



**НАУЧНЫЙ  
ФОРУМ**  
nauchforum.ru

ISSN: 2542-1263



**№10(89)**

**НАУЧНЫЙ ФОРУМ:  
ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**МОСКВА, 2024**



# НАУЧНЫЙ ФОРУМ: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

*Сборник статей по материалам LXXXIX международной  
научно-практической конференции*

№ 10 (89)  
Октябрь 2024 г.

Издается с октября 2016 года

Москва  
2024

УДК 159.9+37

ББК 74+88

НЗ4

Председатель редколлегии:

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

Редакционная коллегия:

*Ахмерова Динара Фирзановна* – канд. пед. наук, доц., доц. кафедры ОиДПиП НФИ КемГУ, Россия, г. Новокузнецк;

*Капустина Александра Николаевна* – канд. психол. наук, доц. кафедры социальной психологии ФГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский университет», Россия, г. Санкт-Петербург;

*Монастырская Елена Александровна* – канд. филол. наук, доцент, кафедра «Иностранные языки», Кемеровский технологический институт пищевой промышленности, Россия, г. Кемерово;

*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;

*Спасенников Валерий Валентинович* – д-р психол. наук, проф., зав. кафедрой инженерной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Брянский государственный технический университет», Россия, г. Брянск.

**НЗ4 Научный форум: Педагогика и психология:** сб. ст. по материалам LXXXIX междунар. науч.-практ. конф. – № 10(89). – М.: Изд. «МЦНО», 2024. – 80 с.

ISSN 2542-1263

Статьи, принятые к публикации, размещаются на сайте научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU.

ББК 74+88

ISSN 2542-1263

© «МЦНО», 2024

## **Оглавление**

<b>Раздел 1. Педагогика</b>	<b>5</b>
<b>1.1. Общая педагогика, история педагогики и образования</b>	<b>5</b>
ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА К РАБОТЕ С ДИСГАРМОНИЧНОЙ СЕМЬЕЙ СРЕДСТВАМИ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИЙ КАК СОВРЕМЕННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА Смирнова Оксана Ивановна	5
<b>1.2. Теория и методика обучения и воспитания</b>	<b>12</b>
СИСТЕМА РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ УЧЕБНОГО КУРСА ПО ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ С СУВОРОВЦАМИ В УСЛОВИЯХ УЛЬЯНОВСКОГО ГВАРДЕЙСКОГО СУВОРОВСКОГО ВОЕННОГО УЧИЛИЩА Куликов Сергей Владимирович	12
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ СОЛЬФЕДЖИО В 1 КЛАССЕ ДЕТСКОЙ МУЗЫКАЛЬНОЙ ШКОЛЫ Миннахметова Янина Викторовна	18
<b>1.3. Теория и методика профессионального образования</b>	<b>23</b>
МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕОРИЙ И МЕТОДИК В СИСТЕМЕ СПО Акетина Ольга Сергеевна Данелова Гаяне Пандухтовна	23
ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИКЕ В ШКОЛАХ Аллаярова Сайёра Хаджибаевна	27
ГРУППОВОЙ ТРЕНИНГ КАК МЕТОД ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА Давыдова Дарья Андреевна	32

<b>1.4. Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</b>	<b>37</b>
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ 13-14 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ Волков Василий Владиславович Селиверстова Наталья Николаевна	37
ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО КОРРЕКЦИИ ОСАНКИ Малькова Жанна Владимировна	43
<b>Раздел 2. Психология</b>	<b>51</b>
<b>2.1. Общая психология, психология личности, история психологии</b>	<b>51</b>
АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ НЕВРОТИЧЕСКОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА Колесник Марина Андреевна	51
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ КОНСТРУКЦИЙ «ХОРОШО» И «ПЛОХО» В КОНТЕКСТЕ ПОДХОДА В.В. МАЯКОВСКОГО Телюкина Марина Викторовна	57
<b>2.2. Педагогическая психология</b>	<b>62</b>
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ВОСПРИЯТИЯ ИНФОРМАЦИИ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ Артемьева Ольга Владимировна	62
РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА – ЭТО ПУТЬ К МИРУ ЛИДЕРОВ Доскельдина Айдана Серикболкызы Рамазанова Аида Сансызбайкызы	66
<b>2.3. Психология труда. Инженерная психология. Эргономика</b>	<b>72</b>
ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ГРАЖДАНАМИ ОБРАЗА ПСИХОЛОГА, ТРАНСЛИРУЕМОГО СРЕДСТВАМИ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ Лапшина Анна Олеговна	72

## РАЗДЕЛ 1.

### ПЕДАГОГИКА

#### 1.1. ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

##### **ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА К РАБОТЕ С ДИСГАРМОНИЧНОЙ СЕМЬЕЙ СРЕДСТВАМИ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИЙ КАК СОВРЕМЕННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

*Смирнова Оксана Ивановна*

*аспирант,  
Московский финансово-промышленный  
университет «Синергия»,  
РФ, г. Москва*

##### **FORMATION OF THE FUTURE TEACHER'S READINESS TO WORK WITH A DISHARMONIOUS FAMILY BY MEANS OF CASE TECHNOLOGIES AS A MODERN PEDAGOGICAL PROBLEM**

*Oksana Smirnova*

*Postgraduate student,  
Moscow Financial and Industrial  
University "Synergy",  
Russia, Moscow*

**Аннотация.** Статья направлена на решение актуальной педагогической проблемы, которая заключается в необходимости определения и научного обоснования теоретических и методологических оснований формирования готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей в соответствии с потребностями социума в повышении культурно-воспитательного потенциала современного родителя. Автор

рассматривает суть, принципы и этапы процесса становления у будущих специалистов готовности к работе с дисгармоничной семьей, он формулирует цель работы: научное обоснование преимуществ применения кейс-технологий в процессе формирования готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей. Ставит задачи: определить содержательные и структурные составляющие готовности педагога к взаимодействию с дисгармоничной семьей. Методы исследования: анализ психолого-педагогической, социологической и правовой литературы, интерпретация.

Результатом нашего исследования является то, что формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей в образовательном пространстве высшей школы включает в себя три этапа: диагностика, образовательная работа, рефлексивная деятельность. Теоретически важным и новым по содержанию выступает решение вопроса о выделении четырех компонентов готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей, а также педагогических условий, которые способствуют успешному протеканию этого процесса.

**Abstract.** The article is aimed at solving the current pedagogical problem, which consists in the need to determine and scientifically substantiate the theoretical and methodological grounds for forming the readiness of the future teacher to work with a disharmonic family in accordance with the needs of society in increasing the cultural and educational potential of a modern parent. The author considers the essence, principles and stages of the process of becoming ready for future specialists to work with a disharmonic family.

Theoretically important and new in content is the decision on the allocation of four components of the readiness of the future teacher to work with a disharmonic family, as well as pedagogical conditions that contribute to the successful course of this process.

**Ключевые слова:** бакалавр, будущий педагог, формирование готовности к работе с дисгармоничной семьей, вуз, профессиональное обучение, семья, дисгармоничная семья, кейс-технология.

**Keywords:** bachelor, future teacher, formation of readiness to work with a disharmonic family, university, vocational training, family, disharmonic family, case technology.

Ситуация развития современного общества все более остро ставит перед образовательной системой высшей школы задачу модернизации профессиональной подготовки будущих педагогов на основе инновационного пути развития. Успешное решение данной задачи в

обязательном порядке включает в себя формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей.

Отмечая высокую степень интенсивности, неопределенности и динамичности развития высшего педагогического образования, следует отметить, что повышение качества подготовки возможно лишь при условии изменений требований к бакалавру – будущему педагогу. Если ранее общество ожидало от педагога в наибольшей мере направленности на обучающегося, то сейчас родители и семья являются полноправными субъектами образовательного процесса [5], [6]. При этом основываясь в своей деятельности на ключевую ценность блага ребенка, современный педагог в соответствии с запросами государства и потребностями общества должен быть готов к работе с дисгармоничной семьей. Это связано также с тем, что эффективность деятельности педагога в этом направлении во многом будет обуславливать культурно-воспитательный уровень социума и перспективы его достижения и поддержания для дальнейших поколений.

Наша исследовательская работа направлена на решение актуальной педагогической проблемы, которая заключается в необходимости определения и научного обоснования теоретических и методологических оснований формирования готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей в силу потребностей социума в повышении культурно-воспитательного потенциала современного родителя.

Процесс становления у будущих специалистов готовности к работе с дисгармоничной семьей представляет собой целенаправленно организованный процесс профессиональной подготовки, в ходе которого происходит: овладение совокупностью теоретических положений и прикладных умений и навыков; развитие устойчивых мотивационных установок и ценностных ориентаций; становление соответствующих профессионально и личностно важных качеств и способностей.

Бесспорно, что данный аспект профессионального педагогического образования предусматривает последовательное формирование у бакалавров основополагающих компетенций для работы с дисгармоничной семьей на каждом их этапов вузовского образования – с первого по четвертый курс. На первых этапах работы с будущими специалистами приоритетным является развитие у них позитивной мотивации и понимания важности этого направления педагогической деятельности. Затем первостепенным и более значимым становится постоянное и направленное накопление профессиональных знаний, умений, навыков, необходимых для дальнейшей работы с дисгармоничной семьей. Одним из показателей успешности организации и реализации работы вуза по формированию готовности будущих педагогов к работе с дисгармоничной



семьей является высокая степень сформированности у них способности осуществлять рефлексию, анализ и оценку продуктивности деятельности в этом направлении.

На наш взгляд, практика формирования готовности к работе с дисгармоничной семьей должна базироваться на сочетании таких принципов, как:

1) принцип практикоориентированности: интеграция теоретических и прикладных слагаемых профессиональной подготовки, традиционных и интерактивных методов обучения и воспитания. Действие этого принципа обусловила выбор кейс-технологий в качестве приоритетного инструмента формирования готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей;

2) принцип непрерывности и преемственности: планирование и осуществление деятельности с целью формирования готовности в течение всего периода обучения – с 1-го по 4-й курс на основе усложнения содержательных сторон образовательного процесса;

3) принцип воспитывающего и развивающего обучения: наряду с теоретической подготовкой создание условий для планомерного личностного становления будущего педагога, развитие у него духовно-нравственных ценностей, в том числе семейных ценностей, и профессионально важных качеств;

4) принцип сотрудничества и командного характера обучения: преимущества использования кейс-технологий позволяют объединять в едином образовательном процессе индивидуальную работу и сильные стороны командного взаимодействия в группе;

5) принцип индивидуализации: акцентирование внимания на индивидуально-личностных потребностях, запросах, возможностях и особенностях будущего педагога и т.д.

Теоретически важным и новым по содержанию выступает решение вопроса о выделении компонентов готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей. Исходя из теоретического анализа и практического опыта, мы пришли к выводу о том, что правомерно выделить четыре основных компонента.

Во-первых, процесс формирования готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей включает в себя становление когнитивного компонента, в состав которого входит:

- освоение будущими специалистами основных понятий и теоретических положений, накопленных в науке в рамках семейной тематики;
- ориентировка в современной актуальной проблематике в сфере семейного воспитания, практик взаимодействия образовательных

организаций и семьи, семейных отношений, в том числе родителско-детских и дисгармоничных, и т.д.;

- стремление будущего педагога к целенаправленному расширению и углублению своих знаний в контексте педагогики и психологии семьи, отношений, возможных способов работы с дисгармоничной семьей.

Во-вторых, формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей предусматривает развитие интерактивно-деятельностного компонента, который подразумевает:

- способность понимать и ставить цели и задачи работы с дисгармоничной семьей, выбирать максимально продуктивные методы и формы деятельности;

- умения оказывать в работе с дисгармоничной семьей необходимую помощь и поддержку: организационно-координационную, информационно-обучающую, диагностическую, профилактическую, консультативную, коррекционно-развивающую и т.д.;

- устойчиво сформированную систему профессиональных принципов и способов решения вероятностных проблем в рамках работы с дисгармоничной семьей;

- опыт участия будущего специалиста в реальном педагогическом взаимодействии с дисгармоничными семьями с целью повышения участия родителя в решении вопросов воспитания и развития ребенка.

В-третьих, осуществляемая в вузе образовательная деятельность должна быть направлена также на формирование аффективно-рефлексивного компонента готовности. Другими словами, будущий педагог должен научиться:

- анализировать результаты и успешность выбора способа решения той или иной проблемной ситуации, возникшей в контексте работы с дисгармоничной семьей с позиции профессиональной и личной рефлексии;

- сопоставлять собственные действия с совокупностью норм профессиональной этики и личностными требованиями к себе как к специалисту, отслеживать динамику собственного развития в контексте готовности к работе в этом направлении.

В-четвертых, формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей основывается на развитии личностного компонента:

- высокая мотивация в получении профессионального образования в направлении работы с дисгармоничной семьей;

- сформированность профессионально важных качеств личности специалиста;

- устойчивая иерархия семейных ценностей, принятие работы с дисгармоничной семьей как важной стороны дальнейшей профессиональной деятельности.

В качестве условий, которые способствуют успешному формированию готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей, следует назвать: разработку и практическое внедрение в образовательный процесс вуза соответствующей педагогической модели, использование кейс-технологий, развитие позитивной мотивации к работе с дисгармоничной семьей, соединение научно-теоретических и практических сторон подготовки.

Опираясь на результаты нашего исследования, стоит отметить, что формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей в образовательном пространстве высшей школы включает в себя три этапа.

На первом этапе важно осуществить диагностику индивидуально-личностных особенностей и образовательных потребностей будущего педагога, на основе которых содействовать развитию позитивной мотивации на подготовку в сфере работы с дисгармоничной семьей, начиная с получения и закрепления знаний по теоретическим и практическим вопросам взаимодействия.

На втором этапе реализуется активная образовательная работа путем применения возможностей кейс-технологий: анализ ситуаций, ориентированных на диагностику, осмысление и исправление проблемных аспектов дисгармоничной семьи, особенно в контексте родительско-детских отношений.

Третий этап подразумевает осуществление рефлексивной деятельности с целью обобщения полученных образовательных результатов, а также анализа динамики развития бакалавра в контексте формирования готовности к работе с дисгармоничной семьей.

Таким образом, формирование готовности будущего педагога к работе с дисгармоничной семьей не происходит случайным образом. Успешность будущего специалиста и эффективность его профессиональной подготовки во многом зависит от направленности образовательного процесса высшей школы на формирование у бакалавров готовности к работе с дисгармоничной семьей.

### Список литературы:

1. Гладкова Ю.А., Соломенникова О.А. Современный педагог: компетентность, мастерство, творчество. – М.: ТЦ Сфера, 2021. – 108 с.

2. Концепция государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 г. №1618-р / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL <https://garant.ru>. (дата обращения: 10.09.2024).
3. Подготовка педагогов к работе с семьей / составители: С.И. Поздеева [и др.]. – Кемерово: Издательство КРИПКИПРО, 2022. – 103 с.
4. Проблемы подготовки будущих специалистов / ред. В.П. Бездухов, О.К. Позднякова, Е.В. Кулешова. – Самара: СГПУ, 2007. – 227 с.
5. Серых А.Б., Лифинцев Д.В., Анцута А.Н. Опыт социальной поддержки и особенности первичной социализации в семье: к истории вопроса // Перспективы науки. – 2015. – № 10 (73). – С. 37–40.
6. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция, с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.consultant.ru>. (дата обращения: 10.09.2024).
7. Ямбург Е.А. Профессионализм педагога. Ответы на вызовы современности. – М.: Просвещение, 2022. – 253 с.

## 1.2. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

### СИСТЕМА РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ УЧЕБНОГО КУРСА ПО ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ С СУВОРОВЦАМИ В УСЛОВИЯХ УЛЬЯНОВСКОГО ГВАРДЕЙСКОГО СУВОРОВСКОГО ВОЕННОГО УЧИЛИЩА

*Куликов Сергей Владимирович*

*воспитатель учебного курса суворовцев,  
ФГКОУ «Ульяновское гвардейское  
суворовское военное училище»,  
РФ, г. Ульяновск*

### THE SYSTEM OF WORK OF A TEACHER OF A TRAINING COURSE ON MILITARY PROFESSIONAL ORIENTATION WITH SUVOROV STUDENTS IN THE CONDITIONS OF THE ULYANOVSK GUARDS SUVOROV MILITARY SCHOOL

*Sergey Kulikov*

*Teacher  
of the Suvorov training course,  
FSKOU "Ulyanovsk Guards  
Suvorov Military School",  
Russia, Ulyanovsk*

**Аннотация.** В статье раскрыты понятие военно-профессиональной ориентации, рассмотрены особенности организации военно-профессиональной ориентации с суворовцами Ульяновского гвардейского суворовского военного училища. Приведены примеры влияния воспитательной среды на формирование военно-профессиональной ориентации суворовцев. Представлены воспитательные мероприятия и система работы воспитателя по формированию военно-профессиональной ориентации воспитанников.

**Abstract.** The article reveals the concept of military professional orientation, examines the features of the organization of military professional

orientation with the students of the Ulyanovsk Guards Suvorov Military School. Examples of the influence of the educational environment on the formation of military-professional orientation of Suvorov residents are given. Educational measures and the system of work of the educator on the formation of military professional orientation of pupils are presented.

**Ключевые слова:** военно-профессиональная ориентация, военно-профессиональное воспитание, военно-профессиональное просвещение.

**Keywords:** military professional orientation, military professional education, military professional education.

Одно из важных мест в образовательной деятельности нашего училища занимают вопросы военно-профессиональной ориентации воспитанников, под которой мы понимаем систему проводимых в училище мероприятий, направленных на формирование у обучающихся готовности к сознательному и обоснованному выбору военной профессии в соответствии со своими знаниями, интересами, склонностями, способностями и с учетом имеющихся потребностей в военных специальностях.

Военно-профессиональная ориентация – это система социально-экономических, медицинских и организационных мероприятий, направленных на формирование у суворовцев психологической готовности к сознательному и обоснованному выбору профессии офицера в соответствии со своими желаниями, склонностями, способностями и с учётом имеющихся потребностей в специалистах различного профиля.

Военно-профессиональная ориентация в Ульяновском гвардейском суворовском военном училище имеет своей целью формирование у обучающихся готовности к сознательному выбору военной службы на офицерских должностях в качестве приоритетного вида профессиональной деятельности и проводится в интересах полного и качественного комплектования высших образовательных организаций курсантами.

Основными задачами военно-профессиональной ориентации суворовцев в Ульяновском гвардейском суворовском военном училище являются:

- раскрытие огромного общественного смысла и героики службы российских офицеров, формирование на этой основе гордости за наш офицерский корпус, желания посвятить свою жизнь вооруженной защите Родины;
- оказание помощи суворовцам в сознательном выборе профессии офицера, конкретного военного учебного заведения, соответствующего их интересам и способностям;

- формирование у суворовца морально-боевых, организаторских, нравственных и других качеств, необходимых офицеру, оптимального соответствия между требованиями к профессии офицера и личностью воспитанника;

- разъяснение требований к общественно-политической активности и морально-боевым качествам, профессиональным качествам однородных групп офицерских профессий, состоянию здоровья, с учетом психологических данных, физической подготовленности, общеобразовательной подготовки кандидатов в ВУЗы и развитие у суворовцев стремления к поступлению в военные учебные заведения МО РФ.

Воспитательный аспект является, безусловно, ведущим в структуре военно-профессиональной ориентации, выделяющим значимость активного, действенного начала в ее содержании, позволяющим рассматривать профориентацию в качестве важного звена воспитания суворовцев, формирования всесторонне развитой личности. Исходя из состояния и перспектив развития военного дела, основными задачами воспитательной работы в Ульяновском гвардейском суворовском военном училище являются:

- воспитание государственно-патриотического сознания, верности России. Воспитать патриота может только патриот. Это означает формирование у суворовцев готовности и способности мыслить категориями государственных интересов и ценностей, защищать их даже ценой собственной жизни;

- формирование и развитие у суворовцев гордости за принадлежность к Вооруженным Силам Российской Федерации, роду войск и учебному заведению;

- формирование общей культуры и высоких морально-нравственных качеств, как общего базиса для воспитания суворовца;

- воспитание дисциплинированности и исполнительности. Дисциплинированность и исполнительность по праву считаются душой военной службы, поскольку суворовец – человек государственный, который осознанно посвятил себя служению Отечеству;

- формирование и постоянное развитие у суворовцев добросовестного отношения к учебе, для суворовца учеба – это главная обязанность.

Ведущей целью в деятельности воспитателя является подготовка суворовцев к сознательному выбору военной профессии. На основе общей стратегической цели и главных задач военно-профессиональной ориентации воспитатель ставит перед собой задачу и более близкие, конкретные цели: вооружение учащихся определенными знаниями, формирование умений и навыков, раскрытие творческих возможностей

и потребностей, воспитание эстетического сознания, нравственности и т.д. В результате это определит уровень развития личностных качеств воспитанников.

Своеобразными оказываются результаты деятельности воспитателей и суворовцев в процессе военно-профессиональной ориентации. Продукт деятельности воспитателя воплощается в психическом облике суворовцев – в их знаниях, умениях, навыках, чертах личности, мировоззрении, духовных потребностях. Создание ценностей предметного и идеального характера, осознание собственного роста (интеллектуального, нравственного, эстетического, творческого и т.д.), стремление к более сложной и совершенной деятельности – результат деятельности суворовцев. Продукт их деятельности – конкретный выбор военной профессии, в котором реализуются их знания, умения, познавательные возможности.

Воспитателю необходимо помочь суворовцу выбрать именно ту военную профессию, чтобы требования, которые она предъявляет к нему, совпадали с его личностными качествами и возможностями.

В деятельность воспитателя по военно-профессиональной ориентации входят следующие направления:

- профинформация (знакомство суворовцев с миром военных профессий, с военно-учебными заведениями и др.);
- диагностика (в идеале – помощь суворовцу в самопознании, где важно выявить не только его личностные недостатки, но и реальные возможности, которые можно было бы использовать для достижения профессиональных целей);
- коррекция личностного развития в плане подготовки к будущей профессиональной деятельности (такая работа проводится совместно с учителями-предметниками);
- оценка возможных внешних препятствий на пути к профессиональным целям и определения путей их преодоления;
- военно-профессиональная консультация (оказание помощи суворовцам в военно-профессиональном самоопределении с целью принятия осознанного решения о выборе военного профессионального пути с учетом его интересов, способностей, возможностей);
- профессиональный отбор (определение степени профессиональной пригодности суворовца к той или иной военной профессии);
- морально-эмоциональная поддержка самоопределяющихся суворовцев;
- помощь в конкретных профессиональных выборах и планировании жизненных и профессиональных перспектив.



Для достижения цели военно-профессиональной ориентации суворовцев, воспитательно учебного курса следует придерживаться следующих правил:

- взаимодействовать и согласовывать проведения мероприятий с другими суворовскими училищами, высшими военными учебными заведениями и войсками;
- модернизировать методы и средства военно-профессиональной ориентации суворовцев;
- создавать все условия, чтобы воспитанники суворовских училищ имели возможность осознать все особенности несения службы.

Формами воспитательной работы по военно-профессиональной ориентации суворовцев являются:

- ознакомление с профессией;
- мероприятия по военно-профессиональному просвещению;
- применение в процессе воспитания и обучения упражнений военно-прикладной направленности;
- консультации по профессиональной направленности;
- проведение встреч с суворовцами – выпускниками, кадровыми офицерами и ветеранами;
- посещение музеев, воинских подразделений;
- знакомство с жизнью, службой военнослужащих, офицеров [1, с. 67].

Методами воспитательной работы военно-профессиональной ориентации суворовцев являются: анкетирование, наблюдение, беседы, консультирование, диагностика, обобщение результатов.

Воспитательное сопровождение военно-профессиональной ориентации суворовцев заключается, прежде всего, во введении в специальность и организация воспитательного процесса. Система работы воспитателя должна соответствовать современным формам реализации процесса военно-профессиональной ориентации:

- презентация профессий, специальностей;
- выставки, промо-акции, экскурсии;
- мастер-классы, тренинги, практические пробы;
- профориентация на сайте военного училища;
- презентации военных специальностей, профессий;
- видеоролики о высших военных учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации;
- выход профориентологов на классные часы, классные и родительские собрания (классные, общие);

- индивидуальная работа, анкетирование, диагностика, консультирование;
- смотры, конкурсы профессионального мастерства;
- сотрудничество с представителями военных организаций и учреждений, проведение совместных мероприятий;
- мероприятия к 23 февраля и Дню Победы, Дням воинской славы;
- торжественное принятие клятвы и дни открытых дверей;
- прощание со знаменем в день выпуска.

Таким образом, воспитатель занимает ведущее место в военно-профессиональной ориентации и играет огромную роль в подготовке суворовцев к военно-профессиональному самоопределению и осознанному выбору военной профессии. Воспитатель является инициатором и организатором всего социально-педагогического процесса на выпускном курсе. Координируя и направляя суворовцев, воспитатель помогает им выбрать именно ту военную профессию, которая удовлетворяла бы как индивидуальные способности, особенности и возможности, так и требования военной профессии, которые она предъявляет ему.

### **Список литературы:**

1. Кононов И.А. Военно – патриотическое воспитание кадетов / И.А. Кононова, А.Г. Голованов // Вестник Донского государственного аграрного университета, 2017. – № 1-2 (23). – С. 67.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ СОЛЬФЕДЖИО В 1 КЛАССЕ ДЕТСКОЙ МУЗЫКАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*Миннахметова Янина Викторовна*

*преподаватель,*

*МБУДО «Детская музыкальная школа №11»,*

*РФ, г. Казань*

## PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF TEACHING SOLFEGGIO IN THE 1ST GRADE OF A CHILDREN'S MUSIC SCHOOL

*Yanina Minnakhmetova*

*Teacher,*

*Children's Music School No. 11,*

*Russia, Kazan*

**Аннотация.** Статья посвящена актуальной проблеме современной музыкальной педагогики – особенностям преподавания сольфеджио детям младшего школьного возраста. Детально рассматриваются психологические особенности первоклассников, специфика их восприятия и усвоения музыкальной информации. Анализируются эффективные педагогические подходы, методы и приемы обучения, способствующие успешному освоению музыкальной грамоты и раскрытию творческого потенциала учащихся.

**Abstract.** The article is devoted to an urgent problem of modern music pedagogy – the peculiarities of teaching solfeggio to children of primary school age. The psychological characteristics of first-graders, the specifics of their perception and assimilation of musical information are considered in detail. The article analyzes effective pedagogical approaches, methods and teaching techniques that contribute to the successful development of musical literacy and the disclosure of students' creative potential.

**Ключевые слова:** сольфеджио, начальное музыкальное образование, психолого-педагогические особенности, методы обучения, мотивация, творческое развитие.

**Keywords:** solfeggio, primary music education, psychological and pedagogical features, teaching methods, motivation, creative development.

Сольфеджио – неотъемлемая часть музыкального образования, фундамент, на котором строится дальнейшее обучение игре на инструменте. Эта дисциплина развивает музыкальный слух, чувство ритма, музыкальную память, знакомит с основами музыкальной грамоты.

Первый класс ДМШ – особый этап в жизни ребенка, когда он делает первые шаги в мир музыки. От того, насколько увлекательным и успешным будет этот старт, во многом зависит его дальнейшее отношение к музыке. Задача педагога – сделать процесс обучения максимально эффективным, учитывая при этом психологические особенности детей младшего школьного возраста.

Приведём характеристику психолого-педагогического портрета первоклассника.

Дети 7 лет находятся на грани дошкольного и младшего школьного возраста. Этот период характеризуется рядом специфических особенностей, которые важно учитывать при организации учебного процесса [4, с. 48].

*Особенности восприятия и мышления.* Преобладание наглядно-образного мышления: в этом возрасте ведущую роль играет правое полушарие головного мозга, отвечающее за образное мышление, эмоции, интуицию. Детям еще сложно оперировать абстрактными понятиями, им необходима опора на конкретные образы, ассоциации.

*Непроизвольность внимания и памяти.* Внимание первоклассников еще неустойчиво, они легко отвлекаются. То же самое касается и памяти – дети лучше запоминают то, что им интересно, эмоционально значимо.

*Высокая эмоциональность и впечатлительность.* Первоклассники очень непосредственно выражают свои эмоции, легко заражаются настроением взрослых. Эмоциональный фон урока имеет для них огромное значение.

*Особенности мотивационно-волевой сферы.* Ведущая деятельность – игра: игра для первоклассника не только развлечение, но и способ познания мира, развития общения, формирования личности.

*Несформированность волевых качеств.* Детям этого возраста еще сложно сознательно управлять своим поведением, долго удерживать внимание на неинтересном занятии.

*Потребность в одобрении и поддержке.* Первоклассникам очень важна похвала взрослых, их вера в успех.

Учитывая особенности детей 7 лет, педагог должен строить уроки сольфеджио, опираясь на следующие принципы [7, с. 98].

1. Принцип наглядности: использование ярких иллюстраций, дидактических материалов, музыкальных инструментов делает урок более интересным и доступным для понимания.

2. Принцип доступности: материал должен преподноситься небольшими порциями, в доступной форме, с опорой на жизненный опыт детей.

3. Принцип деятельностного подхода: важно максимально вовлечь детей в активную музыкальную деятельность – пение, ритмические движения, игры.

4. Принцип индивидуального подхода: учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка (темп работы, уровень музыкальной подготовки, особенности восприятия), педагог варьирует задания, темп работы на уроке.

Исходя из принципов, можно выделить следующие методы и приемы обучения сольфеджио в 1 классе [1, с. 55].

#### *Музыкально-дидактические игры.*

Игры – неотъемлемая часть урока сольфеджио в 1 классе. Они способствуют развитию музыкальных способностей, формированию интереса к музыке, создают благоприятный эмоциональный фон.

На уроках целесообразно использовать следующие игры.

1. Игры на развитие музыкального слуха: «Угадай мелодию», «Высоко – низко», «Музыкальное эхо».

2. Ритмические игры: «Ритмическое лото», «Повтори ритм», «Хлопки – притопы».

3. Игры на развитие музыкальной памяти: «Что изменилось?», «Запомни мелодию».

4. Творческие игры: «Придумай мелодию», «Музыкальный рисунок».

#### *Использование наглядных пособий.*

Наглядность играет огромную роль в обучении сольфеджио детей младшего школьного возраста.

На уроках по сольфеджио можно использовать следующие наглядные пособия и инструменты.

1. Карточки с изображением нот, ритмических рисунков: помогают наглядно представить музыкальную информацию.

2. Музыкальные инструменты: металлофон, ксилофон, треугольник и др. позволяют «увидеть» звук, поэкспериментировать с ним.

3. Интерактивные доски, презентации: делают урок более ярким, динамичным, привлекают внимание детей.

Музыкально-ритмические движения.

Приведенные ниже музыкально-ритмические движения способствуют не только физическому развитию детей, но и развитию музыкальности, чувства ритма, координации.

1. Ходьба и бег в разных темпах: развивают чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой.

2. Хлопки, прыжки, шелчки: помогают освоить ритмический рисунок.

3. Пластическое интонирование: развивает пластику, эмоциональную выразительность.

4. Музыкальные игры, хороводы: способствуют раскрепощению, развитию творческой фантазии.

*Интеграция с другими видами искусства.*

Соединение музыки с другими видами искусства обогащает урок, делает его более интересным, способствует всестороннему развитию детей [9, с. 122].

Урок по сольфеджио можно интегрировать со следующими видами искусства.

1. Литература: разучивание песен на стихи детских поэтов, музыкальные инсценировки.

2. Изобразительное искусство: рисование под музыку, иллюстрирование музыкальных произведений.

3. Театр: музыкальные сказки, мини-спектакли.

*Создание благоприятного психологического климата на уроке.*

Эмоциональный фон урока имеет огромное значение для успешного обучения. Задача педагога – создать атмосферу доброжелательности, доверия, взаимопонимания.

Можно использовать следующие приемы.

1. Позитивный настрой: улыбка, доброжелательный тон, искренний интерес к детям.

2. Похвала и поощрение: важно замечать и поощрять даже небольшие успехи детей, поддерживать их в случае затруднений.

3. Уважение к личности ребенка: учет его мнения, предоставление возможности для самовыражения.

Таким образом, преподавание сольфеджио в 1 классе ДМШ – сложный и многогранный процесс, требующий от педагога не только глубоких профессиональных знаний, но и педагогического мастерства, любви к детям, умения находить индивидуальный подход к каждому ребенку. Именно от педагога зависит, станет ли первое знакомство с миром музыки для маленького человека ярким и незабываемым, пробудит ли оно в нем любовь к музыке и желание продолжать обучение.

### **Список литературы:**

1. Апраксина, О.А. Методика музыкального воспитания в детском саду / О.А. Апраксина. – Москва : Просвещение, 2023. – 189 с.
2. Баренбойм, Л.А. Путь к музыке / Л.А. Баренбойм. – Ленинград : Советский композитор, 1979. – 244 с.
3. Ветлугина, Н.А. Музыкальное развитие ребенка / Н.А. Ветлугина. – Москва : Просвещение, 2019. – 289 с.
4. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. – Москва : Просвещение, 1991. – 365 с.
5. Давыдова, М.А. Музыкальное воспитание в детском саду / М.А. Давыдова. – Москва : Просвещение, 2010. – 194 с.
6. Кононова, Н.Г. Методика обучения игре на фортепиано / Н.Г. Кононова. – Москва : Музыка, 1985. – 290 с.
7. Михайлова, М.А. Развитие музыкальных способностей детей / М.А. Михайлова. – Ярославль : Академия развития, 2020. – 203 с.
8. Теплов, Б.М. Психология музыкальных способностей / Б.М. Теплов. – Москва : Педагогика, 1985. – 302 с.
9. Шацкая, В.Н. Музыкально-эстетическое воспитание детей и юношества / В.Н. Шацкая. – Москва : Просвещение, 2021. – 286 с.

### **1.3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

#### **МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕОРИЙ И МЕТОДИК В СИСТЕМЕ СПО**

***Акетина Ольга Сергеевна***

*канд. филол. наук,  
ФГБОУ ВО ГМУ им. адмирала  
Ф.Ф.Ушакова морской колледж,  
РФ, г. Новороссийск*

***Данелова Гаяне Пандухтовна***

*преподаватель высшей категории,  
ФГБОУ ВО ГМУ им. адмирала  
Ф.Ф.Ушакова морской колледж,  
РФ, г. Новороссийск*

#### **METHODS OF APPLYING PEDAGOGICAL THEORIES AND METHODOLOGIES IN THE SYSTEM OF VOCATIONAL SECONDARY EDUCATION**

***Olga Rakitina***

*Candidate of Philology Sciences,  
Admiral Ushakov Maritime State College,  
Russia, Novorossiysk*

***Gayane Danelova***

*Senior lecture,  
Admiral Ushakov Maritime State College,  
Russia, Novorossiysk*

**Аннотация.** Данная статья посвящена практическому применению педагогических теорий и методик в сфере профессионального образования и подготовки в России. В ней рассматривается внедрение ключевых педагогических концепций, теорий обучения и эффективных стратегий преподавания в контексте учреждений СПО. Исследование анализирует, как эти подходы используются для повышения качества



обучения студентов и подготовки выпускников к работе. Статья подчеркивает важность согласования теоретических основ с реальной практикой преподавания, чтобы соответствовать изменяющимся потребностям.

**Abstract.** This article delves into the practical applications of pedagogical theories and methodologies in vocational education and training in Russia. It examines the implementation of key pedagogical concepts, learning theories, and effective teaching strategies within the context of VET institutions. The article emphasizes the importance of aligning theoretical frameworks with real-world teaching practices to enhance student learning outcomes and foster professional development.

**Ключевые слова:** образовательный процесс, среднее профессиональное образование, методика обучения, педагогические технологии, практические навыки.

**Keywords:** educational process, vocational secondary education, teaching methodology, educational technologies, practical skills.

Среднее профессиональное образование (СПО) играет решающую роль в подготовке квалифицированных специалистов для различных отраслей экономики. В современном мире, характеризующемся быстрыми технологическими изменениями и повышенными требованиями к кадрам, СПО должно быть не просто системой передачи знаний, но и средой развития компетенций, креативности и способности к самостоятельному обучению. Для достижения этой цели необходимо перевести педагогические теории и методики из сферы теоретических построений в практику обучения в СПО.

#### 1. Применение антропоцентрического подхода в СПО:

Фокус на студенте: при планировании учебного процесса учитываются индивидуальные особенности студентов, их потребности, мотивация, уровень подготовки и интересы.

Разнообразные методы обучения: используются методы, позволяющие вовлечь студентов в активный учебный процесс: проблемное обучение, проектная деятельность, ролевые игры, дискуссии.

Индивидуализация обучения: создаются условия для индивидуального темпа и стиля обучения, предоставляются дополнительные материалы и задания для студентов с разным уровнем подготовки.

Опора на самостоятельную работу: студенты вовлекаются в самостоятельное изучение материала, решение проблемных задач, подготовку докладов, презентаций.

#### 2. Практическое применение концепции компетентностного подхода:

Формирование профессиональных компетенций: обучение ориентируется на развитие практических навыков, необходимых для успешной работы в профессии.

Интеграция теории и практики: теоретические знания непосредственно применяются в практических заданиях, проектах и симуляциях.

Практикоориентированные задания: в учебный процесс включаются реальные задачи из практики, требующие применения теоретических знаний и навыков.

Тесное сотрудничество с предприятиями: студенты проходят производственную практику на реальных рабочих местах, получая практический опыт и укрепляя связь с рынком труда.

### 3. Применение теорий обучения в СПО:

Когнитивная теория: используются методы, стимулирующие активное мышление и познание: проблемные ситуации, исследовательские проекты, анализ кейсов.

Конструктивизм: студенты активно вовлечены в процесс конструирования знаний: работа в группах, обсуждения, решение проблем в команде.

Теория социального обучения: используются методы, стимулирующие сотрудничество и взаимодействие: групповые проекты, ролевые игры, дебаты.

### 4. Методы применения в СПО:

Проблемное обучение: студенты решают практические задачи, имитирующие реальные профессиональные ситуации, учатся анализировать проблемы и применять знания для поиска решений.

Метод проектов: студенты работают в командах над практическими проектами, интегрируя знания из разных дисциплин и развивая навыки командной работы, презентации и управления проектами.

Кейс-метод: студенты анализируют реальные кейсы из практики, решая проблемы и принимая решения в сложных ситуациях, развивая критическое мышление и способность к анализу.

Ролевые игры: студенты моделируют профессиональные ситуации, изучая правила поведения и отрабатывая коммуникативные навыки в конкретных профессиональных контекстах.

### 5. Использование инновационных технологий в СПО:

Онлайн-обучение: студенты имеют доступ к онлайн-курсам, виртуальным лабораториям, симуляторам, что расширяет возможности обучения и делает его более гибким.

Использование мобильных приложений: студенты могут использовать мобильные приложения для изучения материала, прохождения тестов и участия в онлайн-сообществах.

Виртуальная реальность (VR) и дополненная реальность (AR): создают иммерсивные среды для обучения практическим навыкам, позволяют погрузиться в реалистичные ситуации.

6. Проблемы и перспективы применения педагогических теорий и методик в СПО:

Недостаток квалификации преподавателей: требуется повышение квалификации и переподготовка преподавателей, владеющих современными методами обучения.

Недостаток ресурсов: необходимо создавать условия для применения новых педагогических подходов и инновационных технологий, обеспечить доступ к современному оборудованию и учебным материалам.

Нехватка методических разработок: нужно создавать методические рекомендации и учебные программы, отвечающие требованиям современной педагогики и методики обучения.

Слабая связь с предприятиями: необходимо укреплять партнерство с предприятиями для организации производственной практики, создания совместных образовательных программ и реализации проектов.

Применение педагогических теорий и методик в системе СПО является ключевым фактором успеха в подготовке высококвалифицированных специалистов. Сочетание теоретических знаний с практическим применением, использование активных методов обучения и инновационных технологий помогает создать эффективную образовательную среду, способствующую развитию компетенций, креативности и самостоятельности студентов. Необходимо продолжать работу по повышению квалификации преподавателей, совершенствованию учебных программ и расширению сотрудничества с предприятиями для обеспечения качества и актуальности образования в СПО.

### **Список литературы:**

1. Педагогика: учебник для вузов / под ред. П.И. Пидкасистого. – М.: Юрайт, 2019.
2. Теория и методика профессионального образования: учебник / под ред. В.А. Сластенина, И.Ф. Исаева, Е.Н. Шиянова. – М.: Издательский центр "Академия", 2013.
3. Методика профессионального образования: учеб. пособие / Н.А. Селевко. – М.: Академия, 2014.
4. Среднее профессиональное образование: учебник / под ред. А.В. Анисимова. – М.: Юрайт, 2019.
5. Современные образовательные технологии в профессиональном образовании: учебное пособие / под ред. В.М. Полат. – М.: Академия, 2012.

## ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИКЕ В ШКОЛАХ

*Аллаярова Сайёра Хаджибаевна*

*докторант*

*кафедры «Методика преподавания физики»*

*Нукусского государственного*

*института им. Ажинияза,*

*Узбекистан, г. Нукус*

## INNOVATIVE APPROACHES TO THE ORGANIZATION OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES IN PHYSICS IN SCHOOLS

*Sayera Allayarova*

*Doctoral*

*of the Department of "Methods*

*of teaching Physics" The Nukus*

*State Institute named after Ajiniyaza,*

*Uzbekistan, Nukus*

**Аннотация.** В статье исследуются современные методы, применяемые для повышения интереса школьников к изучению физики и стимулирования их научно-исследовательской деятельности. Рассматриваются интерактивные лаборатории, проектные работы, создание физических клубов и участие в научных соревнованиях как эффективные инструменты для вовлечения учащихся в процесс изучения физических явлений. Анализируется успешная реализация этих методов, приводятся конкретные примеры, показывающие их влияние на развитие творческого мышления, критических навыков и самостоятельности школьников. Статья подчеркивает важность внедрения инновационных подходов в образовательную практику для подготовки учащихся к высокотехнологичному будущему и формированию у них устойчивого интереса к науке.

**Abstract.** The article explores modern methods employed to enhance students' interest in physics and stimulate their research activities. It examines interactive labs, project work, the creation of physics clubs, and participation in scientific competitions as effective tools for engaging students in the study of physical phenomena. The successful implementation of these methods is analyzed, with specific examples illustrating their impact on the development

of creative thinking, critical skills, and student independence. The article emphasizes the importance of incorporating innovative approaches into educational practice to prepare students for a high-tech future and foster a sustained interest in science.

**Ключевые слова:** инновационные методы, внеурочная деятельность, физика в школах, интерактивные лаборатории, проектные работы, физические клубы, научные соревнования, творческое мышление, научно-исследовательская деятельность, образовательная практика.

**Keywords:** innovative methods, extracurricular activities, school physics, interactive labs, project work, physics clubs, scientific competitions, creative thinking, research activities, educational practice.

В современном образовательном процессе особое внимание уделяется развитию интереса школьников к науке, в частности к физике. Внеурочная деятельность становится эффективным инструментом для привлечения учащихся к изучению наук и формирования у них глубокого понимания физических явлений. Инновационные методы, применяемые в рамках внеурочной работы, не только обогащают учебный процесс, но и стимулируют творческое мышление и саморазвитие учащихся [1–3].

В данной статье рассматриваются современные подходы к организации внеурочной деятельности по физике в школьных классах. Будут представлены примеры успешной реализации инновационных методов, которые способствуют не только повышению интереса к предмету, но и активному участию учащихся в научно-исследовательской деятельности. Анализ эффективности таких методов позволит выявить их потенциал для широкого внедрения в образовательную практику.

Ниже мы рассмотрим несколько конкретных примеров успешной реализации внеурочной деятельности в области физики в школьной практике.

Одним из наиболее эффективных методов стимулирования интереса учащихся к физике являются интерактивные лаборатории и проектные работы. В рамках таких занятий школьники имеют возможность не только наблюдать физические явления, но и активно участвовать в их исследовании. Проектные работы, направленные на создание моделей и экспериментальных установок, способствуют развитию творческого мышления и углубленному изучению физических принципов.

Примером успешной практики может служить проектная работа по созданию солнечных батарей в рамках физического кружка. Учащиеся не только изучают принципы работы солнечных элементов, но и

сами проектируют и тестируют различные модели, анализируя их эффективность и применимость в реальных условиях.

При выполнении проектных работ учащиеся самостоятельно исследуют конкретные физические явления или создают устройства на их основе. Например, при создании солнечного нагревателя воды учащиеся изучают принципы работы солнечных коллекторов, проектируют и собирают свои модели устройств, проверяют их эффективность в различных условиях. Такой проект не только демонстрирует применение теоретических знаний, но и стимулирует творческое мышление и инженерные навыки учащихся, что способствует развитию самостоятельности и ответственности учащихся, формируя у них умения работать в команде и принимать решения. Они также помогают углубить понимание физических процессов за счет практического применения полученных знаний.

Проектные работы могут быть интегрированы в учебный план как часть комплексного изучения физики, что способствует целостному пониманию предмета и повышает мотивацию учащихся к изучению науки.

Также интерактивные лаборатории представляют собой один из наиболее эффективных инструментов внеурочной деятельности по физике в современных школах. Эти занятия не только демонстрируют физические явления в действии, но и активно вовлекают учащихся в процесс исследования и экспериментирования.

Один из примеров успешной реализации интерактивных лабораторий – проект по изучению механики и гравитации. Учащиеся не только изучают основные законы механики через эксперименты с различными макетами и моделями, но и строят свои собственные установки для демонстрации гравитационных явлений. Например, в процессе создания и тестирования макетов дети изучают влияние различных факторов, таких как масса тела и угол наклона, на их движение и взаимодействие. Это позволяет им не только понять теоретические аспекты физических законов, но и на практике убедиться в их действенности и применимости в реальной жизни.

Интерактивные лаборатории стимулируют учащихся к активному поиску знаний в исследовательской работе, развивают навыки наблюдения, анализа и критического мышления. Они помогают визуализировать абстрактные концепции и делают обучение физике более доступным и увлекательным.

В современных условиях для организации интерактивных лабораторий часто используются компьютерные программы и симуляторы, позволяющие моделировать физические процессы с высокой степенью

точности и взаимодействия. Это открывает новые возможности для обучения, особенно в школах, где ограничены ресурсы для приобретения дорогостоящего оборудования.

Использование интерактивных лабораторий и проектных работ внеурочной деятельности по физике в школах является эффективным методом, способствующим активизации образовательного процесса и развитию учащихся как научных мыслителей и исследователей. Эти методы не только повышают интерес школьников к изучению физики, но и развивают их критическое мышление, творческие способности и коммуникативные навыки. Их внедрение в школьную практику способствует формированию глубокого и устойчивого интереса к науке и подготавливает молодое поколение к вызовам современного мира.

Организация физических клубов и участие в научных соревнованиях способствуют развитию научно-исследовательских навыков у школьников. В рамках клубов учащиеся изучают сложные физические явления, обсуждают актуальные проблемы с коллегами и под руководством наставников готовятся к участию в соревнованиях.

Примером успешного участия может служить победа команды школьников на региональной физической олимпиаде. Участие в соревнованиях не только стимулирует интерес учащихся к изучению физики, но и формирует командный дух, а также способствует развитию лидерских качеств.

Физические клубы и участие в научных соревнованиях являются важной составляющей внеурочной деятельности по физике в школах, развивая научные навыки, командный дух и умение применять теоретические знания на практике.

Одним из примеров успешной реализации физических клубов является создание школьного клуба по ракетостроению. Учащиеся занимаются изучением принципов работы ракет и проектируют собственные модели ракет, участвуя в соревнованиях по точности попадания и дальности полета. Физические клубы и соревнования могут быть включены в учебный план как часть дополнительного образования по физике. Они способствуют комплексному развитию учащихся и подготовке к участию в научных олимпиадах и конкурсах.

Важным аспектом внеурочной деятельности по физике является участие школьников в научных соревнованиях. Это не только проверка уровня знаний, но и возможность демонстрации практического применения законов физики. Участие в таких соревнованиях способствует развитию аналитического мышления, логической грамотности и умению применять теоретические знания на практике.

Научные соревнования стимулируют учащихся к систематическому изучению физики, развивают у них умение аргументировать свои решения и обосновывать научные выводы. Они также способствуют формированию конкурентоспособности и подготавливают школьников к дальнейшему обучению в области естественных наук.

Физические клубы и участие в научных соревнованиях играют важную роль в формировании научного потенциала учащихся и развитии интереса к физике. Их внедрение в образовательный процесс позволяет создать условия для полноценного развития личности школьников и подготовки к активной научной деятельности в будущем.

Таким образом, разработка и внедрение инновационных методов внеурочной деятельности по физике является важной задачей современной школьной педагогики, направленной на развитие интеллектуального потенциала молодого поколения и подготовку к высокотехнологичному будущему.

В заключении хочется подчеркнуть, что инновационные методы внеурочной деятельности по физике играют ключевую роль в формировании научного мышления и творческого подхода у школьников. Они способствуют не только повышению интереса к предмету, но и развитию критического мышления, самостоятельности и уверенности в собственных силах. Внедрение современных технологий и научных подходов в учебный процесс открывает новые горизонты для образовательных учреждений и способствует подготовке компетентных специалистов в области физики.

### **Список литературы:**

1. Буш А.Ф. Внеурочная деятельность и её роль в мотивации обучающихся к изучению физики в основной школе // Вестник Московского государственного областного университета. – Серия: Педагогика. – 2018. – № 1. – С. 26–35.
2. Казначеева С.Н., Бичева И.Б., Казначеев Д.А. Внеурочная деятельность по физике как условие повышения интереса и качества освоения учебного материала // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 74 (3). – С. 117–119.
3. Попова А.В., Холина С.А. Проблемы организации внеурочной деятельности по физике // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Педагогика. – 2020. – № 3. – С. 95-101.



## ГРУППОВОЙ ТРЕНИНГ КАК МЕТОД ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

*Давыдова Дарья Андреевна*

*магистрант,  
ФГБОУ ВО «Кемеровский  
государственный университет»,  
РФ, г. Кемерово*

## GROUP TRAINING AS A METHOD OF ORGANIZING THE PROCESS OF FORMATION OF MOTIVATIONAL READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITY OF UNIVERSITY STUDENTS

*Darya Davydova*

*Graduate student  
of the Kemerovo State University,  
Russia, Kemerovo*

**Аннотация.** Программа психолого-педагогического сопровождения процесса формирования мотивационной готовности к профессиональной деятельности студентов вуза должна способствовать развитию у студентов мотивации, самостоятельности и ответственности за свое обучение и будущую профессиональную деятельность. Групповой тренинг – наиболее подходящий метод для реализации такой программы в условиях образовательного процесса вуза, а также соответствует цели психолого-педагогической программы.

**Abstract.** The program of psychological and pedagogical support for the process of formation of motivational readiness for professional activity of university students should contribute to the development of students' motivation, independence and responsibility for their studies and future professional activities. Group training is the most suitable method for the implementation of such a program in the context of the educational process of the university, and also corresponds to the purpose of the psychological and pedagogical program.

**Ключевые слова:** мотивационная готовность студентов, профессиональная мотивация, психолого-педагогическое сопровождение, групповой тренинг, высшее образование.

**Keywords:** students' motivational readiness, professional motivation, psychological and pedagogical support, group training, higher education.

Мотивационная готовность к профессиональной деятельности студентов вуза является ключевым фактором успешного обучения и последующей карьеры. Мотивация играет важную роль в повышении эффективности обучения и развитии студентов, влияет на интерес к профессии и готовность к профессиональному росту. Формирование мотивационной готовности к профессиональной деятельности студентов вуза является одной из главных задач образовательного процесса.

Начиная обучение высшего профессионального уровня, бывший школьник сталкивается с рядом изменений: во-первых, резко снижается уровень внешнего контроля за его учебной деятельностью; во-вторых, изменяется структура самой учебной деятельности – мотивы учения дополняются и тесно переплетаются с профессиональными мотивами; в-третьих, происходит вхождение в новую социальную общность – «студенчество». На начальных этапах обучения формируются профессиональное самоощущение, профессиональные интересы и ожидания. В дальнейшем мотивы выбора профессии становятся более устойчивыми или ослабевающими, т. е. происходит корректировка и образование новых мотивов выбора профессии [1, с. 9-10].

Образовательный процесс должен быть ориентирован на формирование и развитие мотивационной готовности студента к будущей профессиональной деятельности. Для этого необходимо взаимодействие всех участников образовательного процесса, включая преподавателей, научных руководителей, психологов, руководителей практик в рамках психолого-педагогического сопровождения студентов. Такая работа требует особого подхода: разработки программы формирования мотивационной готовности к профессиональной деятельности студентов, ориентированной на индивидуальный подход, имеющая критерии эффективности. Не менее важно использовать максимально подходящий метод реализации программы психолого-педагогического сопровождения. Он должен быть нацелен на группу студентов, а также быть отделен от учебных занятий.

Элементы методов, получивших впоследствии наименование тренинговых, активно использовались в нашей стране еще в двадцатые-тридцатые годы. Речь идет прежде всего о своеобразном «психотехническом буме» первых послереволюционных десятилетий, когда изучались

и внедрялись в практику методы профотбора и профконсультаций, психологической рационализацией профессионального образования, создавались специальные тренажеры и разрабатывались приемы психологического воздействия на группу [2, с. 256].

Границы понятия «тренинг» достаточно широки, цели его многогранны. А.П. Ситников, например, понимает программно-целевую направленность разработанного им акмеологического тренинга "как ориентированность тренинга как системы обучения и подготовки профессиональных кадров на воссоздание целостного феномена профессионального мастерства, характерного для конкретного вида профессиональной деятельности" [3, с. 172]. Организуя работу со студентами, мы пришли к выводу, что наиболее подходящим методом программы психолого-педагогического сопровождения вузовского этапа образования является тренинг, так как с точки зрения развивающего результата он обладает большими потенциальными возможностями, что позволит получить высокомотивированного студента на протяжении обучения и его успешную профессиональную реализацию в будущем.

Важно отметить, что тренинг, как форма групповой психологической работы, граничит с обучением, терапией и коррекцией. Прежде всего это подразумевает использование активных групповых методов практической психологии для работы со здоровыми людьми с целью решения задач по развитию и совершенствованию качеств, необходимых для улучшения их социального бытия и профессиональной деятельности [5, с. 116]. Особенно четко эту позицию сформулировал С.И. Макшанов, который определяет тренинг как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы и организации [6, с. 238]. Можно добавить, что тренинг – это метод воздействия на развитие способностей, разнообразных психических структур и личности в целом.

Один из ведущих специалистов по тренингам в нашей стране Ю.Н. Емельянов отмечает: "При этом термин "тренинг", по нашему мнению, в структуре русской психологической речи должен использоваться не для обозначения методов обучения, а для обозначения методов развития способностей к обучению или овладению любым сложным видом деятельности, в частности общением" [4, с. 166].

Большое значение группового тренинга связано с тем, что эта форма максимально приближена к потребностям и проблемам студентов, формируется из сверстников, либо приближенных по уровню интеллектуального развития, а также ориентирована на получение быстрого результата. Группа оказывает высокое влияние на обучение, а сама форма педагогического влияния с использованием различных активных

методов (например, мозговой штурм или ролевая игра) способствует активизации внимания и влияет на сознание. Убеждения, приобретенные в группе, выдерживают большее сопротивление влиянию среды и привычкам. Совместная групповая деятельность предполагает органическую связь деятельности и общения. Во время занятий, овладевая различными способами межличностного взаимодействия, они становятся более компетентными в сфере общения, повышается их уровень доверия к окружающим людям, формируются навыки поведения в конфликтных ситуациях [7, с. 207-212].

Отметим также следующее преимущество такого тренинга – в группе можно быть не только активным участником, но и наблюдателем. Смотря на выполнение заданий и ответы других участников группового тренинга, можно идентифицировать себя с ними, дать оценку собственным поступкам и эмоциям. Кроме того, появляется возможность обмена опытом и знаниями между студентами. Это помогает развивать творческое мышление и находить новые идеи для достижения успеха.

Таким образом, для формирования мотивационной готовности к профессиональной деятельности необходимо создать определенные условия на протяжении всего обучения в вузе, необходимо учитывать особенности каждого курса, так как имеют место быть адаптационные процессы, определенные календарные планы и разная загруженность студентов в зависимости от курса.

Групповой тренинг в нашем случае – это метод организации процесса формирования мотивационной готовности к профессиональной деятельности студентов вуза через активное участие в групповых занятиях и практических упражнениях. Цель такого тренинга – помочь студентам развить мотивацию, уверенность в своих силах, приобрести необходимые навыки и план действий для успешной профессиональной карьеры. В группе легче познать себя и раскрыться, следовательно, повысить уверенность в себе, а это, в свою очередь, дает лучший эффект от тренинга и помогает достичь основной его цели.

### **Список литературы:**

1. Богомолова О.Ю. Формирование мотивационной готовности к деятельности у студентов высших учебных заведений // Актуальные проблемы психолого-педагогического и медико-социального сопровождения высшего образования: интеграция науки и практики: материалы IV Межрегиональной с международным участием научно-практической конференции (Хабаровск, 23 ноября 2017 г.) / сост. О.В. Сысоева. Хабаровск: Изд-во ДВГМУ, 2018. С. 9–10.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники / И.В. Вачков. – Москва: Ось-89, 1999. – 256 с.

3. Деркач А.А., Ситников А.П. Формирование и развитие профессионального мастерства руководящих кадров: социально-психологический тренинг и прикладные психотехнологии. Вып. 1-2. М.: Луч, 1993. – 172 с.
4. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.: Изд. ЛГУ, 1985. – 166 с.
5. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие / Т.В.Зайцева. М.: Смысл, 2002. 116 с.
6. Макшанов С.И. Психология тренинга: Теория. Методология. Практика: Монография. СПб. : Образование, 1997. 238 с.
7. Раицкая Л.К. Мотивация познавательной деятельности в Интернете // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2011. № 7. С. 207-212.

## **1.4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

### **РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ 13-14 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ**

**Волков Василий Владиславович**

*студент,  
Набережночелнинский государственный  
педагогический университет,  
РФ, г. Набережные Челны*

**Селиверстова Наталья Николаевна**

*научный руководитель, канд. пед. наук, доц.  
кафедры физической культуры и спорта,  
биологии и методики их преподавания  
Набережночелнинского государственного  
педагогического университета,  
РФ, г. Набережные Челны*

### **THE DEVELOPMENT OF SPEED AND STRENGTH QUALITIES IN TEENAGERS 13-14 YEARS OLD ENGAGED IN FOOTBALL**

**Vasily Volkov**

*Student,  
Naberezhnye Chelny State  
Pedagogical University,  
Russia, Naberezhnye Chelny*

**Natalia Seliverstova**

*Scientific supervisor, Candidate  
of Pedagogical Sciences, Associate Professor  
of the Department of Physical Culture and Sports,  
Biology and Methods of Teaching Them at  
Naberezhnye Chelny State Pedagogical University,  
Russia, Naberezhnye Chelny*

**Аннотация.** В данной статье представлен разработанный комплекс упражнений, направленный на развитие скоростно-силовых качеств у подростков 13-14 лет, занимающихся футболом, и проверена его эффективность применения в рамках внеурочной деятельности. Рассмотрены особенности комплекса упражнений и выявлена его положительная динамика на организм подростков.

**Abstract.** This article presents a developed set of exercises aimed at developing speed-strength qualities in adolescents aged 13-14 years old playing football, and tested its effectiveness in extracurricular activities. The features of the set of exercises are considered and its positive dynamics on the body of adolescents is revealed.

**Ключевые слова:** футбол, скоростно-силовые качества, подростки, комплекс упражнений.

**Keywords:** football, speed and strength qualities, teenagers, a set of exercises.

**Актуальность.** Футбол – основополагающий вид спорта среди игровых видов спорта. В настоящее время все больше людей, занимающихся различными видами спорта и разного уровня подготовки, проявляют интерес к футболу. Ведь именно в данном виде спорта сочетаются такие физические качества как сила, скорость, гибкость, координация и т.д.

Главной составляющей футбола считается собственно движение с мячом и по полю (ходьба, рывки). Поэтому от того, насколько идеально игрок владеет своим телом и насколько хорошо у него сформированы двигательные навыки, зависит его быстрота, четкость, а также способность своевременно выполнять поставленные тактические задачи. Поэтому быстрота футболиста считается одним из основных факторов, определяющих результат соревновательной деятельности. Проявление мышечной силы и быстроты в футболе способствует более полной реализации технического и даже тактического арсенала игрока [1]. К 13-14 годам у подростков, в основном, завершается процесс формирования психомоторных функций, а также опорно-двигательного аппарата. В

это время подростки уже могут овладеть многими технически сложными приемами игры. В данный период можно развить практически все физические качества.

Цель исследования – выявить эффективность разработанного комплекса упражнений, направленного на развитие скоростно-силовых качеств у подростков 13-14 лет занимающихся футболом.

**Методы и организация исследования.** Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ №10» г. Набережные Челны на протяжении четырех месяцев (с сентября по декабрь 2023 года). В эксперименте участвовали обучающиеся 7-х классов (возраст 13-14 лет). Обучающиеся являются представителями двух обычных классов. Экспериментальную группу (ЭГ) составили учащиеся 7 «А» класса, занимающиеся футболом в рамках внеурочной деятельности с внедрением комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. Контрольную группу (КГ) составили учащиеся 7 «Г» класса, занимающиеся легкой атлетикой в рамках внеурочной деятельности. Общее количество учеников, принявших участие в исследовании, 22 человека (по 11 учеников в каждой группе).

Были использованы следующие методы: анализ литературных источников; педагогическое тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Все результаты были подвергнуты математико-статистической обработке: средняя арифметическая величина ( $X_{cp}$ ), среднее квадратичное отклонение (СКО), средняя ошибка среднего арифметического ( $S_x$ ); t- критерий Стьюдента (t); статистические различия (p) [3].

Согласно методике, В.И. Ляха [2] были выбраны, для оценки скоростно-силовых качеств, следующие контрольные упражнения: прыжок в длину с разбега (см); прыжок в длину с места (см); передача в стену и ловля набивного мяча за 10 секунд с 2 метров (количество раз).

Нами был разработан комплекс упражнений, направленный развитие скоростно-силовых качеств. Комплекс состоял из следующих упражнений: бег с высоким подниманием бедра; подскоки; бег с закидыванием голени назад; прыжки со сменой прямых ног вперед; передача в стену и ловля набивного мяча с 2 метров; бег с отягощением в парах с передачей мяча; многоскоки с ноги на ногу; удары по воротам; метание набивного мяча (1-5 кг) из-за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), ногами (прыжком), от груди двумя руками или одной рукой, сбоку одной рукой; передвижение на 10-15 м, подскоками в упоре лежа.



За исследуемый период получилось 17 внеурочных занятий. Первые два занятия были задействованы для того, чтобы провести исследование скоростно-силовых качеств на начальном этапе, а также два занятия в конце декабря были использованы для того, чтобы провести исследование на конечном этапе. Итого для внедрения комплекса упражнений оставалось 13 внеурочных занятий. Для того, чтобы планомерно дозировать нагрузку и обеспечить максимальную пользу от выполнения комплекса подросткам упражнения добавлялись поочередно, то есть на первом занятии было только 3 упражнения, на следующее занятие добавилось ещё одно упражнение и так далее пока не дошло до 10 упражнений. Время работы на станциях по одной минуте. Время перехода между станциями 30 секунд. Но учитывая тот факт, что упражнения добавлялись каждую неделю, время работы на станциях варьировалось для того, чтобы сохранять интенсивность выполнения комплекса. Так, например, на первом занятии, когда было три упражнения из комплекса, время работы на станциях было по 1 минуте, а время перехода между станциями 30 секунд. Далее постепенно с добавлением одного упражнения время работы на станции сокращалось на 5 секунд, пока время работы не дошло до 30 секунд.

Результаты тестирования констатирующего эксперимента позволили определить исходные данные показателей силовых качеств у юношей, и свидетельствовали об отсутствии существенных различий между группами (табл. 1).

Таблица 1.

## Изменение результатов тестирования за период эксперимент

№ п/п	Тест, единица измерения	ЭГ $x \pm S_x$		%	t р	КГ $x \pm S_x$		%	t р
		начало	конец			начало	конец		
		эксперимента				эксперимента			
1	Прыжок в длину с разбега, см	307±11	313±11	2	1,76 > 0,05	308±11	310±11	0,6	0,76 > 0,05
2	Прыжок в длину с места, см	171±6	177±6	3	2,24 < 0,05	170±6	172±6	1	1,13 > 0,05

№ п/п	Тест, единица измерения	ЭГ $x \pm S_x$		%	t р	КГ $x \pm S_x$		%	t р
		начало	конец			начало	конец		
		эксперимента		эксперимента					
3	Передача в стену и ловля набивного мяча за 10 секунд с 2 метров, количество раз	$6 \pm 0,8$	$7 \pm 0,8$	15	$2,16 < 0,05$	$6 \pm 0,8$	$6 \pm 0,8$	0	$1,43 > 0,05$

*Примечание:*  $x$  – средняя арифметическая;  $S_x$  – средняя ошибка среднего арифметического;  $t$  – критерий Стьюдента;  $p$  – статистические различия.

После эксперимента показатели «Прыжок в длину с разбега» у подростков экспериментальной группы в среднем составили  $313 \pm 11$  см, а у подростков контрольной группы –  $310 \pm 11$ . По данным результатов тестирования «Прыжок в длину с разбега» выявлено, что в контрольной группе они были лучше на 3 см. Также в экспериментальной группе отмечен прирост показателей на 6 см, что свидетельствует о прогрессе в развитии их скоростно-силовых качеств. У контрольной группы результат изменился незначительно (2 см).

Среднее значение в тесте «Прыжок в длину с места» у подростков экспериментальной группы в среднем составили  $177 \pm 6$  см, а у подростков контрольной группы –  $173 \pm 6$  см. Можно констатировать о существенном приросте в 6 см у экспериментальной группы. Результат у контрольной группы увеличился незначительно (2 см) (табл. 1).

В тесте «Передача в стену и ловля набивного мяча за 10 секунд с 2 метров, количество раз» показатели после эксперимента в среднем были выше у экспериментальной группы ( $7 \pm 0,8$ ), чем у контрольной ( $6 \pm 0,8$ ). Исходя из данных, также виден прирост показателей в экспериментальной группе, что ещё раз показывает эффективность выбранного комплекса упражнений. У контрольной группы результаты остались неизменны.

**Заключение.** Таким образом, в экспериментальной группе произошло значительное улучшение скоростно-силовых качеств по всем показателям: в первом и втором упражнениях увеличение на 2% и 3%, а в третьем улучшение на 15%.

**Список литературы:**

1. Губа, В.П. Теория и методика футбола : учебник / В.П. Губа. – Москва : Спорт, 2020. – 624 с.
2. Лях, В.И. Двигательные способности школьников : основы теории и методики развития / В.И. Лях. – Москва : Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
3. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 232 с.

## ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО КОРРЕКЦИИ ОСАНКИ

**Малькова Жанна Владимировна**

*мастер спорта международного класса  
по легкой атлетике,  
учитель высшей категории,  
МБУ «Гимназия № 38»  
РФ, г. Тольятти*

Современная жизнь предъявляет все больше требований современной школе. Но зачастую усиление учебной нагрузки становится непосильным грузом для хрупкого детского здоровья. Формирование правильной осанки уже давно стало одной из насущных проблем современной школы. И это неудивительно, ведь осанка формируется в процессе жизни человека с момента его появления на свет. Именно поэтому контролировать формирование правильной осанки необходимо начинать с младшей школы, поскольку именно школьные годы являются определяющими в развитии. Считается, что после 18 лет неправильно сформированная осанка уже не исправится.

Неправильная осанка – это нарушение симметрии человеческого тела, в частности положения туловища и позвоночника. Конечно, отнести неправильно сформированную осанку к заболеваниям нельзя, однако она может стать причиной множества самых различных заболеваний организма. Более того, именно неправильная осанка у детей порой приводит к быстрой усталости, нежеланию вести активный образ жизни. Это проявляется у детей младшего школьного возраста, когда возникают пояснично-крестцовые и шейные лордозы, а также боковые искривления позвоночника, такие как сколиозы.

Как предотвратить подобные аномалии организма? Ответ прост – укрепление мышц спины и груди, которые формируют так называемый мышечный корсет, который будет поддерживать правильное положение позвоночника. Таким образом, именно эта задача становится первостепенной на уроках физической культуры.

Общепризнано, что на здоровье позвоночника больше всего могут повлиять именно физические упражнения. Уроки физической культуры как раз и должны быть направлены в первую очередь на поддержание здоровья школьника. Более того, эффективное применение различных методов лечебной физкультуры может не только способствовать профилактике, но должно стать средством коррекции разного рода нарушений осанки. Не подлежит никакому сомнению, что школьник с

нарушением осанки должен проводить большую часть времени в движении, находясь в подвижном состоянии, большая физическая активность также способствует укреплению мышц и костей.

Современный учитель, выстраивая работу на уроке по профилактике и коррекции правильной осанки, должен основываться на задаче развития мышц всего тела, силы мышц спины, брюшного пресса и мышц плечевого пояса. Именно такие упражнения должны лечь в основу комплексов, направленных на поддержание здоровья и подвижности позвоночника.

Важно отметить, что работа по профилактике нарушений осанки должна быть комплексной. Каждый учитель на любом уроке должен требовать соблюдения правильных положений тела, следить за положением головы. Если правильной осанке будет уделяться внимание только на уроках физической культуры, а на остальных уроках дети будут сидеть неправильно, то работа по формированию осанки не даст нужного результата. Профилактика правильной осанки должна быть постоянной и систематической. Необходимо также помнить, что по мнению большинства исследований, искривление осанки – это определённые сдвиги в работы мышц и связок, а значит, при своевременном начале занятий лечебной физкультурой данное состояние не будет ухудшаться и даже может быть скорректировано.

На уроке физической культуры первостепенной задачей является обучение детей правильному расположению различных частей тела, включая голову, туловище и ноги, в пространстве. Для правильной осанки координация движений и правильное положения головы имеет решающее значение.

Какие же комплексы упражнений можно порекомендовать учителям физической культуры? В первую очередь это будут упражнения, которые подражают нашим основным движениям, встречающимся ежедневно. Важными элементами при этом являются способы передвижения естественного типа. Рассмотрим некоторые из них.

#### 1. Ходьба

Благодаря использованию различных мышц и укреплению мышц спины, ходьба является наиболее эффективным видом движения, несмотря на свою простоту. Свободное и естественное положение тела, включая симметричное расположение всех частей тела относительно позвоночного столба, координацию рук и носков, а также равномерность длины шага, должны обеспечиваться правильной ходьбой. Учащимся необходимо следить за правильным положением тела, ходьбой и дыханием, что может значительно облегчить выполнение упражнения. Различные способы движения, такие как ходьба на носочках, пятках и

внутренней и внешней части стопы, могут быть использованы при ходьбе. Для усложнения ходьбы можно добавить перекатывания с носка на пятку и высокие подъемы бедер.

## 2. Бег

В этом типе движения, похожем на ходьбу, есть этап, называемый "полётом", когда две ноги одновременно отбрасывают опору, В этот момент, когда мышцы отдыхают и восстанавливают силы, происходит увеличение скорости передвижения за счёт инерции. Благодаря активному функционированию всех систем организма, таких как кровоснабжение, дыхание и обмен веществ, все органы становятся более эффективными в процессе бега.

## 3. Лазание

Многие группы мышц могут быть задействованы в процессе лазания, подобно бегу или очень быстрой ходьбе. Снижение статической нагрузки на позвоночник достигается благодаря развитию мышц туловища, конечностей и рук.

## 4. Метание

Метательное движение характеризуется ациклическим характером, в отличие от предшествующих видов активности. Скоростная составляющая также присутствует в данном аспекте. В первую очередь укрепляются и развиваются мышцы нижних конечностей и груди при лазании. Развивая ловкость и координацию движений, метание имеет свои преимущества перед другими видами движения.

## 5. Строевые упражнения

Именно строевые упражнения способствуют формированию правильных осанок, подтягиванию, согласованности движений и сохранению позитивного эмоционального настроя.

Если говорить о конкретном алгоритме организации работы по коррекции осанки на уроках физкультуры, то можно ориентироваться на соответствующие комплексы упражнений. Структура предполагаемого урока может включать в себя следующие шаги:

### 1. Вводная часть (разминка).

Для поддержания правильных осанок здесь могут быть представлены различные виды ходьбы. Также можно обратить внимание на различные движения рук. С помощью гимнастической палочки можно выполнять упражнения, подобные плаванию на спине, такие как рывки руками вверх, назад и в сторону, с постепенно увеличивающимся темпом движений, а также резкие толчки прямыми и согнутыми руками. Для контроля за плечевым поясом необходима строгая дисциплина, включающая вытянутые в стороны руки и сведение плеч. Необходимо следить за вертикальным положением плеча при наклонах туловища

влево и вправо, а также за движениями рук вдоль туловища. Не стоит забывать и о чередовании различных видов бега и ходьбы.

## 2. Основная часть.

В качестве исходного положения можно использовать упражнения, выполняемые лежа на животе и спине. Для укрепления мышц ног необходимо включать специальные упражнения, способствующие их укреплению. С мячом эффективными будут движения, развивающие растяжку, прогиб туловищем в исходной позиции и ходьбу с ним на руках, а также перемещение спины по мячу из одного положения в другое. Также рекомендуется выполнять медленные максимальные прогибы поясничного и грудного отделов, запрокидывая голову назад и разгибая руки, в то время как при опускании и поднятии головы необходимо сохранять вертикальное положение тела, туловища и руки. Упражнения, связанные с изменением положения ног (стибы в коленных суставах) являются довольно эффективными. Принимая и медленно изменяя позу, важно сохранять её в первоначальном положении.

## 3. Заключительная часть.

Для восстановления дыхания необходимо выполнять упражнения для растяжки и заминку в конце занятия. Релаксация может быть достигнута любыми способами. Важно помнить, что индивидуальные дыхательные практики дают превосходные результаты.

Дыхательные упражнения могут быть использованы не только как заключительная часть занятия. Им можно посвятить и отдельный урок. Дадим несколько рекомендаций по разработке подобных занятий.

Практика дыхания включает в себя произвольные изменения характера или длительности дыхательных циклов, включая движения тела и конечностей. Упражнения, основанные на правильном дыхании и сочетании движения с ним, имеют неоспоримую пользу для школьников. Статические упражнения для дыхания включают в себя изменение частоты и глубины выдоха, перерывы между вдохами и выдохами, а также упражнения с противодействующим дыханием. Благодаря этому достигается значительное повышение долговечности работы такого важного органа человеческого тела, как лёгкие, грудная клетка становится более гибкой, активизируются практически все мышцы, участвующие в дыхании. Любопытно, что неизменно вызывают у школьников интерес упражнения, связанные с произнесением звуков, удлинённым и ступенчатым выдохом. Динамические дыхательные упражнения построены на различных сочетаниях дыхательных движений с движениями других частей тела, которые либо облегчают дыхание, либо усиливают, «утяжеляют» его. Так, можно рекомендовать выполнить самый простой

наклон тела вперед и вниз, сопровождая выдохом, а выпрямление вверх – вдохом.

Выполнению самых простых упражнений, доступных из любой удобной позиции, необходимо уделить особое внимание. Различные наклоны и повороты головы могут сопровождаться различными движениями. Для подготовки к тренировкам обычно требуется от восьми до двенадцати повторений. Занимающиеся начинают ощущать лёгкое тепло в своих мышцах, и это говорит о том, что организм был готов к продолжению выполнения упражнений. Упражнения на растягивание дыхательных мышц способствуют увеличению подвижности грудной клетки. При этом исходное положение – лежа, руки необходимо сложить за головой. Учитель помогает учащемуся, фиксирует его локти и плавными движениями поднимает его туловище вверх. Другим вариантом может быть исходное положение сидя. Руки необходимо согнуть в локтях и развести в стороны. Учитель держит ученика за локти и плавными движениями медленно отводит их назад. Каждое упражнение делается очень медленно и плавно, около пяти повторений определено на каждый подход. Чтобы заставить активно работать дыхательные мышцы, необходимо выполнять следующие упражнения. Исходное положение – лежа на животе, но с опорой на предплечья, или в положении сидя с наклоном туловища. Живот плотно прижат к бедрам.

Уроки, на которых учащиеся будут заниматься упражнениями, направленными на глубокое дыхание, будут, несомненно, способствовать увеличению объема легких и повышению жизненного тонуса.

Также в программу можно включать другие комплексы дыхательных упражнений. Рассмотрим подробнее рекомендуемые.

### **Сидя**

1. Диафрагмальное дыхание. Сядьте на край стула и положите руки на живот, расположившись в сидячем положении. Вдох сопровождается втягиванием живота, а выдох – его поднятием. Сделайте семь-девять повторений этого упражнения.

2. Выдыхая и опуская руки к коленям, разожмите грудь, выдохните и опустите плечи. Повторите пять-семь раз.

3. Выдыхая и наклоняясь, направьте одну руку к противоположному плечу, выдохните и поднимите её в сторону. Семь-девять раз повторите эту процедуру. Необходимо сесть на край стула, держа руки за спинку, и плавно скользить ногами вперед и назад, выполняя это упражнение девять-десять раз, поддерживая свободное дыхание. Выдыхая и наклоняясь вперед, сделайте глубокий вдох, широко расставив локти и выдохнув. Пять раз повторите это движение.



4. Выдыхая и расслабляя мышцы спины, положите руки на спинку стула, скрестите лопатки и наклонитесь вперед. Шесть раз повторите это действие.

5. При вдохе положите руки сбоку на грудь, слегка сжимая при этом, а затем разведите их в стороны. Шесть раз повторите это упражнение.

### **Стоя**

6. Ноги расставлены широко, руки связаны за спиной. Наклонитесь вправо или влево, вдохните и выдохните. Выдыхая, поднимите правую или левую руку вверх и опустите вниз. Семь раз повторите это упражнение.

7. Выдыхая и слегка сжимая грудь, выполняйте упражнение: разведите в стороны руки и наклонитесь вперед. Пять раз проделайте его.

8. На выдохе – пять раз «надувать» резиновый шарик.

### **Ходьба**

9. Длинные вдохи и короткие выдохи на шести шагах необходимы для плавной прогулки.

10. На пятках и на цыпочках идти, держа руки за спиной. Три минуты – это продолжительность данной последовательности.

Фитбольные упражнения являются одним из наиболее эффективных методов предотвращения проблем с осанкой. У школьников они неизменно вызывают живой интерес, особенно в младших классах.

Корректирующие упражнения могут выполняться с помощью фитбола. Различные группы мышц нуждаются в тренировках и снятии напряжения. Упражнения, направленные на поддержание равновесия, являются обязательными для занятий фитболом. Многие ошибочно полагают, что упражнения на фитболе направлены только на расслабление, однако это так. Прежде всего они дают улучшение устойчивости и координации. В конечном итоге, правильная осанка формируется благодаря использованию фитбола, который развивает гибкость и укрепляет некоторые мышечные группы. Для более эффективного выполнения упражнений и большей заинтересованности учащихся в учебе важно повышать эмоциональный тонус. Именно такой эффект и дают упражнения на фитболе.

Хотелось бы также отметить, что любой урок физической культуры обязательно должно включать в себя систематические беседы об основных правилах формирования правильной осанки и последствиях ее нарушения, давать рекомендации каждый новый день, начиная с выполнения утренней зарядки.

Таким образом, предлагаемый комплекс упражнений должен способствовать коррекции и профилактике нарушений осанки у детей

среднего школьного возраста. Предложенный комплекс упражнений для коррекции и профилактики заболеваний позвоночника у детей можно активно применять в санатории, поликлинике, педагогических и оздоровительных учреждениях, а также в домашних условиях. В связи с этим при разработке комплекса упражнений предусматривались их взаимодополняемость и взаимозаменяемость.

Нельзя не упомянуть и важную роль активных игр в предотвращении нарушений осанки. Подвижная игра – это особый вид детской активности, направленный на достижение определенной цели. Она отличается эмоциональным насыщением, неожиданными моментами радости и способствует созданию положительного настроения. Участие в подвижных играх помогает задействовать различные группы мышц, предотвращая утомление. Подбор подвижных игр для коррекции осанки требует определенных навыков. Разнообразие и возможности варьирования подвижных игр создают прекрасные условия для развития двигательных навыков и качеств, а также учат решать специальные задачи. Также необходимо отметить, что в любой школе существуют свои традиции проведения спортивных игр – различные «Веселые старты», «Дни здоровья», «Дни Спортивной семьи», Спартакиады и прочие. Подобные мероприятия позволяют привлечь к вопросам физического развития школьников и родительскую общественность, что немаловажно, и способствуют увеличению эффективности пропаганды здорового образа жизни, одним из аспектов которого является профилактика нарушений осанки.

Итак, использование всех перечисленных методов на занятиях физкультурой позволяет сформировать у учеников стойкий навык правильной осанки, что помогает избежать возможных проблем в работе многих внутренних органов. В результате воспитывается гармонично развитая, морально устойчивая и трудоспособная во всех сферах жизни личность.

В заключение хотелось бы отметить, что каждое образовательное учреждение должно вести оздоровительную работу с учащимися по предупреждению различных нарушений осанки, используя необходимые методики и средства воспитания.

### **Список литературы:**

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура. – М.: Флинта, 2012. – 424 с.
2. Вилесов А. Медников Н. Соколова Е. О формировании осанки у детей. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.falto.ru/article/article30.php> (дата обращения: 12.09.2024).
3. Куркова Л.Б. Профилактика осанки у детей // Адаптивная физическая культура. – № 2. – 2002.

4. Гитт В.Д. Здоровый позвоночник. Лечение нарушений осанки и телосложения, сколиозов, остеохондрозов. – М.: Новая реальность, 2008. – 337 с.
5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. – М.: Медицина, 2017. – 165 с.
6. Лечебная физическая культура. – М.: Физкультура и спорт, 2018. – 256 с.
7. Ловейко И.Д. Формирование осанки у школьников (пособие для учителей и школьных врачей). – М.: Просвещение, 1970. – 95 с.
8. Коршунов А.В. Правильная осанка – залог здоровья позвоночника [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.spinet.ru> (дата обращения: 12.09.2024).
9. Красикова И. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиозов и плоскостопия. – М.: Корона-Век, 2013. – 320 с.
10. Куропаткина Н. Лечебная физическая культура. – М.: Бибком, 2010. – 188 с.
11. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vashortoped.com/nogi/golenostop-i-stop/что-такое-осанка-определение-типу-осанки-методы-исправления.html> (дата обращения: 14.09.2024).
12. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vashortoped.com/nogi/golenostop-i-stop/что-такое-осанка-определение-типу-осанки-методы-исправления.html> (дата обращения: 10.09.2024).

## РАЗДЕЛ 2. ПСИХОЛОГИЯ

### 2.1. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

#### АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ НЕВРОТИЧЕСКОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА

*Колесник Марина Андреевна*

*студент,  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный  
социальный университет»,  
РФ, г. Москва*

#### ANALYSIS OF THE PROBLEM OF NEUROTIC PERFECTIONISM

*Marina Kolesnik*

*Student,  
Federal State Budgetary Educational  
Institution of Higher Education  
"Russian State Social University",  
Moscow, Russia*

**Аннотация.** В статье обсуждаются подходы к понятию и классификации перфекционизма.

**Abstract.** The article discusses approaches to the concept and classification of perfectionism.

**Ключевые слова:** перфекционизм, невротический перфекционизм.

**Keywords:** perfectionism, neurotic perfectionism.

Социальные условия современного мира предполагают наличие высоких требований к личности каждого человека, стремящегося к саморазвитию. Культ успеха и достижений, господствующий в современном обществе задает тенденцию привлекательности совершенства, достижение которого является практически нереализуемой задачей.

С социальной позиции перфекционизм представляет собой активную деятельность, направленную на удовлетворение потребностей высшего уровня – в самоактуализации и самореализации. В то же время, перфекционизм характеризуется неоднозначностью проявления: авторы выделяют как конструктивные формы, способствующие психологическому здоровью, так и деструктивные, препятствующие обретению психологического благополучия. Второй вариант может быть обусловлен невротическим перфекционизмом, определяющимся неадекватно завышенными притязаниями и, соответственно, невозможностью достижения намеченных целей. Исследования проблемы невротического перфекционизма обращают внимание на связь с социальной дезадаптацией, вызываемой сверхответственностью и конкурентоориентированностью, с выученной беспомощностью в результате страха недостижения идеала и эмоциональным неблагополучием (депрессивной и тревожной симптоматикой). Основная проблема изучения перфекционизма заключается в множественности подходов к пониманию феномена, его многомерности и многоаспектности, проявляющейся в наличии ценных социальных ориентиров и стремлении к совершенствованию, с одной стороны, и невротической идеализации, с другой стороны.

Цель исследования – анализ отечественной и зарубежной литературы, посвященной проблеме перфекционизма личности.

Изучение проблемы перфекционизма связано с исследованиями ряда отечественных и зарубежных авторов, таких как Н.Г. Гаранян, И.И. Грачева, А.Б. Холмогорова, М.Н. Холлендер, Д. Бернс, П. Хьютт, Г. Флитт и т.д. [7]. Существуют разные подходы к определению понятия перфекционизма, однако большинство авторов сходятся во мнении о том, что феномен характеризуется стремлением к высоким стандартам. Кроме того, перфекционизм рассматривается как личностная черта, выраженность которой предполагает стремление к совершенствованию или, даже, к совершенству.

Рассматривая проблему перфекционизма, исследователи акцентируют внимание на разных аспектах феномена. П. Хьютт и Г. Флитт понимают перфекционизм как «личностный конструкт, характеризующийся стремлением к безупречности и постановкой высоких

стандартов» [12, с. 22], выделяя личностную сторону перфекционизма. Д. Бернс определяет перфекционизм как особую «сеть когний», которая включает ожидания, интерпретации событий, оценки себя и других [11]. Отмечая особый полярный склад мышления перфекционистов в контексте «все или ничего», автор рассматривает преимущественно когнитивный аспект. Большое внимание исследователи уделяют деятельностной стороне феномена. Так, М. Холлендер раскрывает понятие перфекционизма через «повседневную практику предъявления к себе требований более высокого качества выполнения деятельности, чем того требуют обстоятельства» [9, с. 158]. И.И. Грачева так же отражает в определении деятельностный аспект перфекционизма, определяя его как стремление к безупречности, к совершенству, стремление быть лучшим во всех сферах своей жизни [4]. Объединяя в определении личностный, деятельностный и аффективный компоненты, Н.Г. Гараян предлагает следующее определение перфекционизма: перфекционизм – это дисфункциональная черта, предполагающая установление чрезмерно высоких стандартов и невозможность испытывать удовольствие от деятельности [2]. Таким образом, перфекционизм всегда связан с тенденцией предъявлять высокие требования и быть идеальным во всем. Как следствие, чрезмерная выраженность черты может приводить к проявлению таких аффективных характеристик перфекционизма как эмоциональные расстройства, высокие требования к окружающим, неудовлетворенность своей и чужой деятельностью [6].

Исходя из этого, внешне успешный перфекционист может переживать чувство вины и неудовлетворенности собой, поскольку большинство перфекционистских целей являются априори недостижимыми и требуют бесконечной деятельности, направленной на их достижение. Н.Г. Гараян совместно с А.Б. Холмогоровой предлагают выделять в структуре перфекционизма следующие факторы: высокий уровень притязаний; чрезмерные требования к окружающим людям (завышенные ожидания); представление о других людях как делегирующих высокий уровень ожиданий; ориентация на высокие стандарты проявления способностей; дихотомическое оценивание результатов деятельности и ее планирование («все или ничего»); селективное информирование о собственных неудачах и ошибках [3]. Схожие параметры определяет зарубежный исследователь Р. Фрост, выражая проявление перфекционизма в высоких стандартах, озабоченности ошибками, сомнения в действиях и др. Вышеперечисленные характеристики отражают когнитивный аспект перфекционизма, проявляющийся в соответствующих мыслях-убеждениях и ожиданиях. Такой подход к проблеме реализуется в рамках когнитивно-бихевиорального подхода. Однако исторически первым

подходом, изучающих проблему перфекционизма принято считать психоаналитический. Так, еще А. Адлер и К. Хорни обращаются к вопросу совершенствования, рассматривая его через призму «комплекса неполноценности» и «стремления к превосходству» и объясняя механизм стремления к развитию с целью преодоления психической или физической ограниченности. При этом авторы выделяли конструктивные и деструктивные формы. По мнению А. Адлера, в основе конструктивного движения – общественный интерес, а в основе деструктивного стремления к совершенству – эгоцентрический. К. Хорни противопоставляет стремление к идеализации себя как невротическое, а стремление к самореализации как здоровое [8].

Так, перфекционизм является многомерным конструктом: исследователи выделяют здоровый и патологический перфекционизм [2]. Одним из первых авторов, предложивших разделение перфекционизма на здоровый и невротический, является Д. Хамачек. По мнению исследователя, здоровый перфекционизм связан со способностью испытывать удовлетворение от достижений, адекватной самооценкой и концентрацией на ресурсах, а не ограничениях. В то время как невротический перфекционизм отличается концентрацией на неудачах, что приводит к возникновению страха ошибок и выбору избегающих стратегий поведения [10]. Положительный, или здоровый, перфекционизм характеризуется высокими стандартами и низким уровнем различия между Я-идеальным и Я-реальным. Здоровый перфекционизм обнаруживает корреляцию с психологическим благополучием личности, самоэффективностью. Отрицательный, или патологический, перфекционизм характеризуется высокими стандартами и высоким уровнем различия Я-идеального и Я-реального, коррелирует с переживанием отсутствия личного прогресса и бессмысленности [1; 5]. С аналогичной позиции перфекционизм рассматривается российскими авторами В.А. Ясной и С.Н. Ениколоповым, которые полагают, что «нормальный перфекционист – это тот, кто устанавливает для себя жесткие стандарты, но при этом не педантичен и отличается гибкостью, может приспосабливать свои стандарты к существующей ситуации, т.е. более адаптивен по сравнению с невротическим перфекционистом, устанавливающим для себя завышенные стандарты и не оставляющим себе возможность допускать ошибки» [цит. по: 11].

Кроме того, в типологии перфекционизма выделяются нарциссический и обсессивно-компульсивный подтипы [2]. По мнению А.Б.Холмогоровой и Н.Г.Гараян нарциссический перфекционизм проявляется в тяге общественного одобрения и признания, а обсессивно-компульсивный характеризуется наличием заинтересованности не только в результате, но и в процессе самой деятельности, направленной на его

достижение. В типологии П. Хьюита и Г. Флита предлагается разграничение «я-адресованного», «социально-предписываемого» и «адресованного другим» перфекционизма [12]. Так, перфекционизм, адресованный к себе предполагает завышенные стандарты по отношению к себе и своей деятельности. Адресованный другим перфекционизм может быть связан с высокими ожиданиями и требованиями по отношению к окружающим людям. Социально-предписываемый перфекционизм предполагает представления человека о том, что окружающие люди требуют от него быть идеальным.

Таким образом, рассмотрение перфекционизма как многомерного феномена позволяет увидеть его многоаспектность и неоднозначность. С одной стороны, данное личностное качество является выражением развития человека, а с другой стороны, может препятствовать, затрудняя возможность планомерного движения к поставленным целям. С одной стороны, являясь самосовершенствованием, перфекционизм обуславливает успешность личности, в то же время, его невротические формы выступают скорее психологической защитой и компенсируют внутренние ограничения. Так, в зависимости от формы и выраженности феномена варьируются его проявления от психологического здоровья и благополучия личности до невротической одержимости идеей совершенства и, как следствие, социальной дезадаптации.

### Список литературы:

1. Вахтель Л.В. Рецензия на книгу Ларских М.В. «Перфекционизм личности студента: интерперсональные аспекты» // Перфекционизм личности студента: интерперсональные аспекты: монография. – Воронеж, 2015. – 148 с.
2. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств: автореф. дисс. докт. психол. наук. – М.: МГУ, 2010. – 42 с.
3. Гаранян Н.Г., Юдеева Т.Ю. Связь перфекционизма и типологических характеристик личности (на материале обследования студенческой популяции) // Психология в вузе. – 2010. – №4. – С. 74–83.
4. Грачева И.И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов личности: автореф. дисс. – М., 2006. – 234 с.
5. Золотарева А.А. Диагностика индивидуальных различий перфекционизма личности: дис. канд. психол. наук: 19.00.01. – М., 2012. – 139 с.
6. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.
7. Кононенко О.И. Теоретические модели изучения перфекционизма личности в зарубежной психологии. – 2014. – №1. – С. 49–58.



8. Кузнецова Е.В. Психологические причины перфекционизма лиц юношеского возраста // Вестник экспериментального образования. – 2021. – №1. – С. 26.
9. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / пер. с англ., общ. ред. Г.В. Бурменской. – М.: ИГ «Прогресс», Изд-во «Ювента», 2000. – 480с.
10. Шмелев А.Г. Острые углы семейного круга (Психология обыденной жизни). – М.: Знание, 986. – 96с.
11. Burns D.D. The perfectionist's script for self-defeat // Psychology Today. –1980. – November. – Pp. 34–52.
12. Hewitt P.L., Flett G.L. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology // Journal of Personality and Social Psychology. – 2001. – № 5. – Pp. 21–39.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ КОНСТРУКЦИЙ «ХОРОШО» И «ПЛОХО» В КОНТЕКСТЕ ПОДХОДА В.В. МАЯКОВСКОГО

**Телюкина Марина Викторовна**

*д-р юрид. наук, проф.*

*Российская академия народного хозяйства  
и государственной службы  
при Президенте Российской Федерации,  
РФ, г. Москва*

## PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE CONSTRUCTIONS "GOOD" AND "BAD" IN THE CONTEXT OF V.V. MAYAKOVSKY'S APPROACH

**Marina Teliukina**

*Doctor of Law, professor,  
Russian Presidential Academy  
of National Economy  
and Public Administration,  
Russia, Moscow*

**Аннотация.** «Что такое хорошо и что такое плохо» создано в 1925 году, и уже несколько поколений детей, можно сказать, впитали базисные конструкции, в этом стихотворении выраженные. Несколько поколений взрослых убеждено, что именно так и надо воспитывать детей – чтобы они знали, что такое «плохо». Между тем применение приёмов, заложенных в стихотворении, ведёт к травмированию психики ребёнка, ибо таким образом опосредуется передача ребёнку родительской травмы, в том числе за счёт формирования интроектов.

**Abstract.** "What is good and what is bad" was created in 1925, and several generations of children have already absorbed the basic constructions expressed in this poem. Several generations of adults are convinced that this is exactly how children should be raised – so that they know what is wrong. Meanwhile, the use of techniques embedded in the poem leads to trauma of the child's psyche, because in this way the transmission of parental trauma to the child is mediated, including through the formation of introjects.

**Ключевые слова:** психика ребёнка, сознание, подсознание, интроект, безусловная любовь, чувство вины, передача травмы.

**Keywords:** child's psyche, consciousness, subconscious, introject, unconditional love, guilt, transmission of trauma.

Остановимся на некоторых аспектах шедевра Маяковского, наиболее негативно влияющих на детское сознание и подсознание.

В базисе проведённого мною анализа – следующие конструкции:

- никто не знает, что будет;
- родители, сообщая детям, что от чего-то **БУДЕТ** плохо, исходят исключительно из собственного опыта – это им когда-то от этого было плохо;
- навязывая детям собственные страхи, родители хотят как лучше – не осознавая, что своими действиями травмируют психику ребёнка (не отсюда ли – «благими намерениями вымощена дорога в ад»?.. – и более адаптивно – «хотели как лучше, получилось как всегда?»);
- ребёнок воспринимает родительское мнение как истину, в силу особенностей формирования структур головного мозга.

Когда В.В. Маяковский писал «Что такое хорошо и что такое плохо» [1], времена были другие, и воспитывали детей по-другому.. Посмотрим на шедевр Маяковского иными глазами – глазами современного психолога..

*«Крошка сын к отцу пришёл, и спросила кроха:*

*Что такое хорошо и что такое плохо?»* – начинается прекрасно: если маленького ребёнка что-то заинтересует, он задаёт вопрос..наверное, всё-таки маме.. – а вот если её нет или он сомневается, что получит ответ – то папе. Можем ли мы предположить, что у крохи, описанном Маяковским, не было мамы?.. В любом случае, это момент не принципиальный. Папа готов удовлетворить интерес ребёнка, сообщая ему:

*«У меня секретов нет, слушайте, детишки, папы этого ответ помещаю в книжке»* – совсем чуть-чуть смущает обращение папы не к сыну, задавшему вопрос, а к каким-то абстрактным детишкам.. Но это тоже не очень принципиально.

Ответ папы начинается издалека – с погоды:

*«Если ветер крыши рвёт, если град загрохал, каждый знает – это вот для прогулок плохо»* – обратим внимание, что папа не ругает погоду, не называет её плохой, но категорично утверждает, что гулять под градом – плохо, что, скорее всего, в сознании ребёнка сфокусируется вывод о том, что такая погода – плохо!. Предположу, что таким образом формируется интроект, свойственный многим взрослым людям..

Задам вопрос: «Может, мы бы назвали менее нервным того папу, который сказал бы: «в любой погоде свои радости! – а давайте, дети, натянем дождевики и побежим гулять по лужам?»...»

Далее – позитивный рефрен-антитеза:

**«Дождь покапал и прошёл. Солнце в целом свете.**

**«Это – очень хорошо и большим, и детям»** – тут всё понятно – солнышко – это хорошо, а если его нет – стало быть, плохо – тоже, в общем-то, интроект.

Такая дихотомия получается: если не хорошо, то – плохо... И если эту мысль несколько трансформировать, придём к выводу: «Если не так, как мы хотим, то есть мы считаем хорошим – то плохо»... Либо то, либо то. Думаю, что маленькому Володе Маяковскому в раннем детстве не рассказывали, что в каждом событии – свои плюсы (только надо их увидеть – и жизнь расцветёт неожиданными яркими красками), что и ветер, и дождь, и град – могут быть по-своему прекрасны...

Далее мы видим усиление негативного воздействия на детскую психику:

**«Если сын чернее ночи, грязь лежит на рожице, – ясно, это плохо очень для ребячьей кожицы»** – откуда может появиться грязь на рожице? Почему ребёнок стал чернее ночи?

Предположим – малыш весело провёл время, играл, бегал, падал, возможно, играл в снежки комьями грязи. Когда пришёл домой – оживлённый и замурзанный – его ждёт не улыбающаяся мама со словами: «Ах ты моё солнышко грязненькое, давай сейчас станем чистенькими – помоемся/умоемся», а – холодная отповедь: «Это плохо, что ты испачкался, грязь – это зараза, ты можешь заболеть и это будет ужасно!» – не видим ли мы здесь параноидальные элементы папиного мироощущения? (тут можно вспомнить общеизвестный факт из биографии поэта: современники вспоминали, что Маяковский был весьма брезглив: на иногородние концерты возил с собой свой тазик для бритвы, дверные ручки открывал салфетками – объяснялось это тем, что его отец умер от заражения крови, поранившись грязной иголкой при шитье, и для юного Володи это послужило страшным ударом и, очевидно, способствовало развитию фобии). Ребёнку внушается, что он поступил плохо, то есть – он виноват. Хотел ли родитель формировать в ребёнке чувство вины?

Мы видим перекалывание родителями на ребёнка своих родительских обязанностей. В здоровой функциональной семье нет ни необходимости, ни смысла стыдить/ругать ребёнка за «грязь на рожице», говорить, что это – плохо...

Следующий, на первый взгляд, позитивный виток-антитеза:

**«Если мальчик любит мыло и зубной порошок,**

**этот мальчик очень милый, поступает хорошо»** – но если вгля-

деться в эту мысль внимательнее, что получится?.. – чтобы тебя назвали милым и хорошо поступающим, мыло и зубной порошок надо ЛЮБИТЬ. Многие ли из нас их именно ЛЮБЯТ?.. – мы, взрослые, понимаем абстрактность этой формулировки и едва ли перестанем считать себя милыми только в силу того, что иной раз руки мыть/зубы чистить не очень-то и хочется, что мыло/зубной порошок не считаем объектом любви, ибо для нас это – утилитарные средства для цели соблюдения гигиены.

Любому психологу известно, что маленькие дети мыслят конкретными фактами/образами; абстрактного мышления у них нет (зоны головного мозга, за него отвечающие, формируются позже – по разным данным, начинают формироваться в 8–11 лет и сформировываются к 13–15).

Конкретное мышление ребёнка может работать только следующим образом: «Милым является мальчик, который мыло и зубной порошок любят, я его не люблю – мыло глаза щиплет, порошок рассыпается вечно – значит, я для родителей не милый, я поступаю не хорошо. А чтобы заслужить их любовь, надо сделать вид, что я люблю эти дурацкие мыло и порошок».

Далее начинаются более серьёзные вещи:

**«Если бьёт дрянной драчун слабого мальчишку,**

**я такого не хочу даже вставить в книжку»** – чему учит детей

Владимир Маяковский здесь?.. – прежде всего – осуждать, не разобравшись: выходит, что тот, кто бьёт – априори дрянной драчун, а тот, кого бьют – слабый мальчишка. А самое негативное в процитированном фрагменте – конструкция отторжения родителем ребёнка как реакция на нежелательное поведение... Модель очень тяжёлая для психики ребёнка: «Если ты дерёшься, ты мне не нужен, я даже в книжку тебя вставлять не буду!» – эта модель продолжает концепт заслуживания любви.. Для психики ребёнка это страшно: «Я тебя буду любить, если будешь хорошо себя вести, а если вести себя будешь плохо, то ты мне не нужен, я тебя из поля своего внимания выталкиваю».

Анализ последующего текста только укрепит нас в сделанных выводах: дихотомия «либо хорошо, либо плохо» – крайне негативно действует на психику ребёнка, ибо приводит к формированию чувства вины, недовольству собой и миром, потребности в заслуживании любви значимых взрослых.

Я предлагаю подход адихотомичный, квинтэссенция которого в следующем: нет плохого – есть то, что не нравится нам, то есть

базируется на наших травмах; в любом поступке ребёнка можно разобраться с позиции безусловной любви, без осуждения – и тогда психика ребёнка травмироваться не будет; о том, как поступать следует, ребёнку не обязательно говорить – достаточно показывать своими поступками, ибо для ребёнка в любом случае норма – то, как поступают значимые взрослые (поступают, а не говорят об этом); чем больше мы ребёнка осуждаем, тем больше своих травм передаём ему – и тем больше он будет жить не свою жизнь, а наши травмы.

Для того, чтобы формировалась здоровая психика ребёнка, родители должны давать ребёнку безусловную любовь и защиту.

### **Список литературы:**

1. Маяковский В.В. Полное собрание сочинений в 13 томах (1955–1961). – Том 10. 1929–1930: Стихи детям 1925 – 1929. – М.: ГИХЛ, 1961.

## 2.2. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ВОСПРИЯТИЯ ИНФОРМАЦИИ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ

*Артемьева Ольга Владимировна*

*педагог-психолог,  
ГБОУ школа №1794 имени А.С. Чуфистова,  
РФ, г. Москва*

Мы живем в мире, где визуальные образы играют очень важную роль. Каждый день мы сталкиваемся с огромным количеством образов. Особенно насыщенно ими виртуальное пространство.

Зрительное восприятие (совокупность процессов построения зрительного образа мира на основе сенсорной информации, получаемой с помощью зрительной системы) выходит на первый план у тех, кто пользуется интернетом часто и длительное время. Зрительное восприятие мы можем поделить на несколько важных для нас составляющих, которые помогут нам понять, на что следует обратить особое внимание в дистанционной работе с подростками.

- Восприятие цвета (в силу большого количества раздражителей оно сводится к оценке светлоты (видимой яркости), цветового тона и насыщенности).
- Восприятие пространства (происходит оценка восприятия удаленности объекта, а также его направление).
- Восприятие движения строится на основе данных, полученных о пространственном положении объекта.
- Восприятие формы (являясь синтезом остальных видов зрительной информации, видимая форма оказывается независимой относительно цвета, положения, ориентации и состояния движения предмета) [3].

Борис Митрофанович Величковский пишет, что в среднем через 300 мс после предъявления стимула процесс построения зрительного образа оказывается завершенным и приобретает свои хорошо известные характеристики: общую пространственную стабильность, подвижность локальных объектов, инвариантность видимых форм относительно цвета, пространственного положения и состояния движения [1]. Таким образом, первое впечатление, которое подросток получает от стимула,

мгновенно формирует отношение к образу, предъявляемому психологом, и в дальнейшем является поводом продолжить работу, основываясь на полученных данных.

Известно, что перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка, лежит в основе изменений его психики. Вместе с тем в психической сфере нередко выявляются признаки эмоциональной неустойчивости: немотивированные колебания настроения, сочетание повышенной чувствительности, ранимости в отношении собственных переживаний и известной черствости и холодности к другим, застенчивости и подчеркнутой развязности, самоуверенности [2].

Именно в этом возрасте интенсивно формируются самосознание, способность к анализу окружающих явлений. Повышается интерес к своей внешности, чрезмерно остро воспринимаются любые критические замечания по этому поводу. В мышлении подростков часто отмечается стремление к мудрствованию, разрешению сложных философских проблем, наблюдается склонность к фантазированию, вымыслам [4].

Важно помнить, что в сложный «переходный возраст» к подростку предъявляется масса новых требований, что нередко вызывает сложные конфликтные переживания.

В силу загруженности информацией и, напротив, уменьшению социальных связей, подросток получает возможность выразить все свои чувства, мысли и эмоции именно в интернет-пространстве. Многие пользуются возможностью и проявляют себя анонимно, другим важно найти референтную группу, где их мнение будет услышано и оценено.

Психолог, получивший возможность работать с подростком в интернет-пространстве, должен учитывать его возрастные особенности и особенности зрительного восприятия. Поэтому использование фотографий или картин для оказания психологической помощи подросткам является весьма ресурсным методом.

Художественные изображения в ходе консультирования активизируют образно-ассоциативную сферу подростка [3]. Свои чувства и представления, которые он не может выразить словами, легко получают возможность быть выраженными языком метафор и образов, способствует преодолению защит и сопротивления.

Кроме того, данный метод способствует активизации воображения, раскрывает творческий потенциал, помогает в переработке информации и решении проблем на основе образного мышления.

Символы и метафоры могут использоваться как осознанно, так и неосознанно, служить обозначению наиболее важных смыслов и отношения человека к своим проблемам и трудностям. Символ соединяет подчас разнородные идеи и информацию кроме того, благодаря



символам идеи связываются с эмоциями и воспоминаниями [3]. Часто символы и метафоры помогают извлечь информацию из бессознательного, порождают сложные ассоциативные связи, обеспечивают интеграцию старой и новой информации.

Основой своей работы в интернете мы видим методику «Спектрокарты», разработанную У. Халкола и А.И. Копытиным [3], однако в силу особенностей виртуального пространства, она была нами несколько модифицирована.

Психологу требуется иметь некоторый набор изображений. Разумеется, можно использовать изображения, предложенные самим подростком, однако на начальном этапе работы важно иметь собственный материал, который будет служить отправной точкой в работе.

Структура интернет-консультации довольно подвижная, многое зависит от самого психолога, насколько он оценивает необходимость тех или иных инструкций, различных заданий и каким образом строит дальнейшее обсуждение.

Психолог формулирует тему или задачу, в зависимости от ситуации.

Изображения в количестве не более 10 штук высылаются для ознакомления.

Подросток выбирает фотографию, которая связана с данной темой или проблемой, затем дается время для размышления и выбора ассоциаций.

Затем психолог может задать вопросы, имеющие отношение к выбранному изображению и проблеме, озвученной ранее.

Так же эффективными в работе проявили себя так называемые домашние задания, когда подросток самостоятельно ищет изображение, придумывает историю, подбирает фразеологизм или подходящую музыку. Все это используется для дальнейшего обсуждения с психологом.

Достоинство данного подхода в том, что подросток, выражая свои мысли и чувства через образы, находит новый ракурс восприятия жизни. Использование визуально-нарративных приемов обеспечивает психологическую интеграцию клиента, а во многих случаях – так же изменение и развитие его образа Я [3].

В результате проведенного исследования можно сделать вывод о том, что использование особенностей восприятия информации в интернете является эффективным инструментом работы с подростками. Интернет предоставляет уникальные возможности для взаимодействия и обучения, учитывая потребности и интересы этой возрастной группы, открывает новые пути для эффективной работы психологов.

**Список литературы:**

1. Величковский Б.М., Лурия А.Р., Зинченко В.П. Психология восприятия. – М.: Изд-во МГУ, 1973. – 247 с.
2. Малая медицинская энциклопедия. – В 6 т. – М.: Советская энциклопедия, 1991–1996.
3. Халкола У., Копытин А.И. Спектрокарты. Краткое методическое руководство по применению в психотерапии и психологическом консультировании. – СПб; М.: Речь, 2016. – 78 с.
4. Энциклопедический словарь медицинских терминов. – В 3 т. – М.: Советская энциклопедия, 1982-1984.

## РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА – ЭТО ПУТЬ К МИРУ ЛИДЕРОВ

***Доскельдина Айдана Серикболкызы***

*магистр, преподаватель-ассистент,  
Жетысуский университет им И.Жансугурова,  
Казахстан, г. Талдыкорган*

***Рамазанова Аида Сансызбайкызы***

*магистр, преподаватель-ассистент,  
Жетысуский университет им И.Жансугурова,  
Казахстан, г. Талдыкорган*

## DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE IS THE WAY TO A WORLD OF LEADERS

***Aidana Doskeldina***

*Master, teacher-assistant,  
Zhetysu University named after I.Zhansugurov,  
Kazakhstan, Taldykorgan*

***Aida Ramazanova***

*Master, teacher-assistant,  
Zhetysu University named after I.Zhansugurov,  
Kazakhstan, Taldykorgan*

**Аннотация.** Данная статья исследует роль эмоционального интеллекта в изучении иностранных языков. В ней будут рассмотрены ключевые аспекты эмоционального интеллекта, которые важны для эффективного общения и взаимодействия в повседневной жизни, и то, как их можно применить к изучению иностранного языка. Поскольку люди по своей природе стремятся к общению и установлению связей с другими, понимание и управление собственными эмоциями и эмоциями окружающих имеет решающее значение. Хотя это может казаться обычным действием, на самом деле оно довольно сложное, даже на родном языке, не говоря уж об иностранном. Развитие эмоционального интеллекта при изучении иностранного языка может значительно улучшить процесс обучения и служить показателем прогресса, отличая базового пользователя от свободного и естественного коммуникатора. Это открывает доступ к более глубокому уровню понимания и личного роста. После

представления обзора темы в статье будет обсуждено, как интеграция элементов эмоционального интеллекта в преподавание языка может улучшить результаты обучения и его эффективность.

**Abstract.** This article explores the role of emotional intelligence in learning foreign languages. It will outline key aspects of emotional intelligence that are essential for effective communication and interaction in daily life, and how these can be applied to foreign language learning. Since people inherently seek to connect and communicate with others, understanding and managing one's own emotions and those of others is crucial. While this may seem straightforward, it is actually quite challenging, even in one's native language, let alone in a foreign language. Developing emotional intelligence in a foreign language can significantly enhance learning and serve as a marker of progress, distinguishing between a basic user and a fluent, natural communicator. It provides access to a deeper level of understanding and personal growth. After presenting an overview of the topic, this paper will discuss how integrating elements of emotional intelligence into language instruction can improve learning outcomes and effectiveness.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, мотивация, студенты, обучение.

**Keywords:** emotional intelligence, motivation, students, learning.

### **Развитие эмоционального интеллекта – это путь к миру лидеров**

Наш интерес к психологии усилился во время обучения в магистратуре, в значительной степени благодаря профессору из Санкт-Петербургского университета, с которым мы познакомились во время программы обмена опытом. С того момента мы поняли, что человеческая природа включает в себя не только физические травмы, но и эмоциональные раны, и лечение этих эмоциональных ран не менее сложное, чем лечение физических. Мы были поражены тем, как получасовая беседа с профессором могла глубоко затронуть внутренний мир человека. В то время мы были еще молоды.

С годами, работая преподавателями иностранных языков в университете, мы заметили значительные различия между нынешними студентами и теми, кого мы учили десять лет назад. Уникальные психологические особенности современных студентов стали нас все больше и больше интересовать. На протяжении нашего педагогического опыта мы глубже интересовались когнитивными способностями и эмоциональными реакциями студентов. Этот интерес привел к тому, что мы

начали совершенствовать свои педагогические методы для достижения основной цели – улучшить понимание материала студентами, адаптируя процесс обучения под их уникальные психологические профили. В результате наш интерес к педагогике расширился, так как мы осознали важность развития более глубоких педагогических знаний.

Работа преподавателями английского языка оказалась для нас настоящим увлекательным занятием. Эта область предоставляет большую гибкость – преподаватели могут использовать любые методы, которые они считают наиболее эффективными для студентов, будь то обучение грамматике посредством увлекательных историй или использование разнообразных аудиоупражнений. Больше всего нам нравится создавать задания, которые соответствуют предпочтениям студентов, побуждая их больше говорить и внимательнее слушать. Несколько раз студенты просили поговорить с нами лично после занятий, и во время этих бесед они часто делились своими глубокими личными мыслями, а в некоторых случаях даже выражали свои эмоции через слезы. Мы продолжаем размышлять, что могло вызвать такие сильные эмоциональные реакции у одного из студентов, который был как исключительно талантливым, так и успешным в учебе. В будущем наша цель трансформировалась в стремление изучить эмоциональный интеллект не только этого студента, но и многих других.

Эту тему впервые представили Питер Саловей и Джон Майер [1]. Они определили эмоциональный интеллект как способность понимать и управлять эмоциями. Дэниел Гоулман [2] представил эмоциональный интеллект как важный фактор в социальной и профессиональной жизни, объяснив его через более широкие интерпретации и модели. Работа этого ученого сосредоточена на роли эмоционального интеллекта в лидерстве, успехе на рабочем месте и отношениях. Ричард Бояцис и Энни Маки также связали эмоциональный интеллект с лидерством в своих исследованиях [4].

Каждый человек в мире так или иначе занимается обучением, будь то формальным или неформальным. Это может подразумевать, что существует множество специалистов, внимание которых сосредоточено на оптимизации обучения, а также на том, что большинство людей могли бы получить рекомендации по повышению эффективности их обучения посредством специализированных учреждений. Однако это не всегда так. Сингапур выделяется как одна из немногих стран, где все студенты обязаны участвовать в программе социального и эмоционального обучения. Следовательно, многие студенты полагаются на советы своих родителей, учителей и сверстников, которые часто сосредоточены на содержании, а не на методах обучения. Это может привести к

заблуждениям, таким как убеждение, что академический успех полностью зависит от врожденного таланта или что текущие навыки фиксированы и неизменны. Данное убеждение отражается в таких практиках, как раннее определение детей по их предполагаемым академическим способностям, что может укрепить идею о том, что эти способности постоянны. Вместо того чтобы показывать персонализированные подходы к улучшению их навыков, студентов часто направляют к ограниченным карьерным перспективам. Как дети, так и их родители могут принять эти ограничивающие убеждения, особенно когда они исходят от обученных профессионалов, которые воспринимаются как эксперты в выявлении слабых мест студентов. Такие предсказания часто становятся самореализующимися, так как исследования показывают, что если учитель верит, что его студенты потерпят неудачу, они с большей вероятностью действительно потерпят неудачу, и наоборот (Розенталь, 1992) [4].

### **Эмоциональный интеллект как изменяющееся качество**

Очень важно, чтобы студенты осознали и интегрировали тот факт, что хотя они не могут изменить свой IQ или личность, они все же могут повлиять на свой эмоциональный интеллект и подход к учебе. Для этого им предлагается проанализировать этот факт в своем собственном контексте, а затем выполнить упражнение, с целью определить, какой интеллект (на основе чек-листов, предоставленных Армстронгом [1] и вдохновленных теорией множественных интеллектов). Подобная методика является сильнейшим стимулом и показывает, каким образом молодые люди могут использовать этот конкретный интеллект для улучшения своей учебной реальности, в данном случае, английского языка. Такое занятие для большинства студентов оказалось очень эффективным, так как оно выявило связи между различными видами интеллекта и дало практические взаимосвязанные рекомендации по небольшим изменениям, которые приводят к значительному улучшению обучения.

### **Ключевые элементы эмоционального интеллекта, используемые на уроках**

После того как студенты приобрели необходимое знание о том, что такое эмоциональный интеллект и какие инструменты он предоставляет, они были готовы начать применять некоторые из элементов. Из-за ограниченного объема работы, данная статья не стремится объяснить основы эмоционального интеллекта (Майер и Саловой, Гоулман или Бреккет), для целей этой статьи достаточно определить его как набор навыков, использующих информационную систему эмоций. Эти

навыки были тщательно изучены, и те, которые, вероятно, помогут студентам в процессе реализации, были выбраны.

Ключевые навыки, или элементы, эмоционального интеллекта, которые были отобраны за их потенциал – внести изменения в овладение иностранным языком, делятся на три категории, которые часто переплетаются:

1. Эмоциональная осведомленность: признание вышеупомянутой системы является основным условием.

2. Доступ к этой системе: способность идентифицировать эмоции в себе и других людях (вербальные или невербальные сигналы), различать отдельные эмоции, как они смешиваются и изменяются, освоение соответствующего словаря.

3. Управление и регулирование эмоций: изучение техник успокоения перед экзаменом или презентацией, которые вызывают у студентов нервность, осознание реакции «борьбы или бегства», мотивация себя во время трудных, повторяющихся, требующих усилий или кажущихся несущественными заданий, вовлечение других людей в обсуждение, решение проблем или группы поддержки по обучению; коротко говоря, использование эмоций и информации, предоставляемой ими, для создания чего-то креативного.

В любое время обучения эмоции всегда присутствуют, независимо от того, осознаются они или нет. Признание и адресация этих эмоций, а также их обозначение в зависимости от различных аспектов обучения, является важным для овладения учебным процессом. Понимание того, что неудачи являются естественной частью обучения, а не провалами, делает людей менее склонными к разочарованию. Эмоциональный интеллект имеет решающее значение в этом контексте; он формирует основу эффективного обучения. Данная статья исследует эмоциональный интеллект в контексте изучения и преподавания иностранных языков, подчеркивая, как конкретные аспекты эмоционального интеллекта могут быть полезны в языковом классе. В ней рассматриваются примеры из стандартных занятий, модульных уроков и индивидуального языкового консультирования. Практическое применение этих теорий выявило интересные закономерности, которые обсуждаются во второй части статьи. Эти закономерности дают представление об аспектах обучения, которые иначе могли бы быть упущены как студентами, так и преподавателями. Хотя изучение языка может быть сложным, оно не ограничивается только теми, кто обладает врожденным талантом. Используя стратегии, основанные на эмоциональном интеллекте, каждый студент имеет потенциал для достижения успеха.

### **Список литературы:**

1. Армстронг Т. Ты можешь больше, чем ты думаешь / пер. с англ. Ю. Змеевой. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2016. – 208 с.
2. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / пер. с англ. А.П. Исаевой ; [науч. ред. Е. Ефимова]. – 11-е изд., переработанное и дополненное. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021 – 544 с.
3. Howard E Gardner. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences Paperback. – New-York: Basic Books, 2011. – 528 p.
4. Trumpešová-Rudolfová E. Emotional Intelligence in Foreign Acquisition // Psychological and creative approaches to language teaching. – P. 14–23.



## 2.3. ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА. ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ЭРГОНОМИКА

### ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ГРАЖДАНАМИ ОБРАЗА ПСИХОЛОГА, ТРАНСЛИРУЕМОГО СРЕДСТВАМИ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

*Лапшина Анна Олеговна*

*магистрант*

*Бурятский государственный*

*университет имени Доржи Банзарова,*

*РФ, г. Улан-Удэ*

### PECULIARITIES OF CITIZENS' PERCEPTION OF THE IMAGE OF A PSYCHOLOGIST BROADCAST BY THE MASS MEDIA

*Anna Lapshina*

*Graduate student,*

*Buryat State University*

*the name of Dorzhi Banzarov,*

*Russia, Ulan-Ude*

**Аннотация.** Одной из актуальных проблем психологической науки и практики является вопрос восприятия в массовом сознании образа психолога и его деятельности. Большое значение на формирование этого образа оказывают различные средства массовой информации. В данной статье рассматриваются некоторые особенности влияния СМИ на образ профессии психолога в сознании граждан, а также приводится авторская классификация проанализированных образов психологов, встречающихся в СМИ.

**Abstract.** One of the urgent problems of psychological science and practice is the issue of perception in the mass consciousness of the image of a psychologist and his activities. Various mass media have a great influence on the formation of this image. This article discusses some features of the influence of the media on the image of the profession of a psychologist in the minds of citizens, and also provides the author's classification of the analyzed images of psychologists found in the media.

**Ключевые слова:** образ психолога, сознание, особенности деятельности психолога, стереотипы, особенности восприятия, средства массовой информации.

**Keywords:** the image of a psychologist, consciousness, features of the psychologist's activity, stereotypes, perception features, mass media.

В современном мире можно наблюдать за активным развитием психологической отрасли. Востребованность в специалистах психологах растет во многих организациях. Например, в общеобразовательных школах, медицинских учреждениях, дошкольных учреждениях психолог является штатной единицей. Так же психолог присутствует во многих производственных учреждениях. Сталкиваясь все чаще с профессией психолога, люди в обществе формируют свое представление об этой сфере человеческой деятельности.

В силу новизны профессии, лица специализирующиеся в области психологии, зачастую сталкиваются с искаженным образом своей профессии в глазах граждан, которые не имели личного качественного взаимодействия с профессией психолога. Искаженный образ профессии формируется по целому ряду причин, начиная от культурологического аспекта, формирующего окружения, заканчивая политическими режимами и идеологии, в рамках которой выросла и прошла период становление личность.

Все эти явления способствуют возникновению тех или иных представлений, стереотипов, убеждений относительно профессии психолога. При этом, зачастую, минуя реальное практическое взаимодействие человека с деятельностью психолога представление формируется за счет потока информации, получаемой человеком из внешнего мира. Такой поток информации может иметь различные источники происхождения: личный опыт знакомых, друзей, коллег; фильмы и книги: средства массовой информации, находящиеся в изобилии и свободном доступе. Предполагается, что именно средства массовой информации на сегодняшний день выступают наиболее частым источниками информирования людей о профессии и деятельности психолога, и не всегда эта размещенная информация является качественной по своему содержанию. Именно поэтому интересным представляется изучение образа профессии психолога, который транслируется в СМИ.

При изучении образа психолога, который воспринимается гражданами из средств массовой информации для подготовки материала для данной статьи, использовался анализ СМИ, а также опрос и анкетирование респондентов в количестве 35 человека. Респондентам было необходимо описать свое отношение к профессии психолога и

отрефлексировать, с каким образом психолога им удавалось столкнуться в средствах массовой информации.

В начале необходимым представилось, конечно же обозначить, а что же именно мы можем относить к средствам массовой информации. Согласно Закону РФ от 27.12.1991 N 2124–1 (ред. от 29.12.2022) "О средствах массовой информации" официально под термином «средства массовой информации принято понимать»: «предназначенные для неограниченного круга лиц печатные, аудио-, аудиовизуальные и иные сообщения и материалы; периодическое печатное издание, сетевое издание, телеканал, радиоканал, телепрограмма, радиопрограмма, видеопрограмма, кинохроникальная программа, иная форма периодического распространения массовой информации под постоянным наименованием (названием)». В указанном законе дано так же более широкое толкование для каждого из видов указанных СМИ [1]. Однако необходимо отметить, что на практике, по мнению некоторых ученых в СМИ, как в источнике формирования общественного мнения необходимо так же включать неуказанные в законе аккаунты блоггеров, инфлюенсеров, экспертную оценку публичных лиц [6, с. 14]. Именно указанные выше источники средств массовой информации были указаны респондентам в анкетах и опросниках.

Обработав полученные в результате проведения опроса и анкетирования респондентов данные, удалось установить несколько основных типов образа психолога, которые транслируются в СМИ.

Так, одним из встречающихся видов образа психолога, формируемый СМИ является образ, который условно можно назвать «циничный манипулятор». Это понятие в рамках данной статьи предполагает надевание психолога склонностью к совершению отрицательных манипуляций. Согласно собирательному образу, сложилось впечатление, что психологов в результате обучения посвящают в тайные знания, которые впоследствии применяются для упрощения жизни при помощи умелого манипулирования и подчинения себе воли другого человека против его желания [7, с. 23]. Как показало анкетирование, распространение такое мнение получило в частности у граждан более старшего поколения. В качестве обоснования своего мнения респонденты указывали на расследования СМИ, которые они читали после обнаружения финансовых пирамид, мошеннических схем, сект, где вымогались или иным путем изымались средства у граждан.

По мнению респондентов, такие люди – хорошие бизнесмены, которые создают новые учения, религии и даже «секты». Не получившие психологического образования и не имеющие к психологии никакого отношения люди легко могут стать жертвами подобных «психологов»,

которые зарабатывают огромные суммы обманом [5, с. 43]. Согласно распространяющейся информации в СМИ, люди становились жертвами как раз в результате психологических манипуляций, которые искусно применялись. Это один из тех факторов, который поспособствовал очернению психологических знаний, и формированию нездорового страха у граждан перед психологами.

Другой выделяемый в рамках статьи тип образа психолога, транслируемый в СМИ «психолог–ясновидящий». Это разновидность образа психолога в первую очередь характеризуется умением видеть людей насквозь. Так, по этому собирательному образу психологи обладают таким навыком как «чтение всей натуры человека», а некоторые люди все-речь опасаются, что психолог способен узнать сокровенные тайн. В частности, по полученным данным речь идет выходе и просмотре известного телесериала «Обмани меня» 2009. По сюжету сериала доктор К. Лайтман – главное действующее лицо сериала, является специалистом в области психологии, и способен выяснить правду, раскрыть любой обман при помощи своих психологических знаний. Данный продукт киноиндустрии способствовал укоренению в головах обывателей стереотипов, что психологи–сверхлюди, которые способны применяя анализ микро-движений узнать все о человеке. Такой лжефакт зачастую усложняет взаимодействие людей, получивших профессию психолога с носителями данных установок.

Если говорить о более старшем поколении, которое было воспитанно в рамках советской системы ценностей, идеологии и СМИ, то необходимым представляется выделение такого типа психологов, которое можно назвать «Около психиатрии». Почему именно психиатрии? Потому что согласно данным опроса, по их мнению, в различных СМИ, с которыми они взаимодействовали на протяжении всей жизни не делалось глубинных различий между психологами и психиатрами, а обе категории профессии попадали в ряд деятельности, которая способствовала уничтожению человека как активного участника социума, так и полноценной личности.

Ещё представляется возможным выделить такой тип образа психолога как «профессиональный понимающий». Так же, как и иные виды представлений сформулированных СМИ, в этом образе мы можем наблюдать слияние профессиональных и личных качеств у людей–психологов. Только, в отличие от описанных ранее образов, в этот раз мы имеем дело не с демонизацией образа психолога, а с чрезмерной требовательностью к личности, владеющей данной профессией. Безусловно, что одними из необходимых качеств для психолога, которые обеспечивают высокий профессионализм, являются эмпатия, умение выслушивать,

отсутствии осуждения клиента (при условии, что речь не идёт о нарушениях закона, о которых психолог обязан будет сообщить), а также умение оказать моральную поддержку [3].

Именно человек, обладающий подобными качествами, регулярно транслируется в различных СМИ как высокий специалист. Дополнением к образу психолога являются регулярные рекламы психологических кабинетов, основной идеей которых является психологическая разгрузка. В этом случае по мнению респондентов складывается устойчивая связь о том, что получение психологической помощи или услуг психолога – это то, что неизменно должно принести облегчение при взаимодействии с фигурой психолога. При этом, в таком случае обывателям, не имеющим дело с психологией сложно провести границу между профессией и личностью. Как правило, стереотипное мышление напрочь вытесняет качествами психолога самого человека. К психологу начинают предъявляться повышенные требования относительно его поведения, желаний, чувств. В этом случае от психолога требуют быть сверхчеловеком, и вешают запрет на любое проявление вне стереотипа. Специалист оказывается под давлением собственной профессии, а проявление личных особенностей, простых человеческих качеств воспринимается как дефект профессии, что в следствии может восприниматься как бесполезность профессии в целом.

Выше в статье было сделано особое указание на явление блоггинга. На сегодняшний день социальные сети выступают не только пространством информации, но также и площадкой для продвижения различных товаров и услуг. К большому сожалению, в этом же спектре широкое распространение получают различные услуги, которые лишь маскируются под психологические, но не имеют никакой связи с реальной доказательной психологией. И зачастую услуги психологии встречаются в аккаунтах наряду с астрологией, нумерологией, которые общепризнанным научным сообществом не признаются в качестве научных дисциплин. Такое обстоятельство формирует у обывателей ощущение, что психология не является самостоятельной отраслью знания, а всего-навсего лженаука. Соответственно психологи выступают не как специалисты, чья профессия тесно сопряжена со здоровьем личности, а как шарлатаны, которые лишь занимаются тем, что выманивают у людей денежные средства. В связи с этим люди с сомнением относятся к профессии психолога, не пытаются разобраться с нюансами профессии, требованиями, которые по-настоящему могут позволить опделить специалистов в профессии.

В связи с проведенным исследованием и полученными данными анализа образа психолога, транслируемого в различных СМИ,

возникает закономерный вопрос: «Каким образом профессиональное психологическое сообщество может оказать влияние на формирование правильного образа в сознании обывателей, в том числе используя СМИ?»

Предполагается качественная проработка вопроса сразу по нескольким фронтам, таким как: создание мощного психологического сообщества, которое бы координировало работу всех лиц, которые причисляют себя к психологам (вплоть до уголовной ответственности), установление рамок психологической деятельности, введение лицензий на деятельность, установление этического кодекса, создание комиссий, которые бы занимались защитой профессиональной деятельности в СМИ и т. д. Очевидно, что этот обширный вопрос по решению проблемы формирования образа психолога требует самостоятельного изучения в рамках психологической науки.

Данная статья раскрывает лишь небольшие аспекты вопроса формирования образа профессии психолога в сознании граждан, в том числе под воздействием СМИ. Однако, несмотря на малый характер исследования, все же можно прийти к выводу, что на сегодняшний день средства массовой информации действительно не просто оказывают влияние на формирование образа психолога в массовом сознании граждан, но и способствуют появлению определенных общественных стереотипов для профессии психолога. Приписываемые профессии психолога склонности к злостному использованию манипуляций, ясновидение и отсутствие человеческих слабостей являются определенным препятствием для формирования адекватного образа психолога, что требует отдельного поиска решения для этой проблемы.

### Список литературы:

1. Богданчиков С.А. Так что же такое «Советская психология»? // Приволжский научный вестник. – № 11(2). – Казань, 2014. – С.45.
2. Дзюра А.И. Непонятая и "репрессированная" наука, или о драме развития отечественной психологии в 20–30 гг. XX века (взгляд с методологических позиций "ноосферного реализма") // Вестник Академии знаний. – №2. – СПб., 2012. – С. 112–117
3. Жигулин А.А. Профессионально-значимые качества психолога // Территория науки. – 2014. – №2. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalno-znachimye-kachestva-psiologa> (дата обращения: 16.04.2023).
4. О средствах массовой информации. Закон РФ от 27.12.1991 N 2124–1 (ред. от 29.12.2022). Собрание законодательства Российской Федерации. – 24 апреля 2023 г. – № 52.

5. Образ психолога в массовом сознании // Сборник эссе студентов и аспирантов. – Высшая школа экономики 2012 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=581725> (дата обращения 02.05.2023 г)
6. Соломатин Д.Д., Соловьев В.А. Блогинг как катализатор журналистики в медиасистеме России // Вестник науки и образования.– №14–1 (68). – СПб.,2019. – С. 14–16.
7. Токсичная терапия: 10 типов психологов и психотерапевтов, которые вам только навредят // НОЖ (Ежедневное чтение умного человека) – № 17. – Самара. – С. 21–26.

*ДЛЯ ЗАМЕТОК*



**НАУЧНЫЙ ФОРУМ:  
ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

*Сборник статей по материалам LXXXIX международной  
научно-практической конференции*

№ 10 (89)  
Октябрь 2024 г.

В авторской редакции

Подписано в печать 03.10.24. Формат бумаги 60x84/16.  
Бумага офсет №1. Гарнитура Times. Печать цифровая.  
Усл. печ. л. 5. Тираж 550 экз.

Издательство «МЦНО»  
123098, г. Москва, ул. Маршала Василевского, дом 5, корпус 1, к. 74  
E-mail: psy@nauchforum.ru

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного  
оригинал-макета в типографии «Allprint»  
630004, г. Новосибирск, Вокзальная магистраль, 1

16+



**НАУЧНЫЙ  
ФОРУМ**  
nauchforum.ru