



НАУЧНЫЙ
ФОРУМ
nauchforum.ru

ISSN: 2542-2162

№17(240)
часть 1

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

СТУДЕНЧЕСКИЙ ФОРУМ



Г. МОСКВА



Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ ФОРУМ

№ 17 (240)
Май 2023 г.

Часть 1

Издается с февраля 2017 года

Москва
2023

Председатель редколлегии:

Лебедева Надежда Анатольевна – доктор философии в области культурологии, профессор философии Международной кадровой академии, член Евразийской Академии Телевидения и Радио.

Редакционная коллегия:

Арестова Инесса Юрьевна – канд. биол. наук, доц. кафедры биоэкологии и химии факультета естественнонаучного образования ФГБОУ ВО «Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева», Россия, г. Чебоксары;

Ахмеднабиев Расул Магомедович – канд. техн. наук, доц. кафедры строительных материалов Полтавского инженерно-строительного института, Украина, г. Полтава;

Бахарева Ольга Александровна – канд. юрид. наук, доц. кафедры гражданского процесса ФГБОУ ВО «Саратовская государственная юридическая академия», Россия, г. Саратов;

Бектанова Айгуль Карибаевна – канд. полит. наук, доц. кафедры философии Кыргызско-Российского Славянского университета им. Б.Н. Ельцина, Кыргызская Республика, г. Бишкек;

Елисеев Дмитрий Викторович – канд. техн. наук, доцент, начальник методологического отдела ООО "Лаборатория институционального проектного инжиниринга";

Комарова Оксана Викторовна – канд. экон. наук, доц. доц. кафедры политической экономии ФГБОУ ВО "Уральский государственный экономический университет", Россия, г. Екатеринбург;

Лебедева Надежда Анатольевна – д-р филос. наук, проф. Международной кадровой академии, чл. Евразийской Академии Телевидения и Радио, Украина, г. Киев;

Маршалов Олег Викторович – канд. техн. наук, начальник учебного отдела филиала ФГАОУ ВО "Южно-Уральский государственный университет" (НИУ), Россия, г. Златоуст;

Орехова Татьяна Федоровна – д-р пед. наук, проф. ВАК, зав. Кафедрой педагогики ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова», Россия, г. Магнитогорск;

Самойленко Ирина Сергеевна – канд. экон. наук, доц. кафедры рекламы, связей с общественностью и дизайна Российского Экономического Университета им. Г.В. Плеханова, Россия, г. Москва;

Сафонов Максим Анатольевич – д-р биол. наук, доц., зав. кафедрой общей биологии, экологии и методики обучения биологии ФГБОУ ВО "Оренбургский государственный педагогический университет", Россия, г. Оренбург;

С88 Студенческий форум: научный журнал. – № 17 (240). Часть 1. М., Изд. «МЦНО», 2023. – 60 с. – Электрон. версия. печ. публ. – <https://nauchforum.ru/journal/stud/17>.

Электронный научный журнал «Студенческий форум» отражает результаты научных исследований, проведенных представителями различных школ и направлений современной науки.

Данное издание будет полезно магистрам, студентам, исследователям и всем интересующимся актуальным состоянием и тенденциями развития современной науки.

Оглавление	
Статьи на русском языке	5
Рубрика «Биология»	5
НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ CALLIPHORA VICINA И LUCILIA CAESAR	5
Итого Анастасия Витальевна Штейн Сергей Андреевич Камышева Ю.Н.	
ВЛИЯНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, А В ЧАСТНОСТИ СПОРТА, НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА	7
Храмов Кирилл Юрьевич Солодилова Елена Сергеевна	
Рубрика «Искусствоведение»	10
СОВРЕМЕННАЯ ЛЕКСИКА МЕЛИЗМАТИКИ В ВОКАЛЬНО-ДЖАЗОВОЙ ИМПРОВИЗАЦИИ	10
Компаниец Дарья Андреевна Рыкунова Дарья Анатольевна	
Рубрика «Медицина и фармацевтика»	14
ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В ХИРУРГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ	14
Канавальчик Ангелина Дмитриевна Довнар Александр Николаевич Владымцев Вадим Денисович	
АКТУАЛЬНОСТЬ НЕДОСТАТКА ВИТАМИНА В9 У РАЗНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ	17
Киселева Юлия Олеговна Реброва Елена Сергеевна Курбанова Шахзода Нодировна	
НЕХВАТКА ВИТАМИНА D У НОВОРОЖДЕННЫХ	21
Реброва Елена Сергеевна Киселева Юлия Олеговна Курбанова Шахзода Нодировна	
ВЛИЯНИЕ НЕПОЛНОЦЕННОГО ПИТАНИЯ, ЧРЕЗМЕРНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК И СТРЕССА НА МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ	24
Яборова Ульяна Григорьевна Габова Софья Романовна Ганеева Елена Рудольфовна	
Рубрика «Науки о земле»	31
ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ	31
Куделина Мария Алексеевна	

Рубрика «Педагогика»	33
СУЩНОСТЬ НАРОДНЫХ ТРАДИЦИЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ Владими́рова Елена Геннадьевна Галич Татьяна Николаевна	33
РАЗВИТИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ЭТНОПЕДАГОГИКИ Владими́рова Елена Геннадьевна Галич Татьяна Николаевна	37
ПРОБЛЕМЫ НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ Искакова Марина Владимировна	41
РЕЧЕВЫЕ ТРЕНИНГИ В ДЕТСКОЙ ТЕАТРАЛЬНОЙ СТУДИИ Конева Виктория Андреевна Титов Александр Юрьевич	45
СИСТЕМА РАННЕЙ ПОМОЩИ СЕМЬЯМ ДОШКОЛЬНИКА В ВЫЯВЛЕНИИ И ПРОФИЛАКТИКЕ РАССТРОЙСТВ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА Наумова Аделина Андреевна Скрябина Дарья Юрьевна	48
Рубрика «Психология»	54
УПРАВЛЕНИЕ КОНФЛИКТАМИ В ОРГАНИЗАЦИИ Отинова Виктория Эдуардовна	54

СТАТЬИ НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ**РУБРИКА****«БИОЛОГИЯ»****НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ CALLIPHORA VICINA
И LUCILIA CAESAR****Итого Анастасия Витальевна***студент,**Муниципальное бюджетное**общеобразовательное учреждение**Подсинская средняя школа,**РФ, Республика Хакасия, поселок Подсинее***Штейн Сергей Андреевич***студент,**Муниципальное бюджетное**общеобразовательное учреждение**Подсинская средняя школа,**РФ, Республика Хакасия, поселок Подсинее***Камышева Ю.Н.***научный руководитель, учитель биологии,**Муниципальное бюджетное**общеобразовательное учреждение**Подсинская средняя школа,**РФ, Республика Хакасия, поселок Подсинее*

Целью нашего исследования стало изучение особенности цикла развития представителей семейства каллифорид (Calliphoridae) от личинки до имаго на разных субстратах (питательных средах). Типично падальными, развивающимися на трупах, являются представители основных родов семейства – зелёных падальных мух (Lucilia) и синих падальных мух (Calliphora). [2]. Данные представители являются одними из самых распространенных мясных мух. Личинки мясных мух являются редуцентами (помогают разрушать органические остатки) [3].

Мухи являются незримыми спутниками человека (синантропными организмами). Тысячи патогенных организмов переносятся на тапках и брюхе этих насекомых. Частое перемещение способствует механическому переносу многих возбудителей опасных заболеваний человека и животных, таких как: сибирская язва, туляремия, ящур, туберкулёз, бруцеллез, рожа, чума свиней, су-ауру и др. Выяснилось, что личинки зелёных падальных мух (Lucilia), синих падальных мух (Calliphora) и др. [1]. Питаясь разлагающимися тканями ран, не только удаляют эти ткани и мелкие осколки костей, но и своими выделениями препятствуют размножению патогенных бактерий. Кроме того, они выделяют вещество, способствующее заживлению ран.

Для проведения эксперимента нами были приобретены живые личинки в количестве 445 шт. Личинки мясной мухи повсеместно доступны в магазинах для рыбалки. До начала работы личинки хранились в холодильнике при температуре +2, +5 градусов. Все объекты были раз-

делены на 4 группы. Первой группе личинок в качестве пищи был предложен холодец из свинины, второй группе – яблоко, третьей группе- сырая красная рыба. Четвертая группа – контрольная (дробленый овес). Кормление производилось в течении 5 дней от начала эксперимента. Количество пищи 5 грамм в день. Температура окружающей среды 27-30 градусов.

Таблица 1.

Переход к стадии куколки

Дата	Количество куколок			
	№1 (холодец)	№2 (яблоко)	№3 (красная рыба)	№4 (контроль)
13.03	2	8	2	0
14.03	9	5	4	1
15.03	12	14	30	36
16.03	68	75	68	58
17.03	20	5	5	11
18.03	1	0	0	0
Всего	112	107	109	96

В течении всего эксперимента производилась отсадка куколок от личинок. Спустя 5 дней после появления первых куколок (18.03), на свет появилось первое имаго. Переход к стадии взрослой особи произошел на 14 день эксперимента (27.03).

Вывод: При использовании различных видов корма изменения при переходе от одной стадии к другой не значительны. У группы №1 переход от личинки к куколки длился чуть дольше, чем у остальных групп. Переход к стадии куколки у всех особей закончился практически одновременно. Гипотеза о том, что потребление высокобелковой пищи ускоряет переход к стадии куколки, в ходе эксперимента не подтвердилась.

Список литературы:

1. Косинова В.И. Выпускная квалификационная работа «Представители семейств calliphoridae и sarcophagidea белгородской области: фауна, экология и значение для человека» под руководством к.б.н. Присный Ю.А. Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (НИУ «БЕЛГУ»).
2. Нарчук Э.П. Определитель семейств двукрылых насекомых (insecta: diptera) фауны россии и сопредельных стран (с кратким обзором семейств мировой фауны). Санкт-Петербург. 2003 год. РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК ТРУДЫ ЗООЛОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА. Том 294. Выпускаются с 1932 года.
3. Андренова Д.А. О ФАУНЕ МЯСНЫХ МУХ CALLIPHORIDAE г. УЛАН-УДЭ. Бурятский государственный университет. Аспирант, Кафедра биологии, географии и землепользования. Статья опубликована в №85 (сентябрь) 2020. (<https://sci-article.ru/stat.php?i=1599381009>).

ВЛИЯНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, А В ЧАСТНОСТИ СПОРТА, НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Храмов Кирилл Юрьевич

*студент
кафедры Информационной безопасности,
Поволжский государственный университет
телекоммуникаций и информатики,
РФ, г. Самара*

Солодилова Елена Сергеевна

*преподаватель
кафедры Физического воспитания
Поволжский государственный университет
телекоммуникаций и информатики,
РФ, г. Самара*

Каждому хорошо известно, что занятия спортом положительно сказываются на физическом здоровье, но многие даже не задумываются о том, какое влияние оказывается на психическое состояние человека. В этой статье мы рассмотрим научные доказательства того, что спорт может быть эффективным средством улучшения психического здоровья.

Начать стоит с того, что сами по себе занятия спортом положительно влияют на психику. Ежедневные нагрузки и упражнения способствуют развитию дисциплинированности, целеустремлённости, а также инициативности. Помимо этого, снижается агрессивность и напряжённость, начинается разгрузка мыслей и общее улучшение настроения. В это время организм начинает вырабатывать эндорфины, так называемые «гормоны радости», также увеличивается приток крови, в том числе и к мозгу, что в совокупности приводит к уменьшению: стресса, агрессии и риска развития депрессии. Также можно сказать о том, что командные виды спорта способствуют развитию командных навыков, ответственности, чувства долга и помогают человеку социализироваться. Всё это, общее влияние на организм, показывающее важность физических нагрузок для каждого человека независимо от ситуации, теперь же рассмотрим конкретные исследования. Согласно исследованию, проведённому медицинским центром университета Небраски, аэробные упражнения, такие как спортивная ходьба, бег трусцой, плавание, езда на велосипеде и т.д. помогают в борьбе с депрессией и беспокойством. Достигается это посредством увеличенного притока крови к мозгу и влиянием на гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковую ось, что также положительно сказывается на уровне тревоги. Вызван подобный эффект опосредованной связью гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой оси с некоторыми областями головного мозга, к примеру, лимбическая система, контролирующая настроение и мотивацию, гиппокамп и миндалевидное тело.



Рисунок 1. Структура и функции мозга

По другой версии благотворное влияние на психику связывают с систематикой и структурированностью спортивных программ. Регулярные упражнения помогают отвлечь внимание от проблем, изменить образ жизни в лучшую сторону и улучшить социальное взаимодействие, что может быть полезно пациентам с диагностированными психическими заболеваниями. Было установлено, что физические нагрузки, улучшают самооценку, способствуют преодолению социальной изоляции, развивают когнитивные способности. Всё это в совокупности помогает в борьбе с депрессией и шизофренией, но также благотворно влияет на организм к примеру: улучшение сна, выносливости, настроения, снятие стресса, снижение усталости и т.д.

Другое исследование, проведенное в центральном научно-исследовательском институте пищевых технологий (медицинский колледж JSS) в Майсуре заостряет внимание на влиянии правильного питания, являющегося неотъемлемой частью спортивного образа жизни, на здоровье. Согласно исследованию, люди, страдающие самыми распространёнными психическими заболеваниями такими как: депрессия, биполярное расстройство, Обсессивно-компульсивное расстройство и шизофрения, зачастую испытывают дефицит во многих питательных веществах, а именно в минералах, витаминах, кислоте омега-3 и аминокислотах. В связи с этим, одной из практик профилактики подобных заболеваний является выписывание курса пищевых добавок, что в свою очередь показывает необходимость составления плана сбалансированного и полезного питания для поддержания психического здоровья.

Также стоит упомянуть что, физические нагрузки неразрывно связаны с циклом сна человека, здоровый сон исключительно положительно влияет на ментальное здоровье, поэтому немаловажную роль в составлении распорядка дня должен занимать здоровый и полноценный сон.

В повседневной жизни очень важно регулярно заниматься физическими нагрузками для общего улучшения состояния психики. Независимо от человека, регулярные упражнения способствуют разгрузке эмоционального напряжения и организации умственных процессов, что положительно скажется на трудоспособности человека и его продуктивности. Помимо этого, настроение индивида претерпевает неминуемый подъём, так как любой человек будет рад улучшению своего физического состояния, и соответственно неосознанно ментальное состояние начнёт приходить в лучшую форму. Нужно также понимать, что не все положительные

эффекты будут иметь одинаковую продолжительность, длительность может варьироваться от относительно долгой (нескольких дней) до очень короткой (пара часов). И в этом контексте очень важным становится регулярное и систематическое повторение упражнений для долгосрочного закрепления результатов, а также постоянное совершенствование, доработка и подгонка комплекса тренировок для поддержания тонуса как в физическом, так и психологическом плане. Обобщая всё вышесказанное можно смело утверждать, что занятия спортом, положительно влияют на организм человека в целом, и на психическое здоровье в частности. Несмотря на то, что многие не ощущают на себе положительного когнитивного влияния, многочисленные исследования показывают прямую корреляцию между физическими нагрузками и ментальным здоровьем. Улучшаются: мотивация, настроение, социальные навыки, целеустремлённость и самооценка. Снижаются: стресс, усталость, нервозность. Снижается риск развития психических заболеваний. Таких как депрессия, ОКР, Биполярное расстройство и т.д. Также немаловажную роль в этом процессе играют: здоровая и сбалансированная диета, правильный сон и общее представление курса развития организма. Наше тело, это сложная система, связанная между собой, поэтому нет ничего удивительного в том, что оздоровление одних её элементов непременно приводит и к оздоровлению других.

Список литературы:

1. Андросенко В.В. Влияние физической активности на когнитивные функции мозга / В.В. Андросенко, Е.С. Солодилова. // Молодой ученый. – 2020. – 7 (297). – С. 270-271
2. Алоско М.Л. Влияние церебральной перфузии и депрессии на когнитивные способности у пожилых людей и людей с сердечной недостаточностью / М.Л. Алоско, М.Б. Спицнагель, Н. Раз. // Psychosom Med. – 2013. – 75(7). – 632-639
3. Сатьяранаяра Рао Т.С. Понимание питания, депрессии и психических заболеваний / Т.С. Сатьяранаяра Рао, М.Р. Аша, Б.Н. Рамеш, К.С. Джаганнатха Рао. // Indian journal of psychiatry. – 2008. – 50(2). – 77-82
4. Шарма А. Упражнения для психического здоровья / А. Шарма, В. Мадаан, Ф.Д. Петти. // The Primary Care Companion to the journal of clinical psychiatry. – 2006. – 8(2). – 106

РУБРИКА

«ИСКУССТВОВЕДЕНИЕ»

**СОВРЕМЕННАЯ ЛЕКСИКА МЕЛИЗМАТИКИ
В ВОКАЛЬНО-ДЖАЗОВОЙ ИМПРОВИЗАЦИИ**

Компаниец Дарья Андреевна

студент,
ФГБОУВО Луганская государственная академия
культуры и искусств имени Михаила Матусовского,
РФ, г. Луганск

Рыкунова Дарья Анатольевна

ФГБОУВО Луганская государственная академия
культуры и искусств имени Михаила Матусовского,
РФ, г. Луганск

Природа джаза символична, его язык и его роль являются хранилищем общих знаний и понимания, в котором отдельные люди и джазовое сообщество формируют свою стилистическую идентичность. Таким образом, этот язык позволяет нам как взаимодействовать с миром, так и способствовать интерпретационному доступу к самопониманию. Преобразующая сила импровизация заключается не в репрезентации или повторении культурной реальности; скорее, она обращается к глубоко укоренившимся возможностям реальности, отсутствующим в реалиях повседневной жизни.

Импровизационному характеру исполнения джазовой музыки присущи как структурность так и преобразование, что отражает культуру, сознание, чувства и воображение. События, с помощью которых музыкальные формы, фразы и паттерны трансформируются из нотного текста партитур, упражнений, последовательностей аккордов и этюдов в глубокие музыкальные повествования, часто ускользали от этнографического и музыковедческого осмысления. При рассмотрении проблематики джазового языка и идиоматической джазовой лексики, которые проявляются в ходе импровизированного исполнения, встаёт вопрос смысла и опыта, который характеризует успешную импровизацию, в ее внутренней форме, или это относится к внешним факторам, которые являются эмоциональными, культурными и отделены от ее способа общения. В конечном счете, исследование, в котором эти, казалось бы, противоположные сферы могут быть диалектически интегрированы, позволяет нам понять взаимосвязь между текстовыми формами и структурой, передачу настроения и аффекта, а также культурную идентичность.

Импровизацию, таким образом, следует рассматривать как реальность в процессе становления. С одной стороны, импровизацию необходимо рассматривать в аспекте поэтики импровизации, а с другой стороны – в аспекте культуры импровизации. Поэтика предполагает понимание человеческой способности создавать мир, в котором мы можем поэтически жить, в то время как культура интерпретации предполагает понимание способов формирования традиций, символического характера человеческого понимания и осознания продуктивного.

Поскольку джазовая импровизация носит функциональный характер, то является автономной эстетической сферой и связь между музыкой и культурой лишь приблизительно отражает отношения между знаком и его объектом. Такая теория подобия подразумевает простое дублирование реальности через музыку и упускает из виду способы, которыми музыка дополняет реальность изнутри. В качестве ответа на эту проблему импровизированные выступления

рассматриваются как продуктивные действия, посредством которых достигается как самопознание, так и идентичность культуры.

В XX веке импровизация в современном искусстве служила символом новых моделей социальной организации, которые выдвигают на первый план свободу действий, историю, память, идентичность, индивидуальность, свободу, воплощение, культурные различия и самоопределение.

Особенно в современном искусстве с 1950 года постоянно возникают вопросы, касающиеся природы и практики импровизации, в том числе роли импровизации в посредничестве межкультурных, транснациональных и киберпространственных художественных границ, которые порождают новые концепции идентичности, истории. Импровизация становится ключевым элементом в формирующихся постколониальных формах эстетики и культурного производства. Многие рассматривают импровизацию как облегченное прямое вмешательство в политические, социальные, экономические и научные дискурсы, способствующую осознанию межкультурных и транснациональных дискурсов. Практика часто рассматривается как создание атмосферы для признания и артикуляции различий, которые используют выразительные средства в сложных обобщающих повествованиях, стремящихся овестивить представления о роли творческого самовыражения в обществе. Политические последствия импровизационной деятельности включают понимание того, как импровизация оформляется народами.

О совершенствовании лексики мелизматике, выведении данного приёма эстрадно-джазовой импровизации на принципиально новый качественный уровень во второй половине XX – конце XX в.в. пишет в своих исследованиях О. Леурда: «Совершенствование мелизматике было связано с появлением виртуозных и самобытных вокалистов, наиболее значимым среди которых стал Стиви Уандер. Стилевой генез афроамериканской поп-музыки периода 1950–1980-х годов определялся появлением крайне проблематичного для точной стилистической дефиниции направления ритм-энд-блюз. В целом многие из выразительных элементов, присутствующих изначально только расовой афроамериканской музыке, стали более интенсивно переноситься в плоскость популярной музыки для всех категорий слушателей. В этом плане судьбу мелизматике в американской поп-музыке следует понимать в качестве явления, которое изначально воспринималось только одной расовой группой (афроамериканцами), но затем, посредством расширения приоритетов шоу-бизнеса и активной миграции идей и исполнительских приёмов из узких расовых ниш, перешло на более глобализированное поп-культурное пространство» [1].

Учитывая постепенное появление нового понимания импровизации как центрального элемента творческих искусств в конце XX и начале XXI века, особенно парадоксально, что до недавнего времени непосредственное изучение импровизации не было важной частью современного теоретизирования в академической музыке или художественной практике. Воспользовавшись недавним всплеском критической литературы, посвященной импровизации важно осознавать, что импровизация выражает понятия этнической принадлежности, расы, нации, класса и пола, а также как импровизация способствует социализации, инкультурации, культурному формированию и развитию сообщества.

Другие важные темы включают в себя место импровизации в традиционных средствах массовой информации, таких как музыка, танец и театр, а также в новых медиа, звуковом искусстве и перформансе; взаимодействие человека и компьютера; проблемы расы, пола и класса; исследования креативности и корпоративного мира; когнитивный и психологический анализ; дебаты об импровизации и неопределенности в различных современных и экспериментальные музыкальные сцены; повествования от первого лица, этнографии и теоретические рассуждения об импровизации; и научные способы теоретизации и документирования импровизации, включая джазовые исследования и этномузыкологические исследования; и взаимосвязь между практикой и современной жизнью.

Изучение вокальной джазовой импровизации способствует комплексному осознанию природы данного феномена, а именно:

- способствует развитию психофизиологических функций исполнителя – развивает слух, музыкальное воображение и память;
- помогает глубже понять логику обработки материала, иноязычность мышления отдельных выдающихся импровизаторов.

Известно, что в джазе нотная запись лишь не полностью отражает действительное прочтение отдельных соло. Она не создаёт полной картины важных факторов, как, например, образование звука, сочетание с ритмической секцией, драйв и фразировку, которые нельзя точно уловить.

В контексте исследования современных тенденций джазовой импровизации, в том числе лексика мелизматика в вокально-джазовой музыке, необходимо сказать о современном развитии одного из показательных стилей, основой которого является джазовая импровизация – это соул.

Стилевое направление в эстрадно-джазовом вокальном искусстве второй половины XX в. соул, сформировалось под влиянием традиций афроамериканского фольклора, а также различных стилей и жанров классической джазовой и эстрадной популярной музыки. Данное направление, зародившись в южных штатах Америки в 60-х годах прошлого века, в начале XXI в. стало ещё актуальнее. Идя в ногу со временем и рождая все новые жанрово-стилевые модификации, соул является открытым стилем.

Это означает, что соул следует понимать шире, чем стиль или жанр: скорее это особый способ мирозерцания, который распознается на различных уровнях общения певца с публикой. Если учесть, что «пение души» у каждого музыканта выражается по-своему, то соул является олицетворением крайней степени индивидуализации внутренних переживаний в искусстве.

Категория исполнительского стиля раскрывается через наличие особой исполнительской поэтики – устойчивого комплекса музыкально-выразительных средств и исполнительских приемов, свойственных конкретной личности как носителю традиции данного жанрово-исполнительского направления, в том числе, направления в эстрадно-джазовой музыке – соул. Творческий процесс исполнителя отражается в его индивидуальности, личности певца, а именно: тембровая окраска голоса, вокальная аранжировка, импровизация, свингование, наличие скэт-вокала, граул-манеры, дёрти-тонов, глиссандо, владение техникой исполнения мелизмов.

Поскольку в научных источниках содержатся разрозненные сведения о генезисе соула, тесно связанном с национально-культурными и социально-географическими корнями это вызвало серию представлений о нем, как о стилевом направлении в эстрадно-джазовой музыке, имеющем афроамериканское происхождение, импровизационную сущность и так называемый «свинговый» характер. Постепенно соул перешел к профессиональной функции и параллельно к развлекательной. Позже он стал вовлекать в свой круг глубокие художественно-эстетические задачи, утратив в значительной степени широкую аудиторию, и, наконец, вступив в процесс интеграции с пограничными видами музыки, привлек в свой обиход все мировые музыкальные языки.

Существенной особенностью соула, как вокального исполнительского стиля, является наличие специфического эмоционально-психологического состояния, обуславливающее определенный характер музыкального высказывания: внутренняя концентрация, интровертность, сдержанная манера исполнения, в кульминационных зонах перерастающая в высшую степень экстатического выражения лирических чувств.

Предлагаем классификацию сложившихся в музыкальной культуре проявлений этого стиля по следующим параметрам:

- 1) по типу композиции – это лирические песни, баллады или свободные соул-композиции с различными импровизационными отклонениями от текста;
- 2) по содержанию вербального текста – драматические и лирические соул-композиции;
- 3) по манере исполнения – шаут-соул (основанный на декламационной манере) и мелодический соул (отличающийся большей напевностью, кантиленностью);
- 4) по региональной и национальной специфике: «мемфисский», «детройтский», «чикагский» и «филадельфийский» (голубоглазый) соул, северный и южный соул;

5) по жанрово-стилевым модификациям различают: кантри-соул; латин-соул; поп-соул; психоделический соул (взаимодействие с рок-музыкой); соул-джаз (как составная джазовой музыки); соул-блюз.

По историческим этапам различают:

- классический соул (конец 1950–1970-х гг.), возникший на основе традиций культовой музыки американских негров (жанры госпел и спиричуэл) и классического джаза (блюза, ритм-энд-блюза). Родоначальником является Рэй Чарльз, а также Сэм Кук, Отис Реддинг, Арэта Френклин;

- обновленный соул (1980-е гг.) с привнесением жанрово-стилевых элементов танцевальной музыки (фанк, жанры поп- и рок-музыки, например, баллада), представителями которого являются наибольшее количество музыкантов, таких как Дайана Росс, Джо Кокер, Элтон Джон, Уитни Хьюстон, Майкл Джексон, Принс, Джорж Майкл и др.;

- современный соул (1990-х 2000-е гг.), объединивший современные тенденции популярной музыки с джазовой традицией (хип-хоп-соул, нео-соул).

Представителя данного стиля представляют самое молодое поколение – Мэри Джейн Блайдж, Ар Келли, Лорин Хилл, Эрика Баду, Алиша Киз, Джон Ледженд и Шадэ. В современной ситуации соул-традиция представлена практически во всех важнейших стилях эстрадно-джазовой культуры. Стилевые элементы соула являются неотъемлемыми атрибутами многих форм современной джазовой и эстрадной поп- и рок-музыки.

Таким образом, в произведениях современных исполнителей эстрадно-джазовой музыки использование лексики мелизмов носит, в большей степени, импровизационный характер, что позволяет вокалисту использовать любые мелодические украшения по своему усмотрению.

Именно в процессе импровизации вокалист использует комплекс мелизмов, различную альтернативную орнаментику, которая используется в вокальных произведениях джазового направления и исполняется на один слог. Такая импровизационная исполнительская манера джазовых вокалистов определяет индивидуальность, уникальность исполнения произведений.

Список литературы:

1. Леурда О.П. К вопросу о роли мелизмов в эстрадно-джазовой музыке XX века// Материалы международной научно-практической конференции «Массовая музыка и джазовое исполнительство в современной культуре». Краснодар. КГИК. 2015.

РУБРИКА**«МЕДИЦИНА И ФАРМАЦЕВТИКА»****ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ
В ХИРУРГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ**

Канавальчик Ангелина Дмитриевна

студент,

Белорусский государственный университет

информатики и радиоэлектроники,

РБ, г. Минск

Довнар Александр Николаевич

студент,

Белорусский государственный университет

информатики и радиоэлектроники,

РБ, г. Минск

Владыцев Вадим Денисович

научный руководитель,

ассистент кафедры информатики,

Белорусский государственный университет

информатики и радиоэлектроники,

РБ, г. Минск

В научной работе исследовано, как технологии виртуальной реальности могут использоваться в хирургическом образовании, и какие преимущества они могут предоставить студентам и молодым хирургам. Также в работе приведен конкретный пример технологий VR-обучения. Проведен опрос среди студентов на тему применения VR технологий в медицинской хирургии в условиях, связанных с вынужденной мобильностью.

Введение

В 21 веке технологии все больше и больше включаются в образовательные программы. Это помогает улучшить процесс обучения и сделать его более эффективным и продолжительным по сравнению со стандартными методами обучения с помощью книг. Появление симуляторов виртуальной реальности позволило осуществлять практическое обучение в различных областях. Одной из областей, которая больше всего выиграет от разработки обучающих программ виртуальной реальности, является медицина. В свою очередь хирургия является одной из самых важных областей медицины. Специальная виртуальная среда для студентов-хирургов предназначена для практики хирургических навыков с использованием разнообразных сценариев реальных операций, таких как удаление аппендикса, операция на легких, операция на сердце и т.д.

Основная часть

Хирургия – это одна из наиболее сложных и ответственных областей медицины, где на высоком уровне требуются как теоретические, так и практические знания. В последние годы виртуальная реальность (VR) стала все более популярной в медицинском обучении, в том числе и в хирургическом образовании. VR может предоставлять студентам и молодым хирургам возможности для обучения без риска для жизни пациентов, максимально реалистично имитируя всевозможные реальные сценарии. Это особенно важно для сложных и редких опе-

раций, которые могут быть опасными для пациентов, если они выполняются неопытными врачами [1, с.32].

В нынешнем виде, хотя технология виртуальной реальности способна имитировать визуальные эффекты и изображения, чтобы они казались реальными, и проецировать движения человеческого тела в виртуальный 3D-мир, она не способна имитировать другие факторы, которые играют важную роль в практическом медицинском труде. Например, ощущение давления и прикосновения. Для того, чтобы студенты чувствовали, что они оперируют на живых пациентах, а не размахивают инструментами в воздухе, необходимо создать среду, которая компенсировала бы недостатки существующей системы виртуальной реальности. Для этого комната для занятий должна быть оборудована так, чтобы она была похожа на настоящую операционную.

Также VR может быть использована для обучения командной работе в операционной. Студенты могут практиковать коммуникацию, координацию и распределение ролей в хирургической команде, используя виртуальную среду. Это может помочь студентам стать более уверенными и опытными участниками хирургических команд в реальных ситуациях.

Программа обучения будет основана на симуляторе виртуальной реальности. Важнейшим компонентом всей системы будет интерфейс виртуальной реальности, который будет проецировать виртуальную среду на существующую область обучения. Другая важная технологическая реализация будет включать разработку программного обеспечения, которое сможет взаимодействовать с симулятором виртуальной реальности и проецировать действия студента в виртуальную реальность, предлагая соответствующую визуальную и тактильную обратную связь [2, с.56]. Другими словами, каждое действие, которое студент совершает во время обучения, должно казаться реальным. Неправильный разрез разорвет артерию, в то время как правильный разрез сделает процедуру намного чище.

Другим потенциальным технологическим инструментом, помогающим повысить реалистичность моделирования и улучшить процесс обучения, было бы предоставление модели тела, которая взаимодействовала бы с инструментами и оборудованием, используемыми студентами. Эта модель должна быть подключена к программному обеспечению и инструменту виртуальной реальности для получения обратной связи. Симуляция должна быть способна поддерживать множество пользователей одновременно. Таким образом, она сможет повторить усилия всей команды медсестер.

Одним из примеров VR-обучения для будущих хирургов является программное обеспечение Surgical Theater, которое используется в Нью-Йоркском университете. Эта технология предоставляет студентам возможность практиковать различные операции в виртуальной среде, которая имитирует настоящие операционные залы и оборудование. Это позволяет студентам получать практический опыт без необходимости рисковать здоровьем пациентов.

Однако, стоит отметить, что не всегда использование VR-технологий на практике возможно. Например, в экстренных условиях в поле боя врачи вынуждены спасать жизни людей собственными руками и с минимальным набором инструментов. В таком случае использование VR-технологий на практике элементарно невозможно.

Анализируя результаты опроса, проведенного нами среди студентов ВМУ, на тему применения VR технологий в медицинской хирургии в условиях, связанных с вынужденной мобильностью, мы сделали следующий вывод:

Использование VR технологий в процессе обучения медицинских работников способно значительно улучшить их профессиональные теоретические навыки в области хирургии. Однако, полное замещение ручной работы VR технологиями не рекомендуется. Это объясняется тем, что врачам все еще нужно иметь навыки работы с реальными инструментами и уметь справляться с непредвиденными ситуациями в хирургическом процессе. Кроме того, VR технологии могут не учитывать факторы, такие как давление, вибрации и другие физические параметры, которые могут возникнуть в реальных условиях. В связи с этим, мы рекомендуем комбинировать обучение с использованием VR технологий и реальной практики, чтобы медицинские работники могли получить максимальный эффект в обучении и научиться работать в

реальных условиях. Также важно отметить, что использование VR технологий позволяет сократить риски для пациентов и медицинских работников, что является важным фактором в медицинской практике.

Однако, использование VR технологий больше нацелено на повышение теоретических навыков, нежели практических, так как далеко не все процессы, происходящие во время реальной операции, способны воплотить VR технологии. Именно поэтому для повышения качества практических навыков эффективнее комбинировать реальную практику и обучение с использованием VR технологий.

Заключение

Технологии VR могут быть полезными для обучения студентов, так как они могут обеспечить доступ к определенным видам оборудования, которые могут быть дорогими или редкими в использовании. Это может помочь студентам развить практические навыки, связанные с обслуживанием и использованием сложного оборудования. Кроме того, использование VR может помочь улучшить безопасность пациентов, так как студенты могут учиться в безопасной и контролируемой среде без риска для жизни и здоровья пациентов. Однако для достижения максимальной эффективности, мы рекомендуем комбинировать обучение с использованием VR технологий и реальной практики.

Список литературы:

1. Virtual Reality in Medicine [Электронный ресурс] / – Режим доступа: <https://www.frontiersin.org/journals/virtual-reality/sections/virtual-reality-in-medicine>. – Дата доступа: 07.05.2023
2. Virtual Reality in Clinical Practice and Research [Электронный ресурс] / – Режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8968556>. – Дата доступа: 07.05.2023

АКТУАЛЬНОСТЬ НЕДОСТАТКА ВИТАМИНА В9 У РАЗНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

Киселева Юлия Олеговна

студент,
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

Реброва Елена Сергеевна

студент,
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

Курбанова Шахзода Нодировна

студент,
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

RELEVANCE OF VITAMIN V9 DEFICIENCY IN DIFFERENT POPULATIONS

Yulia Kiseleva

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Elena Rebrova

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Shahzoda Kurbanova

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Аннотация. В данной статье затронута проблема недостатка витамина В9 у мужчин, женщин и детей. Актуальность недостаточного употребления витамина В9 женщинами в период беременности.

Abstract. This article addresses the problem of lack of vitamin V9 in men, women and children. Relevance of underutilization of vitamin V9 by women during pregnancy.

Ключевые слова: Витамин В9, фолиевая кислота, синтез ДНК и РНК.

Keywords: Vitamin V9, folic acid, DNA and RNA synthesis.

Фолиевая кислота, в форме тетрагидрофолата, это водорастворимый витамин- участвует в регуляции развития новых клеток и синтезе нуклеиновых кислот – ДНК и РНК (пурина, ци-

тозина, урацила и тимина – «кирпичиков» ДНК, из которых, в разных комбинациях, и состоит вся молекула ДНК.

При дефиците фолатов процесс деления клеток нарушается и прежде всего страдают интенсивно обновляющиеся или растущие ткани – слизистые оболочки ЖКТ, костный мозг, кожа и клетки иммунной системы.

Оказалось, что положительное действие фолиевой кислоты снижает риск появления психиатрических нарушений. Это объясняется тем фактором, что частый дефицит витамина В9 влияет на темпы обновления клеточных структур, провоцируя те или иные психиатрические отклонения. Например, шизофрению и болезнь Альцгеймера ассоциируют, в том числе, и с дефицитом фолиевой кислоты в организме и нарушением тех процессов, в которых она участвует.

Кроме того, дефицит фолиевой кислоты, ведет к развитию депрессии, поскольку витамина В9, который участвует в обмене белка метионина, способствует и выработке норадреналина и серотонина. Они оказывают общий положительный эффект на мозг и нервную систему, помогает купировать тревожность и снижать негативные проявления стрессовых состояний.

Опасность дефицита витамина В9

Учитывая, что основная функция фолиевой кислоты и ее производных – это рост, развитие и деление клеток, а также метаболизм аминокислот, нехватка витамина В9 может стать фактором развития серьезных заболеваний, в том числе инфарктов и инсультов.

В исследовании 2008 года было установлено, что прием Витамина В9 на регулярной основе сокращает смертность от сердечно-сосудистых заболеваний за счет заметного снижения в крови гомоцистеина.

Нехватка фолиевой кислоты может также спровоцировать и онкологические заболевания (рак шейки матки, легких и пищевода, колоректальный рак и меланома), так как повышенный уровень гомоцистеина в крови относится также и к факторам запуска канцерогенеза. Кроме того, нехватка фолиевой кислоты снижает общую Т-клеточную иммунную противораковую резистентность. Эти данные подтверждают результаты 2013 года: потребление фолиевой кислоты снижает риск рака различных локализаций.

Необходимо даже помнить о том, что витамин В9 необходим всем женщинам, планирующим беременность, причем принимать этот витамин рекомендуется уже за несколько месяцев до зачатия. Это необходимо для того, чтобы успеть насытить организм защитным уровнем фолатов, которые участвуют в формировании нервной трубки плода – именно из нее впоследствии будет развиваться спинной и головной мозг ребенка.

Нервная трубка начинает закладываться в первые же дни после зачатия: если к этому моменту в организме наблюдается недостаток витамина В9, это может привести к дефектам нервной трубки, которые чреваты появлением серьезных пороков развития. К ним относятся гидроцефалия, анэнцефалия (отсутствие головного мозга), задержка умственного и физического развития, расщепление позвоночника (Spina bifida). По статистике, во всем мире ежегодно появляется на свет примерно 300 000 детей с анэнцефалией и расщелиной позвоночника.

Помимо этого нехватка витамина В9 во время беременности опасна невынашиванием, преждевременными родами и макроцитарной анемией.

Последствия нехватки фолиевой кислоты

У беременных

Дефицит В9 опасен в любом возрасте, но особенно сильное влияние он оказывает на беременных женщин. Недостаточное количество этого витамина в период беременности способно спровоцировать развитие серьезных пороков у будущего ребенка:

1. Нарушение формирования головного мозга, которое проявляется в гидроцефалии – избыточном количестве ликвора в черепной коробке, и анацефалии. При гидроцефалии мозг лишен возможности развиваться, так как циркуляция спинномозговой жидкости нарушается и жидкость давит на мозг. При анацефалии головной мозг отсутствует.

2. Неправильное формирование лицевых костей, самым распространенным проявлением которого являются расщелины в твердом и мягком нёбе и патология, известная как «заячья губа».

3. Выраженные расщелины позвоночника, сопровождающиеся спинномозговыми грыжами.

4. Пороки сердца, зачастую трудноизлечимые.

Кроме того, такие дети часто появляются на свет раньше срока, страдают нарушением пищеварительных процессов и задержками психомоторного развития.

Немало рискует и сама женщина – отслойка плаценты и кровотечения – самые малые проявления нехватки В9. К этому добавляются угроза выкидыша и высокий риск затяжной послеродовой депрессии.

У женщин

Даже если женщина здорова и не беременна, нехватка В9 не принесет ей ничего хорошего. В первую очередь пострадают волосы и ногти. Крайне важно это вещество и для женщин после 40. Во-первых, оно отодвигает начало менопаузы и существенно смягчает проявление всех климактерических процессов, включая приливы, повышенную раздражительность, депрессию. Во-вторых, своевременный прием В9 помогает сохранить память и высокую скорость мыслительных процессов, является хорошей профилактикой болезни Альцгеймера.

У мужчин

Долгое время считалось, что дефицит В9 не оказывает серьезного влияния на мужчин и они могут обходиться без его употребления, однако исследования, проведенные в последнее десятилетие, показали, что недостаточное количество фолиевой кислоты крайне негативно сказывается на качестве и выработке сперматозоидов. В них накапливаются дефекты, страдает хромосомный набор, повышается вероятность зачатия ребенка с хромосомными аномалиями.

У детей

Педиатры знают, что если нет достаточных поступлений В9, рост и развитие ребенка задерживаются, поскольку она необходима для синтеза белка и нормальной работы нервной системы. Дети с дефицитом В9 чаще других испытывают проблемы с пищеварением, у них больше проблем с кишечником, они плохо переносят расширение рациона.

И у детей, и у взрослых недостаточное поступление фолиевой кислоты может вызвать грозное заболевание – мегалобластную анемию. Оно возникает из-за неправильного формирования эритроцитов. Клетки крови становятся слишком большими, плохо переносят кислород, не проходят в капилляры. Человек в результате быстро устает, постоянно чувствует слабость и вялость, у него повышен сердечный ритм, появляются воспалительные изменения в оболочке языка. Если своевременно начать пить витамины В9, заболевание исчезнет.

Вывод

На сегодняшний день прием витаминов – суровая необходимость, поскольку человек не может получить с пищей необходимый ему набор питательных веществ. Фолиевая кислота не является исключением. В большинстве случаев для устранения нехватки этого важнейшего витамина достаточно приема соответствующего витаминно-минерального комплекса, который можно, как и Ботин Форте, купить в аптеке, цена на него невысока. Однако если у вас есть сомнения в размере дозы или целесообразности приема препарата – проконсультируйтесь со своим лечащим врачом. При хронических заболеваниях дозировку В9 всегда рекомендуется согласовать с врачом.

Список литературы:

1. Детская гематология/ Под ред: А.Г. Румянцева, А.А. Масчана, Е.В. Жуковской. Москва. Издательская группа «ГЭОТАР Медиа» 2015 г. С. 656

2. Whitehead VM. Acquired and inherited disorders of cobalamin and folate in children. Br J Haematol. 2006 Jul. 134(2):125-36.
3. Duma A, Cartmill C, Blood J, Sharma A, Kharasch ED, Nagele P. The hematological effects of nitrous oxide anesthesia in pediatric patients. Anesth Analg. 2015 Jun. 120 (6):1325-30.
4. Dugu? B, Ismail E, Sequeira F, Thakkar J, Gr?sbeck R. Urinary excretion of intrinsic factor and the receptor for its cobalamin complex in Gr?sbeck-Imerslund patients: the disease may have subsets. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 1999 Aug. 29(2):227-30
5. Trakadis YJ, Alfares A, Bodamer OA, et al. Update on transcobalamin deficiency: clinical presentation, treatment and outcome. J Inherit Metab Dis. 2014 May. 37 (3):461-73

НЕХВАТКА ВИТАМИНА D У НОВОРОЖДЕННЫХ

Реброва Елена Сергеевна

студент,
Белгородский государственный
национальный исследовательский
университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

Киселева Юлия Олеговна

студент,
Белгородский государственный
национальный исследовательский
университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

Курбанова Шахзода Нодировна

студент,
Белгородский государственный
национальный исследовательский
университет (НИУ «БелГУ»),
РФ г. Белгород

VITAMIN D DEFICIENCY IN NEWBORNS

Elena Rebrova

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Yulia Kiseleva

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Shahzoda Kurbanova

Student,
Belgorod State National Research
University (NIU "BelsU"),
Russia, Belgorod

Аннотация. В данной статье затронута проблема нехватки витамина D у новорожденных, как проблема развитию общественного организме здравоохранения костная во всем уровня мире.

Abstract. This article addresses the problem of non-vitamin D in newborns, as a problem in the development of public health body bone throughout the world.

Ключевые слова: Витамин D, рахитоподобные состояния, кальциферол.

Keywords: Vitamin D, rickets-like conditions, calciferol.

Витамин D играет ключевую роль в становлении и развитии детского организма, улучшая усвоение кальция и фосфора. Он является единственным микронутриентом, способным синтезироваться организмом человека, но несмотря на это, его дефицит распространен. Важно отметить, что у значительной части новорожденных детей отсутствует запас витамина D. Дети, особенно недоношенные и ослабленные, требуют большего количества этого витамина ввиду риска негативных последствий для их здоровья и роста.

Уровень витамина D у новорожденных и плода напрямую зависит от физического состояния матери. Дефицит этого витамина у беременных может привести к высокому уровню дефицита у новорожденных детей. Недостаток витамина D у младенцев и детей является серьезной проблемой в мировой медицине. На территории России этой проблемой страдают 66% малышей в возрасте от 1 до 3 лет и не более 10% детей в возрасте от 7 до 14 лет. Гиповитаминоз требует коррекции, поскольку он может привести к возникновению значительных проблем со здоровьем.

Основными функциями витамина D являются участие в обмене веществ в костной ткани, регулирование баланса кальция и фосфатов, поддержание здоровых костей и зубов, а также влияние на мышечную массу, силу и скорость сокращения мышц.

Недостаток витамина D может привести не только к проблемам с костями, но также к другим проблемам со здоровьем, и поэтому его регулярное потребление является необходимым. Недавние исследования, проведенные Университетом Окленда в Новой Зеландии, показали, что уровень витамина D в крови напрямую влияет на эффективность работы легких. Эта функция витамина только недавно была выявлена, однако уже подтверждена научным сообществом. Кроме того, витамин D играет важную роль в модуляции иммунитета, повышая его защитные свойства и способствуя как врожденному, так и приобретенному иммунитету.

Одной из возможных причин дефицита витамина D у новорожденных и недоношенных детей могут являться различные факторы, включая плохое питание матери, лечение барбитуратами и синдромы мальабсорбции. Однако, метаболизм витамина D в этой группе детей до конца не изучен, хотя известно, что витамин D передается через плаценту. Уровень $1,25(\text{OH})_2\text{D}$ во время беременности достаточно высок, но это связано скорее с иммуномодуляцией, чем с регуляцией кальциевого транспорта через плаценту. После рождения синтез $1,25(\text{OH})_2\text{D}$ в организме ребенка увеличивается для стимуляции всасывания кальция в кишечнике. В целом, всасывание гидроксилированного витамина D у недоношенных детей не отличается от такового у доношенных при умеренной дотации до 1000 ЕД/сут.

Витамин D имеет две формы: D2 (эргокальциферол) и D3 (холекальциферол). Первый поступает в организм только с пищей, второй синтезируется кожей под воздействием ультрафиолетовых лучей и содержится в некоторых продуктах питания. Кальциферолы в организме расщепляются в активную форму (кальцитриол), считающуюся стероидным гормоном. Эта активная форма способствует фосфорно-кальциевому обмену, регулирует активность нервной системы, иммунной системы, гормонального фона и других важных процессов. Витамин D необходим для взрослых и детей любого возраста.

Недостаток витамина D может быть вызван различными причинами, такими как недостаточное поступление питательных веществ с пищей (особенно жирная рыба, яйца, печень трески и сливочное масло), недостаточное воздействие ультрафиолетовых лучей, живущие в экологически неблагоприятных зонах и регионах с малым количеством солнечных дней, а также недостаток витамина D у женщин во время беременности и лактации.

Дефицит витамина D особенно ярко проявляется у детей, проживающих в северных широтах и экологически неблагоприятных зонах. Если у ребенка есть признаки недостатка витамина D, следует провести анализ $25(\text{OH})\text{D}$, который показывает уровень нутриента в организме. Нормальный уровень должен быть выше 30 нг / мл (75 нмоль / л), а недостаток составляет 21-30 нг / мл (51-75 нмоль / л), а дефицит менее 20 нг / мл (50 нмоль / л).

Типичные признаки недостатка витамина D включают рахитоподобные состояния, рахит, проблемы с зубной эмалью и нарушения сна. Нетипичные признаки могут включать большой родничок, который не затягивается в течение длительного времени, являться признаком

патологии щитовидной железы, ряда наследственных заболеваний или индивидуальной особенностью ребенка. Устоявшееся мнение гласит, что позднее прорезывание зубов у ребенка – признак нехватки кальция и витамина D. Однако наследственная предрасположенность также может влиять на сроки прорезывания зубов. Бруксизм, проявляющийся скрипом зубов во сне, типичен для неврологических проблем. Физиологическая потеря волос на затылке у ребенка может быть вызвана лежанием на спине и манипуляцией с головой, а также изменением структуры волос в процессе их роста.

Чтобы предотвратить дефицит витамина D и рахит, будущие мамы должны правильно питаться, принимать солнечные ванны и чаще находиться на свежем воздухе. При кормлении грудью рекомендуется принимать витамин D или рыбий жир. Если кормление грудью невозможно, следует выбирать качественные молочные смеси, содержащие необходимые микро- и макроэлементы, включая витамин D. Также необходимо часто выводить ребенка на солнце в открытой коляске, если на улице тепло. Прием витамина D обязателен для недоношенных, слабых и маловесных детей, рожденных при многоплодной беременности, детей на грудном вскармливании, а также для детей, живущих в регионах с недостаточным количеством солнечных дней.

Витамин D играет важную роль в беременности и развитии ребенка. Поэтому предупреждение его дефицита у беременных и новорожденных необходимо сделать обязательной задачей для акушеров-гинекологов, неонатологов и педиатров.

Список литературы:

1. Союз педиатров России/Недостаточность витамина D у детей и подростков Российской Федерации: современные подходы к коррекции/ издательство ПедиатрЪ, Москва 2018 год.
2. Proceedings of the Global Neonatal Consensus Symposium: Feeding the Preterm Infant, October 13-15, 2010, Chicago, Illinois / guest ed.R. Uauy // J. Pediatr. 2013. Vol. 162, N 3. Suppl.P. S1-S116.
3. Eichenwald E.C., Hansen A.R., Stark A.R., Martin C.R. Cloherty and Stark's Manual of neonatal care. 8th ed. Wolters Kluwer, 2016. 1124 p.
4. Dawodu A., Tsang R.C. Maternal vitamin D status: effect on milk vitamin D content and vitamin D status of breastfeeding infants // Adv. Nutr. 2012. Vol. 3, N 3. P. 353-361.
5. Monangi N., Slaughter J.L., Dawodu A., Smith C. et al. Vitamin D status of early preterm infants and the effects of vitamin D intake during hospital stay // Arch. Dis. Child. Fetal Neonatal Ed. 2014. Vol. 99, N 2. P. F166-F168.
6. Streym V.S., Moller K.U., Rejnmark L., Heickendorff L. et al. Maternal and infant vitamin D status during the first 9 months of infant life-a cohort study // Eur.J. Clin. Nutr. 2013. Vol. 67, N 10. P. 1022-1028.
7. Mimouni F.B. Vitamin D in the newborn, Part I: Assessment of status and deficiency risk factors. Vitamin D in the newborn, Part II: Bases for current dietary recommendations in term and preterm neonates // Neoreviews. 2014. Vol. 15. P. e187-e198.
8. Salle B.L., Delvin E.E., Lapillonne A., Bishop N.J. et al. Perinatal metabolism of vitamin D // Am.J. Clin. Nutr. 2000. Vol. 71. P. 1317S-1324S.
9. Uauy R., Koletzko B. Defining the nutritional needs of preterm infants // World Rev. Nutr. Diet. 2014. Vol. 110. P. 4-10.

ВЛИЯНИЕ НЕПОЛНОЦЕННОГО ПИТАНИЯ, ЧРЕЗМЕРНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК И СТРЕССА НА МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ

Яборова Ульяна Григорьевна

студент,
кафедра патологической физиологии,
Пермский государственный медицинский
университет им. академика Е.А. Вагнера,
РФ, г. Пермь

Габова Софья Романовна

студент,
кафедра патологической физиологии,
Пермский государственный медицинский
университет им. академика Е.А. Вагнера,
РФ, г. Пермь

Ганеева Елена Рудольфовна

научный руководитель,
старший преподаватель кафедры патологической физиологии,
Пермский государственный медицинский
университет им. академика Е.А. Вагнера,
РФ, г. Пермь

THE EFFECT OF MALNUTRITION, EXCESSIVE EXERCISE AND STRESS ON THE MENSTRUAL CYCLE

Ulyana Yaborova

Student,
department of Pathological Physiology,
Perm State Medical University
named after V.I. Academician E.A. Wagner,
Russia, Perm

Gabova Sofia Romanovna

Student,
Department of Pathological Physiology,
Perm State Medical University
named after V.I. Academician E.A. Wagner,
Russia, Perm

Ganeeva Elena Rudolfovna

Scientific supervisor, senior lecturer,
department of Pathological Physiology,
Perm State Medical University
named after V.I. Academician E.A. Wagner,
Russia, Perm

Аннотация. Функциональная гипоталамическая аменорея, вторичная по отношению к низкому весу, чрезмерным физическим нагрузкам и/или высокому уровню стресса, является довольно распространенной среди молодых женщин. Подростковый возраст – это период развития, когда положительный энергетический баланс имеет решающее значение для полового созревания, менархе и регулярных менструаций. Профессиональные молодые спортсменки,

занимающиеся балетом, бегом, гимнастикой и фигурным катанием, подвержены риску развития гипоталамической аменореи из-за чрезмерных физических нагрузок и неспособности удовлетворить энергетические потребности организма. Дисфункция гипоталамо-гипофизарно-яичниковой оси приводит к гипоэстрогенному состоянию. Низкий уровень эстрогена отрицательно влияет на здоровье костей, половое созревание, сексуальную функцию и фертильность. Половое созревание имеет самый высокий уровень нарастания костей в жизни женщины. Адекватное питание, физическая активность и эстроген имеют решающее значение для развития костей и профилактики остеопороза. Диагностика и ранняя коррекция состояния необходимы для долгосрочного здоровья.

Abstract. Functional hypothalamic amenorrhea secondary to low weight, excessive exercise, and/or high levels of stress is fairly common among young women. Adolescence is a developmental period when a positive energy balance is critical for puberty, menarche, and regular periods. Professional young female athletes involved in ballet, running, gymnastics and figure skating are at risk of developing hypothalamic amenorrhea due to excessive exercise and inability to meet the body's energy needs. Dysfunction of the hypothalamic-pituitary-ovarian axis results in a hypoestrogenic state. Low estrogen negatively affects bone health, puberty, sexual function, and fertility. Puberty has the highest rate of bone growth in a woman's life. Adequate nutrition, physical activity and estrogen are critical for bone development and prevention of osteoporosis. Diagnosis and early correction of the condition is essential for long-term health.

Ключевые слова: аменорея, функциональная аменорея, менструальный цикл, нарушения менструального цикла.

Keywords: amenorrhea, functional amenorrhea, menstrual cycle, menstrual disorders.

Введение

Подростковый возраст является уязвимым временем, усиленным социальным давлением, которое требует выглядеть и/или вести себя определенным образом. Стрессы на этом фоне способствуют развитию расстройств пищевого поведения.

По статистике, расстройство пищевого поведения часто начинается в период полового созревания, средний возраст от 14 до 19 лет. Оно является третьим по распространенности хроническим заболеванием у девушек-подростков и имеет тенденцию к развитию. Распространенность РПП составляет в РФ – 3,7%, в Северной и Южной Америке – 3,2%, в Азии – 3% в Европе – 4%. Показатели смертности от этого заболевания наиболее высокие. По данным ВОЗ они составляют 15-20% в год, из которых 0,2% вследствие суицида. [8, с. 720]

Помимо смертности, существует множество сопутствующих заболеваний, связанных с нервной анорексией, включая сердечно-сосудистые заболевания, заболевания костей, репродуктивные проблемы и осложнения со стороны желудочно-кишечного тракта. Расстройства пищевого поведения, как и многие хронические заболевания, передаются по наследству. В частности, нервная анорексия имеет наследуемость от 33% до 84%, а наследуемость нервной булимии колеблется от 28% до 83%.

Полноценное питание необходимо для физического развития, полового созревания и профилактики хронических заболеваний подростков, его соблюдение важно на раннем этапе, так как в возрасте от 8 до 13 лет начинается половое созревание с формированием зачатков груди. Примерно через 2 года ожидается менархе, которое коррелирует с III-IV стадиями развития молочной железы по шкале оценки половой зрелости Таннер. [1, с. 85]

Этот период времени сопровождается самым высоким темпом роста костей в жизни женщины и, следовательно, имеет решающее значение для развития правильного скелета и профилактики остеопороза. Микролементы, такие как кальций, витамин D и фосфор, являются ключевыми компонентами здоровья костей. Тем не менее, уровень эстрогена и регулярная физическая активность играют важную роль в подростковом периоде девушки.

Система гипоталамо-гипофиз-овариальная вместе с эпифизом саморегулируется по принципу обратных связей. Различают короткие положительные и отрицательные связи между гипоталамусом и аденогипофизом и длинные связи, тоже положительные и отрицательные между гипоталамусом и яичниками через гипофиз. Например, тоническая секреция гонадотропинов контролируется гормонами яичников и короткими связями ФСГ и ЛГ, поступив в кровь, влияют на уровень секреции этих же гормонов, действуя на гипоталамо-гипофизарную систему.

Функционирующая гипоталамо-гипофиз-яичниковая ось влияет на выработку эстрогена в период полового созревания. Сбалансированное питание является основой для правильного функционирования этой оси и обеспечивает организм необходимой энергией для роста и развития. Предполагаемые энергетические потребности активного женского пола в возрасте от 12 до 18 лет составляет 2200-2400 ккал в сутки. Достаточное количество белков, углеводов, жиров и витаминов играет важную роль в создании положительного энергетического баланса. Белок способствует линейному росту и помогает в половом развитии. Подростки, страдающие от нехватки продовольствия, соблюдающие ограничительные диеты или веганы имеют повышенный риск задержки полового созревания, снижение линейного роста и снижение мышечной массы тела. Углеводы составляют почти половину нашего рациона (45-65%). Чтобы снизить риск кардиометаболических заболеваний и чрезмерного увеличения веса, углеводы должны состоять в основном из цельного зерна и овощей, также следует ограничивать добавление сахара и подслащенные напитки до <10% всего потребления углеводов [2, с. 135]. Жиры – еще один ключевой компонент сбалансированного питания. Полинасыщенные жиры, содержащиеся в рыбе, орехах, авокадо и растительном масле, являются лучшими. Менее 10% рациона должно состоять из насыщенных жиров (сливочное масло). Предпочтительными насыщенными жирами являются жидкие формы (оливковое масло, кунжутное масло или масло канолы). Отказ от трансжиров, таких как гидрогенизированные растительные масла также будет снижать риск кардиометаболических заболеваний. [4, с. 72-73]

Кроме того, витамины обеспечивают поддержку функций и развития организма. Жирорастворимые витамины (витамины А, D, Е и К) необходимы для всасывания жира. Витамин А способствует здоровью зрения, витамин Е необходим для иммунитета и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, а витамин С устраняет окислительный стресс [11, с. 209-210]. Фолиевая кислота, железо и цинк способствуют нормальному функционированию эритроцитов. Как упоминалось ранее, кальций и витамин D необходимы для прочности костей.

Таким образом, тогда организм лишен адекватного питания и энергии, созревание и рост в подростковом возрасте не реализуются в полной мере. Это в значительной степени связано с подавлением активности гипоталамуса, и оказывает влияние на здоровье человека на протяжении всей жизни. Коррекция несбалансированного питания и пополнение запасов энергии позволяет восстановить некоторые процессы, но не всегда приводит к полному выздоровлению. По этой причине крайне важно информировать подростков о принципах правильного и полноценного питания, физических упражнениях и корректировать их на раннем этапе.

Патофизиология

Функциональная гипоталамическая аменорея (ФГА) – это потенциально обратимое патологическое состояние, которое характеризуется аменореей (отсутствием менструаций в течение 6 и более месяцев), нарушением секреции гонадотропных гормонов и снижением уровня эстрогенов. Чаще всего подобное состояние развивается в результате низкого веса, чрезмерных физических нагрузок и/или стресса. Это диагноз исключения, который чаще всего проявляется отсутствием менструаций. На ФГА приходится примерно от 25% до 35% всех случаев вторичной аменореи и всего 3% случаев первичной аменореи. Подростки, занимающиеся профессиональным спортом имеют более высокую заболеваемость, обусловленную синергетической взаимосвязью физических упражнений и низкого веса в период полового созревания и менструального цикла. Для менархе необходимо минимум 17% жировых отложений, тогда как для ежемесячных менструаций – 22%. Не все виды спорта и упражнения рассматриваются

одинаково и дают риск. У бегунов, танцоров, гимнастов и фигуристов выше частота ФГА из-за «стандарта» худобы, связанной с успехом в этих видах спорта. Плавание, весовой спорт, имеет меньший риск, так как допустим набор массы

ФГА проявляется многими факторами, влияющими на сложную гипоталамо-гипофиз-яичниковую ось. Когда запасы энергии не могут удовлетворить энергетические потребности организма, возникают многочисленные побочные эффекты. На уровне гипоталамуса секреция гонадотропин-рилизинг-гормона (ГнРГ) снижается, что приводит к снижению уровня фолликулолестимулирующего гормона (ФСГ), лютеинизирующего гормона (ЛГ), развитию фолликулов и секреции эстрогенов. Значение на функционирование оси имеют также кортизол и стресс, поскольку повышение уровня кортизола подавляет секрецию ГнРГ. Это действие помогает объяснить, почему периоды сильного стресса могут привести к нерегулярным менструациям и аменорее.

Влияние на гипоталамическую ось имеют также многочисленные факторы кровообращения, связанные с жирами и энергией. Уровень лептина, секретируемого жировыми клетками, низкий в низкоэнергетических состояниях. Исследования показали, что с увеличением веса и увеличением жировой массы повышается уровень лептина и возобновляются менструации.

Однако, данная связь между лептином и менструальным циклом гораздо сложнее, чем односторонняя связь с запасами жира. У женщин с аменореей, занимающихся физическими нагрузками, по сравнению аналогичной группой женщин с менструацией, у лептина отсутствует типичный суточный ритм, и он обеспечивает обратную связь с гипоталамусом, которая не может быть полностью объяснена только содержанием жира. Грелин – стимулирующий аппетит гормон, выделяемый из дна желудка. Более высокие уровни наблюдаются в условиях низкого веса, они ухудшают секрецию ФСГ и ЛГ гипофизом. Пептид YY секретируется кишечником и подавляет аппетит. Он повышен в пациентов с нервной анорексией, но при этом не нормализуется с увеличением веса. Причина этого явления недостаточно изучена. У таких пациентов популяции гормона роста выше, а уровень инсулиноподобного фактора роста (ИФР) снижен. ИФР имеет большое значение и работает синергетически с половыми стероидами при нарастании кости. Также влияет гормон щитовидной железы. В низкоэнергетических состояниях Т3 снижается, тогда как ТТГ и свободный Т4 находятся на нижней границе нормы. Это может быть частично объяснено бурой жировой тканью, которая уменьшается в низкоэнергетических состояниях. Как правило, бурый жир положительно связан с Т3. Меньшее количество бурой жировой ткани, связанное с низким уровнем Т3, – это процесс, который позволяет организму экономить энергию за счет сокращения ежедневных расходов.

Диагноз

Диагноз ФГА характеризуется аменореей с низким уровнем ФСГ, ЛГ и эстрадиола. Как уже было сказано, эти изменения связаны с провоцирующим фактором, таким как стресс, физические упражнения и низкий вес. Необходимо, чтобы расстройства пищевого поведения и другие причины нарушения менструального цикла были исключены до установления диагноза ФГА, что делает его диагнозом исключения. Триада женщин-спортсменок – еще одна форма ФГА, которая более конкретно определена популяцией и этиологией [10, с. 15]. Это состояние наблюдается у физически активных женщин, у которых ФГА возникает на фоне значительного ограничения калорийности рациона (в основном за счет белка и жиров) в сочетании с интенсивными физическими нагрузками и приводящее к снижению плотности костей. В конечном счете, это два схожих состояния с сопоставимыми долгосрочными факторами риска и лечением.

Наиболее часто встречающийся сценарий пациента с ФГА – это женщина, у которой ранее были регулярные менструальные циклы до появления одного или нескольких факторов риска, включая вес, стресс и / или физические упражнения [6]. В постановке диагноза играет важную роль тщательный сбор анамнеза, в частности вопросы о потере веса, диетах, чрезмерных физических нагрузках и стрессе. Лабораторная оценка включает тест на беременность,

пролактин, тиреотропный гормон и тироксин, фолликулостимулирующий и лютеинизирующий гормоны, эстрадиол. Исследование уровня тестостерона необходимо при наличии клинических признаков гиперандрогении (гирсутизм и/или тяжелое акне).

Использование методов визуализации необходимо только в определенных обстоятельствах. УЗИ органов малого таза полезно в тех случаях, когда подозревается аномалия матки или обструкция оттока. Магнитно-резонансная томография турецкого седла рекомендуется во всех случаях гипоталамической гипогонадотропной аменореи, не объясняемой потерей веса, стрессом и снижением калорийности пищи.

Эстроген способствует здоровью костей, обеспечивая оптимальную активность остеокластов и остеобластов, поэтому снижение плотности костной ткани должно настораживать женщин-спортсменок и в особенности подростков. Половое созревание является пиком развития костной ткани у девочек-подростков. К 18 годам содержание минералов в костях у женщин достигает 92%.

Здоровье костей является одним из основных долгосрочных рисков, связанных с ФГА, поэтому женщинам с аменореей более 6 месяцев и наличием сильной потери веса или стрессового перелома или женщинам с продолжающейся ФГА необходимо проведение DEXA-сканирования и определение уровня витамина D в крови [5, с.3].

Согласно рекомендациям Международного общества клинической денситометрии 2013 года, возраст пациента определяет предпочтительную часть тела для сканирования плотности костей [9, с. 86]. У детей, подростков и девушек младше 20 лет рекомендуется сканирование поясничного отдела позвоночника или всего тела. Женщинам старше 20 лет следует провести исследование поясничного отдела позвоночника и бедра с помощью DEXA-сканирования.

Клиническая картина

Гипоталамическая дисфункция приводит к гипоэстрогенному состоянию в организме. Низкий уровень эстрогена проявляется по-разному: аменорея, низкая минеральная плотность костей, атрофия влагалища и молочных желез, бесплодие и диспареуния [7, с. 34]. При лечении ФГА и вышеперечисленных симптомов целью является увеличение веса со спонтанным возобновлением менструаций. Спонтанная менструация является показателем того, что гипоталамическая дисфункция и гипоэстрогенное состояние разрешились. Возобновление менструаций занимает в среднем 9 месяцев при достижении 90% или более процентов от нормальных значений ИМТ. Обычно, такая надбавка в весе составляет 2 кг.

Низкая плотность костной ткани первоначально лечится немедикаментозными методами в течение 1 года. Если менструации все еще не возобновились спонтанно в течение этого времени, показана заместительная гормональная терапия. Большинство пациентов, проходящих лечение от ФГА, являются подростками или молодыми женщинами, планирующими деторождение в этот период времени. Несмотря на немедикаментозное и гормональное лечение, полное восстановление плотности костной ткани не гарантируется [3, с. 11-12]. Заместительная гормональная терапия является предпочтительнее гормональных контрацептивов, потому что при использовании физиологических гормонов нарастание костной ткани более значительным.

Изменение образа жизни, увеличение веса и коррекция физических нагрузок требуют комплексного подхода, состоящего из когнитивно-поведенческой терапии, налаживания сбалансированного питания, поддержки семьи и тренеров, а также консультаций врача. Семейная терапия наиболее эффективна для подростков. Этот подход показал улучшенные показатели прибавки в весе и более низкие показатели рецидивов. Семейный прием пищи приветствуется и защищает от развития расстройств пищевого поведения, состояний психического здоровья, рискованного поведения (включая употребление наркотиков и алкоголя) и ожирения. Как упоминалось ранее, стресс может усугубить дисфункцию гипоталамуса. Беспокойство и расстройства настроения могут быть результатом или этиологией высокого уровня стресса. Когнитивно-поведенческая терапия полезна при лечении этих состояний и снижает воспринимаемый уровень стресса.

Эти техники и командные подходы могут обеспечить здоровое увеличение веса, положительный энергетический баланс в организме и возобновление менструаций.

Выводы

ФГА является результатом сочетания низкого веса, низкой энергии и/или повышенного стресса. Это состояние, называется триадой женщин-спортсменок. Аменорея возникает из-за подавления гипоталамусом гонадолиберина, фолликулостимулирующего гормона, лютеинизирующего гормона и эстрогена. Низкая плотность костной ткани и остеопороз сопутствуют ФГА у подростков, потому что наибольшее количество костной ткани происходит в период полового созревания и подросткового возраста. Мотивация женщины и ее семьи к развитию положительного энергетического баланса за счет увеличения веса, уменьшения физических нагрузок и/или снижения стресса является основой лечения. Такой подход позволит спонтанно возобновить менструации, что означает устранение гипоталамической супрессии, гипоестрогенного состояния и отрицательного влияния на здоровье костей. Несмотря на изменения образа жизни, ФГА может быть сохранена. В этих случаях может потребоваться замена гормонов физиологическим эстрогеном и циклическим прогестероном для поддержания здоровья костей в период восстановления. После возобновления спонтанных менструаций за молодой женщиной следует тщательно наблюдать, поскольку вероятность рецидива высока. Осведомленность о ФГА, распознавание рецидива и раннее вмешательство являются ключевыми компонентами долгосрочного здоровья.

Список литературы:

1. (Петеркова В.А., Алимова И.Л., Башнина Е.Б., Безлепкина О.Б., Болотова Н.В., Зубкова Н.А., Калинин Н.Ю., Карева М.А., Кияев А.В., Колодкина А.А., Кострова И.Б., Маказан Н.В., Малиевский О.А., Орлова Е.М., Петрайкина Е.Е., Самсонова Л.Н., Таранушенко Т.Е. Клинические рекомендации «Преждевременное половое развитие». *Проблемы Эндокринологии*. 2021;67(5):84-103. <https://doi.org/10.14341/probl12821>
2. Будрейко, Е.А. Особенности показателей состояния углеводного обмена у девочек-подростков с вторичной аменореей / Е.А. Будрейко, Т.А. Начетова // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Медицина. Фармация. – 2014. – № 18(189). – С. 134-138. – EDN SYOZBR.
3. Жукова, Н.П. Лечение гипоменструального синдрома и вторичной аменореи, развившихся на фоне косметической диеты / Н.П. Жукова, О.Н. Шматкова // Охрана материнства и детства. – 2007. – № 2(10). – С. 9-13. – EDN JXVTZD.
4. Линейный рост как интегральный показатель здоровья (обзор литературы) / Ж.В. Петрова, Г.Ю. Евстифеева, А.Г. Сетко, З.А. Ветеркова // Оренбургский медицинский вестник. – 2015. – Т. III, № 2(10). – С. 71-74. – EDN TWESFB.
5. Патент № 2548822 С1 Российская Федерация, МПК А61В 5/00, А61В 5/107. Метод скрининга низкой минеральной плотности костной ткани у женщин со вторичной аменореей : № 2014123531/14 : заявл. 10.06.2014 : опубл. 20.04.2015 / А.А. Сметник, В.П. Сметник, А.А. Гависова [и др.] ; заявитель Федеральное государственное бюджетное учреждение "Научный центр акушерства, гинекологии и перинатологии имени академика В.И. Кулакова" Министерства здравоохранения Российской Федерации. – EDN VKARQF.
6. Патент № 2697369 С1 Российская Федерация, МПК А61В 5/00. Способ дифференциальной диагностики функциональной гипоталамической аменореи на фоне стресса и энергетического дефицита : № 2018145562 : заявл. 21.12.2018 : опубл. 13.08.2019 / Г.Е. Чернуха, Г.И. Табеева, С.Ю. Кузнецов [и др.] ; заявитель Федеральное государственное бюджетное учреждение "Национальный медицинский исследовательский центр акушерства, гинекологии и перинатологии имени академика В.И. Кулакова" Министерства здравоохранения Российской Федерации. – EDN FIKFZB.

7. Рудакова, Е.Б. Гипоэстрогенные состояния у женщин репродуктивного, пре- и менопаузального возрастов / Е.Б. Рудакова, Т.В. Стрижова, Л.Ю. Замаховская // Лечащий врач. – 2014. – № 3. – С. 34. – EDN RWWMKВ.
8. Суворова, В.В. Расстройства пищевого поведения, их распространенность среди подростков и молодых людей 14-25 лет / В.В. Суворова // Forcipe. – 2021. – Т. 4, № S1. – С. 720-721. – EDN SRZNHN.
9. Т.О. Чернова, К.А. Дашчян, Н.И.Сазонова, Н.М. Мылов. Рекомендации Международного общества клинической денситометрии (последняя ревизия 2007 г.) и рекомендуемое применение в клинической и диагностической практике. URL: https://radiomed.ru/sites/default/files/redakciya_po_densitometrii_2007_8.pdf?ysclid=lhbulnv4js609120133 (дата обращения: 30.04.2023)
10. Тищенко, М.Г. триада женщины-спортсменки / М.Г. Тищенко // Scientist (Russia). – 2020. – № 3(13). – С. 15. – EDN NGYJXB.
11. Цейликман, В.Э. Влияние окислительного стресса на организм человека / В.Э. Цейликман, А.А. Лукин // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 3-1(117). – С. 206-211. – DOI 10.23670/IRJ.2022.117.3.037. – EDN OОYQCP.

РУБРИКА

«НАУКИ О ЗЕМЛЕ»

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА
В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Куделина Мария Алексеевна

магистрант,

ФГАО ВО Казанский (Приволжский)

федеральный университет,

РФ, г. Казань

Аннотация. Дается краткий анализ возможности развития экологического туризма в Нижегородской области. Отмечено, что после принятия Закона «Об особенностях развития экологического туризма и туризма в сельской местности в Нижегородской области» в области появилось много экологических туристических туров в заповедные места. Так же в работе приведен перечень и краткое описание самых известных и популярных мест для туризма.

Ключевые слова: природа, окружающая среда, экология, туризм, ресурсы, природные объекты, заповедные природные территории.

Сегодня экологический туризм является самым быстроразвивающимся в мире видом туризма, который предполагает знакомство с заповедными природными территориями, способствует сохранению окружающей среды, улучшает благосостояние населения. По данным Всемирной туристической организации экологический туризм представляет собой один из самых наиболее перспективных видов туризма, так прирост экотуризма составляет около 30% в год [1]. Так же как и другие города России, Нижегородская область обладает довольно значимыми возможностями и владеет нужными ресурсами для успешного развития экологического туризма. На наш взгляд, активному развитию экологического туризма в Нижегородской области способствовал принятый Законодательным Собранием Закон Нижегородской области от 27.12.2022 N 209-З «Об особенностях развития экологического туризма и туризма в сельской местности в Нижегородской области», который определяет особенности развития экологического туризма и туризма в сельской местности, а также устанавливает меры государственной поддержки развития экорекреационного туризма и туризма в сельской местности в Нижегородской области. Вследствие чего развитие экологического туризма в Нижегородской области пошло ударными темпами – появилось много экологических туристических туров в заповедные места.

Живописные пейзажи природы Поволжья, густые леса, глубокие озера и пещеры привлекают путешественников со всей страны. Одним из самых известных в области мест туризма и паломничества является озеро Светлояр. Согласно древней легенде, князь Юрий Всеволодович построил град Китеж, на месте озера, а во времена нашествия татаро-монгол, о граде прослышал хан Батый и принял решение захватить его. Но как только войска подошли к воротам Китежа, из-под земли возникли водные потоки и град ушел под воду со всеми. Ходят слухи, что в безветренную погоду возможно услышать колокольный звон и пение, которое доносится из озера. Не менее популярным местом, можно считать Святое озеро, которое возникло на месте карстового провала. Его дно покрыто толстым слоем ила, но вода прозрачная.

Средняя полоса России известна своими лесными богатствами, и в Нижегородской области есть на что посмотреть. На северо-востоке от Нижнего Новгорода, на территории трех областных районов, раскинулся Керженский заповедник. Это один из самых больших и живо-

писных заповедников страны, хорошо иллюстрирующий природное многообразие южной тайги [2]. Здесь обитает около 200 видов различных животных, в том числе редких и более 600 видов различных растений. Заповедник является охраняемой территорией и попасть туда может далеко не каждый: в составе экскурсионной группы или в качестве участника экологического лагеря. В области, благодаря своей уникальности и красивейшими пейзажами, прославлен посёлок городского типа Васильсурск. Расположен он на месте слияния двух рек: Волга и Сура и окружен с трёх сторон водой. За необычайную красоту эти места прозвали Волжской Швейцарией.

В нашем регионе есть «царство карстовых пещер» – Ичалковский бор, который со всех сторон окружен рекой Пьяной. Здесь особенный микроклимат, из-за большого количества карстовых провалов и пластов известковых пород, в связи с чем очень необычная флора и фауна. На наш взгляд, основной достопримечательностью этого места являются Ичалковские пещеры, образованные на обрывистых стенах особенно крупных провалов. Не меньший интерес вызывает страусиная ферма «Макарьевский страус», которая была основана в 2006 году и сразу стала местом паломничества туристов [3]. Она находится в Макарьевском районе, на слиянии рек Волга и Керженец. Здесь не только разводят страусов, но и проводят увлекательные экскурсии, где покажут и расскажут все о самых больших на планете птицах. Кроме страусов здесь разводят фазанов, павлинов, лебедей, уток, индеек и некоторых других видов птиц. Несмотря на свою относительную молодость, ферма стала дико популярна у путешественников. Таким образом, наличие уникальных природных объектов, таких как Святое озеро, озеро Светлояр и его легенда о городе Китеже, Керженский заповедник, туристический город Васильсурск, Ичалковский бор, Ичалковские пещеры и многие другие места делают Нижегородскую область потенциальной сферой для развития экологического туризма.

Список литературы:

1. Агафонова, Е.С. Развитие экологического туризма в нижегородской области / Е.С. Агафонова, А.В. Ломовцева // В сборнике: Туристско-рекреационный потенциал и особенности развития туризма и сервиса. Материалы тринадцатой Всероссийской Международной научно-практической конференции студентов и аспирантов. – Калининград, 2020. – С. 40-43.
2. Лебедева, Т.Е. Перспективы развития экологического туризма в нижегородской области / Т.Е. Лебедева, Н.М. Кузьмина // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. – 2022. – № 1. – С. 69-74.
3. Ручина, К.Л. Экологическая обстановка и развитие туризма в нижегородской области / К.Л. Ручина, А.В. Аникина // В сборнике: Экономические аспекты продовольственной безопасности России. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием студентов и молодых ученых. – 2017. – С. 197-200

РУБРИКА

«ПЕДАГОГИКА»

СУЩНОСТЬ НАРОДНЫХ ТРАДИЦИЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Владими́рова Елена Геннадьевна

студент,
ФГАОУВО Казанский (Приволжский) Федеральный
Университет Елабужский институт(филиал),
РФ, г. Елабуга

Галич Татьяна Николаевна

научный руководитель,
ФГАОУВО Казанский (Приволжский) Федеральный
Университет Елабужский институт(филиал),
РФ, г. Елабуга

THE ESSENCE OF FOLK TRADITIONS AFFECTING THE MORAL EDUCATION OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN

Elena Vladimirova

Student,
FGAOUVO Kazan (Volga Region) Federal
University Yelabuga Institute (branch),
Russia, Yelabuga

Tatyana Galich

Scientific adviser,
FGAOUVO Kazan (Volga Region) Federal
University Yelabuga Institute (branch),
Russia, Yelabuga

Аннотация. В статье рассматривается, как народные традиции оказывают влияние на нравственное воспитание младших школьников. Приводится определение народных традиций, дается классификация народных традиций. Описываются примеры народных традиций и праздников татарской и русской национальностей.

Abstract. The article examines how folk traditions influence the moral education of younger schoolchildren. The definition of folk traditions is given, the classification of folk traditions is given. Examples of folk traditions and holidays of Tatar and Russian nationalities are described.

Ключевые слова: этнопедагогика, народные традиции, народные праздники, народные игры, нравственное воспитание, нравственность младших школьников

Keywords: ethnopedagogy, folk traditions, folk festivals, folk games, moral education, morality of younger schoolchildren

Этнопедагогика и является той наукой, которая занимается изучением возможностей использования и развивающего потенциала средств культурных традиций и народной педагогики в воспитании и образовании детей [2, с. 11].

Народная педагогика является не только естественным процессом, но и неотъемлемой частью жизни каждого народа. Она вбирает в себя все лучшее, что хранится и передается из века в век как духовные и нравственные народные сокровища. В народном воспитании детей самым главным является процесс естественного, многообразного богатого общения поколений. Использование идей народной педагогики позволяет уже с малых лет включать детей в педагогический процесс, который направлен на воспитание, самовоспитание, взаимное воспитание, и при этом обеспечивается максимальная самостоятельность воспитуемых [5].

Традиции и обычаи являются наиболее устойчивой основой народной духовной культуры. Традиция понимается как социальное и культурное наследие, передающееся от поколения к поколению и сохраняющееся не только в обществе в целом, но и в отдельных социальных группах и в личностях в течение длительного времени. Традиция охватывает не только материальные и духовные ценности (объекты наследия), но и процесс наследования, и способы наследования. В переводе с латинского *traditio* – это передача и предание. В традиционной культуре воспитания русского или татарского народа они играли решающую роль в формировании нравственных принципов, привычек. Дети в повседневной жизни на примере старших, а также принятых в обществе норм и правил взаимоотношений, понятий добра и зла, чести и справедливости воспринимали и усваивали эстетические и этические идеалы народа, его представления о человеческой добродетели и пороках [2].

Воспитательное значение традиций заключается в том, что они вызывают горячее стремление следовать хорошим примерам, установившимся нормам и правилам. Необходимо создать у детей и подростков определенное отношение к народным традициям и обычаям, отношение глубокого уважения, понимания их сущности, желание изучать и следовать примеру людей, носителей этих явлений.

Традиции, обычаи, обряды, праздники, содержащие в себе надежно проверенные временем и историческим отбором знаний, умений и навыков человечества, представляют для образования предмет социальной востребованности и актуальности [1].

Традиция является своеобразным средством социализации человека, социального воспитания ребенка. В контексте анализа роли традиций в семейном воспитании, традиция – это, прежде всего, определенные ценности, которые передаются от одного поколения к другому: нормы поведения, обычаи, идеи, порядки, взгляды, вкус и т. п. Исследователи С.К. Бондырева и Д.В. Колесов, Репринцева Г.И., Азизова Н.Р. рассматривают традицию как преемственность/связь во времени [3].

Народные традиции представляют собой совокупность обычаев и норм поведения, принятых в народе и передаваемых от старшего поколения младшему. Особое значение народные традиции имеют в укреплении семей и воспитания детей [2].

У каждого региона свои народные традиции. Нравственное воспитание посредством народных традиций Республики Татарстан – это процесс воспроизводства у новых поколений людей социального и культурного наследия татарского народа, которые были выработаны им в течение длительного времени (веками, столетиями). В качестве традиций выступают определенные обществом татарского региона установления, нормы поведения, ценности, идеи, обычаи, обряды и т.п. Традиции татарских народов прямо обращены к духовному миру человека, они выполняют роль средства стабилизации и воспроизводства общественных отношений не непосредственно, а через формирование духовных качеств, требуемых этими отношениями. На рисунке представлены несколько групп народных татарских традиций как источника и средства нравственного воспитания личности (Рис. 1..

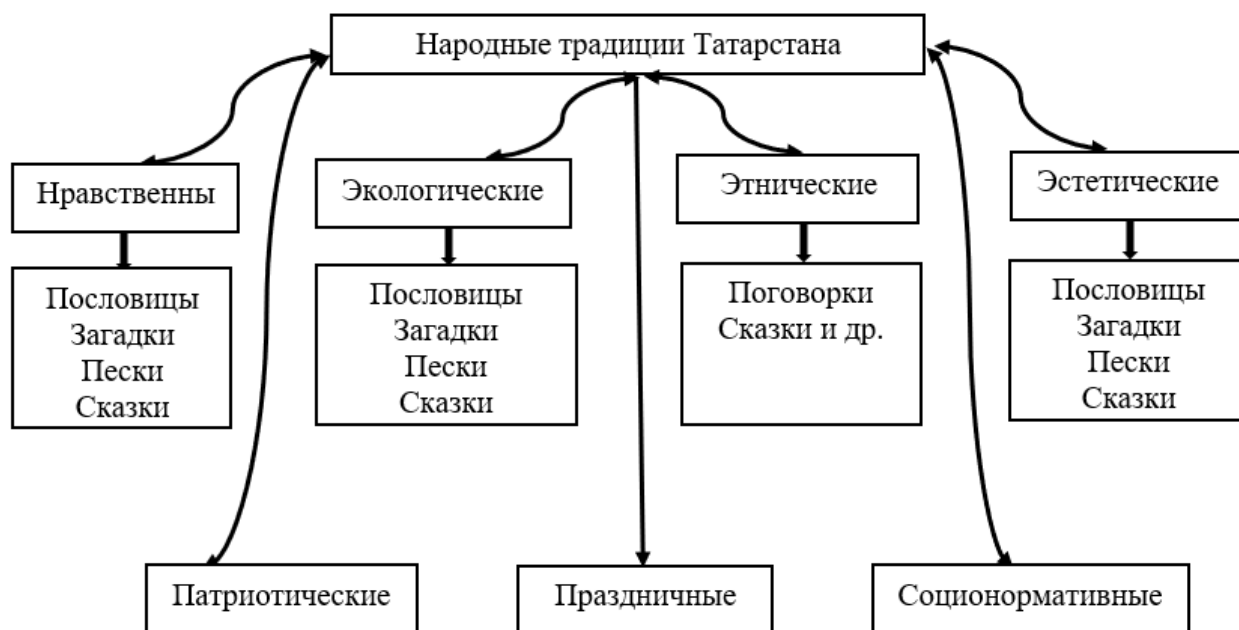


Рисунок 1. Группы народных традиций

Традиции выполняют общие социальные функции – являются средством стабилизации отношений в жизни новых поколений. Традиции – прямо обращены к духовному миру человека и выполняют свою роль через формирование духовных качеств, требуемых этими отношениями. Кроме того, традиции имеют свое идейное содержание (формулу) [4].

Идейным содержанием (формулой) традиции – всегда выступает норма или принцип поведения, и самое главное, духовные качества, необходимые для утверждения характера поведения.

Социальное назначение народных традиций выражается в том, что они являются средством формирования и передачи новым поколениям тех духовных качеств, которые необходимы для нормального функционирования сложных общественных отношений.

Вместе с тем, народные традиции выполняют общую роль стабилизации и воспроизводства общественных отношений в ряду сменяющих друг друга поколений. И представляют собой механизмы «социального наследия», преемственности поколений [1]. Нравственное воспитание младших школьников посредством народных традиций происходит по знаниям и навыкам воспитания народной педагогики. Народная педагогика проедает знания и навыки в народных традициях, в народном поэтическом и художественном творчестве, устойчивых формах взаимодействия детей друг с другом и со взрослыми. Нравственное воспитание личности является центральной проблемой современного образования. Чем глубже человек знаком со своей родной культурой, тем легче ему будет понять и принять культуру другого народа, а, следовательно, быть терпимее к иным культурным традициям. Следовательно, воспитание детей в духе народных традиций предоставляет значительные возможности для формирования собственной картины мира, расширения мировоззрения ребенка, его опыта организации и саморегуляции своей деятельности; развивает эмпатию, помогает выработать способность управлять собственными действиями в соответствии с интересами других людей и требованиями социума [3].

Рассматривая общие факторы народного воспитания, Г.Н.Волков выделяет следующие: природа, слово, дело, традиция, быт, искусство, общение, религия, пример, идеал [1]. В русском языке такие выражения, как «природа человека», «природный ум», «природная красота» и др. несут в себе большую смысловую нагрузку и связаны с естественностью народного воспитания. Если рассматривать природу не только в качестве среды обитания, но и как родную страну, то, по мнению исследователей, правомерно говорить об экологии человека, экологии культуры, экологии этнических образований.

В татарском народном творчестве природа родного края очеловечивается, что выражено в таких произведениях как «Шурале». Разрушение природы, с этой точки зрения, расценивается как уничтожение человека.

Нравственное воспитание осуществляется и в процессе общения ребенка и взрослого: в быту, во время народных праздников, в повседневном труде. К примеру, на Руси девочки вместе с матерями посещали посиделки, где учились вышивать или плести кружева. А в семьях татарского народа принято уважать страших, что глава семьи – это самый старший мужчина, которого называют Бабаем. А после него идет самая старшая женщина, обычно это его супруга – Абыслай [6].

Элементом хранения народной педагогики выступают также фольклор и устное народное творчество, которые передают отношение народа к тем или иным явлениям жизни. Произведения устного народного творчества впитали в себя мысли и чувства народа, отразившие его историю, природу, быт, идеалы. С их помощью взрослые приобщали детей к национальной культуре, воспитывали чувство гордости за свой народ [1].

Таким образом, традиции как бы организуют связь поколения, на них держится духовно-нравственная жизнь народов. Преемственность старших и младших основывается именно на традициях. Чем многообразные традиции, тем духовно богаче народ, не что так не объединяет народ, как традиции.

Список литературы:

1. Величко, О.Ю. Методы стимулирования нравственного развития младших школьников / О.Ю. Величко // Начальная школа + практика: (вкладка к четным номерам). – 2020. – № 7. – С. 97-100.
2. Величко, О.Ю. Роль нравственно-ориентированной игры в процессе этического воспитания младших школьников / О.Ю. Величко // Начальная школа. – 2018. – № 8. – С.11-15.
3. Латышина, Д.И. Этнопедагогика. Учебник / Д.И. Латышина, Р.З. Хайруллин. – М.: Юрайт, 2016. – 532 с.
4. Мартянова, А.И. Нравственное воспитание: содержание и формы: методические рекомендации / А.И. Мартянова // Начальная школа. – 2017. – № 7. – С.21-29.
5. Нездемковская, Г.В. Зарождение и развитие этнопедагогики России / Г.В. Нездемковская. – М.: Эдитус, 2021. – 645 с.
6. Хухлаева, О.В. Этнопедагогика. Социализация детей и подростков в традиционной культуре. Учебное пособие / О.В. Хухлаева. – М.: МПСИ, 2018. – 248 с.
7. Яновская, М.Г. Нравственное воспитание и эмоциональная сфера личности / М.Г. Яновская // Классный руководитель. – 2012. – № 4. – С. 24-33.

РАЗВИТИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ЭТНОПЕДАГОГИКИ

Владимирова Елена Геннадьевна

студент,
ФГАОУВО Казанский (Приволжский) Федеральный
Университет Елабужский институт(филиал),
РФ, г. Елабуга

Галич Татьяна Николаевна

научный руководитель,
ФГАОУВО Казанский (Приволжский) Федеральный
Университет Елабужский институт(филиал),
РФ, г. Елабуга

THE DEVELOPMENT OF TOLERANCE IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN THROUGH ETHNOPEDAGOGY

Elena Vladimirova

Student,
FGAOUVO Kazan (Volga Region) Federal
University Yelabuga Institute (branch),
Russia, Yelabuga

Tatyana Galich

Scientific adviser,
FGAOUVO Kazan (Volga Region) Federal
University Yelabuga Institute (branch),
Russia, Yelabuga

Аннотация. В статье рассказывается роль этнопедагогика в развитии толерантности у младших школьников. Описывается формирующий эксперимент, в котором проводилась работа по развитию толерантности у младших школьников с применением народных традиций, игр, сказок и др.

Abstract. The article describes the role of ethnopedagogy in the development of tolerance among younger schoolchildren. A formative experiment is described in which work was carried out on the development of tolerance among younger schoolchildren using folk traditions, games, fairy tales, etc.

Ключевые слова: толерантность младших школьников, этнопедагогика, народные традиции, показатели толерантности, когнитивный компонент толерантности, эмоциональный компонент толерантности, поведенческий компонент толерантности

Keywords: tolerance of younger schoolchildren, ethnopedagogy, folk traditions, tolerance indicators, cognitive component of tolerance, emotional component of tolerance, behavioral component of tolerance

В рамках Федерального государственного стандарта II поколения разработана Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Основу данной Концепции составляет идея о том, что «современный национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации» [1, с. 11]. Этнопедагогика и является той наукой, которая за-

нимается изучением возможностей использования и развивающего потенциала средств культурных традиций и народной педагогики в развитии толерантности младших школьников [2, с. 11].

Нами была проведена экспериментальная работа по развитию этнической толерантности посредством этнопедагогики проводилась с обучающимися младших классов в средней общеобразовательной школе. В ходе констатирующего эксперимента были использованы критерии:

1. Когнитивный компонент этнической толерантности (знания обучающихся о понятии толерантности).
2. Эмоциональный компонент этнической толерантности (эмпатические способности, способность сочувствовать и сопереживать другим).
3. Поведенческий компонент этнической толерантности (толерантное поведение).

Рассмотрим результаты диагностики по каждому компоненту этнической толерантности младших школьников экспериментальной и контрольной групп. Результаты исследования когнитивного компонента этнической толерантности у младших школьников позволило выявить, что большинство младших школьников с низким уровнем сформированности когнитивного компонента этнической толерантности. С высоким уровнем сформированности когнитивного компонента этнической толерантности не было выявлено ни одного человека. У каждого второго ребенка представления о толерантном отношении к сверстникам разной национальности беспорядочны, характеризуя толерантность, младшие школьники опираются на незначительные признаки толерантного отношения к сверстникам, нейтральное отношение к толерантным категориям. Результаты исследования эмоционального компонента этнической толерантности младших школьников позволили заключить, что большинство младших школьников с низким уровнем сформированности эмоционального компонента этнической толерантности. С высоким уровнем сформированности эмоционального компонента этнической толерантности не было выявлено ни одного ребенка. Младшие школьники положительно относятся к толерантным категориям, но у них наблюдается слабые дифференцированные эмоции по отношению к толерантным категориям и антиподам. Результаты исследования поведенческого компонента этнической толерантности младших школьников позволили заключить, что большинство младших школьников с низким и средним уровнями сформированности поведенческого компонента этнической толерантности. С высоким уровнем сформированности поведенческого компонента этнической толерантности младших школьников не было выявлено. У обучающихся наблюдается неустойчивая тенденция положительного поведения по отношению к сверстникам. У другой половины младших школьников поверхностные представления о толерантности к сверстникам разной национальности, а поведение к сверстникам неустойчивое, разрозненное.

Таким образом, у младших школьников выявлен низкий уровень сформированности этнической толерантности. С ними необходима дополнительная работа, направленная на воспитания этнической толерантности младших школьников. Чтобы воздействовать на все компоненты этнической толерантности, необходимо применить этнопедагогику, применять народные традиции. На формирующем этапе мы разработали календарно-тематический план по воспитанию толерантного отношения к сверстникам разной национальности обучающихся младших классов посредством этнопедагогики. Первое занятие заключалось в знакомстве младших школьников со школой, ее традициями, была проведена сюжетно-ролевая игра «Школа». Мы дали название школы, назвали улицу, где она расположена. По окончании экскурсии вместе с младшими школьниками мы обсудили нашу школу, труд людей разных профессий в школе: учителей, библиотекарей, поваров, техничек, сторожей и других. Важным моментом в воспитании толерантного отношения к сверстникам разной национальности является формирование любви к природе своего края, в другим людям. Во внеурочное время мы сходили с детьми на экскурсию, которая называлась «Эта моя улица...». Гуляя по своей улице, мы играли с сюжетно-ролевыми играми «Мы-пассажиры», «Транспорт на улице». После прогулки по улице мы в совместной деятельности изготовили макет улицы, на которой находится школа. Совместно с родителями мы изучали предметы русской старины. Знакомили младших

школьников с домашней утварью, мебелью, посудой, русскими и татарскими народными костюмами, Работа велась посредством чтения потешек и загадок, обсуждений пословиц о труде и семье, рассматривания иллюстраций. Мы посетили Музей Истории Города, в котором познакомились не только с животными и растениями нашего края, но и с народным бытом, по материалам татарского и русского фольклора.

Рассматривая рукоделие наших предков, бытовые предметы того времени, обучающимся объяснялось их назначение, подчеркивалась мастерство человеческих рук, делался акцент на красоте. Младшим школьникам рассказывался образ жизни предков своего народа в зависимости от местности проживания (в лесу, в местностях богатой глиной и др.). Например, если народ жил в лесу, то посуда, украшения и мебель была из дерева. Если они проживали на местности, где много глины, то посуду и украшения делали из глины. На уроках по изобразительной деятельности мы закрепляли полученные знания, делали выставку работ. Во время праздников, мы знакомили детей с традиционными праздниками русских и татарских народов. Для знакомства мы организовывали и подготавливались к проведению традиционных праздников, например, «8 марта», «Новый год», «Рождество», «Масленица», «Пасха», «День защитника Отечества и др. На занятиях по изобразительному искусству мы готовили открытки для своих родителей, разучивали танцы, песни и стихотворения по теме праздника. В Масленицу мы играли в народные игры, пели песни, ели блины, которые дети принесли из дома, которые они сами там пекли. На Пасху мы раскрашивали яйца и знакомили с традициями этого праздника. Для формирования целостного, толерантного взгляда на мир мы раскрыли на уроке окружающего мира тему «наши ближайшие государственные соседи», где по карте с детьми просматривали границы нашей страны, страны граничащие с нашей страной (Эстония, Белоруссия, Литва, Латвия, Абхазия, Япония и другие). На уроке, посвященного теме «В центре Европы», мы познакомили детей со странами Центральной Европы (Германия, Австрия, Швейцария), рассматривая природный ландшафт местности, тем самым формируя целостный взгляд на разнообразие природы. Изучая тему «Что такое Бенилюкс?», формировании у обучающихся уважительное отношение к чужому мнению, так как они узнают, когда и как сформировался этот Альянс, какие страны в него входят, и какие вопросы и проблемы обсуждаются на заседаниях. «Такие разные праздники» – где дети знакомили с праздниками своей страны и других народностей, вырабатывая толерантный взгляды разнообразие культуры нашей страны. Воспитание этнической толерантности у младших школьников заключалось в разработке и реализации календарно-тематического плана посредством этнопедагогике. Проведенная работа была направлена на воспитание когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов толерантного отношения младших школьников. Повторная диагностика позволила достичь положительной динамики воспитания этнической толерантности у младших школьников. На контрольном срезе количество детей с высоким уровнем этнической толерантности увеличилось на 30%, количество детей со средним уровнем составило 60%, а количество детей с низким уровнем – 10%, что говорит об эффективности проведённой работы с младшими школьниками.

Таким образом, этнопедагогика является эффективным средством воспитания этнической толерантности у младших школьников. Результаты исследования могут быть использованы учителями начальных классов в работе с детьми младшего школьного возраста в воспитании толерантного отношения к сверстникам разной национальности.

Список литературы:

1. Асмолов, А.Г. Слово о толерантности / А.Г. Асмолов // Век толерантности: Научно-публ. вестн. – 2011. – № 1. – С. 4.
2. Богданова, В.В. Толерантность младших школьников: понятие, модель формирования / В.В. Богданова // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2016. – № 2. – С. 87–91.
3. Коротких, О.В. Воспитание детей в духе миролюбия в традициях народной педагогики / О.В. Коротких. – М.: ИНФРА-М, 2014. – 128 с.

4. Кузнецова, Л.В. Гармоничное развитие личности младшего школьника / Л.В. Кузнецова. – Москва.: Просвещение, 2011. – 224 с.
5. Лебедева, Н.М. Теоретико-методологические основы исследования этнической идентичности и толерантности в поликультурных регионах России и СНГ // Идентичность и толерантность / Н.М. Лебедева. – М. : Изд-во Ин-та этнологии и антропологии РАН, 2012. – С. 35.
6. Лебедева, Н.М. Этническая толерантность в поликультурных регионах России / Н.М. Лебедева, А.Н. Татарко. – М. : Изд-во РУДН, 2012. – 296с.
7. Латышина, Д.И. Этнопедагогика. Учебник / Д.И. Латышина, Р.З. Хайруллин. – М.: Юрайт, 2016. – 532 с.
8. Мамышева, З.З. Проблема становления толерантности младшего школьника в контексте поликультурной образовательной среды / З.З. Мамышева // Вестник адыгейского государственного университета. Серия 3: педагогика и психология. – 2010. – № 4. – С. 38–42.
9. Нездемковская, Г.В. Зарождение и развитие этнопедагогики России / Г.В. Нездемковская. – М.: Эдитус, 2021. – 645 с.
10. Хухлаева, О.В. Этнопедагогика. Социализация детей и подростков в традиционной культуре. Учебное пособие / О.В. Хухлаева. – М.: МПСИ, 2018. – 248 с.

ПРОБЛЕМЫ НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ

Искакова Марина Владимировна

студент,
Казанский (Приволжский) Федеральный Университет,
Елабужский институт (филиал),
РФ, г. Елабуга

PROBLEMS OF FOLK PEDAGOGY

Marina Iskakova

Student,
Kazan (Privolzhsky) Federal University,
Elabuga Institute (branch),
Russia, Yelabuga

Аннотация. В данной работе анализируется актуальность использования народной педагогики, рассматриваются методы и средства ее использования. Анализируются имеющиеся проблемы на сегодняшний день и пути их разрешения.

Abstract. In this paper, the relevance of the use of folk pedagogy is analyzed, methods and means of its use are considered. The existing problems to date and the ways to resolve them are analyzed.

Ключевые слова: народная педагогика, средства народной педагогики, этнопедагогика, народное творчество, педагоги,

Keywords: folk pedagogy, means of folk pedagogy, ethnopedagogy, folk art, teachers,

Кризисные явления в нашем обществе на рубеже тысячелетий сказались и на системе образования. Наше общество столкнулось с проблемами развития подрастающего поколения: недостаточная подготовленность к самостоятельной жизнедеятельности; неготовность к напряженной работе и ответственности за выбор средств достижения цели; приверженность определенной части молодежи к иждивенчеству и «легкой жизни». Всё это свидетельствовало о кризисе духовно – нравственных идеалов общества. Проблема формирования гармонично развитой личности приобретает сегодня особую остроту. Ведь именно сегодняшним детям в недалёком будущем придётся взять на себя ответственность за судьбу страны, именно от их уровня образованности и воспитанности будет зависеть дальнейшая жизнь будущих поколений. В соответствии с новыми государственными образовательными стандартами сейчас особое внимание уделяется духовно-нравственному развитию и воспитанию детей, приобщению их к национальным ценностям. Отсюда следует, что целесообразно воспитывать детей на традициях народной педагогики.

Народная педагогика (этнопедагогика) и научная педагогика существуют параллельно. Они имеют разные задачи и обеспечивают выполнение разных социальных ролей: общества и профессионального педагога.

Народная педагогика – это многовековое достояние около 40 народов, народностей и этнических групп нашей республики, сконцентрировавшее в себе единые взгляды, убеждения, идеалы, правила и нормы, традиции и обычаи, позволяющие объективно оценивать критерии обучения и обученности, воспитания и воспитанности, образования и образованности человека.

Воспитательный потенциал народной педагогики неоднократно становился предметом научного рассмотрения. Он привлекал и привлекает сегодня пристальное внимание исследователей. В настоящее время ведется активная работа по изучению и систематизации опыта народной педагогики.

Дать определение народной педагогике пытаются многие исследователи: Г.Н. Волков, Я.М. Ханбиков, А.Ш. Гашимов, Г.Н. Филонов и др.

Проанализировав мнения различных исследователей, А.Э. Измайлов представил такое определение данного понятия: “Народная педагогика – это совокупность накопленных и проверенных практикой эмпирических знаний, умений и навыков, передаваемых из поколения в поколение преимущественно в устной форме как продукт исторического и социального опыта народных масс” [3].

Похожее на данное понятие дает также Я.И. Ханбиков: “Народная педагогика – область эмпирических педагогических знаний и опыта народных масс, выражающаяся в господствующих в народе воззрениях на цели и задачи воспитания, в совокупности народных средств, умений и навыков воспитания и обучения” [5].

В данных и иных определениях народной педагогики обнаруживается ряд общих положений. Это – эмпирические знания, опыт масс, совокупность средств, умений и навыков воспитательной практики, бытующих в народе. Следовательно, народная педагогика изображает опыт и относится к средствам и идеям народного воспитания. Понятие “народной педагогикой” в русскую и российскую педагогику впервые внесено К.Д. Ушинским [4].

Народная педагогика имеет ту особенность, что в ней нет строго сформулированных законов воспитания, систематизированных знаний, точных научных терминов и определений. Это – клад коллективного творчества разных людей многих поколений, народная мудрость, которая накапливается веками. Народный ум, как и воспитательный опыт, есть плод наблюдений за развитием детей, взаимоотношений между детьми, также детьми и взрослыми. Формулируется это в кратких изречениях, заповедях, поучительных пожеланиях. Эти изречения и пожелания выступают как бы в качестве постулатов и аксиом народной педагогикой. Таковы, например, изречения: каковы родители – таковы дети; учи дитя, пока оно лежит поперек лавки; век живи – век учись и многие другие. Подобные изречения могут быть краткими напоминаниями и наставлениями о том, как поступать в некоторых воспитательных ситуациях: детей наказывай стыдом, а не кнутом; примеры полезнее наставлений; строгость учителя лучше ласки отца и другие.

К распространенным средствам народной педагогикой относятся пословицы, поговорки, легенды, афоризмы и т.п. Именно эти виды народного творчества встречаются в повседневной жизни старшего поколения, когда те дают знание молодым о формах этике. Пословицы – «старина, не прошлое, а живой голос народа», «что ему надо сегодня и потребуется завтра». Когда в пословице говорится о прошлом, оно оценивается с точки зрения настоящего и будущего – осуждает и одобряет в зависимости от того, в какой мере прошлое, отраженное в афоризме, соответствует народным идеалам, его ожидания и чаяниям. В народе бытует много пословиц и поговорок, все они направлены на улучшение нравственных качеств личности. Одним внушает любовь к природе родного края, к птицам, зверям, другие учат быть честными, трудолюбивыми, добрыми [2].

Воспитательный потенциал народной педагогикой неоднократно становился предметом научного рассмотрения. Он привлекал и привлекает сегодня пристальное внимание исследователей. В настоящее время ведется активная работа по изучению и систематизации опыта народной педагогикой.

Существует ряд проблем, связанных с народной педагогикой. В целом исследования показывают, что родители редко применяют средства народной педагогикой для воспитания. Не смотря на то, что родители признает значение опыта народной педагогикой в воспитании. Но применяют в воспитании данные средства мало или далеко не все.

Среди огромного спектра форм и жанров народного творчества практически все родители используют только сказки. Такие формы устного народного творчества, как: колыбельные песни, пестушки, потешки, прибаутки, игры, используются гораздо реже, а некоторыми родителями, не используются вообще. При выборе сказки для чтения часто нарушается принцип соответствия сказки возрасту детей. Родители используют сказки, предназначенные для старших детей.

Если рассмотреть программы воспитания детских садов, то следует отметить, что средства народной педагогики там присутствуют, но в довольно малом объеме. Также чаще всего используются только сказки и пословицы. Другие жанры народной педагогики чаще всего остаются в стороне.

Если рассматривать такие аспекты в детских садах, как наличие народной тематики в оформлении группы; наличие в группе народных игрушек (сюжетных; музыкальных; спортивных; дидактических) в соответствии с возрастом детей, их доступность; наличие в группе детских книжек с народными сказками, пестушками, прибаутками; отражение народной тематики в игровых уголках, то следует отметить, что все это фактически отсутствует.

В практике работы оформление групп детского сада все ориентировано на современный стиль, однако воспитатели стараются оснащать среду всевозможными предметами художественно-прикладного искусства, народными промыслами, погружать детей раннего возраста в народную культуру. В книжных уголках есть тематические книги со сказками, потешками, пестушками. Однако выбор их не очень разнообразен и представлены только русские народные сказки. Практически не представлены сказки, пестушки, потешки других народов страны (хотя группа интернациональная). Недостаточно представлены в группах народные игрушки (музыкальные, дидактические). Нет игровых уголков и уголков ряжения, ориентированных на народную тематику.

Недостаточное уделение внимания народной педагогике, в частности в оформлении групп, в наличии необходимого материала, можно считать проблемой в данном направлении.

Также можно наблюдать и следующие проблемы:

1. Недостаточная теоретико-методическая разработанность проблемы использования опыта народной педагогики в работе с детьми раннего возраста.

2. Недооценка потенциала народной педагогики в воспитании детей раннего возраста в практике образовательной работы, что обусловлено, по нашему мнению, низким уровнем профессиональной компетентности педагогов в данном вопросе, отсутствием у них необходимых знаний и умений.

3. В настоящее время в семьях родителями недостаточно используется потенциал народной педагогики. Сами родители имеют очень ограниченные представления о разных средствах народной педагогики (практически не знают народных колыбельных песен, пестушек, потешек и т.д.). Наиболее популярной формой является чтение сказок, выбор которых так же ограничен по тематике и не всегда соответствует возрасту детей.

Важно понимать, что образование, не учитывающее существующее этническое самосознание и своеобразие, не может быть современным, более того, такое образование не является и профессиональным, поскольку выстраивается в отрыве от педагогической культуры народа. В России – полиэтнической стране – педагогика как подлинно демократический феномен не может функционировать созидательно без этнопедагогики. А это требует максимального внимания и неукоснительного сохранения в учебных планах предметов этнокультурной направленности: «Мировая культура», «Отечественная культура», «Культура и традиции народов» и «Русская национальная культура» «Культура этноса». Отсюда потребность в педагогических кадрах, способных опираться в своей работе на традиции народной педагогики, ее воспитательную практику, на осмысление, понимание и применение в обучении и воспитании традиционных общечеловеческих ценностей.

Между тем в подготовке педагогов и наставников по народной педагогике сегодня существуют трудности, в частности связанные с потребностью использования этнокультурного наследия народа в подготовке кадров для общеобразовательных организаций и отсутствием четкого соотношения народной и научной педагогики в рамках этой подготовки.

Существующая теория и практика в целом не учитывают еще, что содержание подготовки по народной педагогике должно включать в себя подготовку студента к полиэтнической реальности; осознание себя и своей национальной культуры через понимание значимости других этнических культур; обеспечение возможности самореализации будущего специалиста в области образования независимо от его национальной, языковой и культурной принадлежности.

Пути решения данной проблемы следует видеть в том, чтобы подготовку по народной педагогике студентов в области образования рассматривать как основу их профессиональной подготовки. Её важно рассматривать не как дополнение к имеющемуся содержанию профессиональной подготовки студентов, а как равноправное взаимодействие этнокультуры, этнопедагогике и научной педагогики как основы профессионального становления будущего специалиста.

Живительная сила народной мудрости лучше раскрывается через наглядный пример, показ определенных практических навыков. Любой педагогический прием в этнопедагогике следует рассматривать только через «очеловечивание» каждого жеста, взгляда. Необходимое условие – овладение студентами важнейшими навыками культуры как родной, так и русской речи (тон, темп, ритм, выразительность).

Именно этнокультуризация и этнопедагогизация современного педагогического образования выступает необходимым условием понимания будущими педагогами своих учеников и воспитанников, их занятия в качестве педагога или его наставника для оптимальной реализации приобретенного в вузе профессионального потенциала в эффективном воспитании учащихся на традиционных духовно-нравственных ценностях.

Список литературы:

1. Волков Г.Н. Этнопедагогика. – М.: Издат. центр «Академия», 2017. – 168 с.
2. Денисенко Л.Н., Денисенко Е.П. Этнопедагогический подход в нравственно-патриотическом воспитании современной школы // Актуальные исследования. 2021. №40 (67). С. 66-70.
3. Измайлов А.Э. Народная педагогика. -М.: Педагогика, 2015. – 187 с.
4. Ушинский К.Д. Педагогические сочинения в 6-ти т. / сост. С.Ф. Егоров. – М. : Педагогика, 1988. – Т. 1. О народности в общественном воспитании. М, 2017. – 414 с.
5. Ханбиков Я.И. Народная педагогика. – Казань, 2001. – 126 с

РЕЧЕВЫЕ ТРЕНИНГИ В ДЕТСКОЙ ТЕАТРАЛЬНОЙ СТУДИИ

Конева Виктория Андреевна

студент,
Орловский государственный институт культуры,
РФ, г. Орёл

Титов Александр Юрьевич

научный руководитель,
профессор кафедры режиссуры,
мастерства актёра и экранных искусств,
Орловский государственный институт культуры,
РФ, г. Орёл

SPEECH TRAININGS IN CHILDREN'S THEATER STUDIO

Victoria Koneva

Student,
Orel State Institute of Culture,
Russia, Orel

Alexander Titov

Scientific director, Ph.D.,
Acting and Screen Arts,
Orel State Institute of Culture,
Russia, Orel

Аннотация. Данная статья посвящена проблеме владения сценической речью, так как она является средством театрального воплощения драматургического произведения на сцене, с помощью которого актер передает основные черты воплощаемого образа. В данной статье доказывается необходимость развития техники речи, постоянной работы над правильностью произношения. Затрагивается важность речевых тренингов в работе с детьми и их отличия от речевых тренингов для взрослых актеров.

Abstract. This article is devoted to the problem of stage speech, as it is a means of theatrical embodiment of a dramatic work on stage, with the help of which the actor conveys the main features of the embodied image. This article proves the need for the development of speech technology, constant work on the correct pronunciation. The importance of speech trainings in working with children and their differences from speech trainings for adult actors are touched upon.

Ключевые слова: Сценическая речь, художественное слово, спектакль, речевые тренинги, актёр.

Keywords: Stage speech, artistic word, performance, speech trainings, actor.

Сценическая речь – одно из важнейших средств театрального мастерства актёра. Именно благодаря сценической речи, актёр может донести до зрителя идеи, мысли и чувства, заложенные в тексте. Сценическая речь является одним из основных профессиональных средств выразительности актёра.

Хорошо развитая сценическая речь актёра, позволяет раскрыть внутренний мир, социальные, психологические, национальные, бытовые черты характера персонажа.

Сценическая речь, как предмет изучения ребёнком, несколько отличается от **сценической** речи профессионального актёра. В методике обучения ребёнка правилам **сценической** речи существуют свои особенности: преподавание ведётся исключительно в игровой форме, которая, способствует более органичному раскрытию особенностей речи ребёнка и помогает

в сплочении коллектива. Дети воспринимают урок как игру, забаву и кривляния, тем самым увеличивает вовлеченность и результативность.

Главная задача во время проведения речевого тренинга – **развитие** навыков владения ясной, осмысленной, грамотной **речью** как во время исполнения роли в спектакле, так и при исполнении произведений в жанре художественного слова.

В основы техники звучащей речи входит работа с дикцией, дыханием, голосом и орфоэпией. Одним из самых существенных и важных элементов в постановке речевого голоса и правильного произношения звуков речи является дыхание. Без правильно поставленного дыхания, чтец не будет держать необходимый темпоритм, будут неправильно выделены главные слова и фразы, и в целом он может быть неправильно понят зрителем. От того, как актёр пользуется своим дыханием, зависят красота, сила и лёгкость голоса, музыкальность и мелодичность его речи. Так же, одним из важных элементов, является дикция. «Вялый рот», «невнятные слова», «сжевывание и проглатывание букв и даже слов», без тренировки, тренинга, поставить дикцию не возможно. Таким образом речевые тренинги являются неотъемлемой частью процесса в обуздании сценической речи. Тренинги включают в себя упражнения, целью которых является устранение «каши во рту», улучшение дикции, четкости произносимых слов и словосочетаний. Одним из самых важным упражнений в тренинге являются: произношение скороговороки с разным темпоритмом, произношение звуков, совмещая их с пластическими упражнениями, а также артикуляционная гимнастика, которая служит для разогрева и тренировки речевого аппарата актера. Без базовых упражнений все старания будут бесполезны.

Природа театра, особое внимание уделяет на взаимодействие всех средств театральной выразительности. Сценическая речь теснейшим образом связана с пластикой, движением, ритмикой, мастерством актера. Быстро овладеть умением говорить поможет педагог по технике речи. Важно не только регулярно посещать занятия, но и проводить тренировки дома. Это позволит максимально быстро добиться хороших результатов. Педагог научит правильно дышать, покажет упражнения. Они не сложные, но эффективные. Составляющими компонентами уроков являются проговаривание скороговорок, чтение текстов с правильной расстановкой интонаций, дыхательная гимнастика.

Основная задача сценической речи – раскрыть, развить и воспитать речевой голос. С помощью специально подобранного комплекса упражнений как дети, так и взрослые актёры раскрывают все лучшие качества речевого звука, расширяют возможности своего голоса, свойственно их индивидуальности.

Обращаясь к материалам К.С. Станиславского, мы можем понять, что помимо выше перечисленных элементов, важнейшим является – логика звучащей речи и словесное действие. Когда мы разговариваем в жизни, почти всегда мы говорим ради какой-то цели, задачи или необходимости, ради подлинного продуктивного и целесообразного действия. На сцене все происходит иначе. Проговаривая речь на сцене, актёр говорит чужой текст, который дан автором постановки. Повторяясь на многочисленных репетициях, текст забалтывается и это приводит к механическому бессмысленному произношению выученных слов. Возвращаясь к сценической природе театра, необходимо обратить особое внимание на взаимодействие всех средств театральной выразительности. Сценическая речь теснейшим образом связана с пластикой, движением, ритмикой, мастерством актера. Быстро овладеть умением говорить поможет педагог по технике речи. Важно не только регулярно посещать занятия, но и проводить тренировки дома. Это позволит максимально быстро добиться хороших результатов. Педагог научит правильно дышать, покажет упражнения. Они не сложные, но эффективные. Составляющими компонентами уроков являются проговаривание скороговорок, чтение текстов с правильной расстановкой интонаций, дыхательная гимнастика.

Неотъемлемой частью сценической речи является выбор материала который должен полностью соответствовать возрасту ребенка, осознанности и понимаю. Так же, очень важно, что бы ребенок был максимально задействован в подборе чтецкого материала, так как очень важно, что бы чтецу материал был близок и интересен. Проблемы, поднимаемые в тексте, должны

быть максимально понятны и точно сформулированы. Что бы в полной мере донести мысль и картинку до зрителя. Работая с голосом, обязательно нужны систематизация, терпение и предельное внимание к точности выполнения упражнений. Тренинг и муштра обязательны, без системы не будет результата.

Обучение сценической речи неразрывно связано с формированием пластической свободы, освобождение от зажимов, развитием эластичности и подвижности дыхательной и голосовой систем, совершенствованием речевого слуха, постановкой голоса. Легкости и полетности голоса.

На речевых тренингах необходимо добиваться того, чтобы «голос, речь и интонации оставались и на сцене в полной зависимости от внутреннего чувства и являлись бы его непосредственным, точным и рабским выразителем.»(К.С. Станиславский) Для грамотного и гармоничного создания сценического образа актера, необходимо развивать свои речевые и пластические навыки, уметь снимать мышечные зажимы и контролировать их так как они чаще всего могут мешать в работе с голосом. В современном мире, речь неотъемлемая часть жизни человека, само ораторское искусство облегчает жизнь. С помощью грамотной речи человек правильно выражает свои мысли и чувства. В основу обучения ораторского искусства а в частности сценической речи, легли речевые тренинги. Они как и актерские позволяют раскрыться в полной мере, делая речь конкретной, целенаправленной. Подведя итоги вышесказанного, можно сказать, что главные задачи речевого тренинга – развитие и обогащение голоса, усовершенствование дикционной чистоты и четкости, возможность сделать голосо-речевой аппарат послушным инструментом. Сценическая речь, актуальна не только в театральной сфере, но и в повседневности, тем самым имея большой спрос в современности. Сценическая речь на данном этапе значительно отличается от сценической речи прошлого столетия, не говоря уже о столетиях прошлых, как и актёрское мастерство, и театр в целом. Вследствие инновационного развития в мире, на сегодняшний день, существует огромное количество технических средств, в частности световых и звуковых технологий, усиливающих эффект и образность используемых актёром, ораторов, ведущим средств сценической речи в той или иной постановки, выступлении, и т.д.

Список литературы:

1. Агапова И.А., Давыдова М.А. Школьный театр. Создание, организация работы, пьесы для постановок. Серия "Мозаика детского отдыха". – М. : ВАКО, 2006. г
2. Станиславский К.С. Работа актера над собой. – М., 1980г5. Театр, где играют дети. Учебно-методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов. Под ред. Никитиной А.Б. Серия "Театр и дети". – М.: ВЛАДОС, 2001г
3. Сценическая речь. Учебник. /Предисловие и научное редактирование И.П. Козляниновой, И.Ю. Промптовой/ М., ГИТИС, 1995г
4. Театр, где играют дети. Учебно-методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов. Под ред.Никитиной А.Б.Серия «Театр и дети». – М.: ВЛАДОС, 2001г.
5. Моргунов Б.Г. Проблемы звучащей речи (Основные принципы воспитания речевого мастерства чтеца и актёра). – Москва:«Советская Россия», 1980г

СИСТЕМА РАННЕЙ ПОМОЩИ СЕМЬЯМ ДОШКОЛЬНИКА В ВЫЯВЛЕНИИ И ПРОФИЛАКТИКЕ РАССТРОЙСТВ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Наумова Аделина Андреевна

студент,
ФГБОУ ВО Глазовский государственный
педагогический институт имени В.Г. Короленко,
РФ, г. Глазов

Скрябина Дарья Юрьевна

научный руководитель, канд. пед. наук, доцент,
ФГБОУ ВО Глазовский государственный
педагогический институт имени В.Г. Короленко,
РФ, г. Глазов

THE SYSTEM OF EARLY ASSISTANCE TO PRESCHOOL CHILDREN'S FAMILIES IN THE DETECTION AND PREVENTION OF AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Adelina Naumova

Student
of Glazovsky State Pedagogical Institute
named after V.G. Korolenko,
Russia, Glazov

Darya Scriabina

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor,
Glazovsky State Pedagogical Institute
named after V.G. Korolenko,
Russia, Glazov

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы, касающиеся системы ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра. Выявлены особенности развития детей раннего возраста, определена классификация расстройств аутистического спектра. Разработана система ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра, подобрана диагностика для проведения исследования. Статья рекомендована специалистам специального дефектологического образования.

Abstract. The article discusses issues related to the system of early assistance to preschool children's families in the detection and prevention of autism spectrum disorders. The features of the development of young children are revealed, the classification of autism spectrum disorders is determined. A system of early assistance to preschool children's families in the detection and prevention of autism spectrum disorders has been developed, diagnostics for the study has been selected. The article is recommended to specialists of special defectological education.

Ключевые слова: Ранняя помощь, направления ранней помощи абилитация, реабилитация, ранний возраст, расстройства аутистического спектра, классификация расстройств аутистического спектра.

Keywords: Early care, habilitation, rehabilitation, early age, autism spectrum disorders, classification of autism spectrum disorders.

В настоящее время отмечается рост числа детей с расстройствами аутистического спектра (далее РАС). По статистике, проводимой Федеральным ресурсным центром по организации комплексного сопровождения детей с расстройствами аутистического спектра, в 2022 году общая численность детей с РАС на уровне дошкольного образования достигла 12810 человек, их доля в общей численности лиц с РАС немного увеличилась по сравнению с прошлым годом (на 2%) и составляет 28% [23]. Большинство детей с РАС ярко демонстрируют данные нарушения уже с 12–14 месяцев, в дальнейшем имеют тенденцию становиться еще более выраженными. Включение в систему ранней помощи, развитие и обучение ребенка с РАС может существенно повлиять на всю дальнейшую жизнь этого ребенка и его семьи [27].

Но на сегодняшний день вопрос ранней помощи детям дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра остаётся открытым и недостаточно изученным. Нет единой диагностики, междисциплинарной работы специалистов, отсутствует системность и последовательность работы с детьми и их родителями. Исходя из вышесказанного, возникает **противоречие** между необходимостью выявления и профилактики расстройств аутистического спектра у детей дошкольного возраста и недостаточно разработанной системой ранней помощи. Данное противоречие позволяет нам обозначить **проблему исследования**: «Каковы возможности системы ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра?».

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности системы ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра.

Задачи исследования:

- рассмотреть особенности представления ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра;
- провести опытно-экспериментальную работу в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра у детей дошкольного возраста;
- разработать группу в социальной сети «ВКонтакте» «Ранняя помощь детям с РАС»;
- сформулировать выводы и дать рекомендации для педагогов по системе ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра.

М.М. Цапенко трактует раннюю помощь как систему помощи детям раннего возраста с нарушениями развития или риском появления таких нарушений и их семьям [22].

Е.А. Стребелева и научные сотрудники Санкт-Петербургского Института Раннего Вмешательства рассматривают «раннюю помощь» как систему различных действий, направленных на развитие детей раннего возраста с нарушениями развития или риском появления таких нарушений, и поддержку родителей таких детей [7]. В большинстве случаев «ранняя помощь» трактуется как система комплексных мероприятий по оказанию помощи и поддержки детям раннего возраста, имеющим нарушения развития или высокий риск их появления. В данной ситуации «раннюю помощь» целесообразно рассматривать в рамках понятия «абилитация» [21]. Абилитация – это система мероприятий, которые направлены на предупреждение и лечение патологических состояний у детей раннего возраста, ещё не адаптировавшихся к социальной среде, приводящих к стойкой утрате возможности трудоспособности.

Реабилитация – это система мероприятий, направленных на максимально возможное восстановление патологических состояний, которые утрачены или могут привести к временной или стойкой утрате трудоспособности [1].

Выделяют два направления «ранней помощи»: психотерапевтическое и социально-педагогическое [28]. Идея первого заключается в том, что оно направлено не только на ребёнка, но и на семью или в диаде «мать – дитя», в которых происходит их развитие, в ходе психотерапевтических сеансов, проводимых одновременно с родителями и ребенком, нормализуются межличностные отношения. Второе направление ориентировано на удовлетворение особых потребностей в образовании и социализации младенцев, детей раннего возраста и их семей. В соответствии с периодизацией психического развития, принятой в отечественной психологии, ранний возраст охватывает период жизни ребенка от 1 года до 3 лет [29]. Детям раннего воз-

раста характерно: формирование предметной деятельности, развитие общения с взрослым, зарождения общения со сверстниками, возникновение предпосылок игровой и продуктивной деятельности; формирование предметного восприятия как ведущей познавательной функцией, возникновение воображения, переход ребенка к активной речи; возникновение личного действия и личного желания, формирование предметного отношения к действительности, одним из новообразований данного возраста развитие гордости за собственные достижения, сознание «Я сам».

Аутизм как самостоятельное расстройство впервые описал американский клиницист Лео Каннер в 1942 году. Спустя год сходные расстройства у старших детей описал австрийский учёный Ганс Аспергер, а в 1947 году – советский ученый Самуил Мнухин. Он описал аутистическую симптоматику в связи с органическим поражением головного мозга у детей [30]. Расстройства аутистического спектра (РАС) – спектр психологических характеристик, описывающих широкий круг аномального поведения и затруднений в социальном взаимодействии и коммуникациях, а также жестко ограниченных интересов и часто повторяющихся поведенческих актов [4].

В отечественной педагогике распространена классификация О.С. Никольской и соавторов. Дети с аутизмом разделены на четыре группы, которые отличаются друг от друга тяжестью протекания аутизма и прогнозом потенциального развития. Первая группа имеет полную отрешенность от происходящего и является самой тяжелой. У них наблюдается выраженная пассивность по отношению к сенсорным раздражителям, отсутствие зрительного контакта, наличие «полевого» поведения, отсутствие потребности в вербальных контактах.

Вторая группа детей активно отвергает происходящее вокруг них. У данной группы наблюдается выраженная чувствительность к внешним стимулам, активное отторжение мира в виде аутостимуляций и моторных стереотипий, наличие страхов. Третья группа погружена в аутистические интересы. У детей выраженное конфликтное поведение, быстрая истощаемость в любой деятельности, выраженная избирательность в контактах, безадресная речь, взгляд «сквозь» человека. У четвертой группы имеются трудности в организации общения и взаимодействия с людьми.

Четвёртая группа характеризуется: повышенной ранимостью в контактах, потребность в положительной оценке и эмпатической поддержке, визуальный контакт не постоянен и имеет прерывистый характер, симбиотическая связь с близкими, речь может носить затухающий характер.

В практической части нашей работы на основе исследований К.С. Лебединской, О.С. Никольской, нами были выделены следующие показатели, позволяющие выявить степень проявления расстройств аутистического спектра у детей дошкольного возраста:

- Показатели аффективной сферы;
- Показатели сферы влечений;
- Показатели сферы общения;
- Показатели восприятия;
- Показатели чувствительности;
- Показатели развития моторики;
- Показатели интеллектуального развития;
- Показатели развития речи;
- Показатели игровой деятельности;
- Показатели навыков социального поведения[10].

Результаты констатирующего эксперимента показали, что преобладают средняя и ниже среднего степени проявления расстройств аутистического спектра у детей раннего возраста. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Результаты исследования степени проявления расстройств аутистического спектра у детей раннего возраста по группам

Степень Группа	Низкая	Ниже среднего	Средняя	Выше среднего	Высокая
ЭГ	0%	1 чел./ 20 %	2 чел./ 40%	2 чел./ 40 %	0%
КГ	0 %	3 чел./ 60%	2 чел./ 40%	0 %	0 %

Примечание- ЭГ-экспериментальная группа, КГ-контрольная группа.

Данные исследования подтверждают необходимость создания системы ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра.

На формирующем этапе исследования была разработана система ранней помощи.

Основными задачами системы являются:

- формирование коммуникативных умений;
- воспитание интереса к окружающему миру, потребности в общении, расширение круга увлечений;
- стимуляция звуковой и речевой активности;
- сенсорное развитие;
- повышение двигательной активности ребёнка;
- формирование социально-бытовых умений и навыков самообслуживания;
- развитие и коррекция детско-родительских отношений. Мы прописали содержание работы специалистов, сопровождающих детей с РАС, составили календарно-тематическое планирование системы по работе с детьми с РАС и перспективный план по работе с родителями.

На контрольном этапе эксперимента, мы повторно провели диагностику детей, используя те же показатели, что и на констатирующем этапе. Данные представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Динамика степени проявления расстройств аутистического спектра у детей раннего возраста на контрольном этапе в экспериментальной и контрольной группе

Степень Группа	Низкая		Ниже среднего		Средняя		Выше среднего		Высокая	
	Конст. этап	Конт. этап	Конст. этап	Конт. этап	Конст. этап	Конст. этап	Конст. этап	Конт. этап	Конст. этап	Конт. этап
ЭГ	0%	2 Чел. / 40%	1 чел./ 20 %	1чел./ 20 %	2 чел./ 40%	2 чел./ 40%	2 чел./40 %	0%	0%	0%
КГ	0 %	0%	3 чел./ 60%	3чел./ 60%	2 чел./ 40%	2 чел./ 40%	0 %	0%	0%	0%

В ходе диагностического наблюдения у детей экспериментальной группы наблюдается положительная динамика.

У ребёнка 1 стала ослабевать симбиотическая связь со взрослым, уменьшение страха к некоторым звукам, в рацион ребёнок включил мясо.

У ребёнка 3 психоподобные реакции стали проявляться только во время нарушения его личного пространства, после повторяющейся коррекционной работы ребенок начинает говорить о себе в первом лице. Группирует игровые и неигровые предметы по цвету, форме,

размеру; «собственный» режим. Ребёнок 2 благодаря расписанию и карточкам-подсказкам «сначала-потом» начал адаптироваться к измененным обстоятельствам. Вступает активно в речевые и действенные отношения со средой. У ребёнка 4 и ребёнка 5 отмечается снижение частоты психоподобных реакции, повышение уровня социальной коммуникации (нахождение рядом с людьми), в рацион ребёнок 4 включил овощи, а ребёнок 5 начал надевать одежду красного и желтого цветов. У контрольной группы отсутствует динамика. Дети 6, 7 и 9 проявляют психоподобные реакции, у них присутствует взгляд «сквозь», отсутствует речь о себе в первом лице, неуклюжие. Группируют правильно неигровые предметы по цвету, форме, размеру и имеют «собственный» режим. У детей 8 и 10 сильная симбиотическая связь со взрослым, они проявляют отрицательные реакции на прикосновения детей, избирательность в еде, очень медлительны. Таким образом, можно сделать вывод, что степень проявления расстройства аутистического спектра у детей раннего возраста понизилась. Если на констатирующем этапе в экспериментальной группе преобладали степени проявления расстройства аутистического спектра у детей раннего возраста выше среднего и средняя, то на контрольном этапе – низкая и средняя степени. Это говорит об эффективности системы ранней помощи семьям дошкольника в выявлении и профилактике расстройств аутистического спектра.

Список литературы:

1. Бадалян, Л.О. Невропатология [Текст]: учебник / Л.О. Бадалян. – 2-е изд. – М. : Академия, 2003. – 136 с.
2. Гилберг, К. Аутизм: медицинские и педагогические аспекты [Текст]: / К. Гилберг, Т. Питерс. – СПб.: ИСПиП, 1998.- 312 с.
3. Егорова, М.О. Услуга «Организация психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте до 4-х лет (служба ранней помощи)» [Текст]: книга 17– М. : Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2013. – 50 с.
4. Лебединская, К.С. Диагностическая карта. Исследование ребенка первых двух лет жизни при предположении у него раннего детского аутизма [Текст]/ К.С. Лебединская, О.С. Никольская // Диагностика раннего детского аутизма. М.: Просвещение, 1991. – 96 с.
5. Фаина Г.В. Специальная дошкольная педагогика: Учебно-методическое пособие для студентов педагогических факультетов / Г.В. Фаина. – – Балашов: Николаев, 2004. – 18 с.
6. Цапенко, М.М. Служба ранней помощи [Текст]: справочно-методические материалы по организации Служб ранней помощи / под. ред. М.М. Цапенко. – М. : МГППУ, 2011. – 7 с.
7. Аналитическая справка о численности детей с расстройствами аутистического спектра в субъектах Российской Федерации в 2020 году / Аналитическая справка о численности детей с расстройствами аутистического спектра в субъектах Российской Федерации в 2020 году [Электронный ресурс] // autism-frc.ru: [сайт]. – URL: https://autism-frc.ru/ckeditor_assets/attachments/3646/analiticheskaya_spravka_monitoring_2020_na_blanke_frts_09_03_21.pdf (дата обращения: 27.10.2022).
8. Осин, Е. Научно обоснованные подходы к ведению детей с расстройствами аутистического спектра в педиатрической практике / Осин Е. Устинова, Н. Портнова, А. [Электронный ресурс] // autism.help : [сайт]. – URL: <https://autism.help/uploads/store/uploads/document/24/file/5fd36cd8f1a1759e5dca25887d9cf955.pdf> (дата обращения: 28.11.2022).

9. Программы социально-педагогического и психотерапевтического раннего вмешательства для детей из групп риска / [Электронный ресурс] // medicalinsider.ru : [сайт]. – URL: <https://medicalinsider.ru/rubrics/programmy-socialno-pedagogicheskogo-i-psikhoterapevticheskogo-rannego-vmeshatelstva-dlya-detejj-iz-grupp-riska/> (дата обращения: 6.12.2022).
10. Развитие детей раннего возраста в предметной деятельности / [Электронный ресурс] // [s-vfu.ru](https://www.s-vfu.ru) : [сайт]. – URL: <https://www.s-vfu.ru/universitet/rukovodstvo-i-struktura/instituty/pi/ums/kpp/VDO/leksiya9.pdf> (дата обращения: 27.03.2023).
11. Ранний детский аутизм: особенности развития детей, пути помощи / [Электронный ресурс] // [defectologiya.pro](https://www.defectologiya.pro) : [сайт]. – URL: https://www.defectologiya.pro/zhurnal/rannij_detskij_autizm_osobennosti_razvitiya_detej_puti_pomoshhi/ (дата обращения: 27.03.2023).

РУБРИКА «ПСИХОЛОГИЯ»

УПРАВЛЕНИЕ КОНФЛИКТАМИ В ОРГАНИЗАЦИИ

Отинова Виктория Эдуардовна

студент

Южно-Российского института управления –
филиал Российской академии народного хозяйства
и государственной службы при Президенте
Российской Федерации,
РФ, г. Ростов-на-Дону

Аннотация. Конфликты – это часть жизнедеятельности людей. Они неизбежны. Поэтому очень важно говорить о способах управления конфликтами. Руководитель должен уметь избегать их. В данной статье рассмотрен механизм управления конфликтами, который может способствовать повышению эффективности деятельности организации.

Ключевые слова: конфликты, управление конфликтами, этапы развития конфликта, предотвращение конфликта.

Когда люди работают вместе, неизбежно возникают конфликты. Конфликт – это болезненная реальность на рабочем месте. Обычно это ключевая причина низкой производительности. В менеджменте конфликт понимается как отсутствие согласия между двумя или более сторонами (отдельными индивидуумами или группами людей). Каждая сторона стремится высказать свою точку зрения или «продвинуть» свою цель и мешает другой сделать то же самое [2, с.92].

Конфликт по своей сути не является ни положительным, ни отрицательным. При правильном управлении конфликтом он может быть полезным (функциональным) для достижения целей организации. Если с ним обращаются неправильно или им не управляют должным образом, он может быть деструктивным (дисфункциональным). Чтобы управлять конфликтом, менеджеру необходимо понимать, почему возникает конфликт или каковы его источники.

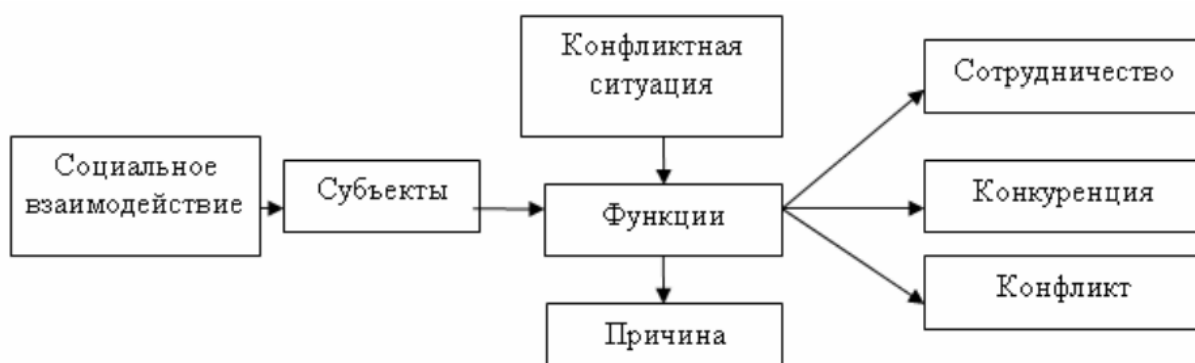


Рисунок 1. Механизм появления причин конфликта [3, с.87]

От конфликтов нельзя избавиться. Это может возникнуть просто из-за недопонимания, плохого общения и негативного отношения. Руководители также не застрахованы от конфликтов. Независимо от уровня, на котором возникает конфликт, он может нарушить командный

дух, а также рабочее место и даже представлять огромную угрозу для производительности. Но успешные топ-менеджеры понимают, как управлять конфликтом и ограничивать его негативное влияние. Вот ключевые стратегии, которые они используют для управления конфликтами на рабочем месте.

1. Коучинг команд для совместной работы

Топ-менеджеры, которые понимают, какую технику разрешения конфликтов использует каждый сотрудник, могут дать им индивидуальные рекомендации о том, что им следует делать для совместной работы. Сотрудничать означает прилагать усилия для совместной работы с другим человеком, чтобы найти беспроблемное решение проблемы. Решение должно быть таким, которое удовлетворяет интересы обеих сторон. Есть члены команды, которым нужно быть более настойчивыми, чтобы сотрудничать. Другим нужно будет быть более сговорчивыми. Менеджер может выступать в качестве посредника на ранних стадиях сотрудничества. Поступая таким образом, он/она помогает людям в этом процессе.

2. Использование стимулов и вознаграждений

Поскольку топ-менеджер имеет доступ к ресурсам, он/она может использовать их для вознаграждения сотрудников за изменение их поведения. При ведении переговоров важно уделять особое внимание стимулам и вознаграждениям, если конфликт продуктивно разрешен обеими сторонами.

3. Определение конкретных должностных ролей и обязанностей

Когда среди сотрудников возникает неопределенность в ролях, возникают конфликты. Когда сотрудник работает от имени другого сотрудника, но это остается незамеченным, снова возникают конфликты. Топ-менеджерам необходимо создать фиксированные рабочие роли и обязанности. Это поможет управлять конфликтами среди работников.

4. Налаживание коммуникации между коллегами

Если в организации нет эффективной коммуникации, возникают конфликты. Поэтому топ-менеджеры используют коммуникацию как стратегию управления конфликтами. Менеджерам необходимо применять навыки работы с людьми, чтобы мотивировать и своих работников. Они становятся более вовлеченными в работу с людьми и тем самым завоевывают их уважение. Они вдохновляют их и прислушиваются к их идеям и проблемам.

Топ-менеджеры не просто стремятся общаться со своими работниками. Они стремятся наладить с ними эффективную коммуникацию. Эффективная коммуникация – это когда сообщение, которое вы намеревались передать, в конечном итоге доходит до них. Таким образом, сотрудники понимают сообщение и немедленно реализуют его.

5. Оценка и понимание эмоциональных реакций людей

Когда у кого-то возникает сильная эмоциональная реакция на что-то, он/она возвращается к настройкам по умолчанию. Рассуждать сгоряча может оказаться очень сложно. Человек может быть нерационален. Он/она может произнести слова, которые они совсем не имели в виду, и может даже пожалеть об этом позже. Как менеджер, в такой ситуации вы не можете пытаться спорить с человеком. Вместо этого подождите, пока гнев или сильная эмоция рассеются, прежде чем пытаться общаться с ними. Эмоционально настроенных людей нелегко урезонить.

6. Слушать всех и слышать их мнения

Топ-менеджеры должны выслушать мнение каждого и не судить. Затем решите проблему объективно, хорошо понимая, откуда все берется. Вместо того, чтобы навязывать свое влияние и ранг, топ-менеджеры уважают уникальные различия и точки зрения. Это также помогает им разобраться в конфликте в будущем. Рабочее место становится все более разнообразным с точки зрения поколений и культуры. Это усложняет управление конфликтами. Поэтому очень важно слушать всех и уважать их различия. Топ-менеджеры понимают, что каждый сотрудник представляет собой возможность для профессионального роста и развития. Итак, конфликт можно определить, как столкновение противоположно направленных целей, интересов, взглядов, ценностей, идей, мнений оппонентов или субъектов взаимодействия. Выбор наиболее рациональных методов разрешения конфликтов влияет на организационную де-

тельность предприятий [3]. Важно отметить, что последствия разрешения конфликтных ситуаций, динамика их причин и возможность появления аналогичных спорных ситуаций напрямую зависят от эффективности управления конфликтными ситуациями в организации. Стратегическое положение руководства и менеджеров компании необходимо использовать для конструктивного разрешения конфликтов с целью минимизации их негативных последствий

Список литературы:

1. Вершинин М.С. «Конфликтология». – СПб.: Питер, 2013. 164 с.
2. Милгром П. «Экономика, организация и менеджмент» – СПб.: Экономическая школа, 2013. – 517 с.
3. Пушкарева, В.А. «Управление конфликтными ситуациями в организации». // Молодой ученый. – 2018. № 47(233). С.273-276. [Электронный ресурс] URL: <https://moluch.ru/archive/233/54083/> (дата обращения: 27.03.2023).

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ ФОРУМ

№ 17 (240)

Май 2023 г.

Часть 1

В авторской редакции

Свидетельство о регистрации СМИ: ЭЛ № ФС 77 – 66232 от 01.07.2016

Издательство «МЦНО»

123098, г. Москва, ул. Маршала Василевского, дом 5, корпус 1, к. 74

E-mail: studjournal@nauchforum.ru

16+

