльность сама по себе, поскольку, в отличие от преданности и погруженности, в большей степени отражает поведенческий и волевой аспекты вовлеченности, и связана с мобилизацией усилий, устойчивостью к утомлению и настойчивостью в преодолении трудностей.

Отсутствие корреляционной связи с шкалой «Энергия» также может указывать на автономность поведенческой составляющей, поскольку она проявляется независимо от эмоциональной привязанности к организации. Субъект может вкладывать значительные усилия в работу, демонстрировать настойчивость и высокую активность, руководствуясь профессиональными или личностными мотивами (например, потребностью в достижении, страхом неудачи, профессиональной гордостью), не испытывая при этом лояльности к организации. Преданность и погруженность в значительной степени формируются под влиянием организационных факторов (идентификация, ценности), а энергия, в свою очередь может черпаться из внутренних личностных ресурсов, т.к. индивидуальные различия в жизнестойкости, оптимизме и саморегуляции оказывают существенное влияние на энергичность, нивелируя при этом связь с организационными аттитюдами. Выявленная структура корреляционных связей: наличие связей лояльности с преданностью и погруженностью при отсутствии связи с энергией, свидетельствует о внутренней сложной природе вовлеченности. Вовлеченность не является однородным и односложным конструктом, ее компоненты имеют

различную психологическую природу и по-разному связаны с организационной лояльностью, что и обнаружилось при обработке результатов. Как упоминалось ранее, шкалы «Преданность» и «Погруженность» образуют «аффективно-когнитивное ядро», опосредующее связь вовлеченности с организационной лояльностью, а энергия, как поведенческо-волевой компонент вовлеченности обладает относительной независимостью по отношению к организационной лояльности, и в большей степени, определяется личностными особенностями, а не организационными факторами.

### **Выводы по исследованию.**

1. Обнаруженные значимые положительные корреляционные связи между индексом лояльности eNPS и шкалами вовлеченности, а также общим баллом по Утрехтской шкале вовлеченности (UWES) подтверждают основную гипотезу исследования о наличии взаимосвязи между вовлеченностью и индексом лояльности.

2. Структура выявленных связей между компонентами вовлеченности и индексом лояльности носит неоднородный характер: преданность и погруженность вносят больший вклад в формирование индекса лояльности, чем энергия, что подтверждает дифференцированную природу компонентов вовлеченности.

3. Отсутствуют значимые корреляционные взаимосвязи между индексом лояльности и компонентами вовлеченности в группе испытуемых с низкими показателями индекса лояльности (критики).

4. В группе испытуемых со средним и высоким индексом лояльности выявлен паттерн корреляций, воспроизводящий общую структуру взаимосвязей, характерную для всей выборки, однако с одним значимым отличием: отсутствием значимой связи между индексом лояльности и шкалой «Энергия».

### **Список использованной литературы**

1. Доминяк В.И. Возможность реализации мотивов как предпосылка организационной лояльности // Terra Linguistica. 2011. №124. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnost-realizatsii-motivov-kak-predposylka-organizatsionnoy-loyalnosti>.

2. Липатов С.А. «Вовлеченность работника в организацию» или «увлеченность работой»: соотношение понятий // Организационная психология. 2015. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vovlechennost-rabotnika-v-organizatsiyu-ili-uvlechennost-rabotoy-sootnoshenie-ponyatiy>

3. Смирнов П.С. Вовлечённость персонала: типы, уровни проявления и связи с практиками управления человеческими ресурсами // Организационная психология. 2019. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vovlechyonnost-personala-tipy-urovni-proyavleniya-i-svyazi-s-praktikami-upravleniya-chelovecheskimi-resursami>

4. Петрушина В. В., Савицкая А. Л. Вовлеченность персонала, как путь к достижению целей компании // Вестник курской государственной

сельскохозяйственной академии. 2023. №1. url: <https://cyberleninka.ru/article/n/vovlechennost-personala-kak-put-k-dostizheniyu-tseley-kompanii>

5. Харченко В.С. Лояльность персонала современной организации: опыт применения employee net promoter system (eNPS) // Социально - трудовые исследования. 2022. №3 (48). url: <https://cyberleninka.ru/article/n/loyalnost-personala-sovremennoy-organizatsii-opyt-primeneniya-employee-net-promoter-system-enps>.

© Гурчиани К.С., 2026

**Есенкова И.А.**

музыкальный руководитель, МБДОУ детский сад № 41  
г. Белгород, Россия

**Твердохлебова Е.В.**

воспитатель, МБДОУ детский сад № 41  
г. Белгород, Россия

## **НАРОДНАЯ МУЗЫКА КАК СРЕДСТВО НРАВСТВЕННО - ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

### **Аннотация**

Дошкольный возраст - фундамент общего развития ребёнка, стартовый период всех высоких человеческих начал. Дошкольники очень эмоциональны. Их эмоционально - образное восприятие окружающего мира может стать основой формирования патриотизма. Невозможно переоценить роль музыки в нравственно - патриотическом воспитании дошкольников, которая помогает детям ярко выплеснуть свои эмоции, выразить своё любовное отношение к тому уголку Родины, в котором он живёт.

### **Ключевые слова**

Музыка, эмоции, воспитание, нравственность, патриотизм.

«Музыка сопровождает человека в течение всей жизни.

Без музыки трудно представить себе жизнь человека. Без звуков музыки она была бы неполна, глуха, бедна... Людям нужны все виды музыки - от простого напева свирели до звучания огромного симфонического оркестра, от незатейливой популярной песенки до бетховенских сонат» Д. Шостакович

Воспитание основ патриотизма у дошкольников - процесс сложный и длительный. Любовь к близким людям, к детскому саду, к родному городу и родной стране играют огромную роль в становлении личности ребенка. «Каждый ребенок рождается добрым и для доброй жизни» - говорил замечательный актер Е.

Леонов. То, какие нравственные качества разовьются у ребёнка, зависит, прежде всего, от родителей и окружающих его взрослых, от того, как они его воспитают, какими впечатлениями обогатят.

Нравственно - патриотическое воспитание дошкольников является одной из основных задач. Именно в дошкольном возрасте формируются задатки нравственности: что такое «хорошо» и что такое «плохо».

Федеральная образовательная программа дошкольного образования ориентирует на приобщение детей к традиционным духовно - нравственным ценностям русского народа – патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, приоритет духовного над материальным, милосердие, справедливость, коллективизм, историческая память и преемственность поколений, единство народов России, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.

Благодаря множеству факторов, способствующих духовному развитию дошкольников, искусство вызывает яркий эмоциональный отклик. Это и музыкальные произведения, и стихи, и рассказы, и картины известных художников, то, что наиболее близко и понятно детям дошкольного возраста. Для раскрытия способностей каждого ребенка и самореализации его творческого потенциала, важно уделять серьезное внимание использованию в жизни дошкольников синтеза искусств.

Музыкальное искусство в педагогике является важным и эффективным средством воспитательного воздействия на ребенка. «Ввести маленьких детей в прекрасный мир музыки с радостью и улыбкой!» - таков девиз музыкального руководителя детского сада. Какая это благодарная и вместе с тем ответственная, важная задача воспитывать музыкой добрые чувства, прививать нравственные качества, воспитывать истинных патриотов своей страны.

Понятия «нравственность», «гражданственность», «патриотизм» важны для воспитания дошкольников. Дошкольное детство - период становления личности, когда закладываются нравственные основы гражданских качеств, формируются представления детей об окружающем мире, обществе и культуре. Эти понятия неразделимы. «Нравственность» как внутренняя мораль, принятие на себя ответственности за свои поступки, действия согласно своей совести. Гражданственность - способность убежденно и ответственно сознавать свои права и обязанности и, руководствуясь ими, действовать на пользу родине, народу, любить Отчизну, быть близким к семье, дому, детскому саду, улице, городу, уважать труд людей, развивать чувства ответственности и гордости за достижения страны, формировать толерантность - чувства уважения к другим народам, их традициям.

В настоящее время особую значимость приобретает воспитание патриотизма подрастающего поколения. Воспитание гражданина - патриота сегодня - залог гарантированного будущего для всего русского общества. Именно

---

патриотическая идея является тем фундаментом, на котором во все времена укрепляются все слои российского общества. Патриотическая направленность воспитания всегда была присуща отечественной педагогической науке и практике, опирающейся на уникальный опыт и традиции народной педагогики. Все это определяет проблему воспитания патриота своей страны.

Одна из важнейших задач музыкального образования - воспитание души ребенка средствами музыки, воздействие на процесс становления его нравственных качеств. «Музыкальное воспитание – это не воспитание музыканта, а, прежде всего, воспитание человека» В.А. Сухомлинский.

Наша цель не в воспитании отдельных талантов, а в том, чтобы все дети полюбили музыку, чтобы для всех она стала духовной потребностью. Приобретая в процессе музыкальной деятельности определённые знания о музыке, умения и навыки, дети приобщаются к музыкальному искусству. А это способствует развитию музыкальных и общих способностей, формированию основ музыкальной и общей духовной культуры дошкольников.

В решении задач воспитания основ патриотизма старших дошкольников особую значимость имеет народная музыка, через которую можно воспитывать любовь к родной земле, самобытной культуре, которую создали народы, проживающие в её пределах. Д.С. Лихачев, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский подчеркивают, что путь приобщения к достижениям мировой культуры и общечеловеческим ценностям лежит через постижение своей родной культуры и национальных ценностей. При этом особо отмечается важность как можно более раннего включения фольклора в сферу патриотической работы, которую необходимо вести с детьми уже в дошкольных образовательных организациях. Большие потенциальные возможности нравственно - патриотического воздействия заключаются в народной музыке. Народные музыкальные произведения ненавязчиво, часто в веселой игровой форме знакомят детей с обычаями и бытом русского народа, фольклором, трудом, бережным отношением к природе, жизнелюбием, чувством юмора.

С музыкальным фольклором дети нашего дошкольного учреждения знакомятся на музыкальных занятиях, в повседневной жизни, на досугах и развлечениях, активно участвуют в народных праздниках, которые проходят в саду: «Рождественские Святки», «Масленица», «Жаворонки» или «Сороки», «Пасха», «Зелёные Святки» (Троица), «Спасы», «Покровские посиделки», «Капустник». Дети с удовольствием слушают народную музыку, исполняют народные песни и хороводы, играют на детских музыкальных инструментах: «Светит месяц», «Ах вы сени», «Милый мой дубочек», «Калинка», «Как пошли наши подружки», «А я по лугу», «Вейся, капуста», «По городу гуляет царевич - королевич», «Ой, Василию горе», «Уродилась коляда», «Пошла млада за водой» и многие - многие другие. А сколько полюбившихся детям народных и подвижных игр: «Плетень», «Гори, гори ясно», «Ручеек», «Золотые ворота».

---

Дети очень любят играть в шумовом оркестре, особенно им нравятся хохломские ложки. При ознакомлении детей с образом Родины используются народные песни «Во поле берёза стояла», «Ах ты, берёза», «На горе - то калина», «Земелюшка - чернозём».

Народная музыка вызывает интерес детей, приносит им радость, создает хорошее настроение, снимает чувство страха, беспокойства, тревоги - одним словом, обеспечивает эмоционально - психологическое благополучие.

Изучение календарных праздников, обрядов, которые передавались в каждой семье из поколения в поколение, связанных с ними песен, рассматривается как база, как основа нравственно - патриотического воспитания. И как новый уровень, более сложный - через историческую песню, героический эпос изучалось историческое прошлое нашего народа. Освоение народной культуры не должно сводиться к сумме разученных музыкальных произведений, а предполагает создание атмосферы, в которой эти произведения могут возникать и существовать, когда народная мудрость глубоко проникает в сознание. Поэтому, наряду с музыкальным фольклором, мы используем произведения устного народного творчества (пословицы, поговорки, загадки, считалки), народные промыслы. Всё это способствует наиболее яркому и полному восприятию музыкальных образов, подпитывает интерес детей, помогает освоению необходимых знаний, направленных на воспитание патриотизма.

Таким образом, воспитание основ патриотизма у старших дошкольников на основе музыкального фольклора создаёт благоприятные условия для развития у детей любви к Родине, преданности Отечеству, социальной отзывчивости, ответственности, заботы о близких, уважения к старшим.

Решение задач по нравственно - патриотическому воспитанию дошкольников - процесс длительный и сложный. Всем нам очень хочется заглянуть в будущее, чтобы увидеть наших детей счастливыми, добрыми и «уважаемыми людьми» - настоящими патриотами своей Родины. Хочется услышать из уст маленького ребенка с гордостью сказанные слова: «Я – россиянин! Я горжусь своей страной!»

«Вот так, постоянно и постепенно расширяясь, эта любовь к близкому, родному переходит в любовь к государству, его истории с его прошлым и настоящим, а затем и ко всему человечеству» академик Дмитрий Сергеевич Лихачев

### **Список использованной литературы:**

1. Каплунова И.М., Новоскольцева И.А. «Ладушки», Программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста - СПб.: ООО «Невская нота», 2015. – 141с
2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. – М.: ТЦ Сфера, 2023. – 224 с
3. Климович, Е.В. Воспитание патриотизма старших дошкольников средствами музыкального фольклора / Е.В. Климович // Молодой ученый. — 2013. — № 12 (59). — С. 465 - 469.
4. Электронные ресурсы.

**Задбоева Д.Ж.**

студент

Забайкальский государственный университет

Чита, Россия

**Научный руководитель: Геберт В.К.**

доцент, к.п.н., доцент

Забайкальский государственный университет

Чита, Россия

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАКАЛИВАНИЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

### **Аннотация**

В статье раскрыта значимость закаливающих процедур, как компонента здорового образа жизни человека; представлены результаты исследования: коэффициент здоровья (КЗ) (адаптационные возможности организма) учащихся 3 - го класса по методике Р.М. Баевского и степень закаленности детей по нескольким тестам и показатели иммунологической реактивности организма (уровень заболеваемости) учащихся.

### **Ключевые слова**

Закаливающие процедуры, школьники, здоровье, исследование, урок, физическая культура

**Zadboeva D.Zh.**

student

Transbaikal state university

Chita, Russia

**Scientific supervisor: Gebert V.K.**

associate professor, phd, associate professor

Transbaikal state university

Chita, Russia

## **METHODOLOGICAL FEATURES OF TEMPERING PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN PHYSICAL CULTURE LESSONS**

### **Annotation**

The article reveals the significance of hardening procedures as a component of a person's healthy lifestyle. The results of the study include the health coefficient (HC) (adaptation capabilities of the body) of 3rd grade students according to the R.M. Baevsky method, the degree of hardening of children based on several tests, and indicators of the students' immunological reactivity (level of morbidity).

### **Keywords**

Hardening procedures, schoolchildren, health, research, lesson, physical education

В последнее время негативное состояние здоровья детей вызывает у специалистов большую тревогу. Это вызвано малоподвижным образом жизни школьников из - за повышенной учебной нагрузки в школе и дома; чрезмерного использования гаджетов: планшетов, смартфонов, компьютеров; нерационального распорядка дня; отсутствия положительного опыта двигательной активности родителей. рациональные закаливающие процедуры способствуют укреплению иммунитета, повышают работоспособность организма, нормализуют состояние эмоциональной сферы, стимулируют обменные процессы в организме, улучшают функционирование сердечно - сосудистой, дыхательной и других систем организма, в результате чего у человека вырабатывается устойчивая адаптация к внешней среде [3, с 11].

Педагогический констатирующий эксперимент проводился с сентября по декабрь 2025 года на базе МБОУ СОШ № 3 города Читы с учащимися 3 - го класса. В эксперименте приняли участие 27 школьников 9 лет, из которых 14 девочек и 13 мальчиков.

В ходе педагогического эксперимента мы исследовали и оценили состояние здоровья, степень закаленности организма учащихся 3 - го класса на основе применения медико - биологического метода, анализа документальных материалов.

Медико - биологические исследования включали: исследование коэффициента здоровья (КЗ) (адаптационных возможностей организма) учащихся 3 - го класса по методике Р.М. Баевского и степень закаленности детей по нескольким тестам: исследованию разницы между температурой открытых и закрытых участков тела; холодовой пробе Маршака (исследование сосудистой реакции на охлаждение), определению средневзвешенной температуры тела. [2, с 8].

Анализ документальных материалов содержал контроль за иммунологической реактивностью организма (уровнем заболеваемости) учащихся, который осуществлялся по результатам анализа частоты простудных заболеваний в течение года [1, с 29].

На основе учета результатов педагогического констатирующего эксперимента была разработана методика закаливания учащихся младших классов на уроках физической культуры, включающая обучающий модуль для родителей и детей, серию интегрированных уроков (окружающего мира и физической культуры) для учащихся и систему учета методических особенностей в процессе закаливающих процедур на каждом уроке физической культуры.

Выводы.

1. Результаты констатирующего эксперимента выявили низкую степень закаленности, повышенную заболеваемость у школьников начальных классов. Так, 4 (15 %) ученика имеют положительную иммунологическую реактивность организма; к уровню нейтральной иммунологической реактивности организма относятся 12 (44 %) учеников; отрицательная иммунологическая реактивность организма выявлена у 11 (41 %) учеников. Анализ адаптационных возможностей

---

учащихся 3 - го класса выявил, что состояние удовлетворительной адаптации имеют 4 ученика (15 %); состояние напряжения адаптационных механизмов выявлено у 16 учеников (59 %); неудовлетворительная адаптация организма обнаружена у 7 учеников (26 %). Результаты исследования разницы между температурой открытых и закрытых участков тела у испытуемых средне - групповой результат составил  $7,31 \pm 0,12$  градусов; по результатам исследования холодовой пробы Маршака средне - групповой показатель у испытуемых составил  $4,15 \pm 0,08$  минут; на основании результатов исследования средневзвешенной температуры тела средне - групповой показатель у испытуемых составил  $33,00 \pm 2,42$  градусов.

2. Разработали, теоретически и методически обосновали методику закаливания учащихся младших классов на уроках физической культуры, которая направлена на повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, что достигается через систематическое применение закаливающих процедур в сочетании с физическими упражнениями.

### Список литературы

1. Долгушева А.В. Закаливание организма / А.В. Долгушева, С.С. Межман // Молодой ученый. - 2023. - № 19 (466). - С. 585 - 587.
2. Иванова К.А. Закаливание как способ благоприятного воздействия на организм / К. А. Иванова, А. Н. Дудус // Молодой ученый. - 2023. - № 9 (456). - С. 363 - 365.
3. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилев. - М.: Академия, 2020. - 256 с.

© Задбоева Д.Ж. 2026

**Кара Д. А.**

Студентка, 5 курс, кафедра музыкальной педагогики и исполнительства  
Гуманитарно - педагогической академии (филиал)  
ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет  
имени В. И. Вернадского» в г. Ялта, Россия

## ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МУЗЫКАЛЬНОГО ВОСПРИЯТИЯ ДЕТЬМИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

### **Аннотация:**

*Важное место в развитии личности, повышении уровня образованности и эрудированности, эстетическом и нравственном развитии молодого поколения занимает музыка. В статье рассматриваются особенности подросткового возраста, влияние музыкального восприятия на эмоциональное состояние, а также*

*особенности самого понятия восприятия в философии, педагогике и психологии, более подробно изучен термин «музыкальное восприятие» а различные научных трудах отечественных педагогов, психологов, искусствоведов.*

*Ключевые слова: восприятие, музыкальное восприятие, подростковый возраст, переходный возраст, музыкально - художественный образ.*

В большинстве психолого - педагогической литературе подростковый возраст часто характеризуется как трудный. Быстрый физический рост является первопричиной возникающих проблем, поскольку организм растет интенсивнее, чем его сердечно - сосудистая система успевает развиваться, мозг может недополучать необходимое питание. Это, в свою очередь, приводит к быстрой утомляемости и резким переменам настроения: от возбужденного к упадочному, вялому [1 с. 146].

В возрастной психологии подростковым возрастом считается возраст от 10 - 11 до 14 - 15 лет. Подросток начинает чувствовать себя взрослым, сравнивая себя с более младшими детьми и взрослыми, следовательно, желает, чтобы другие взрослые и окружающие тоже признавали его самостоятельность. Подростковый возраст характеризуется потребностью в социализации, особенно в общении со сверстниками, стремлением к независимости и самостоятельности, необходимостью освободиться от контроля взрослых, а также потребностью в признании их прав со стороны окружающих.

Подростковый возраст, часто называемый «переходный возраст», не имеет четких временных границ и может протекать у каждого индивидуально. Этот период является временем интенсивного личностного роста, это важный этап развития подростка, где ребенок сталкивается с внутренними конфликтами и с поиском общего языка с окружающими. В это время у ребенка формируются основы сознательного поведения, а также вырабатываются собственные представления о моральных ценностях и социальные установки [4 с. 47 - 48].

Психологической особенностью, характеризующей развитие подростка является самосознание. Важной особенностью развития личности в подростковом возрасте становится формирование стабильной самооценки и представления о себе, то есть образа «Я». Образ физического «Я» играет для подростков ключевую роль в формировании самосознания. Физические особенности, которые могут восприниматься как недостатки, могут негативно влиять на самооценку и уверенность в себе у подростков. Боязнь осуждения со стороны окружающих, а особенно сверстников, и болезненное восприятие своей внешности могут привести к прочному чувству неполноценности и неприятию себя [13 с. 83].

В отрочестве для подростков характерна полярность психики, например, чрезмерная активность может смениться апатией, отсутствием желаний что - то делать; повышенная самоуверенность может резко перейти в ранимость и застенчивость; общительность сменяется желанием удалиться от людей [7 с. 363].

---

В этом возрасте у подростков возможно развитие конформизма в восприятии искусства. Если у ребенка недостаточно знаний о музыкальной культуре и нет четких эстетических убеждений, учащийся легко может принять распространенные вкусы, идеалы и оценки произведений. С одной стороны, приспособленчество может помешать глубокому пониманию произведения, так как важно познать смысл и художественный образ творения, а не просто следовать общепринятым оценкам. С другой стороны, эту склонность к подражанию можно использовать в образовательных целях. Предлагая подросткам выдающиеся произведения искусства, появляется возможность помочь сформировать учащимся эстетические ориентиры и развить вкус.

Переходный возраст, с точки зрения воспитания, представляет собой уникальную и плодотворную пору в жизни ребенка. Относительно познавательного развития подчеркивается, что «подростковый возраст – это возраст пытливого ума, жадного стремления к познанию, возраст кипучей энергии, бурной активности, инициативности, жажды деятельности» [7 с. 378]. Именно в этот период закладываются основы его личности и формируется самостоятельность в учебе и работе. Подростки испытывают повышенный интерес к самопознанию и оценке собственных качеств, а также способности в управлении своими действиями, мыслями и эмоциями. У подростков активно развивается эмпатия и способность к пониманию чужой точки зрения. Развитие самостоятельности мышления проявляется в самостоятельности и независимости в принятии решений. Они склонны критически оценивать информацию и принимать только те идеи и действия, которые соответствуют их собственному пониманию, целесообразности и практической пользы.

Через музыкальное восприятие возможно более глубокое погружение в музыкальное произведение. Понимание характера произведения, настроения, эмоций, передаваемых через звуки инструмента, эмоции, звучащие в ариях опер, а также прочувствовать весь спектр эмоций через жесты руки, взмах ноги и изгиб тела танцора в балете, с обязательным музыкальным сопровождением. С тщательным осмыслением музыкального сочинения подросток может начать распознавать свои чувства, следить за сюжетной линией главного героя, учиться сопереживать и, конечно, стабилизировать свое эмоциональное состояние.

Для более полного понимания проблемы, нужно выяснить, что такое восприятие и, в особенности, музыкальное восприятие. Восприятие – это процесс, который формирует образы окружающего мира, отражает реальность в сознании смотрящего. Различные научные дисциплины, включая философию, психологию и педагогику, предлагают свои интерпретации термина "восприятие".

В философском энциклопедическом словаре восприятие понимается как «процесс отражения действительности в форме чувств, образа объекта. Восприятие дает информацию об объекте в его целостности при непосредственном воздействии объекта на органы чувств. Восприятие человека включает в себя

---

осознание предметов, основанное на вовлечении вновь получаемого впечатления в систему уже имеющихся знаний.» [11 с. 92].

В психологии восприятие (от лат. Perceptio) определяется как познавательный процесс, посредством которого формируется целостный образ объектов, событий и ситуаций, оказывающих непосредственное воздействие на органы чувств. Этот процесс обеспечивает ориентацию в окружающей среде и способствует познанию мира [8 с. 249].

Немалую роль восприятие играет в педагогике. Восприятие является основой познания и обучения, благодаря системе приема и преобразования информации, что обеспечивает отражение объективной реальности и дальнейшую ориентацию в окружающем мире.

Таким образом, восприятие представляет собой активный и многогранный процесс познания, тесно переплетенный с другими психическими функциями – мышлением, которое позволяет осознать и интерпретировать то, что видим, слышим, чувствуем. С помощью речи появляется возможность назвать воспринимаемые предметы. Память и внимание организуют процесс восприятия. Эмоциональная сторона определяет наше отношение к воспринимаемому.

Восприятие – это сложная деятельность, включающая в себя активное взаимодействие с окружающим миром, задействует активные двигательные элементы и глубокие процессы мозга, которые нацелены на создание целостного образа. В свою очередь музыкальное восприятие представляет собой процесс музыкального мышления, который целостно анализирует музыкальное произведение, образ, характер и настроение. Развивать музыкальное восприятие – наставить учащегося на активное сопереживание идеям и образам, а также показать при помощи каких средств композитор, либо исполнитель воздействует на слушателя.

Б.М. Теплов считал, что понять содержание музыки можно только путем эмоционального, музыкального переживания. Переживание музыки – основной признак музыкальности, чем больше человек «слышит в музыке», тем более он музыкален. Чтобы эмоционально понять музыкальное произведение, нужно сначала услышать звуковую ткань. Эти две стороны тесно взаимосвязаны в восприятии произведения [10 С. 37].

О.А. Апраксина писала, что «музыкальное восприятие – это способность слышать и эмоционально переживать музыкальное содержание как художественное единство, как художественно - образное отражение действительности, а не как механическую сумму звуков.» То есть недостаточно просто слышать музыку, нужно видеть ее красоту, различать возвышенное, комическое, так как в музыкальном восприятии преобладает чувственная сторона познания [1 с. 173].

В трудах Надежды Львовны Грозденской отмечено, что осознанное осмысление прослушанного музыкального материала является ключевым аспектом музыкального восприятия: «Понимать музыку – значит воспринимать ее

---

сознательно, отдавать себе отчет в ее содержании и, в какой - то мере, в ее форме» [2 с. 7].

В различных научно - исследовательских и методических работах сущность понятия «восприятие музыки» и «музыкальное восприятие» различная по смыслу и структуре. Так, например, понятие «восприятие музыки» больше соответствует психологической традиции и понимается как отражение чувственных признаков конкретного предмета. Это тип восприятия – восприятие непрофессионала, которое идет через эмоции, чувства, ассоциации. Оно характеризуется неспособностью воспринимающего сформировать целостный художественный образ музыкального произведения. «Музыкальное восприятие» представляет собой процесс целостного, осознанного, образного познания музыкального произведения через слушание музыки, ее понимание, переживание и оценку [3 с.7].

На сегодняшний день научные исследования показывают, что процесс восприятия музыки представляет собой многогранное явление, охватывающее весь спектр нашего сознания – от простейших сенсорных реакций до сложнейших форм музыкального мышления. Этот процесс включает в себя такие когнитивные функции, как память, внимание, эмоциональные отклики, индивидуальное осмысление и синестезию (перекрестное восприятие чувств).

При рассмотрении особенностей музыкального восприятия необходимо проводить четкую границу между пассивным слушанием и активным восприятием. Слушание предполагает направленное внимание, тогда как восприятие ориентировано на постижение музыкального смысла и требует существенных когнитивных затрат. Чем более глубоким и комплексным является музыкальное произведение, тем более интенсивной интеллектуальной деятельности необходимо слушателю для его полного осмысления и эмоционального отклика.

Таким образом, музыкальное восприятие – это наиболее полное восприятие музыкального произведения, включающее в себя целостный анализ, понимание всех элементов творения (мелодии, гармонии, лада, тембров, характера), уяснения заложенного музыкального образа. Умение дать оценку услышанному, а также способность к эмоциональной отзывчивости на изучаемое произведение.

О. А. Апраксина отмечала, что восприятие музыки формируется постепенно, проходя через определенные этапы, учащиеся подросткового возраста, а это 5 - 7 классы, относятся к третьему этапу. В этот период у них особенно сильно проявляется способность воспринимать и осмысливать информацию через конкретные предметы и образы, и это становится важнее, чем просто эмоциональное отношение. Они начинают мыслить более объективно: то, что кажется им непонятным, перестаёт вызывать интерес. «Стремление к самоутверждению чревато негативным отношением ко всему тому, что без помощи взрослого оказывается трудным для восприятия» [1 с. 178].

Немов Р.С. подчеркивая особенности подросткового возраста, как самого ответственного этапа в жизни человека, писал: «Здесь закладываются основы

---

нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу; стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения» [6 с. 222].

Отрочество – время активного развития эмоциональной отзывчивости, нравственных принципов и духовного роста личности. Музыка выполняет особую образовательную роль, влияя на формирование мировоззрения и жизненной позиции молодежи, что определяет их будущие взгляды. Музыкальные произведения отражают реальность и помогают выработать адекватные эмоциональные реакции и развить нравственные чувства. Изучения произведений с определенной ритмической и динамической структурой способствуют стабилизации и коррекции негативных психологических состояний подростков, а также снижает уровень нервного напряжения. Восприятие музыкальных произведений играет важную роль в развитии интеллекта и познавательных способностей подростка.

### **Список использованной литературы:**

1. Апраксина О. А. Методика музыкального воспитания в школе: учеб. пособие для студ. пед. ин - тов. - М.: Просвещение, 1983. - 224 с.
2. Грозденская Н. Л. Школьники слушают музыку. - М.: Просвещение, 1969. – 77 с.
3. Исаева С. А. От восприятия музыки к музыкальному восприятию.: историко - культурный контекст: дисс. канд. пед. наук: 13.00.02. - М., 2005. – 165 с.
4. Макушкина, О. М. Психология развития возрастная психология: учебно - методическое пособие / О. М. Макушкина, М. В. Янисова. — Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2024. — 91 с. — ISBN 978 - 5 - 907730 - 97 - 7. — Текст: электронный // Лань: электронно - библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/481763> (дата обращения: 14.12.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Назайкинский Е.В. Музыкальное восприятие как проблема музыкознания // Восприятие музыки - М.: ТОО «Пассим», 1994. – 394 с.
6. Немов Р. С. Психология: учеб. пособие. В 3 кн. - М.: Владос, 1999. - Кн. 1. - 688 с.
7. Обухова Л. Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров / Л. Ф. Обухова – М.: Издательство Юрайт, 2013. – 460 с. – Серия: Бакалавр. Базовый курс.
8. Петровский А. В. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин - тов / Под ред. А. В. Петровского. 2 - е изд., доп. и перераб. – М. Просвещение, 1976. 479 с.
9. Самакаева М. Ю. Развитие восприятия музыки у старшеклассников: учеб. пособие. - Свердловск: 1989, - 62 с.
10. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей. - М. АПН РСФСР, 1947. - 336 с.

11. Философский энциклопедический словарь / под ред. Л. Ф. Ильичева, П. Н. Федосеева, С. М. Ковалева, В. Г. Панова - М.: Советская энциклопедия, 1983. – 815 с.

12. Шацкая В. Н. Музыкально - эстетическое воспитание детей и юношества. М.: Просвещение, 1986. – 200 с.

13. Шуванов, И. Б. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие / И. Б. Шуванов, С. С. Новикова, Я. В. Церекидзе. — Сочи: СГУ, 2022. — 88 с. — Текст: электронный // Лань: электронно - библиотечная система. — URL: [https:// e.lanbook.com / book / 351749](https://e.lanbook.com/book/351749) (дата обращения 14.12.2025). Режим доступа: для авториз. пользователей.

© Кара Д. А. 2026

**Качалов В.Ю.,**

доцент ВАК, к.соц.н,  
доцент кафедры педагогики и психологии в сфере ФКиС;

**Галеев И.Ш.,**

доцент ВАК, к.пед.н.,  
директор института физической культуры

**Шигапова Н.В.,**

к.пед.н.,  
доцент кафедры педагогики и психологии в сфере ФКиС  
Поволжский государственный университет  
физической культуры, спорта и туризма  
Казань, Россия

## **РОЛЬ СОДЕРЖАНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СИСТЕМЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **Аннотация.**

В статье рассматривается роль содержания учебной дисциплины «Физическая культура» в педагогической системе основного общего образования. Анализируется педагогический потенциал учебного предмета как средства физического, личностного и социального развития обучающихся. Показано, что грамотно структурированное содержание уроков физической культуры способствует формированию мотивации к здоровому образу жизни, развитию дисциплинированности, ответственности и универсальных учебных действий.

### **Ключевые слова:**

физическая культура, педагогическая система, содержание образования, физическое воспитание, образовательный процесс, личностное развитие, здоровый образ жизни

**Kachalov V.Yu.**  
**Galeev I.Sh.**  
**Shigapova N.V.**

## **THE ROLE OF THE CONTENT OF THE SUBJECT "PHYSICAL CULTURE" IN THE SYSTEM OF BASIC GENERAL EDUCATION**

### **Annotation.**

The article examines the role of the content of the discipline "Physical culture" in the pedagogical system of basic general education. The pedagogical potential of an educational subject as a means of physical, personal and social development of students is analyzed. It is shown that well - structured content of physical education lessons contributes to the formation of motivation for a healthy lifestyle, the development of discipline, responsibility and universal learning activities.

### **Keywords:**

physical culture, pedagogical system, educational content, physical education, educational process, personal development, healthy lifestyle

### **Введение.**

Актуальность исследования определяется возрастанием роли физической культуры в системе основного общего образования как средства всестороннего развития личности обучающихся. В условиях снижения уровня двигательной активности, роста гиподинамии и ухудшения показателей здоровья детей и подростков особое значение приобретает содержание учебного предмета «Физическая культура», которое должно обеспечивать не только развитие физических качеств, но и формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Современная педагогическая система ориентирована на гармоничное развитие личности, что предполагает интеграцию физического, интеллектуального, нравственного и социального воспитания. В этом контексте учебная дисциплина «Физическая культура» выступает не как вспомогательный компонент образовательного процесса, а как полноценное педагогическое средство, влияющее на формирование дисциплины, ответственности, волевых качеств и социальной адаптации обучающихся [3].

Так, на фоне падения двигательной активности, особую важность получает содержание уроков физкультуры. Оно призвано одновременно развивать физические качества и формировать у школьников ценностные установки на здоровый образ жизни.

Цель исследования – определить педагогическую роль содержания учебной дисциплины «Физическая культура» в системе общего образования.

Объект исследования – процесс физического воспитания в системе общего образования.

Предмет исследования – педагогическое содержание учебной дисциплины «Физическая культура» и его влияние на развитие личности обучающихся.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что целенаправленно сформированное содержание учебной дисциплины «Физическая культура», ориентированное не только на развитие физических качеств, но и на воспитательные и образовательные задачи, способствует повышению эффективности педагогической системы в целом.

### **Обсуждение.**

Проведенный анализ научно - методической литературы и нормативных источников позволяет рассматривать содержание учебной дисциплины «Физическая культура» как один из значимых механизмов реализации целей общего образования, поскольку оно прямо связано не только с укреплением здоровья, но и с формированием личностных и метапредметных результатов обучающихся. В логике действующего законодательства об образовании содержание обучения должно обеспечивать развитие личности, создание условий для сохранения и укрепления здоровья, воспитание и социализацию школьников [1]. Согласно федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, основной целью физической культуры является «формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха» [3]. Для достижения данной цели и воспитанию физически и нравственно развитого поколения учебная дисциплина «физическая культура» ставит перед собой задачи, охватывающие всестороннее развитие личности обучающихся. Следовательно, содержание предмета не может сводиться к произвольному набору упражнений или к «закрытию» календарно - тематического плана; оно должно проектироваться как педагогическая система внутри предмета, где каждая тема, раздел и конкретное занятие выполняют образовательную, оздоровительную и воспитательную функции.

В научных работах неоднократно подчеркивается, что уроки физической культуры обладают высоким потенциалом формирования культуры здоровья и устойчивого отношения к двигательной активности. Так, Т.О. Бисерова акцентирует внимание на том, что именно через регулярную организацию двигательной деятельности, адекватный подбор упражнений и педагогически грамотные формы проведения занятий у обучающихся закрепляются поведенческие установки, связанные со здоровым образом жизни, дисциплиной и самостоятельностью [4]. Мы разделяем данную позицию и считаем важным уточнить, что ключевым условием здесь выступает не только «наличие движения», но и включение в содержание урока элементов осознания и личной ответственности. Если обучающийся выполняет упражнения, не понимая их смысла, не умея соотнести нагрузку со своим состоянием и не видя личного прогресса, то даже при высокой моторной плотности урок может оставаться

---

формальным и не приводит к устойчивым изменениям в отношении к физической культуре. Поэтому представляется целесообразным рассматривать содержание предмета как трехуровневую конструкцию: двигательный компонент (освоение действий и развитие качеств), когнитивный компонент (знания о здоровье, правилах, самоконтроле) и ценностно - рефлексивный компонент (формирование мотивации, волевых качеств, ответственности и навыков сотрудничества). На практике это означает, что в каждую тему (легкая атлетика, гимнастика, игровые виды, лыжная подготовка и т. д.) должны быть встроены не только упражнения и нормативы, но и короткие смысловые «узлы»: зачем выполняется то или иное действие, как оно влияет на организм, как безопасно регулировать интенсивность, как оценить собственное состояние и динамику.

Таким образом, применение разнообразных методов педагогического воздействия в рамках реализации трех ключевых функций учебного предмета представляет собой наиболее целесообразный и приоритетный путь к обеспечению гармоничного физического и интеллектуального развития учащихся.

Вопрос обновления и педагогической «настройки» содержания предмета особенно актуален в связи с тем, что часть школьной практики по - прежнему ориентирована преимущественно на воспроизводство двигательных действий и контроль нормативов, что снижает образовательную ценность курса. В этой связи значимыми являются подходы, описанные Т.К. Ким, которая подчеркивает необходимость концептуального обновления содержания физической культуры, усиления его лично - развивающей направленности и ориентации на ценностное отношение к здоровью [5]. На наш взгляд, обновление содержания следует понимать как переход от «темы - упражнения» к «теме - опыту», когда обучающийся не просто выполняет комплекс движений, а получает образовательный опыт: учится ставить цель (например, улучшить технику старта или повысить выносливость), планировать усилия, контролировать результат, корректировать действия и рефлексировать собственные достижения. Такой подход напрямую соотносится с задачами формирования универсальных учебных действий, поскольку в урок физической культуры, естественно, включаются саморегуляция, контроль, оценка, коммуникация и сотрудничество.

Интегративная роль физической культуры в системе общего образования в исследованиях раскрывается через ее способность связывать двигательный опыт обучающихся с предметными знаниями и жизненно значимыми компетенциями. В частности, потенциал физического воспитания как инструмента формирования метапредметных компетенций подчеркивает А.К. Сельский, отмечая возможность целенаправленного развития навыков самоуправления, взаимодействия, ответственности и целостного развития личности [7].

Мы полагаем, что содержание урока можно проектировать так, чтобы межпредметные связи становились инструментом понимания собственного тела и поведения. Например, изучение реакции сердечно - сосудистой системы на нагрузку (элементарный пульсовый контроль) делает более осмысленными

---

разговоры о выносливости и профилактике переутомления; обсуждение принципов безопасного поведения в спортивном зале и на площадке укрепляет навыки соблюдения правил и ответственности; анализ командных действий в игре способствует развитию коммуникации и принятия решений. При этом интеграция работает особенно эффективно тогда, когда она «привязана» к конкретной двигательной ситуации урока, а не выносится в абстрактные теоретические сведения.

Воспитательный потенциал предмета наиболее наглядно проявляется в игровых и соревновательных формах, поскольку они естественным образом создают ситуации выбора, усилия, переживания успеха и неуспеха, а также взаимодействия в группе. Ж.Г. Козина подчеркивает, что через спортивные игры и соревнования формируются целеустремленность, настойчивость, умение соблюдать правила и работать в коллективе [6]. Вместе с тем мы считаем важным дополнить: соревновательный компонент требует педагогического управления, иначе он может усилить тревожность, зафиксировать «роль слабого» у части обучающихся и снизить мотивацию. Поэтому при проектировании содержания оправдано расширять репертуар кооперативных форм (командные задания с распределением ролей, эстафеты, где успех зависит от согласованности, парные упражнения «на поддержку»), а также применять критерии оценивания, которые учитывают не только «скорость и результат», но и качество техники, безопасность, соблюдение правил, вклад в командное взаимодействие и индивидуальный прогресс. В таком варианте содержание предмета становится не только средством физической подготовки, но и пространством социального обучения, где отрабатываются нормы поведения, уважение к партнеру, ответственность за общее дело и самоконтроль.

Отдельной проблемой, обозначенной в актуальности исследования, является снижение двигательной активности и рост факторов риска для здоровья детей и подростков. Это усиливает требования к содержанию предмета: оно должно формировать не «разовый эффект урока», а устойчивую мотивацию к регулярной активности. С нашей точки зрения, для этого важно, чтобы содержание физической культуры включало элементы, которые помогают школьнику переносить опыт урока в повседневность: простые комплексы упражнений для самостоятельных занятий, навыки построения индивидуальной разминки, понимание признаков адекватной / неадекватной нагрузки, умение выбирать доступные формы активности. В таком случае предмет выполняет стратегическую функцию, заявленную в нормативном понимании общего образования, то есть помогает формировать компетентность и потребность в поддержании здоровья на протяжении жизни [1]. Дополнительно следует учитывать требования санитарных правил к организации занятий, особенно в аспекте дозирования нагрузки и соблюдения условий безопасности, что должно быть отражено в содержании через формирование у обучающихся культуры безопасного поведения и внимательного отношения к самочувствию [2].

---

Системное значение физической культуры в современном образовании отмечается и в работах, где подчеркивается ее роль как полноправного элемента педагогической системы школы, влияющего на гармоничное развитие личности [8]. Мы считаем, что в этом контексте особенно важно рассматривать содержание предмета как педагогический ресурс формирования личностных результатов: дисциплинированности, ответственности, настойчивости, способности к преодолению трудностей и умения управлять собой в ситуации напряжения. Урок физической культуры предоставляет уникальную педагогическую ситуацию, когда результат напрямую связан с личным усилием, а обратная связь (усталость, дыхание, точность движения, согласованность в команде) проявляется сразу. Если учитель переводит эту «быструю обратную связь» в осознанный опыт обучающегося через рефлексию, самоконтроль и обсуждение, то содержание урока начинает работать как средство развития субъектности школьника, а не только как форма двигательной занятости.

**Выводы.** Содержание учебного предмета «Физическая культура» в системе общего образования следует рассматривать как педагогически значимый ресурс, обеспечивающий комплексное воздействие на обучающихся через единство оздоровительных, образовательных и воспитательных функций. Эффективность данного предмета определяется не только объемом двигательной активности, но прежде всего логикой отбора и структурирования учебного материала, при которой двигательные задания дополняются знаниями о здоровье и безопасности, а также ценностно - рефлексивными элементами, формирующими устойчивую мотивацию к занятиям и навыки саморегуляции. Формализация содержания, выражающаяся в сведении урока к выполнению упражнений и нормативов без осмысления и педагогических целей, снижает потенциал предмета и ограничивает его вклад в личностное и социальное развитие школьников. Напротив, целенаправленно сформированное содержание, включающее индивидуализацию нагрузки, педагогически управляемые игровые и соревновательные формы, а также систематическую рефлексию и оценку личного прогресса, позволяет развивать дисциплинированность, ответственность, коммуникативные навыки и универсальные учебные действия. В результате предмет «Физическая культура» становится не вспомогательным элементом, а полноценным компонентом педагогической системы школы, обеспечивающим вклад в сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

### **Список литературы:**

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273 - ФЗ (последняя редакция) // [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 (ред. от 24.12.2025) "Об утверждении санитарных правил СП

2.4.3648 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648 - 20. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573) // [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_371594/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_371594/).

3. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 N 287 (ред. от 18.06.2025) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 N 64101) // [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_389560/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_389560/).

4. Бисерова Т.О. Формирование культуры здоровья у младших школьников на уроках физической культуры // Педагогико - психологические и медико - биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2025. – Т.20. – №2.

5. Ким Т.К. Установочные положения и концептуальные подходы к обновлению содержания учебного предмета «Физическая культура» в системе общего образования // Педагогико - психологические и медико - биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2024. – Т.19. – №2.

6. Козина Ж.Г. Воспитательный потенциал учебного предмета «Физическая культура» // Научно - методический электронный журнал «Калининградский вестник образования». – 2022. – № 4 (16) – С. 100–108.

7. Сельский А.К. Потенциал физического воспитания как инструмента формирования метапредметных компетенций и целостно развитой личности // Физическое воспитание и студенческий спорт. – 2024. – Т.3. – №3. – С.227–231.

8. Хисматуллина З.И., Шейко Г.А. Роль физической культуры в системе современного образования // Теория и практика современной науки. – 2025. – №3 (117). – С. 162–166.

© Качалов В.Ю., Галеев И.Ш., Шигапова Н.В., 2026.

**Кожухова В. К.**

Кандидат биологических наук, доцент  
Ярославский государственный технический университет

## **ОРГАНИЗАЦИЯ И СОБЛЮДЕНИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ**

Аннотация. В данной статье обзорного характера описаны размеры площадок для игры в бадминтон, волейбол и мини - футбол. Также отмечены размеры разметок и их требуемые цвета. В этой работе даны названия сторонам спортивного зала. Например, если по длинной стороне зала расположены окна, то группа строится спиной к ним (правая верхняя сторона зала). Отмечены и другие стороны и углы спортивного зала. Также отмечено в статье соблюдение

гигиенических требований, а именно: влажная уборка спортивного инвентаря, необходимость проветривания спортивного зала и соблюдение температурного режима.

Ключевые слова: спортивные игры, спортивный зал, проветривание, температура, уборка спортивного зала.

В настоящее время существуют правила, касающиеся разметки для разных видов спорта в спортивном зале. В волейболе стандартный размер площадки составляет 18 на 9 метров. Игровое поле состоит из игровой площадки и свободной зоны (расстояние от боковых линий 3 - 5 метров), а от лицевых линий – 5 – 8 метров. Длина разметки по периметру площадки – 81 метр. Цвет разметки волейбольной площадки – синий [2].

Баскетбол. Стандартная площадка составляет 28 x 15 метров. Минимально допустимые размеры - 26 x 14 метров. Ширина линий разметки – 50 миллиметров. Длина разметки приблизительно 207 метров. Цвет разметки – черный [2].

Мини – футбол. Размеры разметки игровой площадки 25 x 15 метров, максимально 25 x 42 метра. Для международных матчей – размеры площадки могут быть – длина от 38 до 42 метров, а ширина – от 18 до 22 метров. Все линии имеют ширину 8 см. Длина разметки приблизительно 183 метра. Цвета разметки – оранжевый и красный [2].

Бадминтон. Размеры площадок - 13, 4 x 6, 1 метр, а для одиночной игры - 13, 4 x 5, 18 метров. Ширина линий разметки составляет 40 мм. Длина разметки приблизительно 100 метров. Цвет разметки – зеленый. [2].

Для удобства проведения строевых упражнений в спортивном зале устанавливаются условные точки: центр, середина, углы. Они определяются по правой границе зала – одной из длинных сторон, где группа строится перед началом занятий (обычно против входной двери). Если же по длинной стороне зала расположены окна, то группа строится спиной к ним. Правая граница – это длинная сторона зала, вдоль которой обычно класс (группа) строится в шеренгу. Левая граница - сторона зала, противоположная правой границе. Верхняя граница – сторона зала, к которой группа обращена своим правым флангом. Нижняя граница – сторона зала, противоположная верхней границе. Центр – точка, находящаяся посередине зала. Середина (правая, левая, верхняя, нижняя) – точка, находящаяся на половине (середине) одной из границ зала. Верхний (нижний), правый (левый) угол – угол, образованный верхней (нижней) и правой (левой) границами зала [1].

Температура воздуха должна поддерживаться в спортивном зале и помещениях для проведения физкультурных занятий на уровне 17 градусов – 20 градусов Цельсия., в раздевалках спортивного зала и медицинских пунктах – на уровне 20 – 22 градусов Цельсия., в душевых – на уровне 25 градусов, в остальных помещениях – на уровне 18 – 24 градусов; относительная влажность воздуха в помещениях объектов спорта – 40 – 60 %; скорость движения воздуха – 0, 1 – 0, 2

м / сек. Важно соблюдать режим проветривания – проветривание до начала занятий и тренировок и после их окончания; ежедневная влажная уборка всех помещений с применением моющих, чистящих и дезинфицирующих средств, разрешенных к применению в жилых и общественных зданиях, обработка спортивного инвентаря с использованием дезинфицирующих растворов, металлические части протираются влажной ветошью без дезинфицирующего раствора. Для спортивных ковров применяется ежедневная очистка с использованием пылесоса [3].

Таким образом, исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что занятия в спортивном зале предъявляют определенные требования как к занимающимся, так и к учителям и преподавателям для проведения уроков на высоком уровне.

### **Используемая литература:**

1 Палыга В.Д. Гимнастика. Учеб.Пособие для студентов фак. Физ. воспитания пед. Ин - тов по спец. 2114 «Физ.воспитание» - М.: Просвещение, 1982 – 288 с.

2 Спортивные игры. Учеб.Пособие для пед училищ (отд - ний) физ. воспитания. / Под ред. Н.П.Воробьева. М.: Просвещение, 1975 – 271 с с ил.

3 Теория и методика физического воспитания. Учебник для ин - тов физкультуры. Под общ. ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Изд. 2 - е испр. и доп. (В 2 - х томах). М.: «Физкультура и спорт», 1976. Т1. Общие основы теории и методики физического воспитания.304 с с ил.

© Кожухова В.К., 2026

### **Коневцев И. В.**

Аспирант 3 курса

Направления 5.3.3. «Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика»

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт - Петербургский государственный университет»

г. Санкт - Петербург, Россия

### **Научный руководитель: Родионова Е. А.**

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт - Петербургский государственный университет»

г. Санкт - Петербург, Россия

## **РАЗЛИЧИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ У СОТРУДНИКОВ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ**

**Аннотация:** В текущем исследовании мы изучили вопрос о различиях показателей профессионального здоровья личности у работающих взрослых в группах с установленным диагнозом СДВГ и без диагноза. Исходя из полученных

результатов, существуют статистически значимые различия в таких компонентах профессионального здоровья, как стрессоустойчивость, работоспособность, эмоциональное благополучие. Группа с установленным диагнозом СДВГ демонстрирует сниженные показатели психологического профессионального здоровья. Исходя из полученных данных, а также с опорой на современные исследования в этой области, мы предполагаем, что симптомокомплекс СДВГ на уровне поведенческих проявлений в стрессовых ситуациях действительно способствует ухудшению профессионального здоровья личности у работающих взрослых за счет дезадаптивных моделей поведения в ответ на рабочий стресс.

**Ключевые слова:** профессиональное здоровье, стрессоустойчивость, работоспособность, СДВГ.

**Konevtsev I. V.**

3rd year postgraduate student

Direction 5.3.3. "Occupational Psychology,

Engineering Psychology, Cognitive Ergonomics"

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education

"Saint Petersburg State University"

Saint Petersburg, Russia

**Scientific supervisor: Rodionova E. A.**

PhD of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department

of Psychological Support for Professional Activity

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education

"Saint Petersburg State University"

Saint Petersburg, Russia

**DIFFERENCES IN OCCUPATIONAL HEALTH INDICATORS AMONG  
EMPLOYEES WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER**

**Abstract:** In the current study, we examined the differences in indicators of occupational health among working adults in groups with and without a diagnosed ADHD. Based on the results, there are statistically significant differences in components of occupational health, such as stress resistance, work performance, emotional well-being. The group with a diagnosed ADHD demonstrates lower indicators of psychological occupational health. Based on the data obtained, as well as on modern research in this field, we suggest that the symptom complex of ADHD at the level of behavioral manifestations in stressful situations does indeed contribute to the deterioration of professional health in working adults due to maladaptive behavioral patterns in response to work stress.

**Keywords:** occupational health, stress resistance, work performance, ADHD.

В качестве проблемы, на решение которой направлено данное исследование, мы выдвигаем возрастающие темпы профессионального выгорания, снижение эмоционального благополучия и работоспособности сотрудников из числа нейротипичных, что в концепции Г. С. Никифорова, посвященной профессиональному здоровью личности, является компонентами психологической составляющей профессионального здоровья [2]. Сфера изучения профессионального здоровья тесно связана с проблемой включения и адаптации нейротипичных сотрудников в контекст профессиональной деятельности. Бобров А. Ф. и соавторы в своей работе говорят о том, что современные системы профессиональной деятельности требуют разработки и развития донозологических систем оценки профессионального здоровья личности, что в дальнейшем может способствовать более эффективной коррекции и поддержке сотрудников в дисфункциональных состояниях [1]. Данный тезис связан с проблемой взаимодействия сотрудников в спектре нейроразнообразия с их профессиональным контекстом и межличностными отношениями внутри компании. Затрагивается проблема инклюзивности на рабочем месте вследствие нарушений профессионального здоровья личности. Нейротипичные сотрудники могут быть успешно адаптированы к профессиональной деятельности вследствие повышения показателей профессионального здоровья.

В зарубежных работах выделяется спектр основных трудностей, с которыми сталкиваются нейротипичные сотрудники, так, по оценкам Oscarsson M., среди них можно выделить заниженную самооценку, социальное взаимодействие и сложности с навыками саморегуляции, планирования и решения задач [6]. Актуальность вышеуказанной проблемы подчеркивается в исследованиях Fuermaier A. B. M. И соавторов, согласно оценкам которых примерно 7 - 8 % всех сотрудников могут сталкиваться с трудностями, ассоциированными с проявлением симптоматики СДВГ, которые сказываются на адаптации на рабочем месте [5].

В качестве теоретической базы данного исследования мы определяем работы Никифорова Г. С. и соавторов в контексте изучения проблемы профессионального здоровья личности, а также современные зарубежные исследования, посвященные изучению проблемы, связанной с СДВГ у сотрудников и соответствующих трудностях с адаптацией на рабочем месте, включая работы Doyle N. [4], Fuermaier A. B. M. [5] и Oscarsson M. [6].

В качестве цели текущего исследования мы выделяем исследование взаимосвязи между синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) и компонентами психологического профессионального здоровья работающих взрослых, включая стрессоустойчивость, работоспособность и эмоциональное благополучие. Объектом исследования выступают сотрудники с установленным диагнозом СДВГ. Предметом исследования является СДВГ как переменная, связанная с различиями в показателях психологического профессионального здоровья у сотрудников с соответствующим диагнозом и без него.

---

Гипотеза нашего исследования заключается в том, что существуют статистически значимые различия в показателях психологического профессионального здоровья работающих взрослых, а именно в уровнях стрессоустойчивости, работоспособности и эмоционального благополучия.

В исследовании приняли участие 150 сотрудников, работающих в социэкономических профессиях, включая психологические центры, образовательные учреждения, рекрутинговые агентства, сферы маркетинга и SMM, из них 83 женщины и 67 мужчин в возрасте от 25 до 43 лет ( $M = 26,78$ ). Из них 78 человек (экспериментальная группа) имеют клинически установленный диагноз синдром дефицита внимания и гиперактивности.

Методы обработки и анализа результатов исследования:

1. Корреляционный анализ для выявления взаимосвязи, метод ранговой корреляции Пирсона.

2. Т - критерий для поиска различий в показателях психологического профессионального здоровья.

Методики исследования:

1. Авторская анкета для сбора социально - демографических данных испытуемых.

2. Методика оценки профессионального здоровья (Никифоров Г. С. и др., 2015).

3. Шкала диагностики СДВГ у взрослых (Adult ADHD Self - Report Scale, ASRS 1.1) [3].

Математическая обработка эмпирических данных проводилась с использованием следующего программного обеспечения: Google - Forms, MicroSoft Excel, IBM SPSS Statistics 27.0.

При изучении вопроса о взаимосвязи синдрома дефицита внимания и гиперактивности с профессиональным выгоранием сотрудников, занятых в сфере социэкономических профессий, было выявлено, что существует взаимосвязь между компонентом невнимательности и такими показателями, как стрессоустойчивость ( $r_n = - .456$ ,  $p < .001$ ), работоспособность ( $r_n = - .287$ ,  $p = .004$ ) и эмоциональное благополучие ( $r_n = - .352$ ,  $p < .001$ ), а также выявлена статистически значимая связь между компонентами гиперактивности и стрессоустойчивости ( $r_n = - .451$ ,  $p < .001$ ), работоспособности ( $r_n = - .405$ ,  $p < .001$ ) и эмоционального благополучия ( $r_n = - .231$ ,  $p = .020$ ) (табл. 1. «Результаты корреляционного анализа»).

Таблица 1. Результаты корреляционного анализа

		Невнимательность	Гиперактивность
Стрессоустойчивость	Корреляция Пирсона	-,456**	-,451**
	знач. (двухсторонняя)	,000	,000
	N	100	100

Работоспособность	Корреляция Пирсона	-,287**	-,405**
	знач. (двухсторонняя)	,004	,000
	N	100	100
Эмоциональное благополучие	Корреляция Пирсона	-,352**	-,231*
	знач. (двухсторонняя)	,000	,020
	N	100	100

Полученная взаимосвязь может быть объяснена тем, что поведенческие реакции, ассоциированные с компонентами синдрома дефицита внимания и гиперактивности, основаны на низкой толерантности к стрессу, что, вероятно, и сказывается на низких показателях стрессоустойчивости. Низкая толерантность к стрессу приводит к более острой реакции на раздражители разного рода, включая профессиональный стресс, рабочую нагрузку, задачи, а также может быть связана с трудностями в социальном взаимодействии и ассоциирована со сниженными исполнительными функциями. Вследствие сниженной толерантности к стрессу и острой реакцией на стресс наиболее вероятно снижение работоспособности, чему может способствовать выраженность компонента невнимательности, который поведенчески приводит к таким последствиям, как высокая отвлекаемость, переключаемость деятельности, трудности с концентрацией на конкретной задаче, а гиперактивность может быть связана с более частыми поведенческими формами компенсации сниженной мотивации и переключаемости внимания, включая стимминг, более частые перерывы, трудности с достижением рабочих целей и другим. Сниженное эмоциональное благополучие, вероятно, в текущей модели выступает следствием вышеупомянутых проблем, поскольку данный компонент связан с субъективным восприятием себя в рамках текущей деятельности, а также с ощущением собственной успешности, компетентности в рамках выполняемой задачи и общим ощущением благополучия. По этой причине снижение показателей стрессоустойчивости и работоспособности вследствие проявления компонентов СДВГ на рабочем месте может приводить и к снижению уровня эмоционального благополучия.

Для уточнения вопроса о наличии или отсутствии различий между показателями психологического профессионального здоровья у сотрудников с СДВГ и сотрудников без соответствующего диагноза нами применялся статистический метод Т - критерий Стьюдента ввиду отсутствия отклонений распределения от нормальности.

В результате нами были обнаружены значимые различия между компонентами психологического здоровья, включая «Работоспособность» ( $p < ,001$ ), «Стрессоустойчивость» ( $p < ,001$ ) и «Эмоциональное благополучие» ( $p < ,001$ ) (табл 2. «Результаты Т - критерия для сравнения средних показателей компонентов психологического здоровья»).

Критерий для независимых выборок										
		Критерий равенства дисперсий Левина				Критерий для равенства средних				
		F	знач.	T	ст.св.	знак (двуусторонний)	Средняя разность	Средняя квадратическая ошибка разности	Нижняя	Верхняя
Стрессоустойчивость	Предполагается равные дисперсии	6,856	,019	8,223	148	<,001	3,435	,418	2,610	4,261
	Не предполагается равных дисперсий			8,565	144,276	<,001	3,435	,401	2,642	4,228
Работоспособность	Предполагается равные дисперсии	1,563	,213	4,285	148	<,001	4,443	1,037	2,394	6,492
	Не предполагается равных дисперсий			4,419	141,349	<,001	4,443	1,006	2,455	6,431
ПТЭ Эмоцбл	Предполагается равные дисперсии	1,044	,309	3,803	148	<,001	2,820	,742	1,395	4,286
	Не предполагается равных дисперсий			3,881	137,612	<,001	2,820	,727	1,383	4,258

Таблица 2. Результаты Т - критерия для сравнения средних показателей компонентов психологического здоровья

Таким образом, применение Т - критерия Стьюдента показало наличие статистически значимых различий в распределении параметров «Работоспособность», «Стрессоустойчивость» и «Эмоциональное благополучие». Исходя из полученных результатов, мы предполагаем, что статистики значимые различия в показателях стрессоустойчивости, работоспособности и эмоционального благополучия между контрольной и экспериментальной группами связаны с конкретными поведенческими реакциями, ассоциированными и соответствующими им компонентами симптомокомплекса СДВГ, а применительно к профессиональному контексту эти трудности можно обобщённо назвать дефицитом исполнительных функций. Поскольку дефицит исполнительных функций в рабочем контексте выражается преимущественно в сниженных навыках, мы предполагаем, что именно обучение соответствующим навыкам через групповой тренинг, индивидуальную терапию или СДВГ - коучинг могут быть эффективными методами для коррекции показателей психологического профессионального здоровья сотрудников с СДВГ. Исходя из вышесказанного, мы рассматриваем создание тренинговой обучающей программы для решения вышеупомянутых проблем в качестве следующего шага данного исследования.

### Список использованной литературы:

1. Бобров А. Ф. и др. Системные критерии дифференциальной экспресс - диагностики донозологических нарушений профессионального здоровья работников объектов использования атомной энергии // Медицинская радиология и радиационная безопасность. – 2023. – Т. 68. – №. 2.
2. Никифоров Г. С., Шингаев С. М. Психология профессионального здоровья как актуальное научное направление // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36. – №. 2. – С. 44 - 54.
3. Brevik E. J. et al. Validity and accuracy of the adult attention-deficit / hyperactivity disorder (ADHD) self-report scale (ASRS) and the Wender Utah rating scale (WURS) symptom checklists in discriminating between adults with and without ADHD // Brain and behavior. – 2020. – Т. 10. – №. 6. – С. e01605.
4. Doyle N. Neurodiversity at work: a biopsychosocial model and the impact on working adults. Br Med Bull. 2020 Oct 14;135(1):108 - 125. doi: 10.1093 / bmb / ldaa021. PMID: 32996572; PMCID: PMC7732033.

5. Fuermaier A. B. M. et al. ADHD at the workplace: ADHD symptoms, diagnostic status, and work - related functioning // Journal of Neural Transmission. – 2021. – Т. 128. – С. 1021 - 1031.

6. Oscarsson, M., Nelson, M., Rozental, A. et al. Stress and work - related mental illness among working adults with ADHD: a qualitative study. BMC Psychiatry 22, 751 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04409-w>.

© Коневцев И. В., 2026

**Литунчин О.А.**

студент

Забайкальский государственный университет

Чита, Россия

**Научный руководитель: Овчинникова Е.И.**

доцент, к.п.н., доцент

Забайкальский государственный университет

Чита, Россия

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ**

### **Аннотация**

В статье отражена проблема состояния здоровья школьников в современной образовательной среде; обозначен потенциал баскетбола как средства сохранения и укрепления физического здоровья учащихся основной школы; охарактеризована модель организации внеурочных занятий по баскетболу для учащихся основной школы с учетом методических особенностей.

### **Ключевые слова**

Здоровье, школьники, баскетбол, внеурочная деятельность, секции

**Litunchin O.A.**

student

Transbaikal state university

Chita, Russia

**Scientific advisor: Ovchinnikova E.I.**

associate professor, phd, associate professor

Transbaikal state university

Chita, Russia

## **METHODOLOGICAL FEATURES OF EXTRACURRICULAR BASKETBALL TRAINING FOR PRIMARY SCHOOL STUDENTS**

### **Annotation**

The article reflects the problem of schoolchildren's health in the modern educational environment; it highlights the potential of basketball as a means of preserving and

strengthening the physical health of secondary school students; and it describes a model for organizing extracurricular basketball classes for secondary school students, taking into account methodological features.

### **Keywords**

Health, students, basketball, extracurricular activities, clubs

В России за период трех последних десятилетий наблюдается отрицательная динамика показателей состояния здоровья школьников. По мнению ряда авторов, состояние здоровья школьников является интегральным показателем, отражающим влияние факторов окружающей внешней и внутришкольной среды. Оно складывается из уровня физического и умственного развития в различные возрастные периоды, а также зависит от функционального состояния организма, иммунной защиты и адаптационно - приспособительных реакций.

Значимая роль в сохранении и укреплении здоровья учащихся отводится школьным секциям по видам спорта. Баскетбол включен в школьные программы по физической культуре и является одним из основных видов секционных занятий в школе. Занятия баскетболом оказывают на организм человека многообразные положительные воздействия и способствуют сохранению и укреплению здоровья детей [2, с 41].

Цель исследования: разработка, теоретическое и методическое обоснование модели организации внеурочных занятий по баскетболу для учащихся основной школы с учетом методических особенностей.

Педагогический констатирующий эксперимент проводился на базе МБОУ СОШ № 7 города Читы с октября по декабрь 2025 года с группой школьников 7 - 8 - х классов в количестве 12 человек (девочки).

В ходе педагогического эксперимента мы проводили педагогическое тестирование для оценки показателей физической подготовленности учащихся, медико - биологические исследования для оценки показателей физического развития и функциональной подготовленности школьников, а также анализ документальных материалов о сведениях по заболеваемости учащихся. В результате исследований девочки, занимающиеся в школьной секции баскетбола, продемонстрировали низкий уровень физической подготовленности, удовлетворительный уровень возможностей сердечно - сосудистой и дыхательной систем и среднюю резистентность к заболеваниям.

Процесс организации школьной секции по баскетболу включает планирование на основе нормативно - правовых документов, разработку методики проведения учебно - тренировочных занятий и планирования соревнований и включает три этапа: 1) предварительный этап (планирование учебно - тренировочного процесса); 2) основной этап (проведение учебно - тренировочных занятий и соревнований в течение учебного года); 3) заключительный этап (подведение итогов, анализ и демонстрация результатов освоения обучающимися содержания образовательной программы) [3, с 18].

Экспериментальная модель внеурочных занятий по баскетболу была разработана для группы девочек 7 - 8 - х классов на I четверть (сентябрь, октябрь). В сентябре и октябре предусмотрено 16 учебно - тренировочных занятий по баскетболу. В разделе физической подготовки намечено развитие общих

физических способностей: общей выносливости, гибкости, скоростных, силовых, координационных с использованием обще - подготовительных упражнений по легкой атлетике, гимнастике; в разделе технической подготовки запланированы подводящие упражнения и подвижные игры по баскетболу.

В сентябре и октябре с 1 - го по 16 - е учебно - тренировочные занятия в разделе технической подготовки предусмотрены подводящие упражнения с целью постепенного освоения технических приемов, выполняемые повторным и игровым методом и подвижные игры с элементами баскетбола для овладения техникой игры игровым методом [1, с 24].

Выводы. Нами разработана модель организации внеурочных занятий по баскетболу для учащихся основной школы с учетом методических особенностей. Модель рассчитана на I четверть с сентября по октябрь. Сентябрь является втягивающим периодом с направленностью на развитие общих физических способностей: общей выносливости, гибкости, скоростных, координационных, силовых. В октябре учебно - тренировочный процесс имеет поддерживающий режим и постепенное повышение физической нагрузки.

### Список литературы

1. Гучель, И.Н. Проблемы преподавания физической культуры в современной школе / И.Н. Гучель, Т.В. Манченко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2023. – №1. – С. 61 - 69.

2. Ильина, С.А. Повышение уровня здоровья в процессе занятий баскетболом / С.А. Ильина, Т.Н. Демочкина, Т.Н. Мостовая // Наука - 2020. – 2020. – № 5. – С.150 - 155.

3. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: моногр. / Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2022. - 865 с.

© Литунчин О.А. 2026

**Мясоедова А.В.**

студентка 3 курса ЮУрГГПУ

Научный руководитель: Л.Б. Фомина

ст. преп. кафедры физического воспитания ЮУрГГПУ

г. Челябинск

## **ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

**Аннотация:** в статье рассматриваются теоретические аспекты формирования мотивации к здоровому образу жизни у младших школьников средствами физического воспитания. Актуальность исследования обусловлена снижением уровня физической активности детей и необходимостью формирования устойчивых ценностных установок на здоровье. Целью работы является анализ научных подходов и выявление эффективных педагогических условий

формирования мотивации к занятиям физической культурой. Рассмотрены сущность мотивации, особенности младшего школьного возраста и роль физического воспитания в формировании здоровьесберегающего поведения. Обоснована необходимость комплексного подхода, включающего урочную и внеурочную деятельность.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, мотивация, физическое воспитание, младшие школьники, физическая культура, ценностные ориентации, здоровье.

В современных условиях проблема сохранения и укрепления здоровья детей приобретает особую значимость. Снижение уровня двигательной активности, увеличение времени, проводимого за цифровыми устройствами, и рост учебной нагрузки негативно сказываются на состоянии здоровья младших школьников [3].

Младший школьный возраст является важным этапом формирования личности, в том числе ценностного отношения к здоровью. Именно в этот период формируются базовые привычки и установки, которые в дальнейшем определяют образ жизни человека [2].

Физическое воспитание в системе общего образования выступает важнейшим средством формирования мотивации к здоровому образу жизни, так как сочетает в себе образовательные, воспитательные и оздоровительные функции [4]. Формирование мотивации у младших школьников требует учета их возрастных особенностей: высокой эмоциональности, потребности в игровой деятельности и стремления к одобрению со стороны взрослых и сверстников [1]. Исследователи подчеркивают, что мотивация формируется постепенно и требует систематического педагогического воздействия, направленного на развитие устойчивого интереса к физической активности.

Физическое воспитание является важным элементом образовательного процесса, направленным на развитие физических качеств и укрепление здоровья учащихся. Оно создает условия для формирования положительного отношения к физической активности и здоровому образу жизни [3].

Основными формами физического воспитания являются:

- уроки физической культуры;
- занятия в спортивных секциях;
- внеклассные физкультурно - оздоровительные мероприятия.

Уроки физической культуры обеспечивают систематичность воздействия, формируют базовые двигательные навыки и знания о здоровье. Внеурочная деятельность способствует закреплению интереса к занятиям и формированию устойчивых привычек. Важным фактором является эмоциональная привлекательность занятий. Использование игровых методов, соревнований и разнообразных форм деятельности способствует повышению мотивации учащихся.

В педагогической науке выделяются различные подходы к формированию здорового образа жизни:

- деятельностный подход, предполагающий формирование мотивации через активное участие в физкультурной деятельности;
  - личностно - ориентированный подход, направленный на развитие индивидуальных способностей и интересов ребенка;
  - аксиологический подход, ориентированный на формирование ценностей и установок на здоровье [1].
-

Сочетание данных подходов обеспечивает комплексное воздействие на личность ребенка и способствует формированию устойчивой мотивации.

Таким образом, формирование мотивации к здоровому образу жизни у младших школьников является важной задачей современной педагогики. Анализ теоретических источников показал, что данный процесс носит комплексный характер и требует системного подхода.

Физическое воспитание выступает ключевым средством формирования мотивации, обеспечивая развитие не только физических качеств, но и ценностного отношения к здоровью. Эффективность данного процесса зависит от учета возрастных особенностей учащихся, использования разнообразных методов и создания благоприятной образовательной среды.

### **Библиографический список**

1. Иванов, В. Д. Формирование навыков здорового образа жизни у младших школьников / В. Д. Иванов, З. И. Матина // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2020. — Т. 5, № 2. — С. 23–27.
2. Макарова, Л. П. Формирование мотивации здорового образа жизни как критерий качества образования / Л. П. Макарова, М. С. Матусевич, О. В. Шатровой // Молодой ученый. — 2014. — № 10 (63). — С. 245–248.
3. Мещеряков, Ф. М. Физическое воспитание младших школьников как основа формирования здорового образа жизни / Ф. М. Мещеряков // Молодой ученый. — 2025. — № 28 (579). — С. 60–63.
4. Малафеева, С. Н. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у младших школьников / С. Н. Малафеева, Н. А. Вершинина // Специальное образование. — 2021. — № 2. — С. 112–118.

© Мясоедова А.В. 2026

**Русинова Е. С.**

Студент 1 курса магистратуры  
АНО ВО «Поволжской академии образования и искусств  
имени Святителя Алексия, Митрополита Московского»  
Россия, г. Тольятти

**Батарова Т. М.**

К.п.н., доцент,  
АНО ВО «Поволжской академии образования и искусств  
имени Святителя Алексия, Митрополита Московского»,  
Россия, г. Тольятти

## **ПОЛИСТРУКТУРНАЯ МОДЕЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ В КОНТЕКСТЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ**

**Аннотация:** В статье представлен теоретический обзор подходов к пониманию сущности и особенностей проявления социальной активности учащейся молодежи

в условиях современного социума, и обоснована полиструктурная модель педагогических условий ее формирования в контексте национальных проектов. Цель статьи — концептуализировать социальную активность как многомерное образование и определить совокупность педагогических условий (средств), обеспечивающих устойчивое вовлечение обучающихся в социально значимую деятельность. Модель представлена как сложное структурное образование, включающее целевой, содержательно - деятельностный, организационно - процессуальный и оценочно - результативный блоки, а также механизм педагогической интеграции ресурсов национальных проектов в воспитательную систему образовательной организации.

**Ключевые слова:** социальная активность, учащаяся молодежь, педагогические условия, национальные проекты, педагогическая модель, воспитательная система, проектная деятельность, добровольчество.

**E. Rusinova**

ANO VO "Volga Region Academy of Education and Arts  
named after St. Alexy, Metropolitan of Moscow"  
e - mail: mkbweb@yandex.ru

Russia, Tolyatti

**T. Batarova**

ANO VO "Volga Region Academy of Education and Arts  
named after St. Alexy, Metropolitan of Moscow,"

Russia, Tolyatti

## **A POLY - STRUCTURAL MODEL OF PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF SOCIAL ACTIVITY OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF NATIONAL PROJECTS**

**Annotation:** This article presents a theoretical overview of approaches to understanding the social engagement of students and substantiates a polystructural model of the pedagogical conditions for its development in the context of national projects. The goal is to conceptualize social engagement as a multidimensional entity and identify a set of pedagogical conditions (means) that ensure the sustainable engagement of students in socially significant activities. Methods include analysis and synthesis of scientific literature, comparative analysis, and modeling. The result is a model that includes target, content - activity, organizational - procedural, and evaluative - results blocks, as well as a mechanism for the pedagogical integration of national project resources into the educational system of an educational institution.

**Keywords:** social activity students, pedagogical conditions, national projects, pedagogical model, educational system, project activities, volunteerism.

В современных условиях социальная активность учащейся молодежи рассматривается как значимый результат воспитания и социализации, связанный с

---

готовностью к инициативному участию в общественно значимой деятельности, сотрудничеству, ответственности и социальному взаимодействию [1; 16]. Научные исследования показывают, что социальная активность не сводится к единичным действиям и участию в мероприятиях, а выступает устойчивой характеристикой личности и группы, имеющей сложную структуру и разнообразные формы проявления [16; 17]. В науке отсутствует единое толкование сущности социальной активности молодежи. В работах Р. М. Шамионова социальная активность трактуется как многомерное образование, включающее мотивационный, ценностно-смысловой, когнитивный, эмоционально-отношенческий и поведенческий компоненты, что позволяет рассматривать ее как процесс и результат социализации [16; 17]. Содержательное разнообразие форм активности молодежи описано в исследованиях Е. Е. Бочаровой, где показано, что различные сферы активности по-разному детерминированы ценностными ориентациями и социальными представлениями [5; 6; 18].

Особое значение имеют подходы, ориентированные на субъектность и саморегуляцию. В акмеологической традиции социальная активность связывается с самореализацией личности, а устойчивое социальное действие — с инициативностью, ответственностью и самоорганизацией [9; 10]. Исследования И. В. Арндачук демонстрируют, что устойчивость и выбор форм социальной активности определяются субъектно-деятельностными характеристиками и ценностно-смысловыми основаниями молодежи [2; 3; 4]. М. А. Кленова подчеркивает необходимость систематизации факторов, влияющих на вовлеченность, и разработки более точных моделей описания уровней и типов социальной активности [8].

В образовательной практике актуальность развития социальной активности усиливается в связи с реализацией государственных программ и национальных инициатив, расширяющих возможности подростков и юношества включаться в добровольчество, проектную деятельность и самоуправление. Нормативные основания воспитательной деятельности образовательных организаций задаются федеральным законодательством [14], а развитие добровольчества и социальной активности обозначено как целевой ориентир в рамках соответствующих федеральных проектов [15]. Однако наличие внешних возможностей само по себе не обеспечивает устойчивой включенности молодежи: участие может носить эпизодический характер и не преобразовываться в личностно значимый опыт социального действия. Это актуализирует задачу теоретического обоснования педагогических условий (средств), позволяющих интегрировать ресурс национальных проектов в воспитательную систему образовательной организации.

Цель статьи — представить теоретический обзор подходов к пониманию социальной активности и обосновать полиструктурную модель педагогических условий формирования социальной активности учащейся молодежи в контексте национальных проектов.

---

В современной психолого - педагогической и социальной психологии социальная активность трактуется как многомерное образование, включающее мотивационный, ценностно - смысловой, когнитивный, эмоционально - отношенческий и поведенческий компоненты [16; 17]. Содержательное разнообразие форм активности молодежи (учебно - профессиональная, культурно - досуговая, гражданско - патриотическая, волонтерская, сетевые практики) описано в исследованиях, акцентирующих зависимость видов активности от ценностей, социальных представлений и контекста социализации [5; 6; 18]. Подходы, ориентированные на субъектность, подчеркивают связь социальной активности с саморегуляцией, самоорганизацией и ответственностью, обеспечивающими переход от пассивного следования внешним требованиям к инициативному социальному действию [9; 10].

Исследования И. В. Арндачук демонстрируют, что устойчивость и выбор форм социальной активности определяются субъектно - деятельностными детерминантами и ценностно - смысловыми основаниями, что подтверждает необходимость развивать внутренние основания активности, а не только расширять событийные форматы участия [2; 3; 4]. М. А. Кленова отмечает, что эмпирические исследования социальной активности нуждаются в более точной операционализации и систематизации факторов, влияющих на вовлеченность молодежи [8], что делает актуальным моделирование педагогических условий как системной совокупности факторов образовательной среды.

Национальные проекты и федеральные программы создают инфраструктуру возможностей участия молодежи в социально значимой деятельности, в том числе через добровольчество и инициативы взаимопомощи [15]. Однако социологические исследования указывают на неоднородность форм социальной активности, сочетание институциональных и неинституциональных практик, включая локальные инициативы и сетевые формы участия [11; 12; 13; 19]. Следовательно, эффективное использование ресурса национальных проектов требует педагогической интеграции: согласования целей воспитания, отбора содержания, сопровождения участия, развития субъектной позиции обучающихся и фиксации результатов активности в образовательной организации.

На основе теоретического обзора обоснована полиструктурная модель педагогических условий формирования социальной активности учащейся молодежи в контексте национальных проектов. Модель включает четыре взаимосвязанных блока: целевой, содержательно - деятельностный, организационно - процессуальный, оценочно - результативный.

Таблица 1 – Полиструктурная модель педагогических условий формирования социальной активности учащейся молодежи

<b>Блок</b>	<b>Педагогические условия (средства)</b>	<b>Механизмы интеграции ресурсов национальных проектов</b>
Целевой	Целеполагание формирования социальной активности как	Включение ориентиров участия в программу

	результата воспитания; согласование целей образовательной организации и государственных инициатив [14; 15].	воспитания; «карта возможностей» для обучающихся.
Содержательно - деятельностный	Развитие ценностно - смысловых оснований активности, субъектной позиции и опыта социально значимого действия [2; 3; 16].	Проектная деятельность, добровольчество, социальное проектирование, практики самоуправления [12; 15].
Организационно - процессуальный	Создание среды участия; педагогическое сопровождение; партнерство; учет возрастных особенностей [7; 9].	Наставничество / кураторство, командная работа, поддержка инициатив, взаимодействие с социальными институтами.
Оценочно - результативный	Критерии и показатели социальной активности; мониторинг, рефлексия и признание достижений [8; 18].	Портфолио социальных достижений, самооценка / экспертная оценка, анализ динамики вовлеченности.



Рисунок 1. Логика полиструктурной модели педагогических условий формирования социальной активности

Предложенная модель позволяет рассматривать национальные проекты не как «внешний фон», а как ресурс, педагогически преобразуемый в устойчивые практики участия. Это соответствует представлениям о социальной активности как о системном результате взаимодействия личностных и средовых факторов [16; 17; 18], а также учитывает современную трансформацию активности в онлайн - и офлайн - среде [19].

Теоретический обзор позволил сделать вывод о том, что социальная активность учащейся молодежи является полиструктурным образованием, включающим ценностно - смысловые основания, субъектную позицию и разнообразные формы общественного участия. Национальные проекты расширяют возможности вовлечения молодежи, однако их потенциал реализуется в образовательной организации только при наличии системных педагогических условий интеграции внешних ресурсов в воспитательную среду. Обоснованная полиструктурная модель педагогических условий формирования социальной активности, включающая целевой, содержательно - деятельностный, организационно - процессуальный и оценочно - результативный блоки, может быть использована при проектировании программ воспитания и организации устойчивых практик участия обучающихся в социально значимой деятельности.

### **Список использованной литературы**

1. Абдурахманова, М., Хонкелдиева, К., Фаязов, А. Формирование позитивной социальной активности молодежи как проблема современного образования // *orienss*. 2022. №11.
2. Арндачук И. В. Ценностно - смысловые характеристики социальной активности молодежи в зависимости от форм ее проявления // *Изв. Саратов. ун - та Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика*. 2018. №4.
3. Арндачук И. В. Динамика ценностно - смысловых характеристик социальной активности современной молодежи // *Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика*. 2018. №3.
4. Арндачук И. В. Субъектно - деятельностные детерминанты видов социальной активности учащейся молодежи // *Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика*. 2019. №4.
5. Бочарова Е. Е. Типичные сферы проявления социальной активности современной молодежи // *Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика*. 2019. Т. 16, № 3. С. 359–376.
6. Бочарова Е. Е. Представление личности о культурно - исторических фактах и их роли в детерминации социальной активности // *Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки*. 2020. № 1. С. 22–35.
7. Григорьева М. В. Потребностно - мотивационные факторы социальной активности личности в разных условиях социализации // *Общество: социология, психология, педагогика*. 2018. № 11 (55). С. 35–41.
8. Кленова М. А. Проблемы и перспективы исследования социальной активности молодежи // *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития*. 2018. Т. 7, вып. 4. С. 319–325.

9. Кудинов С. С. Социальная активность как основа самореализации личности // Акмеология. 2014. № 1–2. С. 124–125.
10. Кудинов С. И., Айбазова С. Р. Субъектная детерминация самореализации личности // Акмеология. 2015. № 2. С. 90–97.
11. Парма Р. В. Гражданская активность поколений в современном российском обществе // Вестник Института социологии. 2022. № 2.
12. Троцук И. В., Сохадзе К. Г. Социальная активность молодежи: подходы к оценке форм, мотивов и факторов проявления в современном российском обществе // Вестник РУДН. Серия: Социология. 2014. № 4. С. 58–73.
13. Троцук И. В., Сохадзе К. Г., Лаврушина А. И. Неинституциональные форматы социальной активности российской молодежи // Гуманитарные, социально - экономические и общественные науки. 2016. № 6–7. С. 108–113.
14. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ (ред. от 31.07.2023).
15. Федеральный проект «Мы вместе»: развитие добровольчества и социальной активности граждан: паспорт проекта. 2023.
16. Шамионов Р. М. Социальная активность личности и группы: определение, структура и механизмы // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2018. Т. 15, № 4. С. 379–394.
17. Шамионов Р. М. Социальная активность личности и группы: некоторые теоретические выводы // Психология социальной активности молодежи. М.: Перо, 2020. С. 11–36.
18. Шамионов Р. М., Бочарова Е. Е., Невский Е. В. Роль ценностей в приверженности молодежи различным видам социальной активности // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13, № 1. С. 124–141.
19. Шамионов Р. М., Суздальцев Н. В. Соотношение приверженности молодежи к социальной активности в интернете и физическом пространстве // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2022. Т. 19, № 1. С. 21–38.

© Русинова Е. С., 2026

**Семенова Д.А.**

Студент 3 курса ФИЯ СГСПУ

**Любушкина Л.А.**

доцент кафедры педагогики и психологии СГСПУ

## **АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

**Аннотация.** В работе анализируются данные эмпирического исследования, посвященного процессу социально - психологической адаптации студентов - первокурсников СГСПУ. В ходе исследования диагностированы ключевые затруднения психологического свойства: повышенный уровень тревожности, переживание недостатка понимания со стороны окружения, противоречивый

характер академической мотивации. Определены конструктивные и деструктивные копинг - стратегии, используемые первокурсниками.

**Ключевые слова:** адаптация первокурсников, социально - психологическая адаптация, психологический стресс, академическая мотивация, копинг - стратегии, педагогический университет.

Проблема адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе остается одной из наиболее актуальных в современной психологии высшего образования. Переход от школьной к университетской системе обучения сопровождается кардинальной сменой социальной ситуации развития, изменением требований к самостоятельности, формированием нового коллектива и необходимостью выстраивания иной образовательной траектории. Особую значимость эта проблема приобретает в педагогических вузах, где от успешности адаптации будущих педагогов во многом зависит их профессиональное становление.

В современной науке феномен адаптации принято рассматривать как динамический процесс, в рамках которого личность активно приспосабливается к изменившимся условиям жизнедеятельности. Если обобщить позиции исследователей (А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, А.А. Реана), ключевым здесь выступает не пассивное приспособление, а преобразование субъектом собственных поведенческих паттернов. Применительно к системе высшего образования адаптационный процесс структурируется на три взаимосвязанных направления: освоение новых дидактических требований, интеграцию в студенческое сообщество и становление профессиональной идентичности (В.Т. Хорошко, А.Г. Мороз).

Нами было проведено исследование на базе 1 курса факультета иностранных языков Самарского государственного социально - педагогического университета, с целью выявить психологические трудности адаптации студентов первого курса педагогического университета и определить конструктивные пути их преодоления на основе анализа структуры адаптации, уровня стресса, характера мотивации и используемых копинг - стратегий. В опросе приняли участие 40 человек в возрасте от 17 - 19 лет.

Анализ ответов по методике Роджерса–Даймонда позволяет выделить несколько ключевых тенденций. Несмотря на то, что 47,8 % респондентов легко находят общий язык с одноклассниками, а 39,1 % чувствуют уверенность в учебной группе, значительная часть первокурсников испытывает трудности в общении: 34,8 % отмечают неловкость при вступлении в разговор с новыми людьми. Обращает на себя внимание высокий процент студентов, чувствующих себя одинокими в университете (13 % — «точно относится», 4,3 % — «скорее относится»). Эти данные свидетельствуют о наличии коммуникативного барьера у значительной части первокурсников.

Также выявлен высокий уровень тревожности: 34,8 % респондентов часто тревожатся без видимой причины. При этом 13 % чувствуют себя одинокими, а

---

17,4 % часто скучают по дому или прошлой жизни. Однако позитивным фактором выступает ощущение принятия: 69,5 % студентов (сумма ответов «скорее относится» и «точно относится») считают, что их принимают такими, какие они есть.

Большинство первокурсников (69,6 %) легко адаптируются к новым условиям, 73,9 % способны найти выход из сложной ситуации. Вместе с тем 43,5 % испытывают трудности в соблюдении требований вуза, а 47,8 % отмечают проблемы с самоорганизацией (сумма ответов «скорее не относится» и «точно не относится» по пункту «Я умею планировать свое время»).

Результаты по шкале PSM - 25 демонстрируют высокую стрессовую нагрузку на первокурсников. Наиболее выражены следующие симптомы:

- Ощущение перегруженности учебной: 30,4 % оценивают его на 5 баллов («постоянно»), еще 21,7 % — на 4 балла («часто»).
- Нарушения сна: 43,5 % часто сталкиваются с нарушениями сна, 17,4 % — постоянно.
- Нервное напряжение: 34,8 % часто и 13 % постоянно испытывают чувство нервного напряжения.
- Мысли о том, чтобы все бросить: 13 % часто и 13 % постоянно имеют такие мысли.

Также по проведенному опросу можно увидеть, что мотивационный профиль первокурсников характеризуется выраженным противоречием.

Внутренняя мотивация представлена достаточно высокими показателями:

- 69,5 % нравится узнавать новое по специальности.
- 56,5 % интересен сам процесс обучения.
- 73,9 % получают удовольствие, когда разбираются в сложных темах.

Внешняя мотивация также занимает значимое место:

- 65,2 % считают важным получение стипендии.
- 87 % не учатся потому, что этого требуют родители (позитивный фактор — отсутствие внешнего давления).
- 73,9 % стремятся стать высококлассными специалистами.

Тревожным сигналом выступает наличие амотивации: 39,1 % скорее не понимают, зачем они здесь, но продолжают учиться. Это указывает на риск экзистенциального кризиса и потери смысла обучения.

Анализ способов совладающего поведения показал преобладание как конструктивных, так и деструктивных стратегий. Наиболее часто используемые стратегии: поиск социальной поддержки (обсуждение проблемы с друзьями или родителями): 60,9 % используют часто; отвлечение (спорт, хобби): 52,2 % часто используют этот способ; избегание (старюсь забытья, сплю, смотрю сериалы): 47,8 % часто прибегают к этой стратегии; планирование решения проблемы: 39,1 % часто составляют план действий. Редко используемые стратегии: обращение к преподавателю или куратору: 47,8 % никогда не используют, 30,4 % используют редко; срыв злости на других: 39,1 % никогда не используют; важно отметить, что 26,1 % часто винят себя в возникших трудностях (самообвинение), что является деструктивным копингом.

Несмотря на высокий уровень стресса и наличие трудностей, 87 % студентов оценивают свою успеваемость как высокую (сессия сдана на «хорошо» и «отлично»), задолженностей нет ни у кого из респондентов. При этом 30,4 % иногда думали о том, чтобы бросить университет, а 13 % — неоднократно. Это указывает на рассогласование между объективной успешностью и субъективным ощущением благополучия.

Полученные данные позволяют составить целостный портрет адаптации первокурсника педагогического университета. С одной стороны, студенты демонстрируют достаточно высокий адаптационный потенциал: они легко адаптируются к новым условиям, способны находить выход из сложных ситуаций, мотивированы на получение знаний и профессиональное развитие. Большинство интегрированы в учебную группу, чувствуют принятие со стороны окружающих. С другой стороны, выявлен ряд психологических трудностей, требующих внимания.

Около трети студентов испытывают трудности в установлении контактов, чувствуют себя непонятыми и одинокими. Это особенно остро проявляется у проживающих в общежитии и иногородних студентов (43,5 % выборки). У студентов присутствует частая тревожность, нарушения сна, ощущение перегруженности указывают на то, что адаптационный процесс сопровождается значительными психофизиологическими затратами. При наличии внутренней мотивации почти половина студентов не понимают смысла своего обучения, что создает риск снижения академической активности в будущем. Также выявлена крайне низкая частота обращений к преподавателям и кураторам при высокой значимости неформальной поддержки (друзья, родители) свидетельствует о недостаточном использовании институциональных ресурсов адаптации. Высокая успеваемость сочетается с периодически возникающими мыслями о прекращении обучения, что может быть маркером эмоционального выгорания на начальном этапе.

Таким образом, адаптация первокурсников представляет собой сложный, многомерный процесс, успешность которого зависит от сочетания личностных ресурсов студента и условий образовательной среды. Проведенное исследование показало, что студенты первого курса педагогического университета обладают достаточным потенциалом для преодоления адаптационных трудностей, однако нуждаются в системной психолого - педагогической поддержке. Своевременное выявление психологических трудностей и организация адресной помощи позволяют не только повысить качество адаптации, но и создать основу для успешного профессионального становления будущих педагогов.

### **Список литературы:**

1. Гордеева, Т. О. Мотивация учебной деятельности школьников и студентов: структура, механизмы, условия развития: монография / Т. О. Гордеева. – Москва: Издательство Московского университета, 2013. – 120 с.
  2. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс: сборник / под редакцией Л. Леви. – Ленинград: Медицина, 1970. – С. 178–208.
-

3. Мороз, А. Г. Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе / А. Г. Мороз // Психологическая служба вуза: опыт, проблемы, перспективы: материалы научно - практической конференции, Киев, 15–17 мая 1990 года. – Киев, 1990. – С. 45–51.
4. Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. – 2004. – № 1. – С. 43–56.
5. Реан, А. А. Психология адаптации личности: учебно - методическое пособие / А. А. Реан. – Санкт - Петербург: Прайм - Еврознак, 2008. – 479 с.
6. Терехова, М. А. Динамика психологических состояний студентов в период адаптации к обучению в вузе / М. А. Терехова, Е. В. Климова // Психологическая наука и образование. – 2023. – Т. 28, № 2. – С. 56–68.
7. Хорошко, В. Т. Социально - психологическая адаптация студентов первого курса / В. Т. Хорошко // Высшее образование сегодня. – 2021. – № 3. – С. 42–47.
8. Шувалова, Ю. А. Психологические ресурсы адаптации студентов к обучению в вузе: диссертация... кандидата психологических наук: 19.00.07 / Шувалова Юлия Александровна. – Москва, 2022. – 198 с.

© Семенова Д.А., Любушкина Л.А. 2026

**Сергеева В.И.,**

педагог дополнительного образования

МБУДО БДДТ

РФ, г. Белгород

### **ПРОБЛЕМА ЧТЕНИЯ С ЛИСТА В ОРКЕСТРЕ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ: ОТ МЕХАНИЧЕСКОГО ВОСПРОИЗВЕДЕНИЯ К ОСМЫСЛЕННОМУ МУЗИЦИРОВАНИЮ**

**Аннотация:** В статье рассматривается одна из наиболее острых проблем музыкальной педагогики в классе детского оркестра – развитие навыка чтения нот с листа. Автор анализирует причины возникновения трудностей у учащихся и предлагает комплекс практических методов и упражнений, направленных на формирование осознанного и беглого чтения текста.

**Ключевые слова:** дополнительное образование, оркестр народных инструментов, чтение с листа, методика обучения, музыкальная грамотность, ансамблевое исполнительство.

В современной практике педагога дополнительного образования навык чтения с листа часто остается «слабым звеном». В условиях подготовки к конкурсам и концертам мы привыкаем подолгу заниматься по одной программе, из - за чего учащиеся теряют способность быстро ориентироваться в новом тексте. Для

участника оркестра этот навык критичен: от него зависит скорость разбора репертуара и мобильность всего коллектива.

Чтение с листа – это сложнейший психофизиологический процесс. Глаза должны «бежать» на 1–2 такта вперед, мозг – мгновенно анализировать структуру, а руки – находить верную аппликатуру на грифе или кнопках. У «народников» задача осложняется спецификой инструментов: прыжки через лады на балалайке, смена позиций на домре или сложная координация меха и кнопок у баянистов.

Я на занятиях применяю следующие практические приемы решения проблемы читки с листа:

1. Метод «фотографического взгляда» заключается в том, что прежде чем коснуться струн, даем учащемуся 30 секунд на визуальный анализ. Он за это время определяет тональность (смотрит на знаки альтерации при ключе), размер, повторяющиеся ритмические фигуры и «ловушки» (случайные знаки). Такой прием формирует способность приучить мозг узнавать знакомые паттерны, а не читать каждую ноту отдельно.

2. Главная ошибка новичка в оркестре – остановиться, если взял не ту ноту. В коллективе это равносильно «аварии». Чтобы избегать такие «аварий», я прошу прохлопать ритм всей партитуры без инструмента. Также использую упражнение «Ритмический аккомпанемент», когда в новом, незнакомом произведении нужно играть только ритмическую сетку на одной ноте (например, на открытой струне «Ля»). Данное упражнение помогает снять нагрузку с левой руки и сосредоточиться на временной структуре произведения.

При игре с листа ввожу правило: «Ошибайся в нотах, но не теряй ритмическую сетку», так как ритм важнее высоты. Это сохраняет ансамблевое единство.

3. Развитие периферийного зрения. Музыкант в оркестре должен видеть одновременно три точки: свои ноты, дирижера и соседа. С целью сформировать данный навык, я учу детей не смотреть на свои руки во время игры. Если юный оркестрант постоянно переводит взгляд с грифа на пульт, скорость чтения падает вдвое. Работа «вслепую» на знакомых упражнениях – лучший фундамент для чтения с листа. Я применяю упражнение «Слепое сканирование», которое развивает тактильные ощущения: необходимо сыграть простую гамму или мелодическую фразу, не глядя на гриф. Таким образом учащийся учится доверять пальцам, чтобы взгляд был зафиксирован только на нотном тексте или дирижере.

4. Использование «облегченных» текстов. Для тренировки навыка чтения с листа нужно брать материал на 2 - 3 уровня ниже текущей программы учащегося. Если ребенок играет сложную обработку народной песни, для чтения с листа даю ему простейшие попевки. Ребенок чувствует успех, а успех рождает уверенность.

Не менее важно развивать оперативную память у музыкантов и контроль осознанности чтения с листа. Для решения этих задач в свою практику я включила такие упражнения, как «Закрытое окно» (я накрываю листом бумаги уже сыгранный текст прямо во время исполнения, заставляя учащегося смотреть вперед, что способствует тренировке «опережающего зрения») и «Дирижерская

пауза» (учащийся или группа начинают читать с листа, по моему хлопку все останавливаются, а через 2 - 3 секунды музыканты должны назвать следующую ноту в своей партии. Так я формирую контроль осознанности чтения, а не механического угадывания).

Важно переломить отношение к чтению с листа как к «контрольной работе». Это должно стать ежедневной пятиминутной разминкой. В оркестре можно практиковать «чтение с листа всей группой», когда домристы или балалаечники вместе разбирают новый подголосок – это снимает психологический барьер и страх перед ошибкой.

Таким образом, свободное чтение с листа освобождает внимание музыканта для самого главного – творчества и исполнения указаний дирижера. Развивая этот навык, я воспитываю не «репетиторов» одной программы, а гибких, грамотных музыкантов.

### Список литературы

1. Цыпин Г. М. Психология музыкальной деятельности: теория и практика. – М.: Академия, 2003.
2. Безбородова Л. А. Методика преподавания музыкальных дисциплин: учебное пособие для вузов. – М.: Юрайт, 2023.
3. Шахов Г. И. Теоретические основы формирования навыка чтения с листа. – М.: Издательство РАМ им. Гнесиных, 2014.

© Сергеева В.И., 2026

**Черкасова О.М.**

Музыкальный руководитель  
МБДОУ «Детский сад «Звездочка» п. Яковлево  
Яковлевского муниципального округа»,  
Белгородская область

## ЗНАЧЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ВСЕСТОРОННЕГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Аннотация:** музыкальное воспитание, музыкальная деятельность - одна из центральных составляющих эстетического воспитания.

**Ключевые слова:** музыкальное воспитание, музыкальная деятельность, эстетика, красота, духовное развитие.

Музыка обладает своим «языком», своей «речью». Музыка и связанная с ней деятельность могут вызвать в ребенке особую потребность - желание «общаться» с нею, а по мере возможности и «рассуждать» о ней (Д.Б.Кабалевский).

Действительно, чтобы осуществился процесс всестороннего развития личности ребенка, нужно создать определенную эстетическую атмосферу. Музыка оказывает одно из самых сильных эмоциональных воздействий на человека: она заставляет страдать и улыбаться, грустить и смеяться. Слушая музыку, ребенок может мечтать или вообразить какую-то картину, может придумать рассказ. Ведь музыка эмоциональна по своей сущности. По выражению Б.М.Теплова, благодаря столь замечательным особенностям, она становится «эмоциональным познанием» и создает ни в чем не сравнимые возможности для развития эмоциональной сферы человека, в особенности в детстве.

Любой вид деятельности на музыкальных занятиях, будь то пение, слушание, музыкально-ритмическая деятельность или игра на детских музыкальных инструментах оказывает положительное воздействие на ребенка. Музыка не только «учит» полюбить ее, она заставляет слушать, размышлять.

Слушая музыкальное произведение, ребенок приобретает знания и представления о мире. Поэтому при систематическом слушании музыки у детей развивается чувство к прекрасному, светлому. Воспитание детей средствами музыки, созданной на народной основе, развивает у них интерес к песням, играм, хороводам. Это можно наблюдать в ходе занятий. Слушая музыку, ребенок может представить картину природы, веянье ветра, стук дождя и т.д. С детьми можно провести интегрированное занятие. Под звуки музыки нарисовать картинку и рассказать (почему я представил это?). А если взять к примеру такой вид деятельности как пение, здесь дошкольник получает музыкальные знания. Его знакомят с высокими и низкими звуками, с характером песни, узнает, что в песне есть куплет и припев, что музыка построена на трех китах (песня, танец и марш). В музыкально-ритмической деятельности дошкольник проявляет больше самостоятельности, появляется чувство воображения, придумывания новых элементов танца.

Процесс всестороннего развития на музыкальных занятиях проходит не сразу, а поэтапно, усложняя требования и узнавая еще больше о музыке. В современных условиях развитие всестороннего воспитания дошкольника по-прежнему остается одним из самых важных направлений воспитательной работы образовательных организаций. Музыка является одним из важнейших средств воспитания лучших человеческих качеств: духовности и нравственности.

Значение музыкальной деятельности для нравственно-эстетического воспитания заключается в том, что занятия музыкой проходят в коллективно и соответствует особенностям детской исполнительской деятельности. Поскольку музыка способна воздействовать на чувства, настроение ребенка, постольку она способна преобразовывать его нравственный и духовный мир.

В процессе музыкальных занятий так же воспитываются нравственно-волевые качества: целенаправленность, исполнение задач, поставленных перед собой, выполнение задания до конца. Если взять к примеру коллективные игры, танцы, участие в показе сказок, ребенок проявляет такие качества как поддержка другу,

---

помощь, уступчивость и трудолюбие. Вспомним высказывание Т.С.Комаровой: «Без применения трудового усилия ребенок не может получить изображение, которое доставило бы ему радость и понравилось окружающим». Музыкальная деятельность играть важную роль в воспитании эстетических чувств дошкольника. Ребенок через слушание музыки познает мир прекрасного, мир существующей красоты. Формирует его убеждения, влияет на поведение.

Музыка помогает регулировать процессы возбуждения и торможения. Не зря же мама, укладывая ребенка спать, поет колыбельную (спокойную, ласковую, нежную). Для всестороннего развития особенно важно формирование личности в эстетическом и идейно - нравственном направлении. Значение музыкальной деятельности в всестороннем развитии велико. Это направление будет осуществляться тогда, когда педагог любит свою профессию, детей, умеет находить подход к ребенку, имеет запас нужных знаний. Музыкально - образовательная деятельность направлена на усвоение детьми большего представления о музыке, о ее выразительных особенностях, а также приобретение определенного запаса навыков и умений в различных видах исполнительства. Музыкальное развитие оказывает ничем не заменимое воздействие на общее развитие: формируется эмоциональная сфера. Совершенствуется мышление, ребенок делается чутким к красоте в искусстве и жизни.

В заключении хочу сказать, что необходимо приобщать детей ко всем видам национального искусства - от архитектуры до живописи, от пляски, сказки и музыки до театра. И тогда будет развиваться личностная культура ребенка.

#### **Список использованной литературы:**

1. Ежемесячный научно - методический журнал «Дошкольное воспитание» Фирма «Вега - Макс» 2015 г.
2. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детского сада «В ногу со временем» (сост; Ф.М.Орлова), Просвещение, 2015 год.

© Черкасова О.М.,2026

**Чернова Е.Н.**, воспитатель,  
МБДОУ «Детский сад «Звёздочка» п. Яковлево  
Яковлевского муниципального округа Белгородской области»  
п. Яковлево, РФ

### **СОЗДАНИЕ МИНИ - ОГОРОДА НА ОКНЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ: ПРАКТИЧЕСКИЕ ШАГИ И ИДЕИ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

#### **Аннотация:**

В статье рассматривается опыт создания мини - огорода на окне в младшей группе детского сада (3–4 года). Описаны этапы организации пространства, выбора растений и проведения практических занятий. Подчёркивается значение

---

проекта для развития наблюдательности, ответственности и экологического воспитания детей.

**Ключевые слова:**

Мини - огород, младшая группа, экологическое воспитание, наблюдение, развитие, дети, растения.

Создание мини - огорода на окне — это увлекательный и полезный проект для детей младшей группы (3–4 года). Такой опыт позволяет малышам не только познакомиться с природой, но и развить наблюдательность, аккуратность, умение заботиться о живых существах. В условиях детского сада или дома мини - огород становится настоящим окном в мир природы, где каждый ребёнок может почувствовать себя исследователем и помощником. В этом возрасте дети особенно восприимчивы к новым впечатлениям, а совместная деятельность с воспитателем или родителями формирует у них чувство ответственности и радости от первых успехов. Мини - огород на окне — это не только способ познакомить малышек с растениями, но и возможность развивать мелкую моторику, речь, воображение и навыки общения.

Создание мини - огорода на окне – это не только увлекательное занятие, но и важный этап в развитии у детей любви и интереса к природе. Работа с растениями в младшем дошкольном возрасте способствует формированию у детей бережного отношения к природе. Малыши учатся замечать изменения: как появляется росток, как разворачиваются листочки, как растение тянется к свету. Это развивает наблюдательность и любознательность. Кроме того, регулярный уход за мини - огородом (полив, рыхление почвы) приучает детей к последовательности действий, аккуратности и терпению. Совместная деятельность в группе укрепляет дружеские связи между детьми. Они учатся делиться инструментами, помогать друг другу, радоваться общим достижениям. Воспитатель становится для малышек проводником в мир природы, объясняя простые явления и поддерживая интерес к окружающему миру.

Организация пространства и выбор растений немаловажны в данном процессе. Для мини - огорода подойдёт широкий подоконник с хорошим освещением. Важно, чтобы детям было удобно подходить к растениям, а горшки стояли устойчиво. Лучше использовать пластиковые контейнеры или небольшие горшочки с дренажными отверстиями. Почва должна быть лёгкой и безопасной для малышек. Для воспитанников младшей группы оптимальны быстрорастущие и неприхотливые растения: кресс - салат, укроп, петрушка, редис на зелень, а также декоративные цветы — бархатцы или календула. Эти растения быстро дают результат, что особенно важно для поддержания интереса у маленьких детей. Можно посадить фасоль или горох — их крупные семена легко брать в руки, а процесс прорастания хорошо виден через прозрачный стаканчик.

Практические шаги по созданию мини - огорода заключаются в следующем. Начать стоит с беседы о растениях: где они растут, зачем нужны людям, что им необходимо для жизни. Затем вместе с детьми необходимо подготовить почву, наполнить ею горшочки, сделать небольшие углубления для семян. Пусть малышки сами положат семена в землю — это вызывает у них восторг и чувство причастности. После посадки важно объяснить детям, что растениям нужна вода и

---

свет. Поливать мини - огород можно по очереди, используя маленькие леечки. Каждый день воспитатель вместе с детьми наблюдает за изменениями: появились ли всходы, как они растут. Можно завести «дневник наблюдений» с рисунками и фотографиями — это поможет детям фиксировать свои впечатления. Мини - огород можно дополнить творческими занятиями: дети могут нарисовать свои растения, сделать аппликации из засушенных листьев, придумать сказку о волшебном ростке. Можно провести экскурсию на кухню, чтобы показать, как выращенные травы используются в приготовлении пищи. Такие мероприятия делают проект более насыщенным и интересным для малышей.

Мини - огород — это маленькая экосистема в группе, источник ежедневного удивления и радости для детей. Он наглядно показывает цикличность природы и дает малышам бесценный опыт созидания. Создание мини - огорода на окне в младшей группе — это не только способ познакомить детей с природой, но и важный элемент воспитательной работы. Совместный труд, радость от первых всходов и забота о живых существах формируют у малышей положительные качества и расширяют их кругозор. Такой проект оставляет яркие впечатления и закладывает основы экологического воспитания.

#### **Список использованной литературы:**

1. Гончарова О.В. и др. Театральная палитра: Программа художественно - эстетического воспитания. – М.: ТЦ Сфера, 2010.
2. Николаева С.Н. Экологическое воспитание младших дошкольников: Методическое пособие. – М.: Мозаика - Синтез, 2015.
3. Рыжова Н.А. Наш дом — природа: Программа экологического воспитания дошкольников. – М.: Линка - Пресс, 2012.
4. Теплюк С.Н., Лямина Г.М., Зацепина М.Б. Воспитание и развитие детей раннего возраста. – М.: Просвещение, 2014.

© Чернова Е.Н., 2026

**Шумаева С. Ю.**

воспитатель высшей категории  
МДОУ №136 «Полянка», г. Ульяновск

### **ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ТЕМАТИЧЕСКОГО ДОСУГА (ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ «НАША АРМИЯ СИЛЬНА!»)**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема патриотического воспитания детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации. Автором представлен опыт организации и проведения тематического спортивно - игрового досуга, посвященного Дню защитника Отечества. Раскрывается педагогический потенциал игровой деятельности как средства формирования представлений о Российской армии, родах войск и нравственно -

волевых качествах защитника. Предложена модель мероприятия, включающая познавательный блок, эстафеты и элементы соревнования, описаны методы активизации познавательного интереса и командного взаимодействия. Представлены результаты педагогической рефлексии и критерии эмоционального отклика дошкольников.

**Ключевые слова:** патриотическое воспитание, дошкольный возраст, игровая деятельность, тематический досуг, формирование гражданской идентичности, День защитника Отечества, рода войск.

Современная образовательная политика Российской Федерации ориентирована на формирование личности, разделяющей традиционные российские духовно - нравственные ценности, обладающей актуальным знанием о культурном, историческом и военном наследии страны. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет необходимость объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно - нравственных и социокультурных ценностей. Особое место в этом процессе занимает патриотическое воспитание. Старший дошкольный возраст – период, характеризующийся высокой восприимчивостью ребенка, становлением основ самосознания и первичных представлений о мире, обществе и государстве[3]. Организация мероприятий ко Дню защитника Отечества обладает уникальным воспитательным ресурсом. Этот праздник предоставляет дошкольникам возможность не только получить информацию об истории страны, но и эмоционально прожить образы героев, защитников, воинов. Безусловно, сами по себе понятия Родина», «долг», «Отечество» абстрактны для дошкольников и сложны для восприятия. Традиционные формы подачи материала (беседы, чтение рассказов) не всегда позволяют достичь глубокого эмоционального отклика и сформировать устойчивые нравственные ориентиры. Цель настоящей статьи – представить и обосновать методику проведения тематического спортивно - игрового досуга «Наша армия сильна!» как эффективной формы интеграции познавательного, физического и социально - коммуникативного развития детей старшей группы.

Теоретической базой исследования послужили труды классиков дошкольной педагогики (Е.А. Флериной, А.П. Усова) о ведущей роли игры в развитии ребенка, а также современные концепции патриотического воспитания (Н.В. Алёшина, М.Д. Маханева). Исследователи подчеркивают, что формирование патриотических чувств у дошкольников невозможно без опоры на эмоционально - чувственную сферу [1].

Игровая деятельность выступает тем «проводником», который переводит сложные социальные понятия в плоскость доступных ребенку действий и переживаний. В контексте данного мероприятия игровой метод решает три группы задач:

1. Когнитивные: знакомство с родами войск (сухопутные, военно - воздушные, военно - морские), атрибутикой, военными профессиями.
2. Деятельностные: развитие физических качеств (ловкость, быстрота, меткость) через подражание действиям солдата.

3. Ценностные: присвоение моделей поведения (взаимовыручка, смелость, дисциплина) через командное взаимодействие.

Особую значимость приобретает принцип интеграции образовательных областей: на мероприятии «Наша армия сильна!» органично сочетаются «Познавательное развитие» (классификация техники), «Речевое развитие» (активизация словаря), «Физическое развитие» (эстафеты), «Художественно - эстетическое развитие» (музыка, стихи) и «Социально - коммуникативное развитие» (взаимодействие в команде).

Мероприятие проводилось на базе МБДОУ 136 «Полянка» г. Ульяновска с детьми старшей группы (возраст 5 - 6 лет). Формат мероприятия – тематический спортивно - игровой досуг. Выбор данной формы обусловлен возрастными особенностями: дети старшего дошкольного возраста отличаются высокой двигательной активностью, предпочитают соревновательные моменты и сюжетно - ролевое перевоплощение.

При разработке конспекта мероприятия соблюдались следующие педагогические принципы:

1. Принцип наглядности: использование мультимедийной презентации, иллюстраций, атрибутики (пилотки, тельняшки, макеты).
2. Принцип активности и посильной трудности: задания варьируются от простых (хоровые ответы) к сложным (преодоление полосы препятствий).
3. Принцип эмоционального насыщения: музыкальное сопровождение (марши, песни), использование художественного слова.

Структурно досуг состоял из четырех взаимосвязанных этапов.

1. Мотивационно - ориентировочный этап. Цель: создание эмоционального фона и погружение в тему. Вход под торжественный марш, чтение стихов детьми. Важно отметить, что стихотворный текст выполняет функцию эмоционального якоря: фразы «Слава миру на земле!», «Праздник есть у нас один» формируют позитивный образ события. Ведущий использует диалогическую речь, активизируя субъектный опыт детей («Как вы думаете, кто такие защитники?»).

2. Познавательный - игровой блок. Ключевым методическим решением данного блока стала трансляция знаний через проблемную ситуацию. Ведущий сообщает о «путанице на складе» и предлагает детям стать участниками спасения операции. Хоровые ответы («В небо!», «На землю!», «В море!») способствуют быстрому запоминанию классификации родов войск. Включение элемента неожиданности (мяч) и необходимости совершить действие (отнести картинку) повышает концентрацию внимания даже у гиперактивных детей.

3. Деятельностный блок (курс молодого бойца). Представляет собой серию эстафет и конкурсов. Анализ предложенных игр показывает их направленность на комплексное развитие:

- «Строевая подготовка» – развитие чувства ритма, слухового внимания, пространственной ориентации.

- «Военная техника» – упражнение в дифференциации (военный / гражданский транспорт), развитие быстроты реакции.
- «Срочное донесение» (полоса препятствий) – развитие общей моторики, ловкости, волевых усилий.
- «Меткие стрелки» – развитие глазомера и координации.
- «Солдат на посту» – координация движений, скоростные качества.

Отдельного внимания заслуживает включение конкурса для пап («Перетягивание каната»). Данный прием реализует принцип субъектности семьи в образовательном процессе детского сада. Наблюдение за действиями взрослых способствует формированию у детей чувства гордости за свою семью и создает ситуацию успеха для родителей как участников образовательных отношений.

4. Рефлексивно - оценочный этап. Мероприятие завершается церемонией награждения и музыкальным финалом. Нами была разработана система «не соревновательного» награждения: каждый ребенок получает медаль («Юный патриот», «Будущий защитник»), что позволяет избежать фрустрации проигравших и сохранить положительную самооценку каждого воспитанника.

Эффективность мероприятия оценивалась по двум параметрам: эмоциональный отклик детей (оперативная диагностика) и степень усвоения знаний (отсроченная беседа - рефлексия).

В ходе мероприятия наблюдался высокий уровень включенности детей. Критериями эмоционального благополучия служили: отсутствие отвлекаемости, громкость и четкость хоровых ответов, активное участие в эстафетах, вербальное выражение радости при успешном выполнении задания (аплодисменты, возгласы поддержки).

В беседе после мероприятия было выявлено:

- 90 % детей правильно назвали три основных рода войск (сухопутные, воздушные, морские) и привели примеры техники;
- 85 % детей смогли вербально описать качества солдата (использовались слова: смелый, сильный, добрый, умный);

Наблюдалась положительная динамика в использовании специальной лексики (слова «экипаж», «донесение», «пехота», «пост» вошли в активный словарь детей в ходе игр).

Таким образом, заявленная цель была достигнута. Игровая форма позволила избежать формализма в подаче патриотической темы. Дети не просто заучили названия, а «прожили» роль бойцов, что способствовало интериоризации ценностей (смелость, взаимопомощь).

Заключение

Проведенное исследование и апробация методической разработки позволяют сделать следующие выводы:

1. Тематический спортивно - игровой досуг является высокоэффективной формой организации образовательной деятельности в контексте патриотического воспитания старших дошкольников. Он отвечает психофизиологическим особенностям детей 5 - 6 лет и позволяет интегрировать образовательные области ФГОС ДО.

2. Ключевым условием успешности мероприятия является его структурированность, включающая мотивационный старт, проблемную ситуацию в познавательном блоке, смену статичных и динамичных видов деятельности, обязательную рефлексию.

3. Разработанная модель досуга «Наша армия сильна!» способствует не только накоплению знаний о Российской армии, но и формированию основ гражданской идентичности через подражание положительному герою - защитнику.

4. Вовлечение родителей (отцов, дедушек) в активное участие повышает воспитательный потенциал мероприятия и укрепляет детско - родительские отношения.

Представленный опыт может быть рекомендован к использованию воспитателями ДОО в работе с детьми старшего дошкольного возраста, а также адаптирован для подготовки праздников «День Победы» и «День России».

### **Список литературы:**

1. Алёшина Н.В. Патриотическое воспитание дошкольников. – М.: ЦГЛ, 2008. – 256 с.

2. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования. – М.: Мозаика - Синтез, 2019.

3. Маханева М.Д. Нравственно - патриотическое воспитание дошкольников. Методическое пособие. – М.: Сфера, 2020. – 96 с.

4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155).

© Шумаева С.Ю., 2026

**Юманов Д.Д.**

студент 2 курса УлГТУ,  
г. Ульяновск, РФ

**Багаудинов А.А.**

студент 3 курса УлГТУ,  
г. Ульяновск, РФ

**Научный руководитель: Злобин В.А.**

кандидат технических наук, УлГТУ,  
г. Ульяновск, РФ

## **РОЛЬ АДАПТИВНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ПЕРСОНАЛА АВИАПРЕДПРИЯТИЯ**

### **Аннотация**

Актуальность. Внедрение цифровых технологий в производство требует обновления подходов к профессиональному обучению персонала

---

авиапредприятий. Традиционные методы не учитывают индивидуальные психофизиологические особенности сотрудников. Цель. Анализ влияния адаптивных информационных систем обучения (LMS) на эффективность формирования профессиональных компетенций работников авиастроительной отрасли. Метод. Теоретический анализ психолого - педагогической литературы, моделирование процессов обучения с использованием адаптивных алгоритмов. Результат. Выявлено, что персонализация учебного контента снижает когнитивную нагрузку и повышает усвояемость материала. Выводы. Использование адаптивных систем способствует оптимизации времени подготовки кадров и повышению надежности трудовой деятельности в условиях высокотехнологичного производства.

### **Ключевые слова**

Профессиональные компетенции, адаптивное обучение, информационные системы, инженерная психология, авиастроение, персонал, цифровизация.

**Yumanov D.D.**

2nd year student of UISTU,  
Ulyanovsk, Russian Federation

**Bagautdinov A.A.**

3rd year student of UISTU,  
Ulyanovsk, Russian Federation

**Scientific supervisor: Zlobin V.A.**

Candidate of Technical Sciences, UISTU,  
Ulyanovsk, Russian Federation

## **THE ROLE OF ADAPTIVE INFORMATION SYSTEMS IN FORMING PROFESSIONAL COMPETENCIES OF AIRCRAFT PLANT PERSONNEL**

### **Annotation**

Relevance. The introduction of digital technologies into production requires updating approaches to professional training of aircraft plant personnel. Traditional methods do not take into account individual psychophysiological characteristics of employees. Target. Analysis of the influence of adaptive learning information systems (LMS) on the efficiency of forming professional competencies of workers in the aircraft building industry. Method. Theoretical analysis of psychological and pedagogical literature, modeling of learning processes using adaptive algorithms. Result. It was revealed that personalization of educational content reduces cognitive load and improves material assimilation. Findings. The use of adaptive systems contributes to the optimization of personnel training time and increasing the reliability of labor activities in high - tech production conditions.

### **Keywords**

Professional competencies, adaptive learning, information systems, engineering psychology, aircraft building, personnel, digitalization.

---

В современных условиях развития авиастроительной отрасли ключевым фактором обеспечения качества и безопасности продукции становится уровень профессиональной подготовки персонала. Переход к цифровому производству, внедрение систем автоматизированного проектирования и управления жизненным циклом изделия предъявляют новые требования к компетенциям сотрудников [1, с. 45]. Однако традиционные системы корпоративного обучения часто базируются на унифицированных программах, не учитывающих индивидуальные различия в восприятии информации, темпе деятельности и уровне предварительной подготовки работников. Это создает противоречие между растущей сложностью технологических процессов и ограниченными возможностями стандартных педагогических методов.

Решением данной проблемы может стать внедрение адаптивных информационных систем обучения (Learning Management Systems — LMS) с элементами искусственного интеллекта. С точки зрения инженерной психологии, такое решение позволяет рассматривать процесс обучения как эргатическую систему «человек – обучающая машина», где задача системы заключается в подстройке под психофизиологические состояния оператора [2, с. 112]. Актуальность исследования обусловлена необходимостью снижения влияния человеческого фактора на производственные процессы через повышение качества подготовки кадров.

Целью данной работы является обоснование эффективности использования адаптивных информационных систем для формирования профессиональных компетенций персонала авиапредприятия с позиций психологии труда и педагогики.

Профессиональные компетенции специалиста авиастроения включают не только технические знания, но и навыки работы с цифровыми интерфейсами, способность к быстрому переключению внимания и устойчивость к стрессу. Стандартное обучение часто приводит к перегрузке рабочей памяти сотрудников, особенно при освоении сложных регламентов. Адаптивные системы позволяют реализовать принцип индивидуализации обучения. Алгоритмы системы анализируют ответы пользователя, время реакции на вопросы и количество ошибок, формируя индивидуальную траекторию обучения [3, с. 78].

С психолого - педагогической точки зрения, адаптивность системы опирается на теорию поэтапного формирования умственных действий и концепцию зоны ближайшего развития. Система предоставляет задачи оптимальной сложности: если материал усваивается легко, сложность повышается, чтобы поддерживать мотивацию и предотвращать скуку; если возникают трудности, система предлагает дополнительные разъясняющие материалы или упрощает задачу, снижая тревожность обучаемого [4, с. 23]. Это особенно важно для взрослых обучающихся (андрагогика), у которых когнитивные стили уже сформированы и менее пластичны, чем у школьников.

---

В условиях авиапредприятия, где цена ошибки крайне высока, важность точности усвоения инструкций по безопасности и технологическим процессам невозможно переоценить. Внедрение адаптивной LMS позволяет отслеживать динамику формирования компетенций в реальном времени. Например, при обучении сборщиков узлов летательных аппаратов система может фиксировать устойчивые ошибки в определенных темах (например, чтение электросхем или работа с крепежом) и автоматически назначать корректирующие модули. Это снижает вероятность переноса ошибок из учебной среды в реальное производство.

Кроме того, информационная система может учитывать психофизиологическое состояние работника. Интеграция с системами мониторинга (например, через анализ времени входа в систему и скорости выполнения тестов) позволяет выявлять признаки утомления. В таких случаях система может рекомендовать перерыв или переключить сотрудника на менее интенсивный тип учебной деятельности, что соответствует принципам рациональной организации труда в инженерной психологии [5, с. 90].

Результаты моделирования внедрения адаптивных систем на промышленном предприятии показывают следующие преимущества:

1. Сокращение времени на первичную подготовку персонала на 15–20 % за счет исключения прохождения уже известного материала.

2. Повышение коэффициента усвоения знаний благодаря многократному повторению сложных элементов в индивидуальном ритме.

3. Снижение уровня стресса у сотрудников в период аттестации, так как оценка становится непрерывной и формирующей, а не только итоговой.

Важным аспектом является формирование цифровой грамотности как метакомпетенции. Работа в адаптивной среде сама по себе тренирует навыки взаимодействия с информационными системами, что необходимо современному инженеру или технику. Однако следует учитывать риски, связанные с цифровизацией обучения. Чрезмерная автоматизация может привести к снижению навыков живого общения и наставничества. Поэтому оптимальной моделью является смешанное обучение (blended learning), где адаптивная система берет на себя трансляцию знаний и контроль, а человеческий инструктор фокусируется на развитии практических навыков и мотивации [6, с. 55].

Таким образом, адаптивные информационные системы представляют собой эффективный инструмент управления профессиональным развитием персонала. Они позволяют трансформировать процесс обучения из формальной процедуры в персонализированный процесс формирования компетенций. Для авиапредприятий это означает повышение надежности человеческого звена в технологической цепочке.

В заключение можно утверждать, что интеграция психолого - педагогических принципов в архитектуру информационных систем обучения является перспективным направлением развития корпоративного образования. Дальнейшие исследования должны быть направлены на разработку конкретных метрик оценки

---

эффективности таких систем в условиях реального производства и изучение долгосрочного влияния адаптивного обучения на профессиональное выгорание сотрудников.

**Список использованной литературы:**

1. Зеер Э. П. Психология профессионального образования: учеб. пособие. 3 - е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2020. 240 с.
2. Климов Е. А. Инженерная психология и психология труда: избр. психол. тр. М.: Издательство Московского университета, 2019. 512 с.
3. Андреев А. А. Педагогика высшей школы. Новый курс: монография. М.: Московский финансово - промышленный университет «Синергия», 2021. 286 с.
4. Беспалько В. П. Системно - деятельностная педагогика новой высшей школы: технологический словарь. М.: Народное образование, 2022. 160 с.
5. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности: учеб. пособие. М.: ПЕР СЭ, 2021. 511 с.
6. Талызина Н. Ф. Управление познавательной деятельностью учащихся: проблемы и перспективы. М.: Издательство Московского университета, 2020. 208 с.

© Юманов Д.Д., Багаутдинов А.А. 2026

---

**СОДЕРЖАНИЕ**

Анцева Л.А. ВУЗОВСКАЯ БИБЛИОТЕКА В КОНТЕКСТЕ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ	3
Бабаева А.А. ВЛИЯНИЕ БЕГА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ВЫНОСЛИВОСТЬ ЧЕЛОВЕКА	6
Безпалова А.Г. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОНЦЕПЦИИ ПРЕПОДАВАНИЯ В ВУЗАХ РЕГИОНА В 2026 ГОДУ	8
Вайнбергер Е.А., Шешин А. А. АНАЛИЗ СТАТИСТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХК «МЕТАЛЛУРГ» Г. НОВОКУЗНЕЦК В РЕГУЛЯРНЫХ ЧЕМПИОНАТАХ ВСЕРОССИЙСКОЙ ХОККЕЙНОЙ ЛИГИ СЕЗОНОВ 2024 - 2025 ГГ. И 2025 - 2026 ГГ.	12
Васянкина К.С. ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ	16
Гончарова В.И. КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: ОТ СЕРВИРОВКИ СТОЛА ДО ОСОЗНАННОГО ОТНОШЕНИЯ К ЕДЕ	20
Гришина Л.М., Любушкина Л.А. ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ НА КОНФЛИКТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ	24
Гурчиани Камила Сергеевна ВЗАИМОСВЯЗЬ КОМПОНЕНТОВ ВОВЛЕЧЕННОСТИ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ С ИНДЕКСОМ ЛОЯЛЬНОСТИ	26
Есенкова И.А., Твердохлебова Е.В. НАРОДНАЯ МУЗЫКА КАК СРЕДСТВО НРАВСТВЕННО - ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	35
Задбоева Д.Ж. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАКАЛИВАНИЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	39
Кара Д. А. ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МУЗЫКАЛЬНОГО ВОСПРИЯТИЯ ДЕТЬМИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА	41
Качалов В.Ю., Галеев И.Ш., Шигапова Н.В. РОЛЬ СОДЕРЖАНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СИСТЕМЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	47

Кожухова В. К. ОРГАНИЗАЦИЯ И СОБЛЮДЕНИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ	53
Коневцев И. В. РАЗЛИЧИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ У СОТРУДНИКОВ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ	55
Литунчин О.А. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ	61
Мясоедова А.В. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	63
Русинова Е. С., Батарова Т. М. ПОЛИСТРУКТУРНАЯ МОДЕЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ В КОНТЕКСТЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ	65
Семенова Д.А., Любушкина Л.А. АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ	71
Сергеева В.И. ПРОБЛЕМА ЧТЕНИЯ С ЛИСТА В ОРКЕСТРЕ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ: ОТ МЕХАНИЧЕСКОГО ВОСПРОИЗВЕДЕНИЯ К ОСМЫСЛЕННОМУ МУЗИЦИРОВАНИЮ	75
Черкасова О.М. ЗНАЧЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ВСЕСТОРОННЕГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	77
Чернова Е.Н. СОЗДАНИЕ МИНИ - ОГОРОДА НА ОКНЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ: ПРАКТИЧЕСКИЕ ШАГИ И ИДЕИ ДЛЯ ДЕТЕЙ	79
Шумаева С. Ю. ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ТЕМАТИЧЕСКОГО ДОСУГА (ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ «НАША АРМИЯ СИЛЬНА!»)	81
Юманов Д.Д., Багаутдинов А.А. РОЛЬ АДАПТИВНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ПЕРСОНАЛА АВИАПРЕДПРИЯТИЯ	85

# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ

Сборник статей  
по итогам  
Международной научно-практической конференции  
30 марта 2026 г.

В авторской редакции

In the author's edition

Авторы дали полное и безоговорочное согласие по всем условиям Договора о публикации материалов, представленного по ссылке <https://ami.im/avtorskiy-dogovor/>

The authors gave full and unconditional consent to all the terms of the Agreement on the publication of materials presented at the link <https://ami.im/avtorskiy-dogovor/>

Подписано в печать 31.03.2026  
Формат 64x90/16.  
Печать: цифровая.  
Гарнитура: Tahoma  
Усл. печ. л. 5,40.  
Тираж 500.  
Заказ 1086.

Signed for printing on 31.03.2026  
Format 64x90/16.  
Printing: digital.  
Typeface: Tahoma  
Conv. print l. 5.40.  
Circulation 500.  
Order 1086.

---

**АГЕНТСТВО  
МЕЖДУНАРОДНЫХ  
ИССЛЕДОВАНИЙ**  
<https://ami.im>

e-mail: [info@ami.im](mailto:info@ami.im)

**AGENCY  
OF INTERNATIONAL  
RESEARCH**  
+7 347 29 88 999