



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ"

КАФЕДРА МЕНЕДЖМЕНТА И ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТЕ

# СИСТЕМА МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА В ВУЗЕ: здоровье, образованность, конкурентоспособность



XIII Международная  
научно-практическая конференция  
Челябинск, 31 января 2024 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**СИСТЕМА МЕНЕДЖМЕНТА  
КАЧЕСТВА В ВУЗЕ:  
ЗДОРОВЬЕ, ОБРАЗОВАННОСТЬ,  
КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ**

ХIII Международная  
научно-практическая конференция

Челябинск, 31 января 2024 г.

Челябинск  
2024

**ББК 65.291.21**  
**УДК 378:796**  
**С 40**

Рекомендовано к изданию  
Советом по качеству  
ФГБОУ ВО «УралГУФК»  
Протокол № 6 от 19 февраля 2024 г.

Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность : сб. науч. тр. ; XIII Междунар. науч.-практ. конф. ; Челябинск, 31 января 2024 г. / под ред. С. Г. Серикова, О. А. Клестовой. – Челябинск : УралГУФК, 2024. – 232 с.

**ISBN 978-5-93216-632-1**

Редакционная коллегия:  
д.п.н., профессор С. Г. Сериков  
к.п.н., доцент О. А. Клестова

**ББК 65.291.21**  
**УДК 378:796**

© УралГУФК, 2024  
© Коллектив авторов, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

ИЗУЧЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ И ЗНАЧИМОСТИ КЛЮЧЕВЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СОВРЕМЕННОГО ВЫПУСКНИКА ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И. Н. Алешин, Е. А. Терехова, Н. Е. Цыганкина.....	7
ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ: СОВРЕМЕННЫЕ ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ Р. Х. Аминов.....	13
УЧАСТИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В МЕРОПРИЯТИЯХ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНОГО ТУРИЗМА КАК ФАКТОР УДОВЛЕТВОРЕНИЯ В УМСТВЕННОЙ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ) РЕКРЕАЦИИ Л. Ф. Артемьева .....	19
ЦИФРОВИЗАЦИЯ ПРОЦЕССОВ УПРАВЛЕНИЯ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ М. Д. Башкирова, Е. Н. Ильина.....	25
РОЛЬ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА РЕГИОНАЛЬНОГО ВУЗА А. Е. Белькова .....	30
О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В КОМПЬЮТЕРНОМ СПОРТЕ Н. В. Богдан .....	34
РАЗВИТИЕ КОМПЬЮТЕРНОГО СПОРТА НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ Е. С. Бородина.....	40
О КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЕ КАФЕДРЫ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ Т. И. Жаркова .....	45
НУТРИТИВНАЯ ПОДДЕРЖКА СПОРТСМЕНОВ С ПРИЗНАКАМИ НАРУШЕНИЯ ВНИМАНИЯ С. А. Заварухина, И. Ф. Харина .....	49
ПИЩЕВОЙ ПАТТЕРН КАК ВЕДУЩИЙ ФАКТОР РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С. А. Заварухина, И. Ф. Харина .....	55
ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ОБОСНОВАНИЯ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ В ВОДНОМ ПОЛО Е. В. Звягина.....	60
ПРИМЕНЕНИЕ И ВОЗМОЖНОСТИ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИЧЕСКИХ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «ФИТНЕС - АЭРОБИКА» О. А. Иваненко.....	63

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОМПЕТЕНЦИЙ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ БЮДЖЕТНОЙ СФЕРЫ ПО ФГОС ВО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ СТАНДАРТУ И. Н. Ишимова .....	69
ВЛИЯНИЕ ФАКТОРОВ РЕЖИМА ДНЯ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ СУРГПУ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРНОГО ПРИОБЬЯ А. Л. Камартдинова .....	73
ГОТОВНОСТЬ БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ К ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ О. Л. Карпова .....	78
ПРИМЕНЕНИЕ АКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ Я. В. Кириллова .....	82
ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВРАТАРЕЙ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СЕКЦИИ ПО ФУТБОЛУ Л. В. Киямова, Д. А. Килуновский, А. А. Курганская, М. С. Максимов .....	87
О ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ АКТУАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ СПОРТУ О. А. Клестова, С. Г. Сериков .....	94
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО КИТАЙСКО-РОССИЙСКОГО СОТРУДНИЧЕСТВА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская, С. М. Лукина, Т. Ш. Насырова .....	99
ВОЗМОЖНОСТИ СТАТОДИНАМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ПОВЫШЕНИИ УРОВНЯ ЖИЗНИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С ОСТЕОПОРОЗОМ О. Н. Кондакова .....	103
ПРОФИЛАКТИКА МЕТОДАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СОЦИАЛЬНО-НЕГАТИВНЫХ ЯВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ, ЛИШЕННЫХ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ О. Н. Кондакова .....	109
ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО НАЦИОНАЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА (КАЗАКША КУРЕС) Н. С. Куспанов, А. Б. Дошыбеков, Т. А. Ботагариев .....	116
РОЛЬ МЕХАНИЗМА УПРАВЛЕНИЯ В РАЗВИТИИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОГО УНИВЕРСИТЕТА В УСЛОВИЯХ КОНКУРЕНЦИИ В. А. Лямкина .....	122

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА Ю. И. Мальцев, В. В. Корбан .....	126
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ НА РЫНКЕ ТРУДА А. А. Мартынова .....	130
К ВОПРОСУ ФОРМИРОВАНИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Т. М. Мелихова .....	134
ЦИГУН КАК КОМПЛЕКСНАЯ МЕТОДИКА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ В. М. Миронова, А. С. Казарина, С. Минтан.....	137
СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ ГРУППОВОЙ СПЛОЧЁННОСТИ В КОМАНДЕ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ Т. Ш. Насырова, Е. А. Жужакова, К. В. Булавченко, А. И. Тарасова .....	142
ПОЛУЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ В ОБЛАСТИ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ В ЦЕЛЯХ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ВЫПУСКНИКА М. В. Поликарпова, Е. В. Нор .....	147
МЕТОДОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОДХОДОВ К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ИНТЕРАКТИВНЫХ ОБУЧАЮЩИХ ВЕБ-ПРИЛОЖЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ Т. С. Полонская.....	151
ЗРЕЛИЩНЫЙ И ДИНАМИЧНЫЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ЧЕРЛИДИНГ М. А. Попова, М. Л. Ковалева .....	157
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В УСЛОВИЯХ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА М. В. Проломова.....	161
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ КАК ФАКТОР СОВРЕМЕННОЙ ГИБРИДНОЙ ВОЙНЫ М. А. Савушкина .....	165
О НЕКОТОРЫХ РЕЗУЛЬТАТАХ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В ВУЗЕ С. В. Сайфутдинов .....	170
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ИНОЯЗЫЧНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ С. И. Сафонова .....	174

РАЗРАБОТКА МЕРОПРИЯТИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ КОРЕННЫХ ЭТНОСОВ, КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ИХ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ НА РЕГИОНАЛЬНОМ РЫНКЕ ТРУДА И. В. Святченко .....	178
ЦИФРОВЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И. В. Серебрякова.....	183
ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ РЕЛАКСАЦИЯ В РАЗВИТИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ СПОРТСМЕНОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ В. И. Сиваков .....	188
АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ А. В. Скутин.....	191
О РАЗВИТИИ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ СЕНЗИТИВНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ (НА ОСНОВЕ ПРОВЕДЕННОГО ПАЗЛ-ТЕСТА) А. В. Слабышева.....	198
НЕКОТОРЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ЭТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ О. И. Спесивцева .....	201
ВЛИЯНИЕ СТУДЕНЧЕСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЙ НА ИМИДЖ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ Е. А. Улыбина, Ю. Ю. Доменко .....	207
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ МОЛОДЁЖИ М. Т. Чилаева .....	212
АНАЛИЗ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧАСТНИКОВ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УСЛОВИЯХ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ КАК ИНСТРУМЕНТ ЭФФЕКТИВНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ М. С. Шакамалова, О. А. Макунина.....	216
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМОРАЗВИТИЕ СТУДЕНТА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ Л. Р. Юсупова .....	221
ОСОБЕННОСТИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЕ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПРОЦЕСС СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ Л. Р. Юсупова .....	224
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ КАК ЧАСТЬ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ Л. Р. Юсупова .....	228

# **ИЗУЧЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ И ЗНАЧИМОСТИ КЛЮЧЕВЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СОВРЕМЕННОГО ВЫПУСКНИКА ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**И. Н. Алешин**

**Е. А. Терехова**

**Н. Е. Цыганкина**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

# **STUDYING THE COMPETITIVENESS AND IMPORTANCE OF THE KEY PROFESSIONAL QUALITIES OF A MODERN GRADUATE OF A UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE**

**I. N. Alyoshin**

**E. A. Terekhova**

**N. E. Tsygankina**

**Ural state University of physical culture, Chelyabinsk, Russia**

В настоящее время особо актуальной является проблема профессиональной ориентации, трудоустройства и конкурентоспособности выпускников. Можно утверждать, что в современных условиях одной из приоритетных задач спортивного образования становится формирование у обучающихся конкурентоспособности и формирование профессионально значимых качеств личности в процессе интеграции теоретических аспектов современного образования в практическую деятельность будущего специалиста в отрасли физической культуры и спорта.

Конкурентоспособность обучающегося УралГУФК по программам высшего образования должна обеспечиваться высоким качеством результатов образовательной деятельности. Выявление качеств, которыми, по мнению работодателей, должен обладать выпускник УралГУФК, является одной из приоритетных задач администрации университета и профессорско-преподавательского состава выпускающих кафедр вуза.

***Ключевые слова:** конкурентоспособность, профессионально значимые качества, обучающийся, выпускник спортивного вуза, физическая культура и спорт.*

Currently, the problem of professional orientation, employment and competitiveness of graduates is particularly relevant. It can be argued that in modern conditions, one of the priorities of sports education is the formation of competitiveness among students and the formation of professionally significant personality qualities in the process of integrating theoretical aspects of modern education into the practical activities of a future specialist in the field of physical culture and sports. The competitiveness of the UralGUFC student in higher education programs should be ensured by the high quality of educational results. Identifying the qualities that, in the opinion of employers, a graduate of UralGUFC should possess is one of the priorities of the university administration and the teaching staff of the graduating departments of the university.



**Keywords:** *competitiveness, professionally significant qualities, student, graduate of a sports university, physical education and sports.*

В условиях модернизации отечественной системы высшего образования тема изучения и оценки профессиональных и личностных качеств, знаний и компетенций до сих пор является актуальной и востребованной. Наряду с этим большой интерес вызывают вопросы, связанные с изучением факторов и показателей конкурентоспособности выпускников.

В научной литературе значительное внимание уделяется так же вопросам трудоустройства выпускников образовательных организаций высшего образования, в том числе и вузов физической культуры. Как указывает Д. А. Коноплянский, «Существенные изменения в современной экономической и социокультурной ситуации в России, ситуация модернизации образования предполагают ориентацию на воспитание не только интеллектуальной, культурной, творческой, но и конкурентоспособной личности ...» обучающегося [2, с. 42].

Формирование личностных качеств, которые высоко ценят работодатели, происходит в процессе получения высшего образования. Автор Н. Г. Вишневская отмечает, что «Одним из основных факторов, влияющих на успешное трудоустройство выпускников спортивного вуза, всегда являлось качество образования. Средний балл диплома о высшем образовании не является основным критерием оценки профессионализма выпускника, большинство работодателей оценивают молодых специалистов по их профессионально значимым качествам личности» [1].

С целью изучения вопросов конкурентоспособности выпускников УралГУФК был проведен социологический опрос с привлечением обучающихся кафедры теории и методики спортивных игр, а так же основных работодателей, с которыми на протяжении многих лет взаимодействует кафедра и университет, постоянно расширяя возможности трудоустройства и профессиональной реализации для выпускников.

В течение всего периода обучения в университете обучающиеся проходят практическую подготовку в профильных организациях. Для кафедры теории и методики спортивных игр основными профильными организациями являются: МБУ ДО «СШ №8 по баскетболу» г. Челябинска, МБУ ДО «СШ №13 по гандболу» г. Челябинска, МБУ ДО «СШОР №12 по волейболу» г. Челябинска, МБУ ДО «СШ «Олимп»» г. Челябинска, МБУ ДО «СШОР «Юность-Метар»» г. Челябинска.

Административный состав и тренеры-преподаватели указанных организаций являются не только руководителями по практической подготовке от профильной организации, но и входят в состав государственных экзаменационных комиссий для проведения государственной итоговой аттестации выпускников в качестве работодателей.

Помимо профильных организаций, с которыми у вуза заключены договоры о сотрудничестве, у выпускников кафедры теории и методики спортивных игр есть возможность трудоустройства в детские сады, общеобразовательные школы Челябинска и области (при наличии документа о прохождении профессиональной переподготовки), тренажерные залы и фитнес-центры, в том числе сетевые.

Отдельная и активно развивающаяся ниша, где обучающиеся и выпускники УралГУФК, и в частности кафедры теории и методики спортивных игр, могут проявить себя, «прокачать свои «скиллы», определиться со своей дальнейшей специализацией, которая будет приносить основной или дополнительный доход – это различные *физкультурно-оздоровительные проекты для населения*. Такие проекты занимают популярность игровых видов спорта, привлекают к тренировкам и играм контингент разных возрастов, профессий и уровней подготовленности, продвигают корпоративный спорт, желание участвовать в соревнованиях, организуют соревновательный процесс и активный отдых участников игровых тренировок. Большое внимание уделяется организации тренировок с детьми и подростками.

Проектное управление занимает значительное место в решении проблем социальной сферы, как подчеркивает О. В. Скопин, так же говоря и о том, что «... Использование проектного управления позволит выйти на более высокий уровень оздоровления и физического воспитания населения страны» [3].

В Челябинске активно реализуются несколько подобных проектов, которые предоставляют физкультурно-оздоровительные услуги населению, продвижение этих проектов происходит посредством ведения социальных сетей, некоторыми проектами разработаны сайты, где удобно ведется запись на тренировочные занятия: желающий записаться в реальном времени видит место, время, стоимость занятия, количество записавшихся, оперативно может связаться с организаторами или самим тренером.

Проекты развиваются динамично, каждый имеет свои отличительные особенности и основное направление деятельности, поэтому выделить прямо конкурирующие нет возможности. Но стоит отметить, что каждый проект нуждается в кадровом обеспечении, так как число желающих заниматься спортом и вести здоровый образ жизни с каждым годом увеличивается.

Основная задача проектов – организация и проведение тренировочных занятий по игровым видам спорта для населения. При этом участникам предлагают: тренировочные и игровые занятия с предоставлением площадок, инвентаря и профессионального тренера; индивидуальные программы развития (формирование и закрепление определенных игровых приемов, обучение финтам, развитие необходимых физических качеств); тренировочные занятия по абонементу «корпоративный спорт» для работников одной фирмы, организации, трудового коллектива; организацию и проведение любительских турниров; помощь в создании клуба, спортивной команды (корпоративная спортивная команда) с целью участия в соревнованиях; организацию «спортивных кэмпов» в России и за границей [4, с. 264].

Одним из первых проектов города Челябинска стала «Открытая волейбольная Лига», главной задачей которой являлась организация тренировок для населения и проведение женского любительского турнира по волейболу. Сообщество в социальной сети «ВКонтакте» создано 31 мая 2011 года и насчитывает на сегодняшний день 6050 подписчиков, руководитель проекта – Анна Волкова. В проект с момента его создания привлекались к тренерской деятельности исключительно выпускники УралГУФК.

В 2014 году основана «Ночная Волейбольная Лига». В Челябинской области – это единственный любительский чемпионат по волейболу совмещенного формата, когда на площадке должно находиться не менее одной девушки в составе команды на протяжении всего матча. Девиз проекта: «Волейбол – игра моего города».

Целью проекта является развитие массового любительского спорта, пропаганда здорового образа жизни. Привлечение молодого населения и ветеранов спорта в любительский волейбол. Развитие вида спорта «Волейбол» в городе области.

Целевые группы населения, на которые направлена деятельность проекта, люди от 11 до 70 лет. В турнире принимают участие бывшие и действующие спортсмены, обучающиеся и преподаватели ведущих вузов региона, ветераны спорта Челябинской области, команды заводов, предприятий и органов власти, медицинские работники, работники строительной, банковской, производственной сферы и др.

За период существования проекта проведено более 20000 игр. Каждую неделю проходит в среднем по 40 игр, это более 40000 просмотров записей о результатах игр в социальной сети «ВКонтакте», которая так же является основным источником общения и коммуникации. Количество подписчиков и просмотров растет еженедельно. Организатор проекта – Ксения Голубенкова.

Ежегодно проект НВЛ проводит основной сезон игр для любительских команд, спортивные праздники и турниры на уличных площадках города и области, в том числе посвященные праздничным и памятным датам. По запросу участников проекта организовывается тренировочный процесс, с привлечением профессиональных тренеров, с высшим образованием, полученным в УралГУФК. Обучающиеся УралГУФК имеют возможность получить навыки судейской практики в рамках проекта и более детально изучить возможности трудоустройства и особенностей организации подобных проектов.

Выпускники УралГУФК являются координаторами и главными судьями турниров различного уровня, что положительно сказывается на репутации вуза и повышает значимость и качество профессиональной подготовки обучающихся, получающих высшее образование на кафедре теории и методики спортивных игр.

В Челябинске с весны 2016 года организован и работает проект «BallGames» («болгеймс»), основной целью которого является приобщение контингента всех возрастов к занятиям спортивными играми, а также популяризация таких видов спорта как баскетбол, волейбол, футбол в г. Челябинске (руководитель проекта в настоящее время: Александр Сидельников, менеджер, спортсмен, выпускник УралГУФК кафедры ТиМ спортивных игр). Девиз проекта: «Открой для себя мир спорта вместе с нами! BallGames – это большая спортивная семья, в которой отлично уживаются самые лучшие игровые направления». На сегодняшний день, это единственный в городе проект по привлечению населения к занятиям спортом, предоставляющий широкий спектр именно игровых видов спорта.

Основными организаторами и создателями проекта «BallGames» являются выпускники и студенты кафедры теории и методики спортивных игр, кафедры

теории и методики хоккея и футбола УралГУФК, имеющие диплом по направлению «физическая культура», уровня бакалавриата и магистратуры.

За время существования проекта проведено более 50000 тренировочных занятий. Продвижением проекта «BallGames» занимаются сами организаторы, которые осуществляют продвижение проекта в глобальной сети интернет, в социальных сетях, в образовательных учреждениях города и области. Количество зарегистрированных игроков – 10500 человек.

В настоящее время «BallGames» тесно сотрудничает с Челябинской региональной спортивной общественной организацией «Федерация баскетбола Челябинской области», совместно организуют и проводят турнир «Лига развития «BallGames»» (октябрь-июнь), где участвуют 24 мужские команды.

Большинство выпускников, которые трудоустраиваются и работают в должности тренера-преподавателя, реализуют себя в качестве спортивного судьи или организатора спортивных мероприятий, являются бывшими и действующими спортсменами, в период обучения в вузе они занимали активную жизненную позицию, являлись игроками сборных команд вуза и защищали его честь на городских, региональных, всероссийских и международных соревнованиях, успешно учились и проходили практическую подготовку, награждались за свои успехи грамотами, стипендиями. Все тренеры владеют профессиональными знаниями, умениями и навыками: в области организации и проведения тренировочных занятий и соревнований, обучения специальным игровым умениям, контроля за всеми сторонами подготовленности [4].

Проанализировав возможности рынка труда для обучающихся кафедры теории и методики спортивных игр УралГУФК стоит отметить, что не только государственные организации могут обеспечить профессиональное становление для выпускников спортивного вуза.

Социологический опрос, проведенный среди обучающихся кафедры ТиМ спортивных игр, а так же экспертов (работодателей) – руководителей и тренеров-преподавателей профильных организаций, сотрудничающих с университетом, организаторов и руководителей профильных физкультурно-оздоровительных проектов для населения, позволил выявить, что работодатели оценивают будущих специалистов с помощью оценки профессиональной компетентности на основе квалификационного стандарта и оценки профессионально значимых качеств личности.

Нами были выделены основные показатели конкурентоспособности специалиста в отрасли физической культуры и спорта, которые респонденты из числа обучающихся и работодателей предоставили в опросе: ответственность; коммуникабельность; компетентность; целеустремленность; владение навыками самообразования и повышения квалификации; инициативность; дисциплинированность; предприимчивость; способность к самоанализу и принятию нестандартных решений; эмоциональная устойчивость.

При этом основными инвариантными характеристиками конкурентоспособного специалиста, опираясь на исследование Д. А. Коноплянского [2] мы считаем: высокий уровень образования и культуры; широкая информационная, компьютерная, экономическая, правовая, психологическая подготовка в сочета-

нии с глубокими узкопрофессиональными и узкопрофильными знаниям; профессиональная компетентность, высокое профессиональное мастерство и качество труда; способность самостоятельно принимать решения и нести ответственность за принимаемые решения и результаты своей деятельности; коммуникабельность; умение вести здоровый образ жизни, включая культуру поведения, питания, личной гигиены.

В таблице 1 приведены профессиональные качества выпускников, которыми должен обладать специалист для трудоустройства и качества, которых не хватает молодым сотрудникам по мнению работодателей.

Таблица 1 – Результаты опроса работодателей о профессиональных качествах выпускников, необходимых для трудоустройства, и качества, которых не хватает выпускникам

Профессионально значимые качества	Место в рейтинге	Результат
Профессиональные качества, необходимые для трудоустройства выпускнику УралГУФК (мнение работодателей)		
Коммуникативные качества	1	66,7 %
Высокий уровень образования	2	51,3 %
Профессиональная компетентность	3	45,4 %
Высокая культура поведения и общения	4	31,0 %
Информационная и компьютерная грамотность	5	22,4 %
Способность к обучению	6	10,2 %
профессиональные качества, которых не хватает молодым специалистам (мнение работодателей)		
Ответственность	1	27,1 %
Базовые практические навыки	2	23,6 %
Инициативность	3	14,4 %
Базовые теоретические знания	4	10,8 %
Дисциплинированность	5	10,3 %
Умение работать в коллективе	6	6,5 %

**Заключение.** Таким образом, работодатель заинтересован в ответственном и коммуникабельном работнике, которого отличает высокий уровень образования и культуры, наряду с проявлением профессиональной компетентности. Работа с населением выделяет коммуникативные качества и культуру поведения и общения отдельными критериями высокой оценки молодого специалиста. Специфика работы в каждой конкретной организации требует от выпускников спортивного вуза способности к обучению, умения работать в коллективе и инициативности. Следует отметить, что работодатели из числа профильных организаций, с которыми УралГУФК сотрудничает в рамках организации производственных практик и которые реализуют программы спортивной подготовки, отдельно выделяют важным профессионально значимым качеством для молодого специалиста – понимание структуры работы в спорте высших достижений.

Недостаточная теоретическая и практическая подготовка обучающихся может стать одной из основных причин отказа работодателей.

#### **Литература**

1. Вишневецкая, Н. Г. Качество образования как индикатор конкурентоспособности выпускников вуза на рынке труда // Вестник Башкирск. ун-та. – 2015. – №1. – URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/kachestvo-obrazovaniya-kak-indikator-konkurentosposobnosti-vypusknikov-vuza-na-rynke-truda> (дата обращения: 29.01.2024).

2. Коноплянский, Д. А. Формирование конкурентоспособности студентов вуза / Д. А. Коноплянский // Успехи современного естествознания. – 2007. – № 11. – С. 42.

3. Скопин, О. В. Место и роль проектного управления в сфере физкультурно-оздоровительных услуг // Современные технологии управления. – 2012. – №15. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/mesto-i-rol-proektnogo-upravleniya-v-sfere-fizkulturno-ozdorovitelnyh-uslug> (дата обращения: 29.12.2023).

4. Цыганкина, Н. Е. Анализ результатов деятельности спортивно-оздоровительного проекта «ballgames» (Челябинск) / Н. Е. Цыганкина, Е. А. Терехова, А. В. Сидельникова // Традиционные и инновационные подходы к оздоровлению человека в реализации Национального проекта «Здоровье нации». Цигун: наука, образование, здоровье» : Материалы Всерос. с междунар. участием науч.-практ. конф. (г. Челябинск, 17–19 ноября 2023 г.) : под ред. В. М. Карлышева, А. С. Казариной, Е. В. Быкова. – Челябинск : УралГУФК, 2023. – С. 263–266.

## **ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ: СОВРЕМЕННЫЕ ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

**Р. Х. Аминов**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **ENSURING AND ASSESSING THE QUALITY OF EDUCATION: MODERN CHALLENGES AND PROSPECTS**

**Ruslan Aminov**

**Ural State University of Physical Education,  
Chelyabinsk, Russia**

Статья посвящена вопросам оценки и обеспечения качества образования, с активным вовлечением работодателей и заинтересованных сторон. Представлены нормативные документы регламентирующие данную проблему, обсуждается эффективность использования различных методов оценки качества образовательного процесса.

**Ключевые слова:** *качество образования, оценка качества образования, вовлеченность заинтересованных сторон в повышении качества образования*

The article is devoted to the issues of assessing and ensuring the quality of education, with the active involvement of employers and stakeholders. Regulatory documents regulating this problem are presented, the effectiveness of using various methods for assessing the quality of the educational process is discussed.

**Keywords:** *quality of education, assessment of the quality of education, involvement of stakeholders in improving the quality of education*

Вопросы, связанные с оценкой качества образования, в настоящее время не вызывают сомнений. Одним из инструментов обеспечения гарантии качества образования является его оценка, т. е. оценка качества процесса преподавания и обучения.

Необходимо отметить, что обеспечение и постоянное улучшение качества образовательного процесса является важнейшей задачей кафедр, факультета и вуза в целом.

Не смотря на изменения системы аккредитации образовательной деятельности. Вступившие в силу 1 марта 2022 года новое положение о государственной аккредитации [7] и изменения в Законе «Об образовании в Российской Федерации» сделали имевшуюся у вузов аккредитацию специальностей и направлений подготовки бессрочной. Однако это не означает полную отмену каких-либо регулятивных механизмов.

Так что же такое «качество образования»? Появление понятия «качество образования» в России относят к началу 1990-х гг., когда в законе Российской Федерации № 3266-1 от 10.07.1992 «Об образовании» появилась статья о государственном контроле за качеством образования.

В условиях отсутствия единой трактовки понятия «качество образования» среди специалистов сложился многообразный перечень подходов и определений. И как указывает А. А. Авдашкин «Ярким тому подтверждением может служить то, что в настоящее время общее число публикаций по проблемам оценки качества образования, помещенных в системе российского индекса научного цитирования, исчисляется десятками тысяч» [1].

На сегодняшний день, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (ред. от 25.12.2023 года), «качество образования» определяется, как комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным образовательным стандартам, образовательным стандартам, федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется образовательная деятельность, в том числе степень достижения планируемых результатов образовательной программы [4].

И как утверждает Т. Г. Окунева, «проблема качества образования, однозначно и в один момент решена быть не может, необходим системный подход и обязательное вовлечение заинтересованных сторон». В качестве заинтересованных сторон она выделяет обучающихся, работодателей, общество и государство [3].

Справедливо будет отметить, что на федеральном уровне уделяется большое внимание данной проблеме, так Министерством образования и науки издан Приказ Минобрнауки России № 860 от 31 июля 2020 г. «Об утверждении показателей характеризующих общие критерии оценки качества условия осуществления образовательной деятельности организациями осуществляющими образовательные действия по образовательным программам высшего образования» [8]; Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31 мая 2018 года № 344н «Об утверждении единого порядка расчёта показателей характеризующих общие критерии оценки качества условия оказания услуг организациями в сфере

культуры, охраны здоровья, образования, социального обслуживания и федеральными учреждениями медико-социальной экспертизы» [9]; Федеральный закон от 5.12.2017 г. № 392-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам проведения независимой оценки качества оказания услуг организациями в сфере культуры, социального обслуживания, охраны здоровья и образования» [5]; Указ Президента РФ от 07.05.2012 года № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» [6]. Ну и конечно же, необходимо упомянуть и Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования.

В целях консолидации обучающихся, передовых преподавателей, экспертного сообщества и всех, кто готов работать над повышением качества и модернизации российского образования, 26 августа 2014 года в Общественной Палате Российской Федерации было создано Всероссийское общественное движение «За качественное Образование». Основными задачами движения являются: повышение качества образования; работа с представителями ректорского сообщества, органами государственной власти и студенческих организаций; создание системы постоянного публичного мониторинга развития и функционирования системы профессионального образования.

Работает Комиссия по вопросам качества образования Совета по делам молодежи Минобрнауки России, созданная на основании приказа Минобрнауки России от 22 января 2013 года № 28 «О Совете Министерства образования и науки Российской Федерации по делам молодежи». Одними из основных задач которой являются подготовка предложений по повышению эффективности мер, совершенствованию и развитию инструментов государственной поддержки, в том числе финансовой, в сфере повышения качества высшего образования.

И конечно же президент Российской Федерации, который уделяет внимание повышению качества образования, это и Поручения президента и заседания президиума Госсовета, посвященные данному вопросу.

Помимо унифицированных форм контроля качества знаний в любом вузе (и ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры» не исключение) существует и своя внутренняя система контроля качества, регламентированная соответствующим локальным нормативным актом.

В системе менеджмента качества УралГУФК все образовательные процессы (проектирование, разработка и реализация основных образовательных программ; проектирование и реализация программ дополнительного образования; подготовка кадров высшей квалификации) отнесены к процессам жизненного цикла услуги, поэтому валидация процессов осуществляется на этапе проектирования и разработки [2].

Самообследование и внутренние аудиты носят ежегодный плановый характер. Результаты мониторинга представляются на заседаниях Ученого совета и Совета по качеству.

Оценка качества освоения основных профессиональных образовательных программ включает в себя: проведение независимой оценки качества; промежуточной аттестации; сравнительного анализа результатов промежуточной атте-



станции и независимой оценки качества; итоговой аттестации с привлечением работодателей; оценку результатов итоговой аттестации.

Экзаменационная комиссия итоговой аттестации включает представителей работодателей в соответствующей области профессиональной деятельности, что позволяет получить независимую оценку качества подготовки выпускников и рекомендации по подготовке обучающихся. Результаты итоговой аттестации рассматриваются на Советах факультета и Ученом советах университета.

Одним из ключевых аспектов развития высшего образования является вовлечение студентов и работодателей в оценку и повышение качества образовательного процесса. Их участие в этом процессе имеет важное значение для адаптации учебной программы к современным требованиям и потребностям студентов, а также для эффективной оценки и улучшения качества образования.

Для вовлечения заинтересованных сторон к оценке качества образования является проведение опросов и анкетирования с целью выявления их мнения, удовлетворенности обучающихся качеством образовательного процесса и удовлетворенности профессорско-преподавательского состава условиями его организации, о качестве учебных материалов, методах преподавания и оценки работы преподавателей.

Еще одним эффективным методом является активное вовлечение работодателей в оценку и повышение качества образования, которое способствует формированию более гибкой и эффективной образовательной среды, соответствующей современным требованиям и потребностям рынка труда. Взаимодействие между преподавателями и работодателями в области оценки и улучшения качества образования является важным шагом в направлении построения современной образовательной системы, способствующей гармоничному развитию и успеху будущего выпускника.

Такие опросы способствуют выявлению проблемных аспектов обучения и позволяют принимать меры по их решению. Важным моментом является не только сбор информации, но и последующий анализ, и использование результатов опросов в управлении образовательным процессом.

Особое внимание хотелось бы обратить на то, что заинтересованные стороны имеют собственное представление по вопросу качества образования, которое определяется их запросами. С учетом современных реалий запросы могут существенно меняться в непродолжительный период времени, что наглядно продемонстрировала ситуация с ковидными ограничениями, когда потребовались компетенции, связанные с дистанционными образовательными технологиями.

Процесс, так называемой цифровой трансформации, захвативший все сферы жизни общества, оказывает сегодня значительное влияние и на развитие образования, включая высшую школу, в том числе это и использование новых технологий и онлайн-платформ для сбора обратной связи, оценки работы преподавателей, оценки курсов и программ обучения. С помощью таких инструментов можно проводить анонимные опросы, следить за динамикой оценок и получать мгновенную обратную связь от студентов.

Объединение усилий студентов, преподавателей и администрации в оценке качества образования помогает создать более открытую и прозрачную образова-

тельную среду, где каждый участник имеет возможность внести свой вклад в улучшение учебного процесса и образовательных программ.

Качественное образование не только фокусируется на академических знаниях, но и делает акцент на развитии личностных навыков, таких как критическое мышление, решение проблем, коммуникация и мотивация обучающихся.

Несомненно, важным моментом вовлечения студентов в оценку качества образования является культура обратной связи. Студенты должны иметь возможность излагать свое мнение по поводу проведенных занятий, курсов, преподавателей и оценивать качество образования. Учитывая отзывы и предложения студентов, образовательные учреждения могут улучшать свою работу, корректировать программы и методики обучения в соответствии с потребностями студентов.

Несмотря на значительные усилия, такие как организация и проведение занятий онлайн, расширение доступа к образовательным ресурсам, и другие усилия, направленные на повышение качества образования, проблемы в этой области до сих пор остаются нерешенными.

Также существует и ряд противоречий, которые оказывают прямое влияние на процесс подготовки выпускника: общественная потребность в опытных и компетентных специалистах в области физической культуры и спорта сталкивается с непрерывно возрастающими требованиями к качеству образования будущих специалистов в этой сфере, тогда как нежелание молодежи выбирать данные профессии связано с неблагоприятными социально-экономическими условиями для молодых специалистов и низким уровнем заработной платы.

И, несмотря на то, что обучающиеся вуза проявили осознанное решение в пользу обучения, что, предполагает их мотивацию к учебе и к будущей карьере, на деле не все так просто, как может показаться на первый взгляд.

Кроме того, важным в повышении качества образования является совершенствование и развитие ресурсного обеспечения образовательного процесса, повышение компетентности и уровня квалификации педагогических работников, участвующих в реализации образовательных программ, усиление взаимодействия университета с профильными организациями и учреждениями. Также следует сосредоточиться на разработке мер по повышению статуса преподавателей, обеспечивающих высокое качество образования, и стимулировать профессиональное развитие педагогических кадров.

В данной статье затронуты только некоторые аспекты составляющей качества высшего образования. Мы попытались на основе имеющегося опыта обобщить некоторые вопросы, связанные с качеством образования, в частности эффективные формы взаимодействия заинтересованных сторон.

Для полноценного и всестороннего изучения качества высшего образования необходимо уделить внимание более широкому спектру аспектов, таких как разнообразие методов обучения, доступность образования, оценка результатов обучения, адаптация к изменяющимся потребностям рынка труда и развитие личностных качеств студентов. Для этого требуется дальнейшая научно-практическая работа и сотрудничество всех заинтересованных сторон, включая университеты, студентов, преподавателей, работодателей и государственные органы.

Кроме того, следует провести более глубокий анализ влияния социально-экономических факторов на качество образования, включая доступность ресурсов и инфраструктуры для обучения, специфику вуза, культурные особенности и образовательные традиции различных регионов.

По нашему мнению, необходимо упомянуть ещё один немаловажный аспект, стремясь сохранить контингент, приходится учитывать и условия подушевого финансирования, что накладывает определенный отпечаток на процесс обучения и оценки качества образования.

### **Литература**

1. Авдашкин, А. А. Подходы к определению понятия «качество образования» / А. А. Авдашкин, А. А. Пасс [Электронный ресурс] // Научно-методическое обеспечение оценки качества образования. – 2018. – № 2 (5). – С. 21–26. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/podhody-k-opredeleniyu-ponyatiya-kachestvo-obrazovaniya-1/viewer>

2. Клестова, О. А. О некоторых аспектах функционирования системы менеджмента качества образовательной организации (на примере УралГУФК) // О. А. Клестова, Р. Карни Система менеджмента качества в вузе : здоровье, образованность, конкурентоспособность : сб. науч. тр. ; IX Междунар. науч.-практ. конф. ; Челябинск, 30 апреля 2020 г. / под ред. проф. С. Г. Серикова. – Челябинск : УралГУФК, 2020. – С. 154–162.

3. Окунева, Т. Г. Система менеджмента качества в образовании : опыт СибГАУ / Т. Г. Окунева, О. А. Куприянова, Е. И. Данкунайте [Электронный ресурс] // Новые информационные технологии и менеджмент качества. – 2011. – С. 155–157. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/vovlechenie-studentov-v-otsenku-kachestva-obrazovaniya-opyt-sibgau/viewer>

4. Об образовании : Федеральный закон : Принят Государственной Думой 21.12.2012 г. : с изменениями на 25.12.2023 г. – Режим доступа : <https://docs.cntd.ru/document/902389617>

5. О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам проведения независимой оценки качества оказания услуг организациями в сфере культуры, социального обслуживания, охраны здоровья и образования : Федеральный закон от 5.12.2017 г. № 392-ФЗ : Принят Государственной Думой 24.11.2017 г. – Режим доступа : <https://base.garant.ru/71825214/> (дата обращения 11.01.2024 г.).

6. О мероприятиях по реализации государственной социальной политики : Указ Президента РФ от 07.05.2012 года № 597. – Режим доступа : <https://base.garant.ru/70170950/> (дата обращения 11.01.2024 г.).

7. Об утверждении Положения о государственной аккредитации образовательной деятельности и о признании утратившими силу некоторых актов Правительства Российской Федерации и отдельного положения акта Правительства Российской Федерации : Постановление Правительства РФ от 14.01.2022 г. № 3. – Режим доступа : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202201150001> (дата обращения 10.01.2024 г.).

8. Об утверждении показателей характеризующих общие критерии оценки качества условия осуществления образовательной деятельности организациями осуществляющими образовательные действия по образовательным программам высшего образования : Приказ Минобрнауки России № 860 от 31 июля 2020 г. – Режим доступа : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202009070046> (дата обращения 11.10.2023 г.).

9. Об утверждении единого порядка расчёта показателей характеризующих общие критерии оценки качества условия оказания услуг организациями в сфере культуры, охраны здоровья, образования, социального обслуживания и федеральными учреждениями медико-социальной экспертизы : Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31 мая 2018 года № 344н. – Режим доступа : <https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/1319> (дата обращения 10.01.2024 г.).

## **УЧАСТИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В МЕРОПРИЯТИЯХ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНОГО ТУРИЗМА КАК ФАКТОР УДОВЛЕТВОРЕНИЯ В УМСТВЕННОЙ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ) РЕКРЕАЦИИ**

**Л. Ф. Артемьева**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **PARTICIPATION OF STUDENTS IN POPULAR SCIENCE TOURISM EVENTS AS A FACTOR OF SATISFACTION IN MENTAL (INTELLECTUAL) RECREATION**

**L. F. Artemyeva**

**Ural State University of Physical Culture,  
Chelyabinsk, Russia**

Рассмотрены термины и определения, приведенные в Концепции научно-популярного туризма (научно-популярный туризм, объекты научно-популярного туризма, маршрут научно-популярного туризма, мероприятия научно-популярного туризма, продукт научно-популярного туризма), даны определения основным видам двигательной рекреации с акцентом на умственную (интеллектуальную). Обоснованы необходимость формирования потребностей в познании и научном познании в процессе подготовки будущих специалистов с учетом требований Концепции. Определены возможные пути решения в организации мероприятий научно-популярного туризма.

***Ключевые слова:** научно-популярный туризм, умственная (интеллектуальная) рекреация, потребности в познании и научном познании.*

The terms and definitions given in the Concept of popular science tourism (popular science tourism, popular science tourism facilities, popular science tourism route, popular science tourism events, popular science tourism product) are considered, definitions of the main types of motor recreation with an emphasis on mental (intellectual) are given. The necessity of forming the needs for knowledge and scientific knowledge in the process of training future specialists, taking into account the requirements of the Concept, is substantiated. Possible solutions in the organization of popular science tourism events have been identified.

***Keywords:** popular science tourism, mental (intellectual) recreation, the need for knowledge and scientific knowledge.*

По инициативе Президента России В. В. Путина, в рамках Десятилетия науки и технологий в России была разработана Концепция развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года, которая

утверждена Министерством науки и высшего образования РФ 25 января 2023 года, уверено находит свое место в образовательной среде.

Научно-популярный туризм нацелены преимущественно на категорию граждан Российской Федерации, которые еще только выбирают свой профессиональный путь развития, или тех, кто решил связать свою жизнь с наукой, а также на удовлетворение потребностей в познании, образовании, самореализации и самосовершенствовании.

Мы предлагаем, рассмотреть следующие термины и определения, подтверждающие единство требований научно-популярного туризма и единого нормативно-правового поля всей туристской деятельности в Российской Федерации, которые могут быть использованы для комплексного решения большого спектра задач по привлечению студенческой молодежи в профессиональную и научную деятельности [4]:

**Научно-популярный туризм** – временные выезды (путешествия) граждан РФ, иностранных граждан в познавательных, профессионально-деловых и иных целях, осуществляющиеся по утвержденным маршрутам с посещением объектов инфраструктуры организаций, сопряженных с научной, инновационной, образовательной, просветительской деятельностью, с соблюдением требований безопасности и режима охраны указанных объектов, способствующие популяризации достижений российской науки и технологий;

**Объекты научно-популярного туризма** – научная и научно-исследовательская инфраструктура образовательных организаций высшего образования, научные объекты, научно-исследовательские институты, научно-производственные учреждения, высокотехнологичные, градообразующие и значимые производства и их лаборатории, места проведения полевых научных исследований (археологические, палеонтологические раскопки, геологические и биологические экспедиции и др.) музеи, наукограды и иные объекты, которые осуществляют научно-исследовательскую, просветительскую, образовательную или высокотехнологичную производственную деятельность, включенную в маршруты научно-популярного туризма;

**Маршрут научно-популярного туризма** – путь следования туристов (экскурсантов) индивидуально и в организованных группах, включающий в себя посещение и (или) использование объектов научно-популярного туризма и иных инфраструктурных ресурсов НПТ. Допускается включение в маршрут объектов, не являющихся объектами научно-исследовательской инфраструктуры НПТ, но обладающих исторической, материальной и культурной ценностью, в том числе объектов культурного наследия и природных памятников с преобладанием научной составляющей...;

**Мероприятия научно-популярного туризма** – событийные массовые научные мероприятия (форумы, конференции, симпозиумы и т. д.) международного, федерального, межрегионального уровня на территориях субъектов РФ, а также молодежные фестивали с включением посещения объектов научно-исследовательской инфраструктуры и лабораторий образовательных организаций;

**Продукт научно-популярного туризма** – комплекс услуг в рамках маршрута НПТ по демонстрации объектов НПТ, проведению мероприятий НПТ, перевозке и размещению в соответствии с договором о реализации туристского продукта.

В рамках Десятилетия науки и технологий в России стартовала программа научно-популярного туризма для молодежи, доступная студентам и участникам программы «Больше, чем путешествие». В 2023 году подведены первые итоги реализации Концепции, к мероприятиям научно-популярного туризма присоединилось десять регионов страны, в которых для посещения доступны 50 научно-исследовательских и образовательных объектов. В перспективных планах до 2025 года – нарастить число объектов до 200 в 40 регионах России.

В России ежегодно подводятся итоги Национального туристического рейтинга, в частности, в 2020 году Челябинская область вошла в «золотую» двадцатку, заняв 16 место, по итогам прошлого года наша область заняла 12 место из 15 рейтинга. Что необходимо предложить в ближайшей перспективе региону для поддержания высокого уровня аттрактивности и популярности объектов научно-популярного туризма области в молодежной и детской среде?

По словам главы Минобрнауки России Валерия Фалькова «Развитие научно-популярного туризма будет способствовать вовлечению молодежи в исследовательскую среду, причем со школьных лет. Ребята разных возрастов смогут побывать в уникальных лабораториях, на высокотехнологичных, градообразующих предприятиях, встретиться с единомышленниками на массовых молодежных научных мероприятиях – и все это в разных уголках нашей большой страны».

Современное состояние развития научного познания об отдыхе и восстановлении приобретает все более универсальные способы адаптации к постоянным изменениям условий в природной и социальной среде.

В современном обществе в последние десятилетия утвердилось понимание, что рекреационная деятельность, представленная многообразием организационных форм и типов, объединяет личные и общественные интересы, направленные на увеличение продолжительности жизни россиян, укрепление семейных ценностей, снижение заболеваемости. Именно в научно обоснованной рекреационной деятельности создаются условия для воспроизводства физических и интеллектуальных сил, качественного преобразования и потребления ценностей здоровья. Здоровье, в таком случае, получает статус индикатора цивилизованности человека как один из показателей социально-экономического благополучия общества.

В зависимости от вида деятельности выделяют следующие виды двигательной рекреации [1]:

1 Физическая (двигательная) рекреация – получение удовольствия, развлечение с использованием двигательной активности. Средствами физической рекреации являются физические упражнения.

2 Умственная (интеллектуальная) рекреация – получение удовольствия, развлечение с использованием умственной активности. Средствами умственной рекреации являются интеллектуальные упражнения (разгадывание кроссвордов,

игры в шахматы, игра в шашки, интеллектуальные викторины, краеведческие квизы, познавательные походы, экспедиции и т. д.).

В этой связи, необходимо рассмотреть некоторые виды потребностей и их классификаций, в частности, интеллектуальные потребности, которые созданы обществом, развиваются вместе с развитием человека, повышением его интеллектуального уровня, приобретаются в процессе становления человека как личности. На основе сформированных потребностей в познании (общее), когда познание становится не целью, а средством удовлетворения потребности в творчестве [5].

На наш взгляд, именно участие студенческой молодежи в мероприятиях научно-популярного туризма дает возможность создания условий для удовлетворения умственной (интеллектуальной) рекреации личности студента не только в учебное время, но и во внеучебных мероприятиях. В процессе получения определенного багажа знаний, навыков и формирования профессиональных компетенций интеллектуальные потребности тесно связаны с потребностями в познании и научном познании личности студента.

Стремление к познанию – это и содержание, и мощный стимул человеческой деятельности, получая новые впечатления об известных природных и культурных явлениях, человек удовлетворяет одну из наиболее сильных своих потребностей – потребность в познании.

Потребность в познании – переменная личности, отражающая степень, в которой индивид получает удовольствие от познавательной деятельности, требующей приложения усилий. Потребность в познании дает человечеству много открытий и изобретений во многих отраслях науки, в том числе образования, отдыха и развлечений [2].

В процессе жизни человек выполняет два вида действий по познанию:

- познает окружающий мир непосредственно, т. е. сам открывает нечто новое либо для себя, либо для человечества,
- познает окружающий мир через результаты познавательной деятельности других поколений (учится, читает книги, смотрит кинофильмы, видео сюжеты и материалы, приобщается ко всем видам материальной и духовной культуры).

Процесс познание представляет собой некое собирание знаний, выяснение истины об устройстве окружающего нас мира, людей и общества, способах действий. Знание, в свою очередь, представляют собой отражение объективной реальности в нашем сознании, связующая нить между природой, человеческим духом и практической деятельностью. Познание, можно охарактеризовать как обусловленный, прежде всего общественной исторической практикой процесс приобретения и развития знания, его постоянное углубление, расширение и совершенствование.

Наряду, с тем, следует отметить, что умственная (интеллектуальная) рекреация относится практически ко всем другим видам деятельности как «встроенный» элемент. Вместе с тем есть и чисто познавательные ее виды в виде конкретных видов деятельности. Сейчас все виды рекреационной деятельности все больше переплетаются между собой. Поэтому трудно выделить чисто познава-

тельные виды рекреационной деятельности, которые бы не сочетались с лечением, активным туризмом и развлечениями.

Поисковая, познавательная деятельность задана нам природой, и недаром дети сначала осваивают мир предметно и пространственно (ползая и хватая). Это требует уже развития способности логически мыслить, а осваивая мир средствами искусства, мы развиваем ассоциативно-образное мышление, т. е. способности воображать и чувствовать. Познавательная деятельность может быть организована в различных формах, видах и типах деятельности. Научно-популярный туризм, конгрессный туризм, выставки, ярмарки, спортивные соревнования, фестивали и паломничество к святым местам. Как результат, таких видов деятельности – удовлетворение в познании и рекреации интеллектуальных и духовных сил личности [3].

В настоящее время наряду с экономической природой и социокультурной сущностью все более отчетливо выходит на первые позиции научно-популярный туризм, в котором отводится особое место организации различных форм умственной (интеллектуальной) рекреации среди представителей молодого поколения. При этом, туризм осознается как одна из функциональных сфер культуры, элемент и средство культуры, фактор влияния на культуру.

Уральский государственный университет физической культуры с федеральным подчинением Минспорту РФ реализует основные профессиональные образовательные программы в соответствии Федеральных Государственных образовательных стандартов укрупненной группы специальностей (направлений подготовки) 49.00.00 Физическая культура, в том числе 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

В данном случае, Концепция развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года становится основой для планирования и определения основных механизмов развития научно-популярного туризма, в том числе молодежного и детского. Она может включать в себя, в том числе, подготовку высококвалифицированных и конкурентоспособных кадров для обеспечения научно-популярного туризма, описывает целевую аудиторию, роль вузов, научно-исследовательских центров и регионов в формировании маршрутов, а также финансовое обеспечение и т. д.

На наш взгляд, реализация Концепции развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года могла способствовать актуализации наработанного практического опыта вуза в подготовке специалистов направления подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм. В случае объединения общих усилий спортивно-педагогических кафедр разных направлений через формирование потребностей научного познания всей студенческой молодежи вуза, мы сможем изменить представления и отношение потребителей услуг в конкретно взятой области человеческой жизнедеятельности как физическая культура, спорт и туризм.

Если говорить об первом участии студенческой молодежи ФБГОУ ВО «УралГУФК» в программе научно-популярного туризма для молодежи, то мы можем привести пример совместного мероприятия нескольких структур универ-



ситета, где организаторами данного мероприятия выступили кафедра туризма и сервиса, студенческое научное общество и профсоюз студентов и аспирантов УралГУФК.

Оздоровительно-рекреационное мероприятие «Тайны горного озера», реализованное в рамках инициативы «Научно-популярный туризм» 10-летия науки и технологий в Российской Федерации, включало в свою программу проведение нескольких мастер-классов по Су-Джок терапии, о психологическом здоровье, по парной йоге, интеллектуальной викторины в сочетании с восхождением на хребет Зюраткуль на территории национального парка «Зюраткуль» в период с 26 по 27 мая 2023 года.

Проведенное мероприятие подтвердило, что рекреационно-оздоровительная и туристская деятельность занимает одно из ведущих ролей в сфере социальных и экономических отношений студенческой молодежи. Оно стало наиболее распространенной формой досуга студентов нескольких направлений подготовки (Спортивный менеджмент, Адаптивная физическая культура для лиц с ограниченными возможностями, Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм), как будущих специалистов сектора экономики «Деятельность в области культуры, спорта, организация досуга и развлечений».

Примером спортивного событийного туризма, в котором можно найти все признаки научно-популярного туризма могло стать проведение спортивных соревнований по семи зимним видам спорта в городах Челябинской области Всероссийской Спартакиады с приглашением спортсменов из Белоруссии.

Аттрактивность природных национальных парков и заповедников региона, городских скверов и парков, уникальность промышленных предприятий и их технологий, культурное наследие и традиции сохранения уральских ремесел, многочисленные музеи, театры и памятники могли быть включены в ознакомительные экскурсионные программы не одного научно-популярного маршрута с целью интеллектуальной рекреации спортсменов России во время их пребывания.

Таким образом, поддержка инициатив студенческой молодежи на всех уровнях (университетском, региональном) помогло бы повысить мотивацию к различным мероприятиям научно-популярного туризма для удовлетворения умственной (интеллектуальной) рекреации студенческой молодежи.

#### **Литература**

1. Виноградов, Г. П. *Физическая рекреация : учебник для студ. учреждений высш. образования* / Г. П. Виноградов, Е. А. Ивченко, Е. В. Ивченко и др. / ; под ред. Г. П. Виноградов, Е. А. Ивченко. – Москва : Издательский центр «Академия», 2015. – 240с. – (Сер. Бакалавриат);
2. Биржаков, М. Б. *Введение в туризм : учебник* / М. Б. Биржаков. –9-е изд. перераб. и доп. – Санкт-Петербург : Изд-во «Издательский дом Герда», 2007. – 576 с.
3. Зельдович, Б. З. *Как завоевать и удержать клиента в туристическом бизнесе : Учебное пособие для студентов вузов* / Б. З. Зельдович. – Москва : Аспект Пресс, 2008. – 133 с.
4. *Концепция развития научно-популярного в Российской Федерации на период до 2035 года, утверждена Министром науки и высшего образования РФ 25 января 2023 год, ВФ/1-КН;*
5. Шиповская, Л. П. *Человек и его потребности: Учебное пособие.* – Москва : Альфа-М: ИНФРА-М, 2008. – 432 с. (Сервис и туризм)

## ЦИФРОВИЗАЦИЯ ПРОЦЕССОВ УПРАВЛЕНИЯ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**М. Д. Башкирова, Е. Н. Ильина**  
Вятский государственный университет,  
г. Киров, Россия

## DIGITALIZATION OF MANAGEMENT PROCESSES IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM

**M. D. Bashkirova, E. N. Ilyina**  
Vyatka State University, Kirov, Russia

В работе рассмотрены основные критерии оценки управления качеством услуг в сфере образования. Изучен опыт совершенствования образовательной системы. Выявлены современные тенденции цифровизации процессов управления.

*Ключевые слова:* образовательная экосистема, оценка управления качеством образовательных услуг, перспективы развития, цифровизация процессов.

The paper considers the main criteria for evaluating the quality management of services in the field of education. The experience of improving the educational system based on the materials of educational organizations has been studied. The modern trends of digitalization of management processes are revealed.

*Keywords:* educational ecosystem, assessment of quality management of educational services, development prospects, digitalization.

В век современных технологий высшему учебному заведению и иной образовательной организации необходимо цифровизировать образовательную систему. Это влияет непосредственно на уровень качества предоставляемых ими услуг и комфорт обучения для студентов, что повышает уровень усвоения информации и повышает грамотность специалистов в стране.

В обществе и научной литературе часто поднимается вопрос о преимуществах, которые несут в себе цифровые технологии, используемые в высшем образовании. К таким преимуществам относят: широкий доступ обучающихся к информационным ресурсам образования, возможность строить индивидуализированные образовательные траектории, прозрачность деятельности образовательных организаций, оптимизацию взаимодействия между преподавателями и студентами, между всеми участниками образовательного процесса, формирование мобильных структур управления образовательным процессом и др. Но не стоит забывать и о важности системы управления образованием, которая контролирует не только сам образовательный процесс, но и условия доступа к образовательной программе, образовательную среду и результаты всей деятельности, что дает полную картину при анализе перспектив развития.

Образование – это масштабный бюджетный сектор социальной сферы государственной жизни, представляющий собой многоуровневую географически

распределенную социокультурную систему. Ее первый уровень управления – это совершенно новый муниципальный уровень для нашей страны по управлению сетью учебных заведений различных типов, расположенных на территории муниципального района.

Требования к содержанию образования в муниципальной системе района определяются Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024), в котором прописаны полномочия органов местного самоуправления муниципальных районов, муниципальных округов и городских округов в сфере образования [4]. К их основным обязанностям относятся:

1) организация предоставления общедоступного и бесплатного дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования по основным общеобразовательным программам в муниципальных образовательных организациях;

2) организация предоставления дополнительного образования детей в муниципальных образовательных организациях;

3) создание условий для осуществления присмотра и ухода за детьми, содержания детей в муниципальных образовательных организациях;

4) создание, реорганизация, ликвидация муниципальных образовательных, осуществление функций и полномочий учредителей муниципальных образовательных организаций;

5) обеспечение содержания зданий и сооружений муниципальных образовательных организаций, обустройство прилегающих к ним территорий и др.

Содержание системы обучения в конкретном образовательном учреждении определяется образовательной программой (образовательными программами), разработанной, принятой и реализуемой этим образовательным учреждением самостоятельно. Государственные органы управления образованием обеспечивают разработку примерных образовательных программ на основе государственных образовательных стандартов [2].

Образовательное учреждение в соответствии со своими уставными целями и задачами может реализовывать дополнительные образовательные программы и предоставлять дополнительные образовательные услуги (на договорной основе) вне образовательных программ, определяющих его статус.

За развитие и совершенствование образовательной инфраструктуры Кировского управления образования отвечает министерство образования Кировской области. Работа отдела образования направлена на улучшение образовательной инфраструктуры города, обеспечение условий для развития, обучения и воспитания граждан в соответствии с наклонностями, способностями и состоянием здоровья, путем разработки и использования современных образовательных программ и технологий, проведение спортивных мероприятий, внедрение культуры отечественных и мировых ценностей, качественное совершенствование гражданского патриотического воспитания подрастающего поколения. Министерство контролирует работу образовательных организаций, указывает направления для развития. Но качественная работа должна осуществляться и в самих

учреждениях, а значит, необходим структурированный подход и современные способы работы со всей системой сразу.

Управление образовательным процессом в целом анализирует такие составляющие как: ресурсное обеспечение, организацию жизнедеятельности коллектива и организацию самого образовательного процесса. Данные процессы затрагивают все элементы системы предоставления знаний обучающимся, а контроль над ними позволяет максимизировать результаты.

Основными критериями оценки управления качеством услуг в сфере образования можно наблюдать на рисунке 1.



Рисунок 1 – Система управления качеством образовательного процесса в образовательном учреждении

Введение федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) потребовало решения новых задач в области информатизации учебного процесса:

- обеспечение возможности ежегодного обновления образовательных программ;
- формирование информационной компетентности по всем направлениям подготовки бакалавров и магистров;
- предоставление всеобщего доступа к электронным образовательным ресурсам;
- создание электронных сред обучения для обеспечения самостоятельной работы студентов.

В свою очередь, модернизация самого образовательного процесса повлияла и на развитие системы управления в высшем учебном заведении.

Каждый процесс управления образовательной программой (ОП) можно цифровизировать, что позволит упростить работу и улучшить качество образования. Вопросы, связанные с повышением эффективности ОП, требуют изменений, которые позволят достичь качественного перехода образовательной экосистемы на новую фазу развития. Без перехода на новый уровень образовательная система подвергнется деградации, что повлияет на все сферы жизни общества и нарушит баланс в развитии государства [1].



Рисунок 1 – Траектория развития образовательной экосистемы

Образовательная экосистема эволюционирует по определенной траектории развития до момента потери устойчивости. В этот момент происходит переход на новую ступень развития, что требует применения актуальных методов осуществления деятельности. В современных реалиях таким методом становится цифровая трансформация.

Новые цифровые модели позволяют обеспечить конкурентность на рынке образовательных ресурсов. Однако для устойчивости данной модели необходима постоянная корректировка направления деятельности организации и контроль над процессом, а так же реагирование на изменения. В противном случае, изменения приведут к нарушению деятельности организации, что может вызвать нестабильность в обществе.

Цифровизация процесса управления дает возможность нивелировать фактор человеческой ошибки, позволяет четко отслеживать малейшие сбои в системе и оперативно среагировать.

Основными тенденциями цифровизации в сфере управления являются: внедрение искусственного интеллекта, использование облачных сервисов для хранения большого массива информации, использование чат-ботов и почты для внутренних и внешних коммуникаций и использование автоматизированных сервисов для обучения и оценки знаний обучающихся. Таким образом, можно сказать, что главная тенденция заключается в делегировании «компьютеру» затратных по времени и рутинных задач, а также в структуризации информации и процессов благодаря созданным сервисам [3].

За последние годы многие высшие учебные заведения, в том числе и Вятский государственный университет, начали использовать корпоративную почту для общения со студентами, преподавателями и сотрудниками, чат-боты для поиска актуального расписания учебной деятельности, онлайн-тестирования для студентов очной и заочной формы обучения. Это лишь малая часть нововведе-

ний в системе высшего образования, но даже с минимальными изменениями возникают трудности в использовании.

Важной проблемой становится нехватка квалифицированных кадров в сфере компьютерных технологий, а также трудности в обучении сотрудников новым функциям, появление новой зоны ответственности в виде цифровых прав гражданина.

Для поддержания качественной работы технологий и работы всей системы необходимы финансовые вложения со стороны организации, а так же введение курсов по повышению квалификации сотрудников в сфере современных технологий. Если все участники цепочки будут ответственно подходить к выполнению своих профессиональных задач, то система с большей вероятностью будет качественно функционировать и упростит деятельность в сфере управления образованием. Но мало ограничиться деятельностью отдельного учреждения, необходимо подходить к данному вопросу комплексно. Так, для налаживания управленческой деятельности должны внедряться меры по повышению компьютерной грамотности, поддержка организаций и субсидирование на уровне региона и страны.

На данный момент компьютеризация системы управления ПО только набирает обороты, и в ближайшие годы аналитики прогнозируют усиление влияния компьютерных технологий на российское общество, в частности, и на образование. Перспективы развития на данном этапе будут выстраиваться плавно, так как процесс переобучения занимает время.

В современных реалиях у образовательной экосистемы нет шанса избежать модернизации. Компьютеризация стала неотъемлемой частью организации качественной деятельности в сфере образования, а мировые тенденции перенеслись и на работу высших учебных заведений. Цифровизация несет в себе толчок для всей системы управления высшим образованием, однако и создает трудности в деятельности в связи с нехваткой квалифицированных кадров.

Таким образом, главной задачей в развитии системы управления образованием является организация качественной информационной системы как в отдельных учебных заведениях, так и на уровне региона и страны, позволяющих организовать единое информационное пространство, объединяющее субъекты и объекты информационного взаимодействия.

#### **Литература**

1. Барышникова, Е. И. Разработка модулей информационно-аналитической системы менеджмента качества образования / Е. И. Барышникова // Сборник научных работ серии «Экономика». – 2022. – № 27. – С. 161–169.

2. Бушуева, Е. В. Зачем нужна цифровизация образования: понятие и задачи цифровизации / Е. В. Бушуева // Педагогика, психология, общество: от теории к практике : Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. / Гл. редактор Ж. В. Мурзина. – Чебоксары. – 2022. – С. 81–82.

3. Никитин, А. С. Переход от информатизации к цифровизации в системе высшего образования: направления развития и дистанционное образование / А. С. Никитин // Новые информационные технологии в телекоммуникациях и почтовой связи. – 2023. – Т. 1. – № 1. – С. 236–238.

4. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024).

# РОЛЬ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА РЕГИОНАЛЬНОГО ВУЗА

**А. Е. Белькова**

**Нижевартовский государственный университет,  
г. Нижневартовск, Россия**

## THE ROLE OF RESEARCH ACTIVITIES IN IMPROVING THE QUALITY OF EDUCATIONAL PROCESS RESULTS OF A REGIONAL HIGHER EDUCATION INSTITUTION

**Anna Belkova**

**Nizhnevartovsk State University, Nizhnevartovsk, Russia**

В рамках данной статьи рассмотрены преимущества научно-исследовательской работы Нижневартовского государственного университета, которые могут быть полезны как для магистрантов направления подготовки «Хантыйская филология», так и для вуза в целом. НИР как деятельность способствует повышению качества образовательного процесса, развитию научной культуры и престижа высшей школы, а также может привести к созданию новых возможностей в экономической сфере Ханты-Мансийского автономного округа – Югра.

**Ключевые слова:** научно-исследовательская деятельность, Нижневартовский государственный университет, качество образования, магистратура, хантыйская филология, сургутский диалект хантыйского языка.

Within the framework of this article the advantages of research work of Nizhnevartovsk State University are considered, which can be useful both for master's students of «Khanty philology» training direction and for the university as a whole. Scientific activity contributes to the improvement of the quality of the educational process, the development of scientific culture and prestige of higher school, and can also lead to the creation of new opportunities in the economic sphere of the region.

**Keywords:** research activity, Nizhnevartovsk State University, quality of education, master's degree, khanty philology, surgut dialect of the khanty language.

Научно-исследовательская деятельность в современном образовательном пространстве высшей школы «отличается рядом характерных особенностей, вызванных и внешними обстоятельствами (новой социально-политической обстановкой, культурными и административными течениями), и самим ходом развития письменных форм языка» [3, с. 3].

Научно-исследовательская деятельность вуза играет ключевую роль в повышении качества результатов образовательного процесса, т. к. позволяет студентам получить более глубокие знания и навыки в своей области, а также развить критическое мышление и умение решать сложные задачи.

Так, например, «образовательная программа высшего образования, реализуемая в Нижневарттовском государственном университете (далее по тексту НВГУ) – магистратура по направлению подготовки «44.04.01 Педагогическое образование», направленность (профиль) «Хантыйская филология» направлена, в первую очередь, на то, чтобы выпускники были способны к разработке и реализации современных методик и технологий обучения родному языку и литературы» [1, с. 35]. Магистерская программа «предназначена для магистрантов гуманитарных областей научного знания, изучающих хантыйский язык. Материалы образовательной программы разработаны в русле междисциплинарного подхода (с опорой на хантыйскую ментальность) и носят практический характер» [2, с. 6].

Научно-исследовательская деятельность магистрантов, направления подготовки «Хантыйская филология» отражает идеологические представления, которые «определяют подходы и отношение к различным явлениям жизни, стремления и поведенческие реакции (требовательность, профессиональные знания, культура и качество труда, дисциплина и т. п.)» [5, с. 21].

Безусловно, критическое мышление в научно-исследовательской деятельности способствует развитию навыков анализа и интерпретации текстов и других материалов, связанных с этнической культурой. Магистранты, направления подготовки «Хантыйская филология» могут использовать данные навыки для изучения исторических документов, литературы, регионального сверткста, вербальных и невербальных артефактов и других материалов, чтобы лучше понимать культурные традиции и обычаи. В целом, критическое мышление является важным инструментом в научно-исследовательской деятельности НВГУ, которое помогает магистрантам развивать навыки анализа, оценки и интерпретации информации, связанной с хантыйской культурой и другими этническими культурами.

Кроме того, научно-исследовательская деятельность способствует развитию инновационного мышления, привлекая потенциал современных образовательных технологий. Научно-исследовательская деятельность стимулирует развитие новых образовательных технологий, а образовательные технологии, в свою очередь, помогают магистрантам участвовать в научных исследованиях. Например, использование компьютерных моделей и симуляций может помочь магистрантам проводить более точные и эффективные исследования. Онлайн-курсы и вебинары могут предоставить магистрантам доступ к дополнительным ресурсам и экспертам в своей области, что может помочь им развивать свои научные навыки. Технологии, позволяют создавать симуляции и визуализации, которые расширяют возможности обучения через практику виртуальных навыков, изучение сложных тем через визуальные моделирования и демонстрации. НВГУ обеспечивает своих магистрантов доступом к последним научным открытиям и технологиям, что позволяет им получить более полное представление о своей области и расширить свои знания и навыки. В частности, в системе высшего образования Нижневарттовского государственного университета активно используются современные практики внедрения цифровых технологий: «система автоматического перевода аудио- и видеоконтента на русский язык и родной язык и обратно (Glosbe – переводчик хантыйского языка и пр.); электронная библиотека («Лите-



ратурная карта Югры», «Электронный депозитарий по фольклору обских угров и самодийцев», «Диалектологический атлас обско-угорских и самодийских языков, распространённых на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры», «Портал GEO КМНС» и т. д.)» [4, с. 25].

Важно отметить, что научно-исследовательская деятельность также способствует развитию инновационной и технологической сферы в Ханты-Мансийском автономном округе – Югра. Результаты научных исследований могут быть применены в различных отраслях экономики, что в свою очередь может привести к созданию новых рабочих мест и увеличению конкурентоспособности региона. Например, результаты научных исследований по направлению подготовки «Хантыйская филология» могут быть применены в областях, связанных с изучением языка и культуры этноса ханты. Магистранты НВГУ имеют авторский опыт написания и редактирования учебно-методической литературы, предназначенной для обучающихся этнической начальной школы [6; 7]. Именно поэтому основные результаты исследований могут быть использованы при создании учебных материалов для изучения сургутского диалекта хантыйского языка, а также при разработке программ по сохранению и развитию культуры народа ханты.

Научно-исследовательская деятельность вуза также может предоставить магистрантам возможность работать со специалистами из различных областей и участвовать в междисциплинарных проектах, что позволяет получить опыт работы в команде и развить навыки коммуникации и сотрудничества. Например, проект «Интерактивное погружение в языковую картину мира народа ханты: сургутский диалект» представляет собой разработку методических материалов с применением информационных технологий и направлен на изучение сургутского диалекта в школьном курсе освоения родного языка и родной литературы. Материалы будут содержать разноуровневые задания для обучающихся этнических образовательных учреждений ХМАО-Югры. В контексте угрозы исчезновения языковой и речевой среды сургутского диалекта хантыйского языка хрестоматия, которая будет содержать два вида текстов: печатный и озвученный на сургутском диалекте, будет способствовать сохранению данного диалекта. Озвученные тексты будут доступны через QR-код, размещенный на страницах хрестоматии, что поспособствует лучшему пониманию текстов и восприятию родной речи, сохранению образцового произношения. В данном проекте предполагается коллаборация магистрантов, направления подготовки «Хантыйская филология», НИЛ этнофилологии народов Севера НВГУ и научно-исследовательскими лабораториями Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». Магистранты, участвующие в научно-исследовательских коллаборациях, обучаются анализировать информацию, проводить эксперименты и выдвигать гипотезы. Считаем, что такие навыки могут быть применены в реальном мире, что делает их ценными для будущей карьеры. Кроме того, научно-исследовательская деятельность способствует развитию научной культуры НВГУ и повышает его престиж. Согласимся с утверждением, что «эффективность общественного имиджа и деловой репутации измеряется качеством и эффективностью результатов образовательного процесса, направленного на целевую аудиторию потенциальных абитуриентов» [8, с. 156].

Успешные научные исследования могут привлечь вузу новых молодых учёных и финансирование.

Кроме того, научно-исследовательская деятельность вуза может привлечь внимание инвесторов и спонсоров, что позволяет увеличить финансирование вуза и расширить его возможности в области научных исследований. В настоящее время постоянными партнёрами образовательной программы «Хантыйская филология» НВГУ являются:

- Департамент культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры;
- Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры;
- Ассамблея представителей коренных малочисленных народов Севера – Думы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры;
- Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Государственная библиотека Югры»;
- Автономное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Окружной Дом народного творчества» Ханты-Мансийской окружной организации «Союз писателей России»;
- Общественная палата Ханты-Мансийского автономного округа – Югры;
- Комитет Думы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по экономической политике, региональному развитию и природопользованию.

Также научно-исследовательская деятельность вуза может предоставить магистрантам возможность публиковать свои научные работы в научных журналах и принимать участие в конференциях и семинарах, что помогает установить связи с другими учёными и профессионалами в своей области и получить обратную связь по своим исследованиям.

Наконец, активное участие магистрантов в научно-исследовательской деятельности может стать отличной отправной точкой для дальнейшей научной карьеры. Магистранты, имеющие опыт работы в научной сфере, могут получить преимущества при поступлении в аспирантуру НВГУ или при поиске работы в научных организациях.

В целом, научно-исследовательская деятельность НВГУ является важным компонентом образовательного процесса, который может помочь магистрантам получить более глубокие знания и навыки в области хантыйской филологии, а также подготовить их к будущей научной карьере.

Вышесказанное позволяет заключить, что научно-исследовательская деятельность играет важную роль в повышении качества результатов образовательного процесса вуза, т.к. позволяет магистрантам получить более глубокие знания и навыки, развить критическое мышление и умение решать сложные задачи, а также повысить престиж Нижневартовского государственного университета.

#### **Литература**

1. Белькова, А. Е. Профессиональная подготовка магистрантов с этнокультурным компонентом содержания образования как фактор повышения их конкурентоспособности на региональном рынке труда / А. Е. Белькова // Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность: сб. науч. тр.; XII Междунар. науч.-практ. конф.; Челябинск, 31 января 2023 г. / под ред. С. Г. Серикова, О. А. Клестановой. – Челябинск : УралГУФК. – 2023. – С.34–38.

2. Белькова, А. Е. Магистратура по направлению подготовки 44.04.01 – Педагогическое образование, направленность «Хантыйская филология» как элемент образовательной системы НВГУ, способствующий поддержке национального (родного) языка и литературы коренных малочисленных народов / А.Е. Белькова // Нижневартковский филологический вестник. – 2019. № 1. – С. 3–8.

3. Белькова, А. Е. Метрические книги первой половины XIX века Тюменского Духовного Правления: концептосфера, субтекстовый состав / А. Е. Белькова : Монография. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та. – 2014. – 176 с.

4. Белькова, А. Е. Сопряжение этнокультуры народов, проживающих на территориях, приравненных к районам крайнего севера с глобальными цивилизационными процессами / А. Е. Белькова // Развитие Арктики: гуманитарное измерение : Материалы всероссийской научной конференции. – Санкт-Петербург. – 2023. – С. 23–28.

5. Белькова, А. Е. Особенности развития и функционирования корпоративного журнала «Нефтегазовое обозрение» нефтесервисной компании Schlumberger: описание структуры и формуляра / А. Е. Белькова, Е. С. Долгина : Монография. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та. – 2017. – 96 с.

6. Песицова, А. С. Хантыйский язык (сургутский диалект). 3 класс: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / А. С. Песицова, Т. А. Сайнакова, А. Н. Орехова. – Санкт-Петербург : Филиал изд-ва «Просвещение». – 2020. – 174 с.

7. Песицова, А. С. Хантыйский язык (сургутский диалект). 4 класс: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / А. С. Песицова, Т. А. Сайнакова, А.Н. Орехова. – Санкт-Петербург : Филиал изд-ва «Просвещение». – 2020. – 191 с.

8. Belkova A. E., Bezborodova Yu. V., Builushkina L. N., Ryabova I. G. Pr-support of image and business reputation on the example of the corporate magazine «Oilfield review» of the oilfield services company Schlumberger / A. E. Belkova, Yu. V. Bezborodova, L. N. Builushkina, I. G. Ryabova // Revista San Gregorio. – 2020. – № 37. – pp. 156–165.

## **О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В КОМПЬЮТЕРНОМ СПОРТЕ**

**Н. В. Богдан**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **ABOUT SOME ASPECTS OF HEALTH SAVING IN COMPUTER SPORTS**

**Natalia Bogdan**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В настоящее время компьютерный спорт не воспринимается многими как вид спорта, так как в нем отсутствует физическая составляющая, потому что соревнования проходят в виртуальном пространстве. В статье приводятся характеристики, которые позволяют отнести его к видам спорта, хотя он и отличается от традиционных видов. В статье рассматривается и проблема здоровьесбережения в компьютерном спорте. Данные аспекты еще недостаточно изучены, многие указывают лишь на негативное воздействие компьютерного спорта на здоровье киберспортсмена. Требуется разработка мероприятий по реабилитации кибер-

спортсменов, определение оптимальных параметров нагрузок во время тренировок. В заключении сделан вывод о развивающем потенциале компьютерного спорта.

**Ключевые слова:** компьютерные спорт, киберспортсмены, здоровьесбережение в компьютерном спорте.

Currently, computer sports is not perceived by many as a sport, since it lacks a physical component, because competitions take place in virtual space. The article provides characteristics that make it possible to classify it as a sport, although it differs from traditional sports. The article also discusses the problem of health conservation in computer sports. These aspects have not yet been sufficiently studied; many only point to the negative impact of computer sports on the health of esports athletes. It is necessary to develop measures for the rehabilitation of cybersportsmen and determine optimal load parameters during training. In conclusion, a conclusion is drawn about the developmental potential of computer sports.

**Keywords:** computer sports, esports athletes, health promotion in computer sports.

В настоящее время в процессах образовательного пространства всех уровней осуществляется ориентация образовательного процесса на развитие и становление отношений взаимного сотрудничества обучающихся и педагогов, основанного на уважении прав каждого человека; на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения и развития личностного потенциала. Одной из важнейших составляющих этих процессов является сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов. Необходимо отметить, что в текущий момент образовательный результат обучающихся растет на основе использования цифровых технологий в процессах обучения. В частности, широко применяются информационно-коммуникационные технологии и искусственный интеллект при обучении будущих специалистов. Цифровая трансформация направлена не только на персонализацию обучения, но и особое внимание уделяется инновационным видам спорта и потребности подготовки специалистов по таким видам спорта, появление новых образовательных программ подготовки. К таким видам спорта относится и компьютерный спорт, который дает новые ориентиры при подготовке спортсменов и специалистов, связанных с формированием информационно-образовательного пространства и реализации процессов цифровизации и геймификации в данном пространстве. Такие процессы неизбежны, они открывают новые возможности для использования информационных технологий и искусственного интеллекта и формируют необходимый опыт в цифровизации сферы физической культуры и спорта, но появление таких новых видов спорта сопровождается и некоторыми сложностями в их восприятии и развитии.

Необходимо признать, что на данный момент существует запрос государства на здоровое поколение, и он формирует негативное отношение общества к «компьютеризации» детей и молодежи, возникает неизбежная потребность в профилактике виртуальной зависимости с одной стороны; с другой стороны мы сталкиваемся с потребностью и запросами населения в информатизации, улуч-

шении качества жизни, реальность «оцифровывает» нашу повседневную деятельность, возникает необходимость цифровой образовательной среды, что способствует активному развитию компьютерного спорта [13]. Возникает противоречие между необходимостью развития компьютерного спорта и отсутствием восприятия его как отдельного вида спорта и его ресурсного потенциала в развитии творческих начал личности. Киберспорт (компьютерный спорт, электронный спорт, e-Sports) получил сегодня широкое международное признание, но до сих пор существуют разногласия по поводу того, можно ли считать киберспорт спортом. Это является актуальным вопросом не только для определения киберспорта, но и для определения границ того, что сейчас понимается под спортом в целом [9].

Многие считают, что киберспорт нельзя называть спортом, потому что компетентность игрока не измеряется ни физической подготовленностью, ни мастерством, потому что физические действия игрока, натренированность его тела все еще являются важной составляющей общей реальной спортивной деятельности [15]. Хотя события, определяющие результат в киберспорте, происходят в пределах виртуальной, компьютерно-опосредованной среды и это никаким образом не означает, что киберспорт не может быть физически тяжелым для игроков. По мнению В. В. Солодовникова и В. И. Тимофеева главный аргумент противников такого признания – неатлетичность навыков, которые развиваются у спортсменов в процессе тренировки и соревнований, а также отсутствие элемента развития физического здоровья, который является фундаментальным в доминирующем понимании традиционного спорта [11]. Насколько физически тяжелым является киберспорт, зависит от взаимодействия человека и компьютера, которое требуется для управления игрой, компьютерного взаимодействия, которое требуется для управления игровыми состояниями киберспортсменов, состояния программного обеспечения и системы игр. В традиционных видах спорта все действия спортсменов или команды, определяющие результат, можно увидеть в реальном времени, в то время как в киберспорте деятельность, определяющая результат, происходит в виртуальной среде, или электронной/цифровой/компьютерно-опосредованной среде.

Таким образом, киберспорт можно охарактеризовать как соревнования по цифровым играм, организованные в виде турниров для зрителей. Это вид спорта, в котором основные аспекты спорта поддерживаются электронными системами, а киберспортивная система функционирует через человеко-компьютерные интерфейсы [15]. Следовательно, компьютерный спорт имеет все формальные признаки спорта (соревновательные виды, турниры, чемпионаты, игроки и команды, наличие профессиональных и любительских лиг, спонсорство коммерческих организаций).

На сегодняшний день научный интерес к киберспорту проявляют представители классических и отраслевых университетов, как государственных, так и частных. Диапазон поднимаемых вопросов широк – от демографического состава до оздоровления нации в целом, от социальных проектов до успешных спонсорских интеграций [10]. Но в связи со слабым структурированием компьютерного спорта в Российской Федерации и не разработанностью нормативно-

правового обеспечения этого вида спорта, многие проблемы и вопросы, в том числе и в научных работах, несмотря на массовый интерес к этому виду спорта, пока не решены.

По мнению Макарова А. А., компьютерный спорт нельзя отнести к циклическим или ациклическим видам спорта, так как в нем нет значимой двигательной активности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, в большей степени он относится к интеллектуальным видам спорта, наряду с шахматами [6].

К сожалению, как отмечает Е. А. Косьмина, данный вид спорта не воспринимается многими всерьез так как, по мнению некоторых авторов в нем отсутствует физическая составляющая, ведь соревнования проходят в виртуальном пространстве [4].

В своей работе С. И. Мухаметгалиев подчеркивает, что сформировать правильный подход к физической подготовке является одной из наиболее сложных задач при занятиях киберспортом. В настоящее время, из-за недостатка практики и информации о системе тренировок, киберспорт воспринимается просто как длительное время, проведенное за компьютером. Исключая тот факт, что данный вид спорта требует минимальной физической активности, необходимо включить физические упражнения в тренировочный план наравне с виртуальными занятиями [7].

Паныч Р. Б. и др. говорят о том, что формирование правильного подхода к физическому развитию является самой сложной задачей при занятии киберспортом. На данный момент из-за отсутствия практики и небольшого количества информации о системе тренировок киберспорт воспринимают как многочасовое сидение за компьютером. Действительно, данный вид спорта относится к малоподвижному виду деятельности, но он обязательно должен включать в план тренировок физические нагрузки наравне с тренировками в виртуальном мире. Решение этой проблемы затруднительно, так как пока в нашей стране киберспорт является по большей мере дистанционным, и эта часть тренировок находится на самоконтроле спортсмена [8].

По мнению Д. А. Тельных занятие киберспортом может негативно воздействовать на здоровье. Это, по ее мнению, обусловлено следующими факторами [12]:

- долгая работа за компьютером ухудшает зрение;
- удержание сидячей позы в течении долгого времени ухудшает осанку, появляются болезни спины, которые в свою очередь порождают другие заболевания;
- людям с расстройством нервной системы нежелательно заниматься данным видом деятельности, возможно расстройство психики, возникновение бессонницы и другое подобных явлений.

Но, с другой стороны, по словам автора, в профессиональном спорте всегда сохраняется вероятность получения очень тяжелых травм даже с летальным исходом, в то время как в киберспорте такое не случается.

Также негативные стороны увлечения компьютерными (цифровыми) и видеоиграми отмечает в своей работе Н. Е. Лукьянов, автор подчеркивает, что чрезмерное увлечение компьютерными играми может перерасти в игровую за-

висимость и привести к возникновению постоянного стресса и значительным нарушениям в социальной, образовательной и профессиональной сферах [5].

Как утверждают А. В. Буянова и В. Козилина, компьютерные игры способствуют повышению агрессии, формированию эмоциональной нестабильности, изолированности личности от социума [1]. Авторы полагают, что именно данные факторы оказывают негативное влияние на процесс легитимации киберспорта как самостоятельной спортивной дисциплины.

Таким образом, по утверждению И. В. Кобельковой и М. М. Коростелевой, необходимо определить оптимальные параметры нагрузок и критериев оценки этого вида спорта и разработать стратегии по его снижению неблагоприятного воздействия на здоровье как профессиональных спортсменов, так и игровых любителей различного уровня [3]. Также, как отмечают авторы, важен контроль мер безопасности рабочего места, направленных на устранение травм, связанных с компьютером, включая негативное воздействие синего света, вызывающего симптомы цифрового перенапряжения глаз, синдрома запястного канала, повторяющихся травм напряжения и болей в спине. По мнению этих же авторов, необходимо предусмотреть профилактические мероприятия по реабилитации киберигроков, разработать методы релаксации, основанных на физических упражнениях, которые уменьшают стресс, выгорание и тревогу; улучшают психическое здоровье, качество сна и самочувствие киберспортсменов; и оптимизируют их соревновательную деятельность [3]. Особенного внимания, по мнению А. Р. Ибрагимова и др. заслуживает проблема процесса зрительного утомления и зрительной нагрузки в процессе тренировки у киберспортсменов [2]. Представляется также актуальной разработка мероприятий, способствующих повышению мотивации к переносу игровой деятельности или двигательных навыков, связанных с киберспортом, на участие в реальных спортивных мероприятиях.

По словам А. А. Хохлачевой и Ж. В. Пасечника, киберспортсмены проводят очень много времени за компьютером, что естественно может отрицательно сказаться на здоровье, но по утверждению многих профессиональных киберспортсменов, данный вид спорта, наоборот, помог им начать вести здоровый образ жизни, что несомненно оказало положительное влияние на их достижения, внешний вид и улучшение работы их организма [13]. По мнению Н. Е. Лукьянова положительный эффект использования видеоигр показан и в сфере образования. Автор отмечает, что в исследованиях С. Olson было обнаружено, что играющая в видеоигры молодежь легче выражает свои творческие способности, имеет повышенное социальное и интеллектуальное любопытство, по сравнению с молодыми людьми, не играющими в видеоигры [5]. Как отмечает М. А. Щепотьев и др., киберспорт можно отнести не только к одному из видов цифровых технологий в образовании, но и к тем педагогическим инструментам, которые снижают риски физического здоровья, так он обеспечивает коллективную коммуникацию в цифровой среде, стимулирует принятие решений в условиях неопределенности, формирует критическое мышление, выдвигать альтернативные варианты действий с целью выработки новых оптимальных алгоритмов [14]. Также Н. Е. Лукьянов говорит о том, что когнитивная нагрузка у киберспортсменов действует во время тренировочного процесса и игровых сессий различные

функции высшей нервной деятельности, включая обработку (разделение и переключение внимания), реакции, восприятие информации (быстрое время) и зрительно-пространственные навыки (навигация в виртуальной среде) [5]. Именно развитие когнитивных функций позволяют обучающимся быстро адаптироваться к изменяющимся условиям и пользоваться уже усвоенными знаниями.

Таким образом, компьютерный спорт представляет собой не только способ организации досуга, но и является полноценным видом спорта. Для его развития требуется не только методическое сопровождение процесса спортивной подготовки, научные исследования по тренировочному и соревновательному процессу, но и создание единого виртуального пространства для киберспортсменов и спортсменов. Но еще недостаточно изучены психосоциальные, физические и когнитивные эффекты соревнований среди киберспортсменов, проблемы психического здоровья, необходима оценка неблагоприятных рисков для здоровья. Однако многие исследователи отмечают, что именно компьютерные/цифровые/видеоигры способствуют развитию стрессоустойчивости и позитивному развитию личности.

#### **Литература**

1. Буянова, А. В. Киберспорт: история становления, современное состояние и перспективы развития / А. В. Буянова, В. В. Козилина // *Социально-политические науки*. – 2017. – № 5. – С. 77–80.

2. Ибрагимов, А. Р. Динамика зрительного утомления в тренировочном процессе киберспортсменов / А. Р. Ибрагимов, Р. Г. Биктемирова, Т. Л. Зефирова // *«Молодежь и наука на Севере» : сб. матер. III Всеросс. (XVIII) молодежной науч. конф.* – 2018. – С. 104.

3. Кобелькова, И. В. Актуальные проблемы киберспорта / И. В. Кобелькова, М. М. Коростелева // *Гуманитарные, естественно-научные и технические решения современности в условиях цифровизации : сб. матер. XII междунар. науч.-практ. конф.* – Ростов-на-Дону. : изд-во Южный университет «ИУБИП», ООО «Изд-во ВВМ», 2021. – 332 с.

4. Космина, Е. А. Оценка влияния физической нагрузки на основные показатели киберспортсменов / Е. А. Космина, А. А. Макаров // *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. – 2020. – № 3 (181). – С. 248–251.

5. Лукьянов, Н. Е. Компьютерное игровое расстройство: вопросов больше, чем ответов? / Н. Е. Лукьянов // *Социальная и клиническая психиатрия*. – 2021. – Т. 31. – № 1. – С. 90–95.

6. Макаров, А. А. Влияние физических упражнений различной направленности на моторную асимметрию юношей-киберспортсменов 16–18 лет / А. А. Макаров, Д. В. Смит, О. Н. Гураль // *Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт*. – 2022. – Вып. 1. – С. 80–88.

7. Мухаметгалиев, С. И. Актуальные вопросы развития киберспорта и его влияние на современное общество / С. И. Мухаметгалиев, Н. А. Гильманишин // *Вопросы студенческой науки* – 2023. – Вып. 04 (80). – С. 8–12.

8. Паньч, Р. Б. Формирование положительного отношения к киберспорту как спортивной дисциплине среди молодежи / Р. Б. Паньч, С. С. Петровский, Д. А. Огурцов // *Педагогика. Вопросы теории и практики*. – 2019. – Т. 4. – Вып. 1. – С. 36–41.

9. Скаржинская, Е. Н. Интеллектуальный спорт как инструмент информатизации образования / Е. Н. Скаржинская, М. А. Новоселов // *Знание и информация в современном образовании : Антиномии теории и практики*. – Москва : Ленанд, 2015. – С. 110–119.

10. Скаржинский, Н. С. Перспективы развития киберспорта на основе отечественных компьютерных игр / Н. С. Скаржинский, В. А. Береснева // *Цифровая трансформация отрасли «физическая культура и спорт»: теория, практика, подготовка кадров : Матер. межрегион. круглого стола, Москва, 22 апреля 2021 года / Под ред. М. А. Новоселова*. – Москва : ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2021. – С. 113–120.



11. Солодников, В. В. Киберспорт в России как объект маркетинга и социальный феномен / В. В. Солодников, В. И. Тимофеева // Социологическая наука и социальная практика. – 2020. – Т. 8. – № 1. – С. 167–187.

12. Тельных, Д. А. Киберспорт и его сравнение с активными видами спорта / Д. А. Тельных // Региональный вестник. – 2020. – № 1 (40). – С. 58–60.

13. Хохлачева, А. А. Киберспорт как фактор привлечения молодёжи к здоровому образу жизни / А. А. Хохлачева, Ж. В. Пасечник // Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании : сб. матер. XXXII всеросс. науч.-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава. – Ростов-на-Дону, Ростовский государственный экономический университет «РИНХ». – 2021. – С. 238–240.

14. Щепотьев, А. М. Киберсоры – новая педагогическая технология / А. М. Щепотьев, В. С. Гребеньков // Электронный научно-публицистический журнал «Ното Cyberus». – 2022. – № 1 (12). [Электронный ресурс]. – URL : <http://journal.homocyberus.ru/>

15. Sjöblom, M. Why do people watch others play video games? An empirical study on the motivations of Twitch users / M. Sjöblom, J. Namari [Электронный ресурс]. – URL : <https://rdc.grfc.ru/2021/05/cybersport-and-gaming/>

## **РАЗВИТИЕ КОМПЬЮТЕРНОГО СПОРТА НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Е. С. Бородина**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **DEVELOPMENT OF COMPUTER SPORTS IN THE RUSSIAN FEDERATION**

**E. S. Borodina**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В 2016 году в России был признан компьютерный спорт как вид спорта. Он считается быстроразвивающимся. В статье представлено исследование о развитии компьютерного спорта в России, основанное на использовании информационно-аналитических и статистических материалов Министерства спорта Российской Федерации. Установлена динамика по основным критериям развития компьютерного спорта. Результаты оформлены в виде гистограмм и таблиц.

**Ключевые слова:** компьютерный спорт, ФКС, численность занимающихся, спортивная подготовка, спортивный судья, тренер, результаты выступления.

In 2016, computer sport was recognized as a sport in Russia. It is considered to be rapidly developing. The article presents a study on the development of computer sport in Russia, based on the use of information-analytical and statistical materials of the Ministry of Sports of the Russian Federation. The dynamics of the main criteria of computer sport development is established. The results are formalized in the form of histograms and tables.

**Keywords:** *computer sports, FCS, number of participants, sports training, sports referee, coach, performance results.*

Компьютерный спорт (или киберспорт) один из молодых видов спорта. Этот вид спорта набирает популярность. Российские киберспортсмены достигли значительных успехов в различных дисциплинах, таких как Dota 2, Counter-Strike: Global Offensive, League of Legends и Fortnite. На территории Российской Федерации проводятся крупные турниры и соревнования по компьютерным играм. Например, Epicenter, WESG, EPIC League и Российская киберспортивная лига – это некоторые из самых престижных мероприятий в нашей стране.

Компьютерный спорт также получил признание со стороны государства. Российская Федерация первой в мире официально признала киберспорт видом спорта еще в 2001 году, а Федерация компьютерного спорта России (далее – ФКС) была основана еще раньше – 24 марта 2000 года. Основной целью ФКС является развитие компьютерного спорта в стране как части международного спортивного движения и подготовка населения страны к жизни в информационном обществе. Однако, в 2006 году киберспорт был исключён из Всероссийского реестра видов спорта из-за невыполнения требования: развиваться в более чем половине субъектов Российской Федерации [2]. Но в 2016 году компьютерный спорт был официально признан и вновь включен в реестр официальных видов спорта России. Это позволяет участникам киберспортивных соревнований получать государственную поддержку и другие льготы. А также для спортсменов ввели разряды и звания по их дисциплине и возможность проведения официального чемпионата страны [2].

Поэтому 1 декабря 2021 г. утвержден федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт» по приказу министерства спорта России, а с 1 января 2023 г. вступил в силу новый федеральный стандарт подготовки по компьютерному спорту [4]. Для подготовки спортсменов необходимы кадры, поэтому уже открыты программы по компьютерному спорту, курсы, онлайн-платформы и даже специальности в вузах, которые позволяют студентам стать киберспортивными специалистами.

На декабрь 2023 года ФКС России открыто уже более 88 региональных отделений, которые развивают и продвигают компьютерный спорт по всей стране. Данная организация проводит следующие соревнования: Кубок России по компьютерному спорту (свыше 2 700 участников в 2022 г.), Всероссийская киберспортивная студенческая лига (более 450 вузов-участников в сезоне 2021–2022 гг.), Чемпионат России по компьютерному спорту (более 20 000 участников в 2022 г.) и Открытые киберспортивные игры (более 25 000 участников в 2022 г.). Российский футбольный союз совместно с ФКС России проводит Кубок России и Чемпионат РФС по интерактивному футболу. В 2018 году стартовала Всероссийская интеллектуально-киберспортивная школьная лига. В совокупности за более чем 20 лет работы ФКС России провела более 1000 турниров, в которых приняли участие свыше 500 тыс. участников [5].

Компьютерный спорт как молодой спорт развивается на территории Российской Федерации и поддерживается государством [1; 3].

Основная цель – проанализировать динамику развития компьютерного спорта как современного вида спорта в период 2020–2022 гг.

Изучив итоговые отчеты формы ФК-1 за три года на официальном сайте Министерства спорта РФ [7], раскроем статистические данные по критерию развитие видов спорта и двигательной активности по следующим показателям: численность занимающихся, количество спортивных разрядов и званий, число спортивных судей и штатных тренеров.

Представим результаты статистического исследования в виде таблиц и гистограмм по каждому вышенаписанному критерию.

Проанализируем по первому критерию – численность занимающихся (рисунок 1).

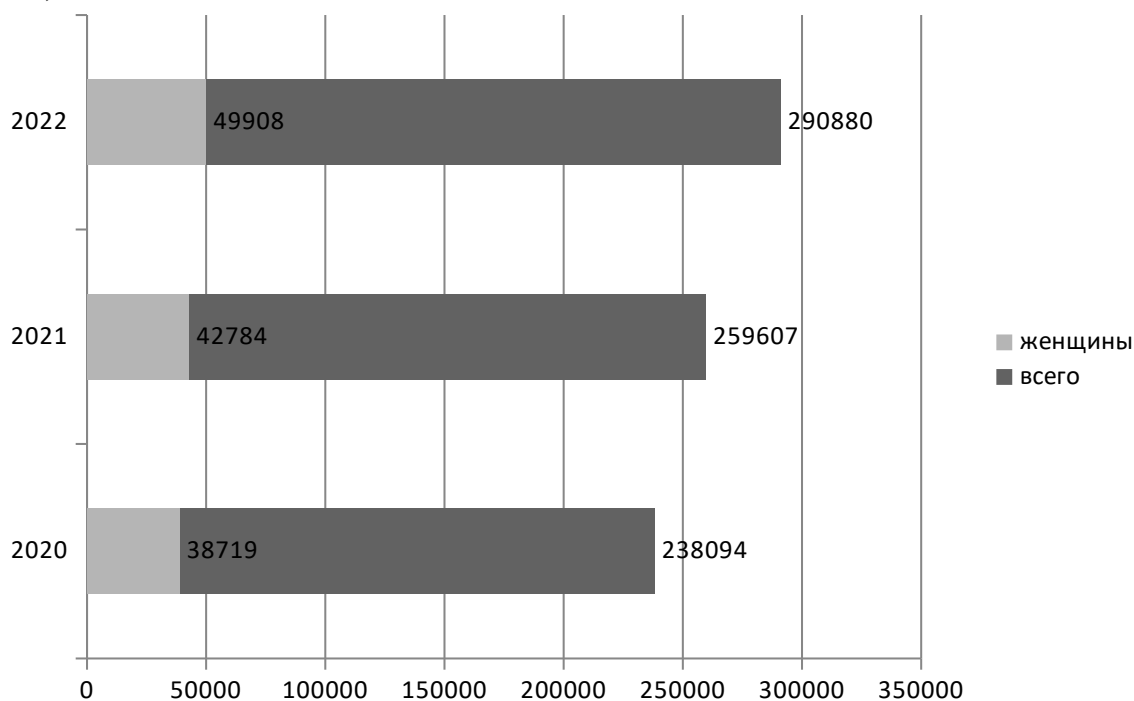


Рисунок 1 – Динамика развития численности занимающихся в РФ за три года

Из рисунка 1 можем наблюдать положительные тенденции развития компьютерного спорта в Российской Федерации. За три года численность занимающихся возросла в 1,22 раза, если в 2020 году было всего 238094 чел, то в 2022 г. их стало 290880 чел (21,8%). Если сравнить с данными с 2017 г, то численность занимающихся увеличилось 8,8 раз, всего было 33145 чел. Этот вид спорта набирает популярность. Компьютерным спортом занимаются не только мужчины, но и женщины, и количество женщин увеличивается в 1,29 раз (с 38719 по 49908 человек) с 2020 г. по 2022 г., т. е. повышается на 11189 человек (28,9%). А в 2021 году этим видом спорта занимались всего 42784 женщин. Женщины тоже интересуются: многие увлекаются Valorant, CS:GO, Dota2, Overwatch и другие. Следовательно, в 2020 году было 199375 мужчин, 2021 г. – 216823 чел (8,75%), а 2022 г. стало 240972 чел (11,14%). Видим, что контингент возрастает незначительно, всего на 1,2 раза.

Диаграмма на рисунке 2 иллюстрирует количество спортивных разрядов у занимающихся по виду спорта «компьютерный спорт».

Это молодой вид спорта и только развивается. Следовательно, общее количество спортивных разрядов у занимающихся по виду спорта «компьютерный спорт» растет с 180 человек в 2020 году до 386 человек – в 2022 году. Также повышается количество спортсменов, имеющих 1 спортивный разряд: в 2020 году их было всего 103, в 2021 году – 199 (93,2%), а 2022 году – 239 (20,1% по сравнению с 2021 г., и 132% – с 2020 г). За 8 лет существования данного вида спорта появились и кандидаты мастера спорта. В отчетах формы 1-ФК за анализируемый период указано, что в 2020 и 2022 годах таких спортсменов было всего по 20 человек, а в 2021 году – 47 человек.

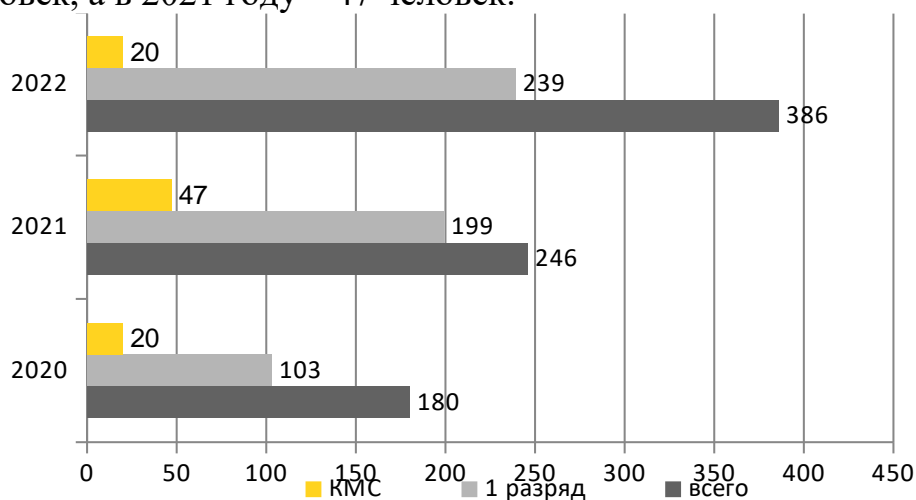


Рисунок 2 – Динамика количества спортивных разрядов по виду спорта «компьютерный спорт» с 2020 г. по 2022 гг.

Далее рассмотрим динамику численности спортивных судей в виде спорта «Компьютерный спорт» (рисунок 3).

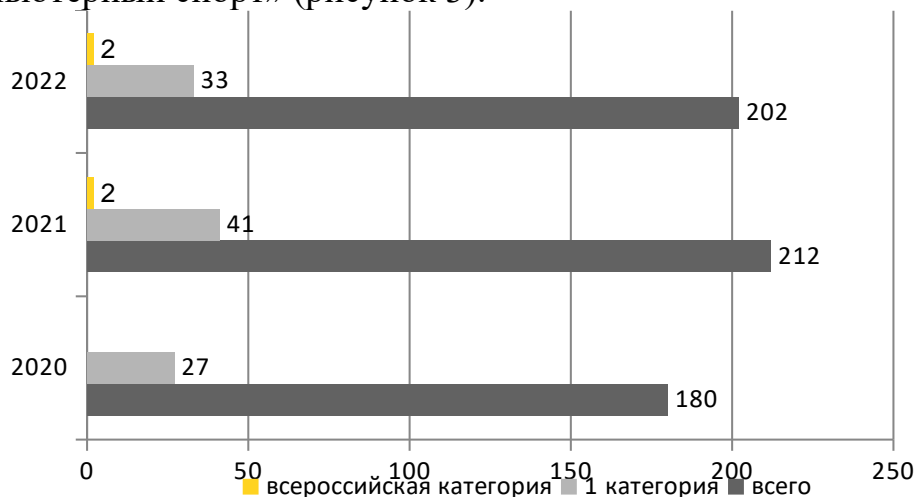


Рисунок 3 – Динамика численности спортивных судей в компьютерном спорте

Отметим, что по сравнению с другими новыми видами спорта, количество судей в компьютерном спорте достаточно. Всего на территории РФ в 2022 году всего 202 чел. Это меньше на 10 чел. с 2021 г., но больше, чем на 22 чел с 2020 г., т. е. увеличилось на 1,2 раза (10,9%). Только в 2019 г. разработано положение об аттестации спортивных судей по компьютерному спорту [6]. Из него узнаем,

что имеются следующие квалификационные категории спортивных судей: всероссийская, первая, вторая и третья. Поэтому мы видим, что первая категория только у 33 чел (16,3%), в 2021 г. – 41 чел. (19,3%), т. е. По сравнению с 2022 г. произошло сокращение на 9 чел, видно судьи не подтвердили или закончился срок действия аттестации. Срок действия первой категории спортивных судей по компьютерному спорту два года. И на территории РФ только два человека имеют квалификационную категорию «спортивный судья всероссийской категории» за три года, что составляет 0,99% из всех судей на 2022. Данная категория подтверждается один раз в четыре года.

Следующим показателем является численность штатных тренеров, тренеров-преподавателей и их образование (таблица 1).

Таблица 1 – Численность штатных тренеров по виду спорта «компьютерный спорт» и образование

годы	Число штатных тренеров, тренеров-преподавателей				
	всего	со специальным образованием			
		высшим	%	средним	%
2020	59	37	62,7	6	10,2
2021	99	72	72,2	15	15,2
2022	72	55	76,4	16	22,2

Анализ численность тренеров показал, что на территории РФ в 2022 г. по спортивной подготовке по виду спорту «компьютерный спорт» участвуют 72 штатных тренеров, из которых 55 чел со специальным высшим образованием и 16 чел со средним. Сравнивая с 2020 г. количество тренеров с высшим образованием увеличилось в 1,22 раза, со средним – в 2,67 раз. И с каждым годом данный показатель будет увеличиваться, так как появляются новые спортивные школы и отделения, а в университетах – новое направление бакалавриата.

Итак, можно сделать вывод, что на территории Российской Федерации компьютерный спорт как вид спорта набирает оборот. Увеличивается как число занимающихся, в том числе и женщин, так и количество спортивных разрядов у них. Однако количество спортивных судей и тренеров остается незначительным по сравнению с численностью занимающихся, что может говорить о потенциале для дальнейшего развития данного вида спорта.

#### **Литература**

1. Енченко, И. В. Анализ развития компьютерного спорта в России и за рубежом / И. В. Енченко // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Экономика и управление. – 2020. – Т. 6, № 2. – С. 32–43.

2. Киберспорт – это спорт будущего или развлечение? [Электронный ресурс] // Парламентская газета: официальный сайт. – URL: <https://www.pnp.ru/economics/kibersport-eto-sport-budushhego-ili-razvlechenie.html>

3. Михайлова, О. Ю. Развитие киберспорта в России / О. Ю. Михайлова // Актуальные проблемы развития физической культуры, спорта и туризма в современных условиях : сборник научных статей 7-й Международной молодежной научно-практической конференции, Курск, 15 апреля 2022 года. – Курск : Юго-Западный государственный университет, 2022. – С. 127–128.

4. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт» : приказ Министерства спорта РФ от 2 ноября 2022 г. № 900

[Электронный ресурс] // Гарант.ру: информационно-правовое обеспечение. – URL: <https://base.garant.ru/405845773/>

5. О ФКС России [Электронный ресурс] // Федерация компьютерного спорта России : официальный сайт. – URL: <https://resf.ru/about/resf/>

6. Положения об аттестации спортивных судей по компьютерному спорту : утверждено Решением Правления ФКС России от 27 июня 2019 г. протокол № 147 [Электронный ресурс] // Федерация компьютерного спорта России : официальный сайт. – URL: <https://docviewer.yandex.ru/>

7. Статистическая информация [Электронный ресурс] // Министерство спорта Российской Федерации : официальный сайт. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

## **О КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЕ КАФЕДРЫ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ**

**Т. И. Жаркова**

**Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации  
г. Челябинск, Россия**

## **ABOUT THE CORPORATE CULTURE OF THE DEPARTMENT OF FOREIGN LANGUAGES**

**Tatiana Zharkova**

**Financial university at Government of Russian Federation,  
Chelyabinsk, Russian**

В статье представлены определения понятий «культура», «корпоративная культура», данные ведущими учеными и методистами нашей страны. Показаны роль, значение и важность культуры в изучении иностранного языка, представлены единство языка и культуры. Раскрыт смысл понятия «корпоративной культуры» кафедры и ее составляющие, а также ее значение в формировании поликультурной языковой личности студента.

**Ключевые слова:** культура, корпоративная культура, коллектив кафедры, иностранный язык, межкультурная коммуникация.

The article presents definitions of the concepts «culture» and «corporate culture» given by leading scientists and methodologists of our country. The role, meaning and importance of culture in learning a foreign language are shown, the unity of language and culture is presented. The meaning of the concept of «corporate culture» of the department and its components, as well as its significance in the formation of a multicultural linguistic personality of a student are revealed.

**Keywords:** culture, corporate culture, teacher image, department staff, foreign language, intercultural communication.

*В мире параллельно силе смерти и  
силе принуждения  
есть еще одна огромная движущая сила,  
несущая в себе уверенность,  
и ее имя – культура.  
А. Камю*

В настоящее время, когда в стране происходят демократические преобразования, наблюдается значительное усиление внимания именно вопросам культуры. Нельзя не согласиться с французским философом, экзистенциалистом, а также журналистом, писателем, драматургом, публицистом и эссеистом Альбер Камю (1913–1960), что «культура – это огромная движущая сила». Именно культура объединяет все виды деятельности и все взаимоотношения внутри коллектива кафедры любого вуза, неязыкового в том числе, делая его сплоченным, формируя его имидж, определяя характер отношений к заказчикам в сфере образовательных услуг. Хочется отметить, что сильная культура способна создать то «социально-духовное поле», которое обеспечит высокое качество обучения и усвоения студентами материала, а на кафедре иностранного языка неязыкового вуза – формирование и развитие коммуникативной компетенции.

Что же такое культура и корпоративная культура?

По К. М. Хоруженко, культура – это совокупность социально приобретенных и транслируемых из поколения в поколение значимых символов, идей, ценностей и обычаев, верований, традиций, норм и правил поведения, посредством которых люди организуют свою жизнедеятельность [11].

А. А. Леонтьев в своей работе «Культуры и языки народов России, стран СНГ Балтии» указывает, что культура того или иного народа – это все свойственное именно этому народу способы жизни и деятельности в мире. Сюда входят [5]:

- а) способы и приемы трудовой, производственной деятельности;
- б) нравы, обычаи, ритуалы, особенности общения, вообще все, что касается отношений людей друг с другом;
- в) способы видения и понимания мира.

Культура – это одно из фундаментальных понятий социально-гуманитарного познания [6]. Мы единоклассны с мнением нашего научного руководителя, ведущего отечественного методиста, доктора педагогических наук, профессора Р. К. Миньяр-Белоручева (1922–2000), столетний юбилей которого мы недавно отметили [10], утверждает, что «культура – совокупность духовных ценностей, определяемых через постижение смысла жизни. Способами выражения культуры являются наука, литература, искусство. Приобщение к национальной культуре невозможно без изучения национального языка. Изучение иностранных языков способствует осознанию и национальной, и общечеловеческой культуры» [7]. Общеизвестно, что изучение иностранных языков в отрыве от культурного контекста невозможно. Далекое недостаточно знать язык, необходимо уметь им пользоваться как инструментом/средством межкультурной коммуникации [2]. «Обучение иностранному языку как реальному средству общения

неразрывно связано с соизучением общественной и культурной жизни стран изучаемого языка. История человечества давно засвидетельствовала, что способность одного народа осваивать достижения другого – один из главных показателей жизнеспособности его культуры, очевиднейший индикатор прогресса культуры [8]. Н. В. Барышников утверждает, что овладевая иностранным языком, а следовательно, системой, или, точнее, элементами системы ценностей культуры данного народа, можно предположить и некоторые изменения в поведении обучающихся, по крайней мере в коммуникативном поведении [1].

Корпоративная культура – совокупность моделей поведения, которые приобретены организацией в процессе адаптации к внешней среде и внутренней интеграции, показавших свою эффективность и разделяемых большинством членов организации [4]. Корпоративная культура – это, несомненно, сложный комплекс, включающий в себя общие социальные интересы, убеждения, ценностные ориентации, нормы поведения, способы оценки деятельности, данные в языке определенной терминологии, понятной и разделяемой всеми членами профессорско-преподавательского состава кафедры. Объединяет и сплачивает преподавателей и сотрудников кафедры корпоративный дух, способствующий гармонизации отношений между личными и общими целями, приводящие к общему успеху.

Коллектив кафедры бережно сохраняет уже накопленный годами опыт. Совершенствуются, создаются и развиваются традиции в комплексной подготовке будущих специалистов в сфере финансов и экономики, традиции, основанные на глубоком фундаментальном образовании и сочетании учебного процесса с практикой.

Преподаватели кафедры разрабатывают и используют достижения отечественной и зарубежной высшей школы в совершенствовании новейших педагогических и информационно-коммуникационных технологий в системе образования [3, 9]. А в настоящее время стоит задача освоения преподавателями и использования искусственного интеллекта, технологии технопарка и кванториума в образовательном процессе. Стремление к новому – основа высокой конкурентоспособности членов кафедры, залог успешности развития, как преподавателей, так и кафедры, и вуза в целом. Коллектив кафедры – это команда профессионалов, систематически повышающих свою квалификацию, свое методическое мастерство.

О корпоративной культуре и корпоративном духе кафедры можно судить, а также почувствовать сразу же при входе в помещение: порядок и чистота, оформление, современная мебель, евроремонт, комфорт, культура делового общения, исключая жаргон, сленг, аббревиатуры, внешний вид (одежда и обувь делового стиля) и т. д.

Одной из органических составляющих корпоративной культуры является культура условий и средств труда. Аудитории и кабинеты кафедры оснащены мультимедийными средствами, позволяющими воспроизводить и синтезировать аудио- (речь, музыка и др.), видео- (анимационные ролики, видеофильмы и др.) информацию. Они позволяют моделировать различные ситуации профессиональной или учебной деятельности, приближенные к реальности.



Культуру межличностных отношений на кафедре определяет социально-психологический климат, наличие чувства коллективизма, взаимопомощи, наличие и разделение всеми преподавателями ценностей и убеждений. Культуру управления определяют методы управления, стиль руководства, гуманизм, индивидуальный подход, профессионализм, включая коммуникативную компетентность, применяемые методы стимулирования.

Главная ценность кафедры – студенты. Взаимоотношения и взаимодействия преподавателей внутри кафедры, разного рода деятельность и активность – все подчинено главному интересу – интересу заказчика образования, т. е. нашему студенту. Глобальной/основной целью обучения иностранному языку является формирование и развитие поликультурной языковой личности студента.

Необходимо акцентировать внимание на том, что корпоративная культура кафедры, а также всего вуза оказывает очень сильное положительное воздействие на студентов. Студент и не мыслит «забыть» мусор в аудитории, а также «оставить кому-то на память свои иероглифы» на столе или еще лучше на стене, использовать в речи сниженную лексику, курить в туалетах или около вуза.

Преподаватель кафедры, несомненно, – носитель духовной культуры и лучших традиций отечественной интеллигенции, а также образец для подражания по отношению к студентам, для которых стремление к овладению знаниями является жизненной установкой, заключенной в девизе: «От образования на всю жизнь – к образованию через всю жизнь!»

#### **Литература**

1. Барышников, Н. В. *Методика обучения второму иностранному языку в школе* / Н. В. Барышников. – М., 2003.
2. Жаркова, Т. И. *Культура бизнес-общения : монография* / Т. И. Жаркова, В. С. Елагина. – Челябинск : Изд-во ИИУМЦ «Образование», 2008. – 195 с.
3. Жаркова, Т. И. *Тематический словарь методических терминов по иностранному языку* / Т. И. Жаркова, Г. В. Сороковых. – 3-е изд., стер. – Москва : Флинта : Наука, 2017. – 320 с.
4. *Корпоративная культура [Электронный ресурс]*. – URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki> (дата обращения: 16.12. 2023).
5. Леонтьев, А. А. *Культуры и языки народов России, стран СНГ и Балтии* / А. А. Леонтьев. – Москва, 1998.
6. Маслова, В. А. *Лингвокультурология* / В. А. Маслова. – Москва, 2001.
7. Миньяр-Белоручев, Р. К. *Методический словарь. Толковый словарь терминов* / Р. К. Миньяр-Белоручев. – Москва, 1996.
8. Ойзерман, Т. И. *Существуют ли универсалии в сфере культуры?* / Т. И. Ойзерман // *Вопр. филос.* – 1989. – № 2.
9. Сороковых, Г. В. *Инновации методической науки XXI века* / Г. В. Сороковых, Т. И. Жаркова // *Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность : сб. науч. тр.; X Междунар. науч.-практ. конф. ; Челябинск, 30 апреля 2021 г. / под ред. проф. С. Г. Серикова.* – Челябинск : УралГУФК, 2021. – 372 с. – С. 300–304.
10. Сороковых, Г. В. *Методическое наследие Р. К. Миньяр-Белоручева в новаторских подходах его последователей* / Г. В. Сороковых, Т. И. Жаркова // *Иностр. яз. в шк.* – 2022. – № 4. – С. 18–22.
11. Хоруженко, К. М. *Культурология. Энциклопедический словарь* / К. М. Хоруженко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1997. – 640 с.

## НУТРИТИВНАЯ ПОДДЕРЖКА СПОРТСМЕНОВ С ПРИЗНАКАМИ НАРУШЕНИЯ ВНИМАНИЯ

С. А. Заварухина, И. Ф. Харина

Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия

## NUTRITIONAL SUPPORT FOR ATHLETES WITH SIGNS OF ATTENTION DISORDERS

Svetlana Zavarukhina, Irina Kharina

Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia

В статье проанализированы современные клинические и теоретические аспекты изучения в медицине и психологии синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). Раскрыты основные направления нутритивного сопровождения лиц с патологией внимания. Представлена инфографика по грамотному нутрициологическому сопровождению спортсменов подросткового и юношеского возрастов, имеющих симптомы СДВГ.

*Ключевые слова.* Синдром дефицита внимания и гиперактивности, спортсмены, студенты, нутритивная поддержка, инфографика

Actual clinical and theoretical aspects of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) research in medicine and psychology are analyzed in the article. The main directions of nutritional support for persons with attention pathologies are revealed. An infographic presents competent nutritional support for athletes of adolescence and youth with symptoms of ADHD.

*Keywords.* Attention deficit hyperactivity disorder, athletes, students, nutritional support, infographics

В эпоху информационно-технического прогресса, ускоренного темпа жизни и тотальной виртуализации общения индивидуум вынужден за регламентированное время адаптироваться к реальным социально-бытовым условиям.

Однако новые реалии и социальные обстоятельства усугубляют проблему роста нервно-психических расстройств. Особо остро данная тенденция характерна для подрастающего поколения (дошкольный, школьный и подростковый возраст), когда к личности индивидуума предъявляют высокие требования интеллектуального и поведенческого характера. Самым распространенным пограничным состоянием является синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

СДВГ – психоневрологическое поведенческое расстройство развития, манифестирующее в детском возрасте, влияющее на поведение, эмоции, самоконтроль, мотивацию, способность концентрировать и поддерживать внимание, обучение, сопровождающееся нарушением восприятия информации и стимулов, гиперактивностью, импульсивностью; с перспективой к возникновению академической неуспеваемости, развитию асоциального (девиантного) поведения. По данным Н. Н. Заваденко (2014), примерно у 50% пациентов симптомы СДВГ претерпевают некоторые изменения и остаются во взрослом возрасте. Данная

патология является проблемой не только медицинской, но и педагогической. Диагностика психических расстройств основана на принципах надлежащей клинической практики, включающей объективность и достоверность диагностического исследования, что способствует сопоставимости и воспроизводимости диагностических решений врачей-психиатров, имеющих различный уровень профессионализма и работающих во всем мире [1–6]. Данная объективность и достоверность современных алгоритмов диагностики возможна за счет применения международной классификации болезней (МКБ) и диагностическо-статистического руководства (DSM) и сводит к минимальному риску влияние субъективных факторов, особенно в психиатрии. Поэтому диагностика СДВГ базируется на международных критериях международной классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) и DSM-V (обновленная система диагностических критериев в сфере психического здоровья, применяемая Американской психиатрической ассоциацией). Ключевыми характеристиками СДВГ являются:

- продолжительность симптомов не менее 6 месяцев,
- проявление симптомов в любых жизненных сферах,
- наиболее выражены нарушения в образовательной, профессиональной и социальной сферах,
- исключение других психических заболеваний.

Основные классические симптомы данного расстройства: невнимательность, гиперактивность, импульсивность. Невнимательность проявляется в неспособности сосредоточиться на заданиях, постоянной отвлекаемости и невозможности вернуться к предыдущим действиям, неорганизованности и забывчивости. Гиперактивность демонстрируется в совершении постоянных беспокойных движений, чрезмерной говорливости, нарушении сна. Импульсивность заключается в нетерпении, раздражительности, эмоциональности, вспыльчивости, неуравновешенности. В зависимости от доминирующих симптомов выделяют три клинические формы СДВГ [1–6]:

- комбинированная форма – 50–75%, сочетающая нарушения внимания, гиперактивность и импульсивность,
- СДВГ с преимущественным нарушением внимания – 20–30%,
- СДВГ с преобладанием гиперактивности и импульсивности – 15%.

Диагноз должен быть поставлен врачом на основании трех групп симптомов согласно МКБ-10 и DSM-V, также проводится тщательный дифференциальный диагноз для исключения состояний «имитаторов» СДВГ, особенно в детском возрасте: психические расстройства, индивидуальные особенности личностного развития и темперамента, эндокринные заболевания, эпилепсия, нейроинфекции и т. д. Кроме того, верификация диагноза основывается на динамике состояния с учетом возрастной категории. Взрослые, как правило, имеют диагноз, если он был поставлен в детстве.

Анализируя и обобщая данные научных исследований, можно сказать, что СДВГ является полиэтиологичным нервнопсихическим расстройством.

Обсуждаются несколько теорий этиологии СДВГ [1]:

- генетическая, основанная на мутации генов, с последующим нарушением транспорта нейромедиаторов и чувствительности рецепторов к ним,

- нейробиологическая – нарушение синтеза нейромедиаторов и в результате отсутствие согласованного взаимодействия нервных клеток,
- нейропсихологическая – структурно-функциональная патология гиппокампа, ведущая к нарушению памяти, внимания, эмоций, восприятия,
- нейроанатомическая – нарушение функционирования лобных долей с развитием гиперактивности и полным отсутствием контроля поведения,
- токсико-метаболическая – нарушение гомеостатического и метаболических процессов в результате воздействия солей тяжелых металлов.

Основную роль в патогенезе синдрома отводят генетическим причинам и раннему органическому повреждению ЦНС, а именно, мутации генов, регулирующих обмен дофамина и норадреналина, ответственных за процессы синаптической передачи и согласованную работу нервных клеток, контролирующих внимание и организацию поведения. Дисфункция нейромедиаторов нарушает синаптическую передачу нервного импульса, и вследствие нарушается согласованную работу лобных долей, подкорковых образований и соединяющих их проводящих путей. Современные научно-медицинские исследования подтверждают нарушение функций, управляющих вниманием, – функций переднего мозга (дофаминэргической) и заднего мозга (норадренэргической) систем [1].

Достоверность данного патогенетического фактора в развитии СДВГ доказана положительным эффектом фармакологических препаратов, активирующих секрецию и тормозящих обратный захват нейромедиаторов в пресинаптических нервных окончаниях, что улучшает передачу нервных импульсов. Ряд авторов в основе патогенеза синдрома рассматривает концепцию нарушения активирующей функции ретикулярной формации, связанной с недостаточностью норадреналина и отсутствием адекватной обработки информации, приводящей к чрезмерному восприятию зрительных, звуковых, эмоциональных стимулов, вызывая раздражение, беспокойство, агрессию. Лечение синдрома строится на концепции расширенного терапевтического подхода, предусматривающего не только лекарственную терапию, но и комплексную помощь, объединяющую усилия врачей, психологов, диетологов, педагогов и семьи. Необходимо помнить, что СДВГ не является следствием плохого воспитания, отсутствием полноценной семьи, чрезмерным употреблением продуктов с высоким содержанием сахара и пищевых добавок. СДВГ – это генетическое заболевание, наследуемое от одного родителя, генетическая предрасположенность составляет 70–80%, а сопутствующие коморбидные состояния ухудшают клиническое течение, эффективность лечения и прогноз.

Имея достаточно весомый стаж работы в сфере высшего профессионального образования, именно реализуя дисциплины медико-биологического блока, мы ежегодно замечаем увеличение студентов, имеющих трудности в обучении, поведении и социальной адаптации, что возможно предполагает наличие у них СДВГ, хотя официальных данных о диагнозе нет. По данным Н. Н. Заваденко (2012), установлено, что в подростковом и юношеском возрасте наиболее выражены симптомы нарушения внимания и импульсивности, при этом гиперактивность значительно уменьшается. Характерными являются несамостоятельность, безответственность, трудности в организации и выполнении заданий, низкий уровень академической успеваемости, низкий уровень умственной работоспо-

собности и концентрации внимания, низкий уровень логического мышления. Появляются трудности во взаимоотношениях с одноклассниками, в соблюдении правил поведения, в выполнении требований педагогов [2–3].

Данные студенты имеют слабую психоэмоциональную устойчивость, низкую самооценку и чрезмерную неуверенность в себе. Окружающие характеризуют данных студентов как «странных». Психоэмоциональное состояние – один из важнейших критериев оценки жизни студенческой молодежи. Данное состояние могут усугублять множество субъективных и объективных детерминант: гиподинамический стиль жизни, несбалансированное питание, рост интеллектуальных и коммуникативных нагрузок, экономическая нестабильность и неуверенность в завтрашнем дне, низкий уровень информированности и мотивированности к здоровому образу жизни, внутрисемейные трудности.

Целью нашей работы являются рекомендации по грамотному нутрициологическому сопровождению спортсменов подросткового и юношеского возрастов с симптомами СДВГ, которые представлены в инфографике (рисунок 1)

Во-первых, сбалансированное (адекватное) питание способствует коррекции поведенческих проблем, что помогает сгладить симптомы СДВГ. Согласно патогенезу синдрома, несбалансированное питание и недостаток макро- и микронутриентов, в том числе витаминов (В, Д), фолатов, магния, цинка, приводит к возникновению или усилению симптомов СДВГ вследствие нарушения обмена моноаминовых нейромедиаторов.

Во-вторых, нутрициологическое сопровождение – основа физической работоспособности и достижения спортивных результатов.

Официальных масштабных научных исследований по диетам для лечения СДВГ не проводилось, но сформулированы основные рекомендации при составлении рациона питания: сбалансированное питание по белкам, жирам и углеводам; дополнительное введение витаминов и минералов; ограничение пищевых веществ, ухудшающих состояние при синдроме. Также в мировой практике имеет место так называемая диета из небольшого числа продуктов (few foods diet), основу которой составляют: рис, индюшатина, телятина, салат, груши и вода. Положительные результаты данной диеты были опубликованы в журнале *Lancet* [4].

Основные рекомендации экспертов по базовому питанию, опубликованные в *European Journal of Clinical Nutrition*: продукты с высоким содержанием белка – яйца, мясо, молочные продукты, бобовые культуры, орехи. Недостаток белка при злоупотреблении легко усваиваемыми углеводами, особенно в утренние часы, может спровоцировать эмоциональные и поведенческие расстройства. Для роста и развития организма белок является основным пластическим материалом. Пищевые продукты животного происхождения содержат необходимые при данном синдроме витамины (В<sub>6</sub> и Д) и минералы Fe, Mg, Zn [4].

По данным В. Starobrat-Hermelin, при исследовании витаминно-минерального статуса чаще всего наблюдается дефицит именно этих витаминов и микроэлементов. В рацион питания целесообразно вводить печень, гречу, шпинат и грецкий орех.



Рекомендованы продукты, содержащие омега-3: жирные кислоты – тунец, сельдь, скумбрия, лосось, а также растительные масла первого холодного отжима. Рацион питания, сбалансированный по белку, предотвращает избыточное потребление простых углеводов.

Однако согласно опубликованным результатам метанализа, изучавшему вопрос влияния сахара на гиперактивность у детей, было сделано заключение, что существуют различные категории детей с разной реакцией на сахара и достоверно невозможно исключить негативное влияние сахара на поведение и когнитивные способности детей. Как и белок, сложные углеводы могут предотвратить резкое повышение уровня глюкозы в крови, способствуют большему чувству насыщения, богаты витаминами группы В и клетчаткой. Нормоуглеводная диета – залог адекватного иммунологического статуса организма. В рационе должны присутствовать блюда из цельнозерновой муки и злаков – серые крупы, коричневый рис, хлеб из муки грубого помола, бобовые, зеленые овощи и фрукты. Исследователи считают, что ограничение потребления быстрых сахаров является здоровым выбором, так как это может снизить риск развития «болезней цивилизации».

Специалисты Американской академии педиатрии пришли к выводу, что исключение консервантов и пищевых красителей из рациона питания гиперактивных детей является разумным решением. Это десерты, содержащие искусственные красители, конфетки и чупа-чупсы, жевательные резинки, желейные, мармелад и прочие яркие угощения. Рекомендовано также исключить рафинированные продукты питания: чипсы, картофель фри, пицца, гамбургеры, колбасные изделия. В 2007 году авторитетное медицинское издание *The Lancet* показало, что консервант бензоат натрия (Е 211) усиливает симптомы гиперактивности [4].

В завершение отметим, что многочисленные научные исследования демонстрируют расширенный комплексный подход к коррекции данного состояния: очевидна эффективность лекарственной терапии, но также доказана важность грамотного нутрициологического сопровождения и индивидуально подобранной физической активности для страдающих синдромом дефицита внимания и гиперактивности. Комплексная коррекция должна осуществляться своевременно и иметь сугубо индивидуальный подход.

#### *Литература*

1. Заваденко, Н. Н. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью: диагностика, патогенез, принципы лечения / Н. Н. Заваденко // *Вопросы практической педиатрии*. – 2012. – Т. 7. – № 1. – С. 54–62.

2. Харина, И. Ф. Практико-ориентированный подход выбора вида спорта для лиц с признаками синдрома дефицита внимания и гиперактивности. Сообщение 1. Анализ опроса тренеров / И. Ф. Харина, С. А. Заварухина // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2021. – № 9(199). – С. 390–396.

3. Харина, И. Ф. Спорт – среда социальной адаптации лиц с патологией внимания / И. Ф. Харина, Е. В. Быков, О. А. Макунина // *Современные подходы к формированию процесса непрерывной реабилитации в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ: актуальность, опыт и перспективы развития* : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Челябинск, 28 сентября 2022 года. – Челябинск : Уральский государственный университет физической культуры, 2022. – С. 185–189.

4. Christiansen, L. *Effects of Exercise on Cognitive Performance in Children and Adolescents with ADHD: Potential Mechanisms and Evidence-based Recommendations* / L. Christiansen, M. M. Beck, N. Bilenberg, J. Wienecke, A. Astrup, J. Lundbye-Jensen // *J Clin Med.* – 2019 Jun 12;8(6):841.
5. Hattabi, S. *Rehabilitation of ADHD children by sport intervention: a Tunisian experience* / S Hattabi, M Bouallegue, Yahya H Ben, A. Bouden // *Tunis Med.* – 2019 Jul;97(7):874-881.
6. Stewman, C. G. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Unique Considerations in Athletes* / C.G. Stewman, C. Liebman, L. Fink, B. Sandella // *Sports Health.* – 2018. – V. 10(1). – P. 40–46.

## **ПИЩЕВОЙ ПАТТЕРН КАК ВЕДУЩИЙ ФАКТОР РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ**

**С. А. Заварухина, И. Ф. Харина**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **NUTRIENT PATTERN AS A MAIN FACTOR OF ATHLETES' PHYSICAL CAPACITY**

**Svetlana Zavarukhina, Irina Kharina**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

Рассмотрена роль пищевого паттерна как основного фактора адекватного функционального состояния и физической работоспособности спортсменов. Обоснована необходимость управления пищевым поведением на основе самоанализа пищевого рациона и пищевой ценности, потребляемых нутриентов. Сформулированы основные позиции ранней диагностики признаков дефицита энергии у спортсменов. Актуализирована нутритивная грамотность как условие спортивной работоспособности и долголетия спортсменов.

*Ключевые слова:* пищевой паттерн, спортсмен, пищевой (нутритивный) статус, базовый рацион, энергетический баланс, дефицит энергии, физическая работоспособность.

The role of the nutrient pattern as the main factor in the adequate functional condition and physical capacity of athletes is examined. The need to manage nutrient behavior based on self-analysis of the diet and nutritional value of consumed nutrients is confirmed. The main positions of early diagnosis of athletes' energy deficiency signs are formulated. Nutritional competence is actualized as a condition for physical capacity and longevity of athletes.

*Keywords:* nutrient pattern, athlete, nutritional status, basic diet, energy balance, energy deficiency, physical capacity.

Все в нашей жизни имеет тенденцию к изменению и оптимизации, что неизбежно касается и сферы спортивной деятельности. Современная подготовка в спорте, особенно профессиональном, характеризуется значительными по интенсивности и объему тренировочными и соревновательными нагрузками, близ-



кими, а иногда превышающими пределы функциональных возможностей организма и сопровождающимися высоким уровнем эмоционального стресса. Такие нагрузки способствуют мобилизации функциональных резервов организма, стимулируют развитие адаптационных механизмов, улучшают эргогенные качества спортсменов и уровень тренированности, а в целом и спортивный результат. Сохранение и повышение уровня здоровья спортсмена во время спортивной карьеры в условиях предельной мобилизации его функциональных возможностей и после ее окончания является одной из актуальных задач спортивной медицины. Важную роль в сохранении здоровья и повышении физической работоспособности, ускорении процессов восстановления, предотвращении утомления принадлежит пищевому паттерну – фактору в системе средств и методов, обеспечивающему развитие и совершенствование физических качеств, достижения оптимального уровня физической и функциональной подготовленности спортсмена. На сегодняшний день не все спортсмены осознают и понимают правильность выбора адекватного сбалансированного базового рациона питания и как следствие развитие дефицита энергетических субстратов и нарушения функционального состояния организма спортсменов [1–3].

Достоверно известно, что чрезмерно интенсивные или длительные физические нагрузки уже создают условия для нестабильности энергетического баланса – относительной энергетической недостаточности (ОЭН) – отрицательная разница между поступлением энергии с пищей и ее расходом в течение дня. Данное состояние усугубляется пищевым паттерном. Паттерн – наш шаблон поведения, определенный стереотип, то, как мы привыкли действовать, не задумываясь и не отдавая себе отчета. Паттерны есть во многих областях жизни, в том числе в диетологии. В обзорах литературы освещаются современные представления о пищевых паттернах, обозначающих осознанное пищевое поведение, базовый рацион питания, пищевые предпочтения, количественные и качественные методы оценки потребления пищи.

Пищевой паттерн – рассчитанное по калорийности и нутриентному составу базовое питание с учетом возраста, пола, антропометрических показателей и без учета коэффициента двигательной активности (физических нагрузок) создает энергетический дефицит [1–4].

Ведущим пищевым паттерном, сформированным в спортивной практике, согласно анализу литературы является дефицит потребления энергии, макро- и микроэлементов, что соответствует нарушению первого закона теории адекватного питания – несоответствия равновесия между поступающей с пищей энергией и энергетическими затратами организма спортсмена. Причины, приводящие к развитию нарушений энергетического баланса, различны в зависимости от вида спорта. В циклических видах спорта, требующих выносливости, главную роль в развитии энергодефицита играют объем и длительность тренировок, а в видах спорта, учитывающих весовые категории, доминируют диетические ограничения и нарушения пищевого поведения.

В работах E. Michoroulou и соавт. (2011) проведено сравнительное исследование потребления пищи и энергетического баланса у профессиональных

спортсменов различных видов спорта: эстетических, игровых (футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, гандбол) и соревновательных дисциплинах с проявлением силовой выносливости (бодибилдинг, пауэрлифтинг, стронгмен, тяжелая атлетика), – и отмечается недостаток поступления белков, жиров и углеводов, пищевых волокон, воды, кальция, фосфора, витаминов А, Д, Е, К, выявлен дефицит поступления энергии в течение суток до 400 ккал, ассоциирующийся с повышением уровня кортизола и снижением уровня тестостерона и наблюдающийся преимущественно при исходно пониженном уровне базового метаболизма (М. К. Torstveit et al., 2018). Дефицит поступления энергии более 200 ккал/день, постепенно накапливаясь, уже ведет к негативным последствиям. Отсутствие систематического контроля над балансом поступления и расхода энергии и макронутриентов влечет за собой риск развития малнутриции, приводящей к клинически значимым изменениям функционирования гипоталамо-гипофизарной системы регуляции, развитию гормональных нарушений, нарушений репродуктивной функции, остеопорозу, замедленным процессам восстановления и развитию острой или хронической усталости, в более общем виде – синдрому перетренированности.

Малнутриция – распространенное понятие в спорте, отражающее недостаточное поступление энергии и нутриентов в организм и приводящее к нарушению нутритивного статуса. Диагноз малнутриции ставится при наличии одного из диагностических критериев: снижение ИМТ – менее 18,5 и (или) комбинации потери веса со снижением ИМТ или снижением безжировой массы тела, в зависимости от пола. Малнутриция – результат несбалансированного поступления нутриентов и (или) их нарушенного усвоения при синдроме раздраженного кишечника, часто встречающегося у спортсменов. Малнутриция нарушает физиологические функции, замедляет восстановительные и адаптационные процессы. Скрининг риска малнутриции состоит из доказательных диагностических мероприятий, включающих оценку антропометрических, биохимических, клинических показателей, оценку базового рациона питания и величины суточного поступления энергии с учетом тренировочной и соревновательной активности спортсмена и проводится сертифицированным медицинским персоналом. Начальным звеном в диагностике малнутриции является определение нутритивного статуса спортсмена [1].

Мониторинг антропометрических данных проводится согласно международным валидированным протоколам, учитывающим стандарты антропометрической оценки, рекомендованные Международным обществом усовершенствования кинантропометрии и ВОЗ. Аналогичным образом рассчитывается соматотип спортсмена, отражающий его индивидуальное морфологическое строение. Энергетические потребности спортсмена определяются с помощью универсальных уравнений для расчета уровня основного обмена в покое с учетом физической активности. Рекомендуемое среднесуточное поступление энергии составляет от 33 ккал/кг до 67 ккал/кг. Гидратационный статус спортсмена состоит из комплексной оценки состава тела, показателей крови и мочи.

Биохимические исследования чрезвычайно важны в оценке нутритивного статуса (НС): определяют уровень витаминов, макро – и микроэлементов, контролируют показатели углеводного, белкового, липидного обменов, гормональный и стероидный модули, гематологический профиль, биохимические маркеры функции печени и почек. Достоверная оценка нутритивного статуса (НС) необходима для оптимизации физической готовности спортсмена, улучшения морфологической структуры тела, ускорения процессов восстановления, сохранения и укрепления общего здоровья, определения базового рациона и его коррекции с учетом целей и задач тренировочного и соревновательного периодов [1–5].

При оценке НС следует учитывать вид спорта, период и этап подготовки, уровень квалификации спортсмена.

Детальная оценка последствий относительного энергетического дефицита в женском спорте в рамках «женской спортивной триады» дана в 2014 году в консенсусе МОК: синдром, включающий нарушение пищевого поведения (анорексия, булимия), гормональные и метаболические нарушения (гипоталамическая аменорея, быстрая потеря жировой массы тела) и нарушения фосфорно-кальциевого обмена (остеопороз). В последующих исследованиях аналогичные нарушения функционального состояния, связанные с энергетическим дефицитом, выявлены у мужчин-спортсменов. К осложнениям триады относят: снижение физической работоспособности, иммунологической реактивности, анемию, синдром хронической усталости, нарушение функций ЖКТ, ССС, депрессию, высокий риск получения травм. Острая энергетическая недостаточность – интегральный показатель [1, 3, 6, 7]. Последствия энергетического дефицита сказываются на физической работоспособности, психоэмоциональном состоянии, репродуктивной функции, вызывают нарушения процессов ремоделирования костной ткани, снижают функцию щитовидной железы, сердечно-сосудистой и иммунной систем, негативно влияют на липидный профиль и эндотелиальную дисфункцию [1, 3].

Методы коррекции дефицита энергии прежде всего предусматривают индивидуализированный сбалансированный базовый рацион питания, по необходимости сочетающийся с нутритивно-метаболической поддержкой [1, 2]. В реальных условиях спорта высших достижений, по данным научных исследований, энергетический дефицит, способствующий формированию метаболических нарушений и отрицательно влияющий на формирование эргогенных качеств спортивной работоспособности и долголетие спортсменов, диагностируется у 43% представителей различных видов спорта [1, 2]. Несомненно, сбалансированный базовый рацион питания и тщательно подобранная индивидуализированная нутритивно-метаболическая поддержка – индикатор эффективности физической работоспособности и показатель последующего позитивного ремоделирования организма спортсмена.

Для ранней диагностики признаков дефицита энергии у спортсменов следует сконцентрироваться на следующих позициях [1–5]:

1) оценке энергетического баланса (поступление калорий и их расход) с постоянной верификацией на основе поддержания постоянного веса, общего состояния здоровья и оптимальной физической формы;

2) соответствие потребления нутриентов специфике физических нагрузок (виду спорта и отдельных соревновательных дисциплин), энергетической направленности и интенсивности тренировочных занятий и сезонным факторам;

3) направленная коррекция базовой диеты при несоответствии потребностей и потребления, выявление дефицитов;

4) оценка водно-электролитного баланса, степени гидратированности организма спортсмена в покое и в период тренировок и соревнований;

5) повышение информированности и грамотности спортсменов и тренеров в вопросах нутрициологического обеспечения, проведение обучающих мероприятий по оценке и контролю нутриционного статуса;

б) анализ и коррекция пищевого паттерна.

Резюмируя вышесказанное, отметим, что пищевой паттерн спортсмена, с точки зрения спортивной нутрициологии, является ключевым инструментом пищевой практики для повышения уровня самоанализа своего пищевого рациона, пищевого поведения и выявления факторов, определяющих это поведение. Спортсмену необходимо научиться сопоставлять пищевую ценность и количество потребляемых нутриентов, корректировать соотношение белков, жиров и углеводов в зависимости от целей и задач тренировочного и соревновательного процессов, объем и частоту приемов пищи, это будет способствовать улучшению пищевого (нутритивного) статуса в прямой ассоциации с адекватным энергетическим балансом и спортивными результатами.

#### **Литература**

1. Беляева, М. А. Организация спортивного питания в Российской Федерации / М. А. Беляева, Д. А. Прусова // *Пищевая промышленность*. – 2019. – № 11. – С. 84–87.

2. Брель, Ю. И. Клинические аспекты нарушения энергетического баланса при физических нагрузках / Ю. И. Брель // *Проблемы здоровья и экологии*. – 2019. – №1. – С. 4–9.

3. Влияние пищевых паттернов на формирование различных вариантов синдрома избыточного бактериального роста в тонкой кишке и эффективность проводимой терапии / В. И. Пилипенко, В. А. Исаков, С. В. Морозов [и др.] // *Терапевтический архив*. – 2019. – Т. 91, № 10. – С. 82 – 90. – DOI 10.26442/00403660.2019.10.000496.

4. Дмитриев, А. В. Спортивная нутрициология / А. В. Дмитриев, Л. М. Гунина – Москва : Спорт, 2020. – 640 с.

5. Рыбина, И. Л. Лабораторные маркеры контроля и управления тренировочным процессом спортсменов: наука и практика. / И. Л. Рыбина, Л. М. Гунина; под общ. ред. Л. М. Гуниной. – Москва : Спорт, 2021. – 376 с.

6. Marquez, S. Energy availability, menstrual dysfunction and bone health in sports; an overview of the female athlete triad / S. Marquez, O. Molinero // *Nutr Hosp*. – 2013. – No 28(4). – P. 1010–1017. doi: 10.3305/nh.2013.28.4.6542.

7. Mountjoy, M. The IOC consensus statement: beyond the Female Athlete Triad – Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S) / M. Mountjoy, J. Sundgot-Borgen, L. Burke et al. // *Br J Sports Med*. – 2014. – No 48(7). – P. 491–497. doi: 10.1136/bjsports-2014-093502.

## **ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ОБОСНОВАНИЯ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ В ВОДНОМ ПОЛО**

**Е. В. Звягина**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **POSSIBILITIES OF PHYSIOLOGICAL RATIONALE FOR THE MANIFESTATION OF AGGRESSION IN WATER POLO**

**E. V. Zvyagina**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

Рассмотрены физиологические основы проявления агрессии, разные виды проявления агрессии в игровом пространстве, определены проблемы оценки агрессии как игровой формы поведения.

*Ключевые слова:* агрессия, физическая агрессия, инструментальная агрессия, проактивная агрессия, водное поло.

The physiological basis of the manifestation of aggression, different types of manifestation of aggression in the gaming space are considered, and the problems of assessing aggression as a gaming form of behavior are identified.

*Keywords:* aggression, physical aggression, instrumental aggression, proactive aggression, water polo.

Актуальность. Вопросы влияния спортивной деятельности на поведенческие паттерны являются актуальными и противоречивыми. С одной стороны отмечается генетическая предрасположенность, витальная программа (П. В. Симонов) проявления агрессивного поведения (гипоталамус, миндалина, сила нервной системы, темперамент, агрессивная мимика), с другой стороны, деятельностное погружение может вызывать определенную степень проявления поведения, эмоций, агрессии, которая в рамках конкретного игрового отрезка будет трактоваться как акт агрессии. В большинстве случаев, это касается тех видов спорта, где доминирующей стратегией является физическая эмансипация, в частности игровые виды спорта (водное поло).

Водное поло это игровой, контактный вид спорта, рациональная форма противостояния в котором включает как проявление направленной активной агрессии – нападение, так и пассивной – защиты. Таким образом, возникает вопрос о степени легитимности агрессии, а также разграничении данных видов и понятий. Обратим внимание и на то, что в разных источниках конкретный вид агрессии имеет определенные сопряженные типы поведения: ярость, «боевой азарт», снижение болевой чувствительности при активном акте агрессии, страх, тревожность при пассивном [2].

В общедоступных интерпретациях понятие агрессивное поведение определяется как взаимодействие одного объекта деятельности, доминантно направ-

ленное на другой объект с причинением вреда последнему [1–7]. Однако в спортивной деятельности без направленных действий агрессивного характера иногда невозможно достичь поставленной цели.

Агрессивное спортивное поведение является сложной энергетически затратной формой проявления. В норме реализация функциональной системы агрессии включается, когда нет возможности иного решения проблемы, в спорте достаточно внешнего проявления и отсутствие нужного результата, чтобы прийти к решению включения системы агрессии в поведении. Причем центры агрессии составляют активную конкуренцию центрам страха, то есть избегания чрезмерных форм проявления.

Спортивная игровая деятельность является адекватным стресс-фактором, так как имеет ограничения правилами и/или находится под контролем когнитивных функций, уровень кортизола и тестостерона возрастает в соответствии запланированной психофизической нагрузке [2, 7]. Это обеспечивает запуск каскада реакций, обеспечивающих наработку в нервной ткани нейромедиаторов, способствующих реализации нейродинамического компонента.

**Цель** – оценить уровень различных видов агрессии юных ватерполистов.

**Методология.** Исследование проводилось на базе областной спортивной школы по водным видам спорта и лаборатории кафедры физиологии Уральского государственного университета физической культуры (г. Челябинск), отделение водного поло. Под наблюдением находились 50 спортсменов-ватерполистов. Их средний возраст составил  $14 \pm 1,23$  года. Компонент спортивной агрессии (физической и вербальной) оценивался по методике Басса-Перри [3]. Испытуемым предлагалось ответить на 29 утверждений, выбрав ранг от 1 – «совсем не характерно» до 5 – «характерно».

**Результаты.** В таблице представлены данные по физической и вербальной агрессии команды ватерполистов в зависимости от игрового амплуа.

Таблица 1 – Средние значения видов агрессии ватерполистов различных амплуа

Агрессия	Игровое амплуа	Среднее значение $\pm$ среднее квадратическое отклонение, максимальное и минимальное значение			
		M $\pm$ SD	min	max	p
физическая	защитник	29 $\pm$ 5	19	45	P <sub>Нападающий – вратарь</sub> = <b>0,023*</b>
	нападающий	40 $\pm$ 5	15	59	
	универсал	27 $\pm$ 3	13	35	P <sub>Нападающий – Универсал</sub> = 0,020
	вратарь	28 $\pm$ 5	16	48	
вербальная	защитник	16 $\pm$ 1	7	25	0,635
	нападающий	16 $\pm$ 2	7	24	
	универсал	14 $\pm$ 6	5	20	
	вратарь	15 $\pm$ 6	6	23	
	нападающий	15 $\pm$ 3	7	22	
	универсал	10 $\pm$ 1	5	18	
	вратарь	12 $\pm$ 1	6	21	

Физическая агрессия параметрически наиболее выражена у нападающих ( $40 \pm 5$ ), наименее – у «универсалов» ( $27 \pm 3$ ) при  $p_{3-4} = 0,020$ . Определены значения физической агрессии для «защитников» ( $29 \pm 5$ ) и «вратарей» ( $28 \pm 3$ ), между

которыми не выявлено статистически значимых отличий. Однако подтверждена достоверность различий амплуа «нападения» и «вратарь», что составило  $P_{3-1}=0,023$ . Таким образом, вектор игровой агрессии отражает внешние конструкты игрового амплуа (атакующие действия, сопротивление, доминирование). Такой игровой вид агрессии следует отнести к инструментальной агрессии (недеструктивная) – как средство достижения заданной, запланированной цели, то есть преднамеренная агрессия. Данный вид агрессии минимизирует фрустрированные реакции и является продуктом научения, тренированной реакции паттернов поведения [1–6]. Вербальный вид агрессии отмечен во всех амплуа на среднем уровне, и не имел достоверных отличий.

По мнению А. Н. Ленца, базовым фактором в формировании типовых агрессивных действий спортсмена является риск принятия решений в условиях усложнённого психологического контроля за быстро меняющимся информационным полем и техникотактическими действиями. Для каждого вида спорта количество типологических ситуаций зависит от арсенала технико-тактических действий атлета [6]. Культуру игровой деятельности ватерполистов можно охарактеризовать следующим образом: специфический способ деятельности команды игроков, направленный на демонстрацию умений, навыков и личностно-командных качеств, проявления которых регламентируются правилами игры и реализуются в рамках этических требований социокультурных традиций.

Таким образом, следует отметить, что спортивная агрессия является социально одобряемая и, следовательно, физиологически легитимна при реализации в игровом пространстве, при подготовке к состязаниям, включение гормональных механизмов азарта, эмоций, двигательной активности, командного «духа», снижает болевую чувствительность.

Следующим этапом исследования предполагается рассмотреть зависимость уровня агрессии и игровой эффективности, а также провести анализ вопроса о том, как меняется уровень агрессии с ростом профессионализма игрока.

#### *Литература*

1. Драндров, Г. Л. Место и роль агрессивности и агрессии в спортивной деятельности / Г. Л. Драндров // *Общество: социология, психология, педагогика*. – 2023. – № 8. – С. 100–105. – Режим доступа : <https://doi.org/10.24158/spp.2023.8.13>.
2. Дубынин, В. Мозг и его потребности: От питания до признания / В. Дубынин. – Москва, 2022. – С. 343–387.
3. Компьютерная психологическая диагностика. – URL: <https://cpd-program.ru/methods/bpaq.htm> (дата обращения 16.11.2023).
4. Марищук, Л. В. Проявление нормативной агрессии в современном баскетболе (на примере игры баскетболистов Беларуси и Китая) / Л. В. Марищук, А. А. Быкова, Яо Кан // *Прикладная спортивная наука*. – 2017. – №2 (6). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-normativnoy-agressii-v-sovremennom-basketbole-na-primere-igry-basketbolistov-belarusi-i-kitaya> (дата обращения: 16.11.2023).
5. Маркелов, И. П. Проблема агрессивного поведения в спорте / И. П. Маркелов // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация*. – 2017. – Т. 2, № 2. – С. 121–125.
6. Розенфельд, А. С. Агрессия и мораль в социокультурном пространстве спортивной деятельности / А. С. Розенфельд, К. А. Рямова, Г. В. Степин // *Человек. Спорт. Медицина*. – 2023. – Т. 23, № S1. – С. 76–84. – DOI: 10.14529/hsm23s111
7. Сафонов, В. К. Проявления агрессии в поведении спортсменов и неспортсменов / В. К. Сафонов // *Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология*. – 2012. – №2. – URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/proyavleniya-agressii-v-povedenii-sportsmenov-i-nesportsmenov>  
(дата обращения: 16.11.2023).

8. Сергеев, О. М. Психологический настрой и агрессия в спортивном бою / О. М. Сергеев // Ученые записки университета Лесгафта. – 2008. – №4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskii-nastroy-i-agressiya-v-sportivnom-boyu> (дата обращения: 16.11.2023).

## **ПРИМЕНЕНИЕ И ВОЗМОЖНОСТИ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИЧЕСКИХ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «ФИТНЕС-АЭРОБИКА»**

**О. А. Иваненко**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **APPLICATION AND POSSIBILITIES OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN PRACTICAL AND INDEPENDENT ACTIVITIES OF STUDENTS OF SPECIALIZATION "FITNESS-AEROBICS"**

**Oksana Ivanenko**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В статье обсуждаются необходимость и возможности применения цифровых инновационных технологий в процессе формирования профессиональных компетенций в рамках практических и самостоятельных занятий у обучающихся специализации «фитнес-аэробика».

***Ключевые слова:** обучающиеся, инновационные цифровые технологии, профессиональная компетентность «фитнес-аэробика»*

The article discusses the need and possibilities of using digital innovative technologies in the process of developing professional competencies within the framework of practical and independent studies for students specializing in fitness aerobics.

***Keywords:** students, innovative digital technologies, professional competence "fitness aerobics"*

Концепция цифровой государственной системы управления и подготовки в сфере физической культуры и спорта разработана в Российской Федерации на период 2019–2024 г.

Наиболее ёмкая трактовка термина «педагогическая технология» приводится у С. В. Савина, О. Н. Степановой, где под технологией понимается целостная совокупность последовательных действий, операций и процедур, направленных на достижение поставленной цели и гарантированно приводящих к запланированному результату. Под профессиональной компетенцией принято понимать совокупность профессиональных знаний, умений, навыков, способов выполнения деятельности. Многие авторы указывают на то, что, профессиональная компетентность это опыт практической деятельности, эффективность которой зави-



сит в том числе от физической, психологической подготовленности обучающихся, а не только комплекс компетенций [2].

В тоже время, по мнению Е. Г. Сайкиной «...содержание тренировочного процесса, методика обучения основам техники упражнений, развитие основных и специальных двигательных способностей спортсменов требует переосмысления, оптимизации, современного подхода, поиска новых технологий», в том числе сквозных и цифровых [2]. Применение цифровых инновационных, технологий способствует повышению эффективности тренировочного процесса, развитию креативных способностей, интереса к занятиям физической культурой и спортом, позволяет успешно адаптироваться в сложной обстановке, а владение инновационными и цифровыми технологиями для решения возникающих задач, позволяет оставаться востребованным специалистом, готовым к различным экономическим условиям [1, 3]. В процессе формирования компетенций реализуются программы преподавания дисциплин «Теория и методика избранного вида спорта», «Профессионально-спортивное совершенствование», «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта», «Фитнес-технологии в спорте». Применение сквозных технологий, цифровых инструментов (MyFitnessPal, Heeriffy, Excel, Sleep Cycle Alarm Clock, Medisafe, Moves, Gym Boom, GymUp, платформ и приложений, онлайн калькуляторов и других сервисов) расширяет арсенал технических средств в процессе обучения и повышения физической подготовленности обучающихся.

На основе ретроспективного анализа данных научно-методической и специальной литературы было выявлено, что в образовательном процессе востребованы следующие технологии [4]:

- телекоммуникационная технология (обеспечение взаимодействия преподавателя и обучающихся с использованием глобальных и локальных сетей; средств спутниковой передачи данных, телевещания; доступа к информационным ресурсам, цифровым библиотекам, видеолекциям);

- интернет-технология (передача информации дистанционно, с использованием локальных, глобальных компьютерных сетей);

- кейсы (одна из форм дистанционного обучения, с использованием носителей информации – наборов учебно-методических комплексов).

Таким образом, актуализируются разработки, направленные на формирование умений самостоятельно находить информацию, анализировать и решать вновь возникающие профессиональные задачи, конкретные компетенции, в том числе с применением цифровых технологий.

**Цель исследования:** изучить возможности применения цифровых технологий в процессе практических и самостоятельных занятий и повышения физической, функциональной подготовленности обучающихся по специализации «фитнес-аэробика».

**Организация и методика работы.** В исследовании приняли участие обучающиеся (УралГУФК) в количестве 20 человек (1–4 курс) в возрасте от 18 до 22 лет. Для оценки результатов исследования применяли следующие методы: анализ и обобщение данных научно-методической и специальной литературы, анализ онлайн-систем тестирования для фитнеса и спорта, педагогические кон-

трольные испытания для оценки физической и функциональной подготовленности обучающихся.

**Результаты исследования.** Результаты исследования показали, что дистанционные технологии предоставляют новые возможности для доступа к цифровым инструментам, платформам и сервисам. Обучающиеся получили способы расширить возможности для саморазвития и самосовершенствования, повысить интерес к образовательному процессу. Применение дистанционных технологий в процессе обучения формируют информационные компетенции у обучающихся, позволяют оптимизировать организационные процессы, помогают реализовывать индивидуальные образовательные траектории студентам, совершенствовать системы дополнительного образования и повышения квалификации.

Обучающиеся, помимо приобретения компетенций, повышают и поддерживают свою физическую и функциональную подготовленность при прохождении курса дисциплин «Теория и методика избранного вида спорта», «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта «Профессионально-спортивное совершенствование», «Фитнес-технологии в спорте», ЭК «фитнес-аэробика». В ФГОС представлены компетенции, которые предполагают хорошую физическую подготовленность, а также способствуют приобретению информационных навыков у обучающихся. В том числе с помощью применения современных цифровых, информационных сквозных технологий.

Материал образовательного процесса размещен в электронную систему ЭИОС (электронная информационная образовательная среда УралГУФК ([eios.uralgufk.ru](http://eios.uralgufk.ru)), виртуальная обучающая платформа университета для дистанционного формата обучения.

В рамках проведения практических и самостоятельных занятий по дисциплинам «Теория и методика избранного вида спорта», «Профессионально-спортивное совершенствование», «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта», «Фитнес-технологии в спорте» возможно и целесообразно применять следующие технологии:

– платформы для проведения консультаций, вебинаров, лекций онлайн-занятий: ZOOM, jazzsber, Yandex telemost;

– ЭИОС – электронная информационная образовательная среда УралГУФК ([eios.uralgufk.ru](http://eios.uralgufk.ru));

– корпоративная электронная почта УралГУФК. Активно используется обучающимися для сдачи полученных заданий;

– электронные ресурсы – Руконт, eLIBRARY.RU, ibooks.ru, Znanium.com, base.garant.ru, ibooks.ru (информация официальных сайтов министерств спорта и образования, федерации фитнес-аэробики России, гарант);

– технологии беспроводной связи (<https://ntcontest.ru/tracks/nto-student/tekhnologii-besprovodnoy-svyazi-students/>), умные устройства: колонки, фитнес трекеры, браслеты;

– цифровые инструменты: практические и интерактивные занятия с использованием интернет ресурсов для решения профессиональных задач, (официальные сайты министерств спорта и образования, ведомств, федерации фитнес-аэробики России, гарант, возможности применения современных сквозных технологий, цифровых инструментов – Руконт, eLIBRARY.RU, ibooks.ru,

Znanium.com, и других электронных ресурсов по ЗОЖ, проблемам укрепления, сохранения здоровья человека;

- с целью рекреации, сохранения здоровья (используемые технологии: цифровые инструменты – Jefit, Gym Boom, GymUp, GymApp, FitProSport; искусственный интеллект, нейротехнологии, технологии виртуальной (VR), дополненной реальностей (AR);

- приложения для подбора упражнений, самостоятельных занятий и тестирования в фитнесе; (Health-приложения, Fitstars MyFitnessPal (используемые технологии – технологии беспроводной связи; цифровые инструменты – Health-приложения, Fitstars. Nike Training Club – приложения для самостоятельных занятий и тестирования в фитнесе MyFitnessPal;

- платформы Veesport– тестирование показателей ОФП, СФП, тестирование развития физических качеств, уровня подготовленности (силы, гибкости, выносливости и др.); исследование функциональных систем организма занимающихся возможно применение платформ Forte, Jefit, приложений Health-приложения – Keelo Fitstars. Nike Training Club, CrossfitMe

- для оценки психоэмоционального состояния онлайн: fizkulturaisport.ru, Polar Flow; Лаборатория физической культуры и практической психологии; ментальной и интеллектуальной составляющей в спорте Forte, Jefit; тестирования – <http://www.self-master-lab.ru/about/history.html>; онлайн-приложение для планирования и отслеживания тренировок, активности и сна – <https://flow.polar.com>; лаборатория физической культуры и практической психологии;

- социальные сети: VK (сервисы музыка); для подбора музыкального сопровождения и упражнений; приложения: Roch MyRun, Fit Radio;

- для анализа и статистической обработки спортивно-педагогических исследований цифровые инструменты: Excel, онлайн калькуляторы – Medstatistic.ru, Mindbox.ru для расчета статистических критериев достоверности результатов;

- сервисы supa, infogram, padlet для создания презентаций;

- контроль и его формы (мониторинг физической, функциональной подготовленности, психологического состояния обучающегося, презентация цифровые инструменты – Supa, Infogram, Padlet).

- самостоятельные занятия физическими упражнениями, самоконтроль вспомогательные средства (презентации, задания, рекомендации для практических и самостоятельной занятий : технологии беспроводной связи; цифровые инструменты;

- платформы Forte, Jefit, приложения Health, Keelo Fitstars. Nike Training Club, CrossfitMe – для подбора упражнений, самостоятельных занятий и тестирования в фитнесе). Примерное задание: подобрать блок тестов, соответствующих полу, возрасту, подготовленности занимающихся (согласно теме ВКР), рассчитать среднegrupповые значения, результаты представить в виде таблиц, презентаций. Использовать онлайн калькулятор, например Statgrafiks, фитнес-трекеры, приложения, представить в виде презентаций, используя сервисы supa, infogram на выбор студента.

В ходе анализа онлайн-систем тестирования для фитнеса и спорта было выявлено большое количество онлайн-приложений и фитнес-трекеров, анализиру-

ющих следующие показатели: ЧСС, расход калорий, продолжительность, интенсивность тренировок, мощность, максимальная аэробная способность, МПК, темп, скорость, дистанция, мышечная нагрузка, максимальная высота, подъем и спуск в метрах/футах. Большинство онлайн-приложений измеряют показатели физической активности, позволяющие корректировать тренировочный процесс и физическую подготовленность. Самыми распространенными являются: Polar Flow, RunKeeper, Adidas Running, Strava, Nike Run Club.

Было выявлено, что обучающиеся активно используют для самостоятельных занятий, повышения физической и функциональной подготовленности различные приложения и сервисы.

Для оценки физической и функциональной подготовленности применялись традиционные средства и методы.

Для оценки физической работоспособности обучающихся, которая во многом зависит от состояния сердечно-сосудистой системы, проводили «Гарвардский степ-тест», который показал, что большинство студентов имеют средний – 40% и хороший – 33% уровень работоспособности.

Для оценки функционального состояния дыхательной системы проводились пробы с задержкой дыхания на вдохе (проба Штанге) и на выдохе (проба Генча). Данные пробы позволяют судить о функциональном состоянии всей кислородно-транспортной системы, деятельность которой зависит от удельной жизненной емкости легких, от состояния сердечно-сосудистой системы, от кислородной емкости крови, которая, в свою очередь, зависит от содержания гемоглобина, от устойчивости центральной нервной системы и гипоксии. При выполнении задержки дыхания на вдохе у большинства студентов 47% соответствует значению «хорошо». При выполнении задержки дыхания на выдохе мы наблюдаем следующее: оценку «отлично» получили 27% студентов, оценку «хорошо» 33% студентов. Это говорит либо о состоянии утомления органов дыхания, либо о недостаточном развитии дыхательной системы.

Для оценки уровня физической подготовленности студентов обоих вузов мы использовали контрольные упражнения, рекомендованные Федерацией фитнес-аэробики России. При выполнении упражнения «сгибание-разгибание рук в упоре лежа» студенты показали следующие результаты: более 22 раз выполнили «отжимание» 27% студентов и получили высокую оценку. Оценка «отлично» 27%, оценку «хорошо» – 13%. Это говорит о достаточном уровне развития силы мышц рук.

Анализ результатов, полученных при выполнении контрольного упражнения, оценивающего силу мышц живота, показал отличный и хороший уровень. Наибольший интерес у студентов вызвало упражнение «прыжок вверх у стены», показатели скоростно-силовой работы мышц ног. Прирост результатов акцентировался в районе 30–35 см – 54%.

Наиболее простым упражнением оказалось «приседание у стены с опорой» для оценки силовой выносливости мышц ног. Продолжительность выполнения упражнения две минуты и более показали 53% студентов.

Таким образом, результаты исследования показали высокий и «отличный» уровень физической подготовленности и средний уровень функционального состояния обучающихся, что подтверждает успешность реализации технологий.

Результаты опроса выявили: опрошенные отметили важность включения в учебный процесс дистанционных и электронных, цифровых технологий.

В тоже время, как отметили более 80%, дистанционный формат дает возможность выбрать вид физических упражнений и заниматься вне зависимости от места, времени, творчески выполнять самостоятельные задания, учитывать мотивацию.

Отношение обучающихся к применению дистанционных технологий по представленным дисциплинам: 90% опрошенных оценили адаптацию к новым условиям – положительно, а около 10% респондентов – испытывали сложности.

Анализ полученных результатов свидетельствовал, что 30% обучающихся с удовольствием выполняли практические задания; 70% студентов теоретические (рефераты). Занимались самостоятельно, представляя преподавателю видеотчеты – 30% обучающихся; 20% самостоятельно выполняли физические упражнения, поддерживали свою подготовленность, используя сервисы и платформы; 20% отметили отсутствие возможности выполнять практические задания (ответили что им лень, проблемы с интернетом); 10% – предпочли занятия онлайн под руководством преподавателя (с использованием видеоконференции, составление комплексов физических упражнений для проведения самостоятельных занятий и для коррекции фигуры).

**Заключение.** Результаты исследования показали, что дистанционное обучение имеет свои преимущества: технологичность, гибкость, модульность, в рамках учебного процесса позволяет решать организационные вопросы, индивидуализации обучения, способствует формированию навыков самоорганизации, повышению мотивации, самосовершенствованию обучающихся, но не может заменить традиционный формат, а является дополнением к классическим формам обучения, особенно в физкультурном вузе.

Особенно востребованными дистанционные технологии были обучающимися по индивидуальному графику, доступ к цифровым инструментам, платформам и сервисам позволил им быть более включенными в образовательный процесс, получать и сдавать задания.

В тоже время, применение инновационных методик, цифровых сквозных технологий и инструментов позволяет обогатить арсенал применяемых технических средств в процессе практических занятий ПСС, «ТСТВИВС», ЭК ФК «фитнес-аэробика», ДВ «фитнес-технологии в спорте», способствует повышению эффективности тренировочного процесса, и повышению физической и функциональной подготовленности студентов, интереса и мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

#### **Литература**

1. Бриленок, Н. Б. Педагогический контроль и тестирование в спортивной деятельности : учеб-метод. пособие / Н. Б. Бриленок. – Саратов : изд-во «Саратовский источник», 2019 – 51 с

2. Иваненко, О. А. Применение инновационных и цифровых технологий в образовательном процессе студентов физкультурного вуза / О. А. Иваненко, А. Ю. Довнар // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи : сборник научных статей X Международной научно-практической конференции (29.11.2023) / Витеб. гос. ун-т ; редкол. : Е. Я. Аршанский (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2023. – С. 172–176.

3. Корягина, Ю. В. Анализ онлайн-систем тестирования для спорта и фитнеса / Ю. В. Корягина, А. Н. Копанев, С. В. Нопин, С. В. Абуталимова // *Современные вопросы биомедицины*. – 2020. – Т4 (4) – С. 101–106.

4. Фокин, А. М. Эффективность использования систем дистанционного обучения в физкультурно-спортивной деятельности вуза / А. М. Фокин // *Физическая культура и здоровье молодежи: XVIII Всероссийская научно-практическая конференция*. – Санкт-Петербург. – 2022. – С. 22–24

## **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОМПЕТЕНЦИЙ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ БЮДЖЕТНОЙ СФЕРЫ ПО ФГОС ВО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ СТАНДАРТУ**

**И. Н. Ишимова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **COMPARATIVE ANALYSIS OF COMPETENCES OF THE HEAD OF A PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ORGANIZATION OF THE BUDGETARY SPHERE ACCORDING TO THE FEDERAL STATE EDUCATIONAL STANDARDS AND PROFESSIONAL STANDARD**

**I. N. Ishimova**

**Ural State University of Physical Education,  
Chelyabinsk, Russia**

В 2023 году профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» был существенно изменен. Изменения профессионального стандарта требуют соответствующих поправок содержания образовательных программ. Автором представлен анализ соответствия содержания универсальных и общепрофессиональных компетенций ФГОС ВО 3++ по направлению 49.04.01 Физическая культура (уровень – магистратура) и трудовых функций ОТФ «Деятельность по управлению физкультурно-спортивной организацией бюджетной сферы» из названного профессионального стандарта. Определены трудовые функции, выбор которых обеспечит полноту формирования требуемых компетенций.

***Ключевые слова:** руководитель физкультурно-спортивной организации бюджетной сферы, универсальные и общепрофессиональные компетенции, профессиональный стандарт, трудовая функция.*

In 2023, the professional standard «Head of an organization (subdivision of an organization) carrying out activities in the field of physical culture and sport» was significantly changed. Changes in the professional standard require appropriate amendments to the content of educational programs. The author presents an analysis of the correspondence of the content of universal and general professional competences of

FSES HE 3++ in the direction 49.04.01 Physical Education (level - Master's degree) and labor functions of OTF «Activity on management of physical culture and sports organization of the budgetary sphere» from the named professional standard. Labor functions are defined, the choice of which will ensure the completeness of formation of the required competencies.

**Keywords:** *head of physical culture and sports organization of budgetary sphere, universal and general professional competences, professional standard, labor function.*

Одним из требований ФГОС ВО является необходимость выбора профессиональных стандартов, соответствующих профессиональной деятельности выпускников. Для магистрантов, освоивших образовательную программу по направлению 49.04.01 Физическая культура, готовых к решению задач организационно-управленческой деятельности в сфере физической культуры и спорта (далее – ФКиС) актуален профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» [1].

27 апреля 2023 г. приказом Министерства труда и социальной защиты № 363н был введен в действие обновленный вариант этого стандарта. В новом профессиональном стандарте зафиксировано иное, чем в прежней редакции, основание для выделения обобщенных трудовых функций (далее – ОТФ). Теперь ОТФ разделяются по объекту управления. Соответственно, такими объектами выступают [1]:

- структурное подразделение организации (код А, уровень квалификации 6);
- коммерческие и некоммерческие физкультурно-спортивные клубы, организации, общества и объединения (код В, уровень квалификации 6);
- физкультурно-спортивные организации бюджетной сферы (код С, уровень квалификации 7);
- организации профессионального спорта (код D, уровень квалификации 7);
- спортивные федерации (код Е, уровень квалификации 8).

Кроме этого, отметим, что в соответствии с новой редакцией, требования к образованию и опыту руководителя организации сферы ФКиС стали более жесткими по сравнению с требованиями предыдущего варианта. В новой редакции, руководители структурных подразделений организаций, коммерческих и некоммерческих физкультурно-спортивных клубов, организаций, обществ и объединений должны иметь высшее образование в области менеджмента или в области ФКиС с направленностью «спортивный менеджмент», либо высшее образование в области ФКиС или в области обороны и безопасности государства по служебно-прикладной физической подготовке и дополнительное профессиональное образование – программы повышения квалификации по спортивному менеджменту, либо непрофильное высшее образование и дополнительное профессиональное образование – программы профессиональной переподготовки по спортивному менеджменту. При этом претенденты на указанные должности должны иметь опыт работы не менее одного года в сфере ФКиС и (или) адаптивной ФКиС, или не менее пяти лет руководства организацией любой сферы деятельности.

Для руководителей физкультурно-спортивных организаций бюджетной сферы требования к опыту практической работы более строгие: не менее трех лет в сфере ФКиС и (или) адаптивной ФкиС, или не менее семи лет руководства организацией любой другой сферы деятельности.

Особыми условиями допуска к работе являются: отсутствие судимости, обязательное предварительное и периодическое прохождение медицинских осмотров и подтвержденное соответствующим документом прохождение обучения оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи.

Претендовать на руководящие должности кодов А и В (уровень квалификации б) могут выпускники вузов, освоившие образовательные программы по направлению 49.03.01 Физическая культура (уровень – бакалавриат) и имеющие соответствующий стаж работы в физкультурно-спортивных организациях.

Анализ трудовых действий и необходимых знаний и умений ОТФ «Деятельность по управлению физкультурно-спортивной организацией бюджетной сферы» (код С, уровень квалификации 7) позволяет сделать вывод о том, что данную ОТФ способны реализовать выпускники вузов, освоившие образовательные программы по направлению 49.04.01 Физическая культура (уровень – магистратура) и имеющие соответствующий стаж работы в физкультурно-спортивных организациях. Достаточно часто выпускники магистратуры к окончанию срока обучения уже имеют требуемый опыт практической деятельности в сфере ФКиС.

Рассматриваемая ОТФ включает в себя следующие трудовые функции [1]:

С/01.6 Анализ и планирование деятельности организации бюджетной сферы (для исполнения данной трудовой функции может быть достаточно уровня квалификации б);

С/02.7 Организация и развитие физкультурно-оздоровительной, физкультурно-массовой, спортивной и воспитательной работы в организации бюджетной сферы;

С/03.7 Управление реализацией кадровой политики и ресурсным обеспечением организации бюджетной сферы;

С/04.7 Управление методическим и информационным обеспечением организации бюджетной сферы;

С/05.7 Операционное администрирование и управление развитием организации бюджетной сферы;

С/06.7 Взаимодействие от имени организации бюджетной сферы с государственными органами и внешними организациями.

Рассмотрим соответствие универсальных и общепрофессиональных компетенций, формируемых в образовательном процессе по требованиям ФГОС ВО [2] и трудовых функций руководителя физкультурно-спортивной организации бюджетной сферы [1]. В таблице 1 дано соответствие содержания универсальных компетенций (далее – УК) с трудовыми функциями С/01.6 – С/06.7.

В таблице 2 представлено соответствие содержания общепрофессиональных компетенций (ОПК) с обозначенными трудовыми функциями.



Таблица 1 – Соответствие содержания УК [2] и трудовых функций ОТФ (код С) [1]

Универсальные компетенции	Трудовые функции					
	С/01.6	С/02.7	С/03.7	С/04.7	С/05.7	С/06.7
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	x	x	x	x	x	
УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	x	x	x		x	
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели		x	x		x	
УК-4 Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	x	x	x	x	x	x
УК-5 Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия			x	x		x
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	x	x	x	x	x	x

Таблица 2 – Соответствие содержания ОПК [2] и трудовых функций ОТФ (код С) [1]

Общепрофессиональные компетенции	Трудовые функции					
	С/01.6	С/02.7	С/03.7	С/04.7	С/05.7	С/06.7
ОПК-1 Способен планировать деятельность организации в области ФК и массового спорта	x	x	x	x	x	x
ОПК-2 Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов вида спорта		x	x	x	x	x
ОПК-3 Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности		x			x	
ОПК-4 Способен формировать общественное мнение о ФК как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей ФК и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу		x			x	x
ОПК-5 Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области ФК и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации	x	x	x		x	
ОПК-6 Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области ФК и массового спорта		x			x	x
ОПК-7 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию ФК и массового спорта	x	x	x	x	x	
ОПК-8 Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области ФК и спорта с использованием современных методов исследования, в т.ч. из смежных областей знания	x	x	x	x	x	x
ОПК-9 Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области ФК и массового спорта		x		x		

Таким образом, максимальное соответствие формируемых в образовательном процессе универсальных и общепрофессиональных компетенций выявлено для следующих трудовых функций руководителя физкультурно-спортивной организации бюджетной сферы:

С/02.7 Организация и развитие физкультурно-оздоровительной, физкультурно-массовой, спортивной и воспитательной работы в организации бюджетной сферы;

С/03.7 Управление реализацией кадровой политики и ресурсным обеспечением организации бюджетной сферы;

С/05.7 Операционное администрирование и управление развитием организации бюджетной сферы

Более подробный анализ трудовых функций и трудовых действий, совокупности необходимых знаний и умений, отраженных в профессиональном стандарте, позволит сформулировать перечень профессиональных компетенций для включения их в компетентностную модель выпускника магистратуры конкретных программ подготовки.

#### **Литература**

1. *Профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта. Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 23 апреля 2023 г. № 363н [Электронный ресурс] // Реестр профессиональных стандартов. – URL : <https://profstandart.rosmintrud.ru/>.*

2. *Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г.). Утв. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 944 [Электронный ресурс] // Портал федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования FGOSVO. – URL : [https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Mag/490401\\_%D0%9C\\_3\\_17062021.pdf](https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Mag/490401_%D0%9C_3_17062021.pdf)*

## **ВЛИЯНИЕ ФАКТОРОВ РЕЖИМА ДНЯ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ СУРГПУ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРНОГО ПРИОБЬЯ**

**А. Л. Камартдинова**

Сургутский государственный педагогический университет,  
г. Сургут, Россия

## **INFLUENCE OF DAILY ROUTINE FACTORS ON THE HEALTH OF STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY OF SURGPU IN THE CONDITIONS OF NORTHERN PRIOBIE**

**A. L. Kamartdinova**

Surgut State Pedagogical University, Surgut, Russia

В работе представлены результаты исследования обучающихся второго курса факультета психологии и педагогики СГПУ. Исследование показало, что обучающиеся не соблюдают распорядок дня, не придерживаются здорового образа жизни, что непосредственно влияет на их работоспособность.

**Ключевые слова:** *здоровье обучающихся, режим дня, распорядок дня.*

The paper presents the results of a study of second-year students at the Faculty of Psychology and Pedagogy of the State Pedagogical University. The study showed that students do not follow a daily routine and do not adhere to a healthy lifestyle, which directly affects their performance.

**Keywords:** *students' health, daily routine, daily routine.*

Современная жизнь диктует студенту активный образ жизни. Человек из последних сил старается всё успеть, не спит ночами, днями и получает результат – снижается иммунитет, начинаются частые заболевания. В последние годы состояние здоровья учащихся ухудшается. Растёт число хронических заболеваний, стрессовых и депрессивных состояний, физических отклонений. Эти негативные процессы могут быть обусловлены нарушениями режима дня. Актуальность темы обусловлена тем, что состояние здоровья, физическое развитие, работоспособность и успеваемость студента в СурГПУ зависит от того, насколько правильно организован режим дня.

Цель исследования – выяснить значение режима дня студента для поддержания здоровья и работоспособности.

Объект исследования – режим дня студента.

Методы исследования: работа с литературой и интернет ресурсами, сбор материалов по теме, сопоставление результатов исследований.

Режим дня – продуманный распорядок действий на день, планирование времени с целью его рационального и максимально эффективного распределения. Распорядок имеет большое значение для самодисциплины и организованности любого человека, а также он важен для многих других прикладных аспектов нашей жизни. К примеру, режим дня играет не последнюю роль в построении тренировочных программ, составлении диет и организации правильного питания в целом, выборе самых продуктивных часов нашей жизни для работы или творчества.

Мейсон Карри в своей книге «Режим гения: Распорядок дня великих людей» приводит следующую аналогию режиму дня: «В умелых руках режим дня – точно откалиброванный механизм, позволяющий наилучшим образом использовать наши ограниченные ресурсы: прежде всего, время, которого нам более всего не хватает, а также силу воли, самодисциплину, оптимизм. Упорядоченный режим – словно колея, по которой в хорошем темпе движутся умственные силы...».

Здоровье человека зависит от: состояния медицины – на 10%; влияния экологических факторов – на 20–25%; генетических факторов – на 20%; условий и образа жизни – на 50% (рисунок 1).

Предложить универсальный распорядок дня, который бы подошел каждому невозможно. При составлении расписания учитываются многие личные факторы, но существуют и пункты которым обязательно должны следовать все. Это необходимые условия для всех, кто хочет вести здоровый образ жизни и быть здоровым. Ниже они будут перечислены:

- 1) Сон
- 2) Прием пищи
- 3) Отдых
- 4) Работа
- 5) Физические нагрузки
- 6) Психическое равновесие



Рисунок 1 – Диаграмма факторов здоровья

Изучив литературу, выявив основные факторы режима дня, мы просим студентов пройти тест.

Респондентам было предложено 8 вопросов: На сколько процентов зависит здоровье человека от режима дня и ЗОЖ? (рисунок 2). Сколько часов вы спите? (рисунок 3). В сутки число ваших приемов пищи составляет? (рисунок 4). Есть ли у вас время на отдых за день? (рисунок 5). Что для вас значит отдых? (рисунок 6). Какие физические нагрузки в вашей жизни присутствуют? (рисунок 7). Вы работаете помимо учёбы? (рисунок 8). Важен ли правильный режим дня для студентов? (рисунок 9).



Рисунок 2 – Диаграмма 1 опроса студентов

Сколько часов вы спите?

22 ответа

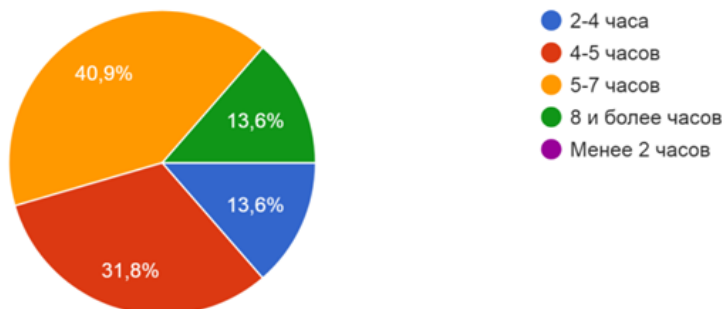


Рисунок 3 – Диаграмма 2 опроса студентов

В сутки число ваших приемов пищи составляет?

22 ответа

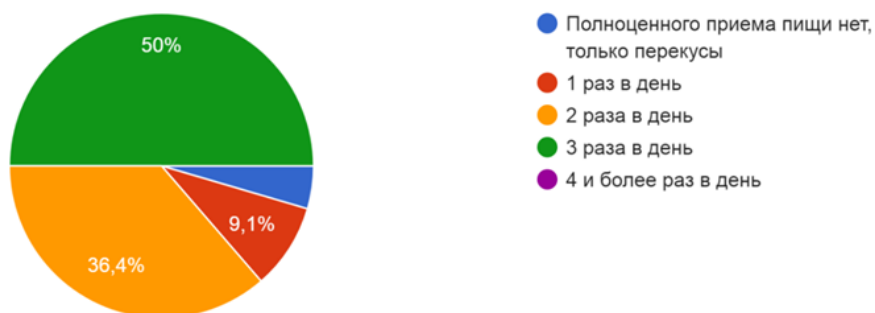


Рисунок 4 – Диаграмма 3 опроса студентов

Есть ли у вас время на отдых за день ?

22 ответа

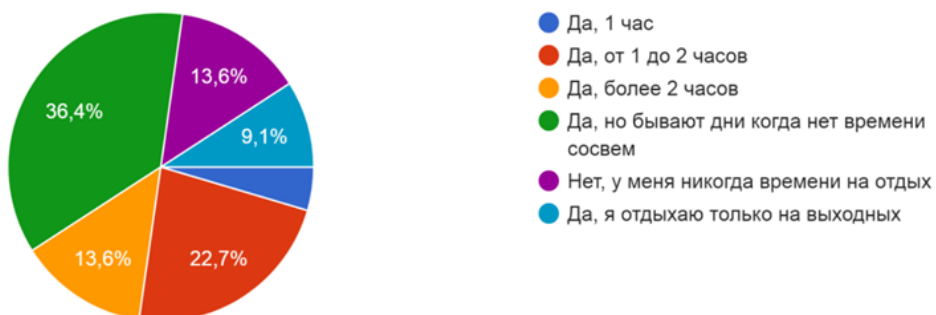


Рисунок 5 – Диаграмма 4 опроса студентов

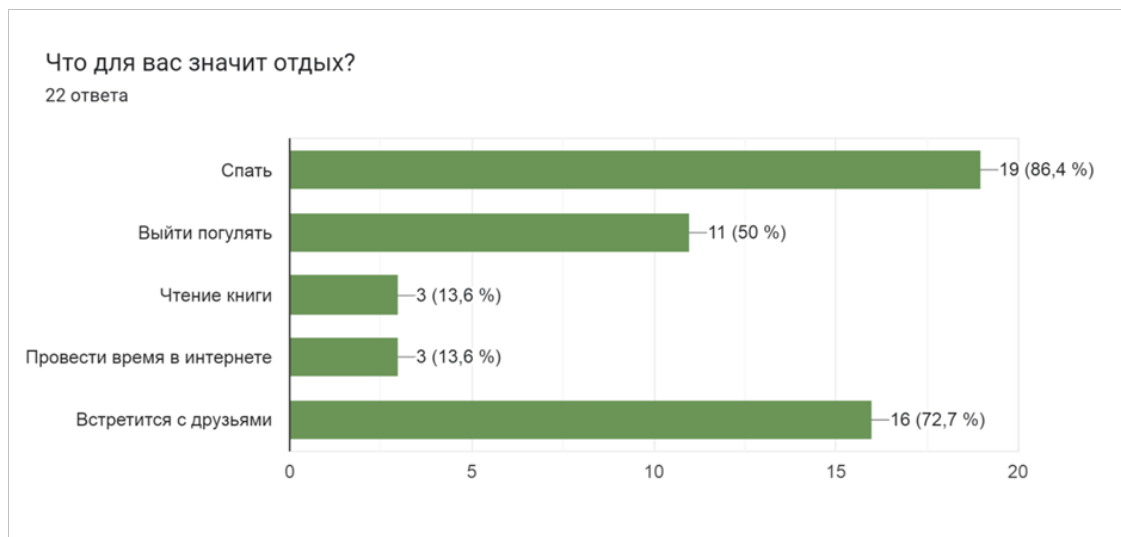


Рисунок 6 – Гистограмма 1 опроса студентов

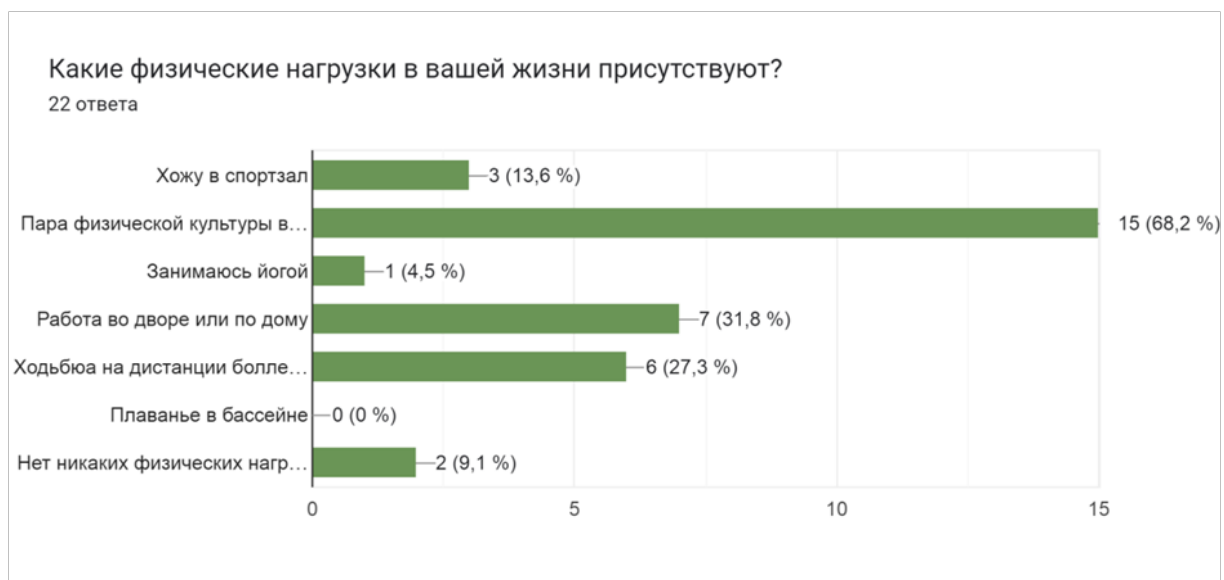


Рисунок 7 – Гистограмма 2 опроса студентов

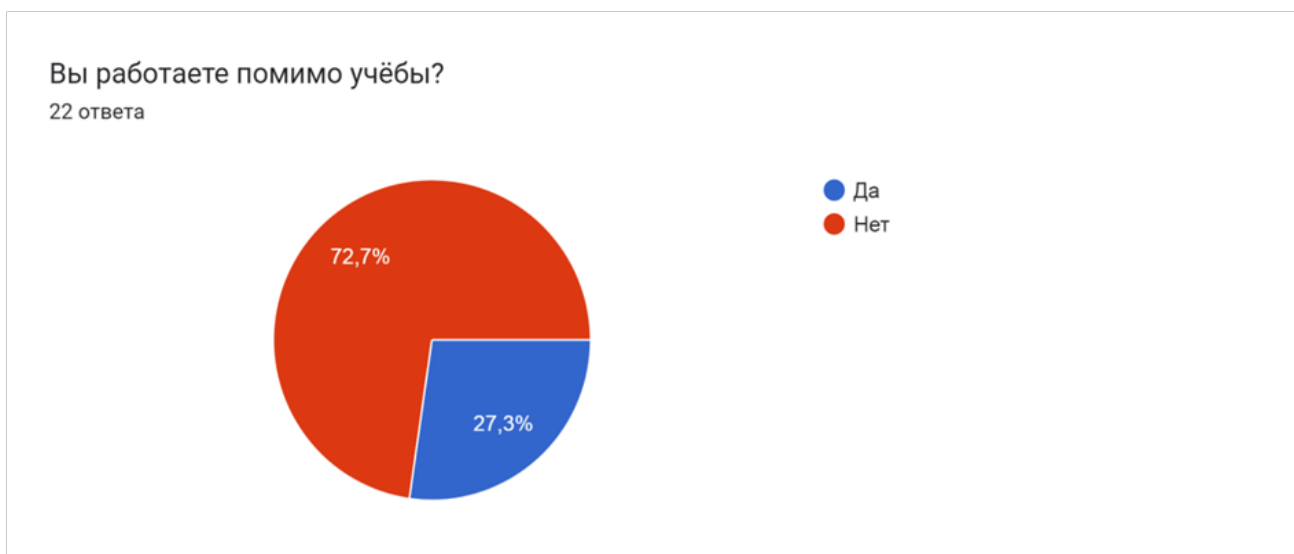


Рисунок 8 – Диаграмма 5 опроса студентов

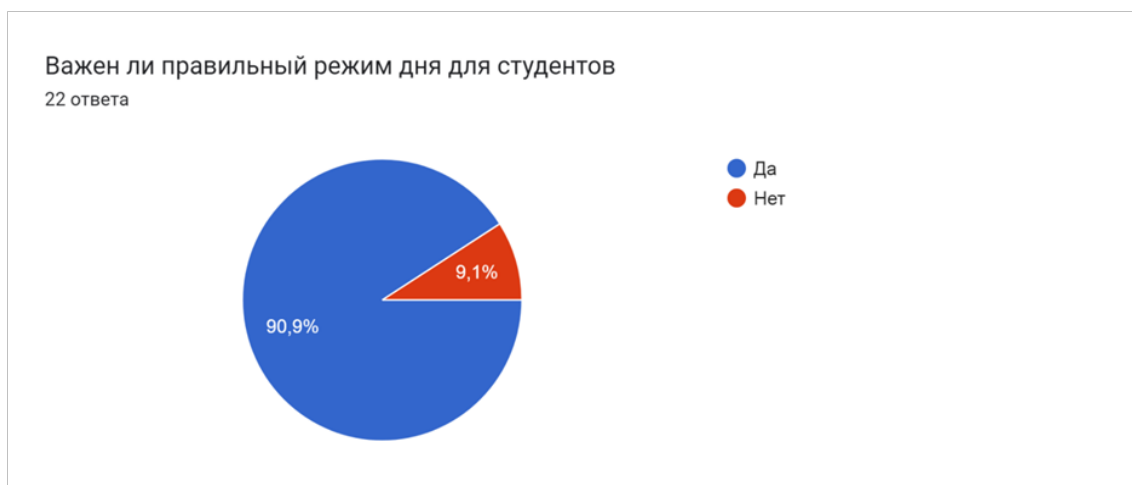


Рисунок 9 – Диаграмма 6 опроса студентов

Подводя итоги опроса студентов второго курса факультета психологии и педагогики, можно сделать вывод, что ребята спят меньше их положенной нормы (7–9 часов норма); есть, у кого полноценный прием пищи составляет 1–2 раза в день, также некоторые перекусывают и не принимают полноценно еду; 13,6% респондентов отдыхают более двух часов, а 36,6% отдыхают, но бывают дни, что нет времени совсем – это называется неравномерный отдых. Для 19 опрошенных отдыхом является время, когда ты спишь, а для 16 – когда можешь встретиться с друзьями; 68,2% ребят получают физическую нагрузку только на паре физической культуры в университете; 90,9% опрошенных считают, что правильный режим дня важен для студентов.

Таким образом, результаты опроса показали, что есть студенты, у которых проблемы с составляющими режима дня.

## **ГОТОВНОСТЬ БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ К ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**О. Л. Карпова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **FUTURE COACHES-TEACHERS' READINESS FOR ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL SUPPORT OF EDUCATIONAL WORK**

**O. L. Karpova**

**Ural State University of Physical Culture  
Chelyabinsk, Russia**

Констатируя недостаток исследований по проблеме формирования осознанного отношения студентов к реализации воспитательного компонента в будущей профессиональной деятельности, его организации и методического со-

провожения, автором: уточнено понятие «готовность будущих тренеров-преподавателей к воспитательной работе», ключевым фактором которого выступает профессиональное саморазвитие; разработана и содержательно представлена структура готовности студентов к организационно-методическому сопровождению воспитательной работы.

**Ключевые слова:** *готовность к воспитательной работе, организационно-методическое сопровождение, профессиональное саморазвитие, тренер-преподаватель.*

Stating the lack of research on the problem of forming a conscious attitude of students to the educational component implementation in future professional activity, its organization and methodological support; the author clarifies the concept of «future coaches-teachers' readiness for educational work», the key factor of which is professional self-development; the structure of students' readiness for organizational and methodological support of educational work is developed and presented in the article.

**Keywords:** *readiness for educational work, organizational and methodological support, professional self-development, coach-teacher.*

Воспитательная работа является неотъемлемой частью работы тренера-преподавателя и априори должна быть включена в учебно-тренировочный и соревновательный процессы. Согласно Профстандарту «Тренер-преподаватель», к трудовым функциям относится: формирование у занимающихся осознанного отношения к физической и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения [6].

В тоже время, как показывает практика, воспитательной деятельности не всегда уделяется должное внимание в тренерской работе, порой такая деятельность носит формальный характер, что впоследствии может иметь негативные последствия не только в аспекте достижения спортивных результатов, но и в контексте формирования личности занимающихся, а также оказывать соответствующее влияние на взаимоотношения в спортивном коллективе.

В этой связи, уже на этапе обучения в вузе, у студентов необходимо формировать осознанное отношение к реализации воспитательного компонента в будущей профессиональной деятельности, его организации и методического сопровождения.

Проблема воспитательной работы со спортсменами раскрывается в работах Н. И. Леонова [2], А. И. Михеева [3], Д. А. Фабричникова [8] и др. ученых.

В ряде исследований рассматриваются отдельные направления воспитания спортсменов в соответствии со спецификой конкретного вида спорта: воспитание патриотизма у спортсменов, занимающихся прикладными видами единоборств (А. Г. Мотепоненко [4]), воспитание нравственно-волевых качеств в процессе занятий восточными единоборствами (С. Б. Петрыгин [5]) и др. Воспитание спортсменов, занимающихся каратэ раскрывают Н. И. Леонов и Д. Т. Ким [2].



Для нашего исследования представляет интерес работа ряда авторов А. М. Суркова, О. В. Антипова и Е. Ю. Сухановой, в которой на основе опроса экспертов представлен теоретический конструкт понятия «готовность будущего тренера-преподавателя к воспитательной работе в ДЮСШ» [9].

Однако вопрос, касающийся готовности студентов спортивного вуза к воспитательной работе в аспекте ее организации и методического сопровождения, до сих пор остается неизученным.

В исследованиях Н. И. Леонова [2] и Д. А. Фабричникова [8] подтверждается четкая корреляция между воспитанием личности занимающихся и спортивным результатом. Так, например, Д. А. Фабричников отмечает, что повышение мотивации достижения успехов развивает нравственные и волевые качества за счет преодоления трудностей, возникающих в процессе тренировочной деятельности, а улучшение психологической атмосферы в группах благотворно влияет на моральную сферу юных спортсменов [8, с. 10].

По справедливому мнению Н. И. Леонова и Д. Т. Кима, победитель воплощает в своем результате не только свои личные физические качества, но и свой интеллект, волю, знания и опыт тренера [2, с. 87].

При этом, на эффективность воспитательной работы, как отмечается в ряде исследований, оказывают влияние следующие факторы [2; 3; 5; 7; 8]:

- уровень профессиональной подготовки и мастерства тренера-преподавателя, его личностные качества;
- стиль руководства и авторитет тренера-преподавателя;
- систематичность и последовательность воспитательной работы;
- научно-обоснованное планирование содержания воспитания, выбор адекватных форм и методов;
- вариативность форм и методов воспитания;
- учет социально-психологических особенностей спортивного коллектива;
- эмоционально-нравственная атмосфера в коллективе и др.

Так, в диссертации А. И. Михеева указывается на то, что опора на социально-психологические особенности спортивного коллектива позволяет конкретизировать, дифференцировать и индивидуализировать воспитание спортсменов, успешно руководить формированием коллектива, целенаправленно воспитывать личностные качества у спортсменов [3].

Следует согласиться с А. М. Сурковым, О. В. Антиповым и Е. Ю. Сухановой, что «тренер-преподаватель в своей профессиональной деятельности в каждом акте взаимодействия с воспитанником выступает творцом, проявляя искусство в комбинации методических знаний и педагогических умений» [7, с. 126].

О значении организационно-методического сопровождения воспитательной работы указывают также Н. И. Леонов и Д. Т. Ким [2, с. 87]: спортивная деятельность дает желаемый воспитательный эффект в условиях педагогически нацеленного руководства и реализуемой программы воспитательной работы.

В этой связи, уже на этапе обучения в вузе, подготовку будущих тренеров-преподавателей целесообразно сфокусировать на освоение содержания и специфики организации и методического сопровождения воспитательного компонента, направив образовательный потенциал спортивного вуза на формирование готовности студентов к воспитательной работе.

Как известно, готовность определяется направленностью субъекта на ту или иную деятельность и характеризуется заинтересованностью в ее исполнении.

Готовность будущих тренеров-преподавателей к воспитательной работе рассматривается нами как целостное интегративное качество личности, позволяющее эффективно реализовывать организационное и методическое сопровождение воспитательного компонента в профессиональной деятельности. Ключевым фактором такой готовности, как показывает исследование, выступает профессиональное саморазвитие, концептуальное содержание которого базируется на принципах субъектности, гуманистической направленности, целостности, интеграции, профессиональной направленности, рефлексии, индивидуализации, сознательности и активности [1, с. 110]. Выбор данного фактора обусловлен происходящими изменениями в обществе и в профессиональной деятельности тренера-преподавателя на законодательном и профессионально-методическом уровнях, появлением новых передовых форм и методов воспитательной работы, развитием информационно-коммуникационных технологий и т. п.

При рассмотрении готовности будущих тренеров-преподавателей к организационно-методическому сопровождению воспитательной работы как целостного интегративного качества личности, в исследовании была разработана его структура, состоящая из ряда компонентов: мотивационно-смысловой; когнитивно-деятельностный; рефлексивно-оценочный.

Мотивационно-смысловой компонент предполагает: четкое осознание студентом важности и необходимости организации непрерывной воспитательной работы в профессиональной деятельности; ярко выраженный интерес к проблеме методического сопровождения и организации воспитательной работы на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества; понимание необходимости саморазвития и самореализации себя как тренера-преподавателя и педагога-наставника.

Когнитивно-деятельностный компонент включает комплекс организационно-методических, психолого-педагогических знаний и умений реализации воспитательного компонента в профессиональной деятельности. Среди них: знание современных воспитательных технологий и владение навыками их использования; знание ключевых направлений воспитания, целевых ориентиров и умение определять необходимые направления воспитательной работы с помощью анализа исходного уровня воспитанности занимающихся; знание принципов проектирования раздела программы о воспитании; умение разрабатывать методическую документацию, обеспечивающую воспитательный компонент и др.

Рефлексивно-оценочный компонент характеризуется способностью студента к рефлексии, самоанализу и коррекции организационно-методического сопровождения воспитательной работы.

Все компоненты представленной структуры взаимосвязаны и взаимообусловлены и в совокупности отражают авторское понимание готовности студентов к реализации воспитательной работы в аспекте ее организационно-методического сопровождения, ключевым фактором которого выступает профессиональное саморазвитие.

Понимание сущности компонентов и целостности определяемой готовности позволяет наметить перспективы дальнейших исследований: разработка диагно-

стического инструментария по определению уровня готовности студентов к реализации организационно-методического сопровождения воспитательной работы; разработка практико-ориентированных проблемных заданий, направленных на формирование методической компетентности. Помимо этого, изложенный в статье материал может послужить основой для проектирования технологических аспектов организационно-методического сопровождения воспитательной работы в системе повышения профессиональной квалификации тренеров-преподавателей.

#### **Литература**

1. Карпова, О. Л. Профессиональное саморазвитие студента как фактор повышения качества его профессиональной подготовки / О. Л. Карпова // Система менеджмента качества в вузе : здоровье, образованность, конкурентоспособность : XII Междунар. науч.-практич. конфер., Челябинск, 31 января 2023 года. – Челябинск : УралГУФК, 2023. – С. 107–111.

2. Леонов, Н. И. Организационно-педагогические условия эффективности воспитательной работы в спортивной школе восточных видов единоборств / Н. И. Леонов, Д. Т. Ким // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2019. – Т. 29. – № 1. – С. 87–93.

3. Михеев, А. И. Система воспитательной работы со спортсменами : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. И. Михеев. – Москва, 1996. – 48 с.

4. Мотепоненко, А. Г. Педагогическое содействие воспитанию патриотизма у спортсменов, занимающихся прикладными видами единоборств : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Г. Мотепоненко. – Челябинск, 2015. – 23 с.

5. Петрыгин, С. Б. Педагогические условия формирования нравственно-волевых качеств личности подростков в процессе занятий восточными единоборствами : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С. Б. Парыгин. – Рязань, 2005. – 20 с.

6. Приказ от 24 декабря 2023 года № 952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»» (с изм. на 30 августа 2023 года. – Режим доступа : <https://docs.cntd.ru/document/573421625?ysclid=lo46uidt01p789966330> (дата обращения 23.11.2023).

7. Сурков, А. М. Особенности подготовки будущих тренеров-преподавателей ДЮСШ к воспитательной работе / А. М. Сурков, О. В. Антипов, Е. Ю. Суханова // Современная наука : актуальные проблемы теории и практики. Серия : ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ. – 2022. – № 01. – С. 121–127.

8. Фабричников, Д. А. Решение воспитательных задач в процессе тренировочной работы с юными спортсменами в детских спортивных школах : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д. А. Фабричников. – Тюмень, 2005. – 26 с.

9. Фунина, Е. Е. Проблема реализации воспитательной функции физической культуры и спорта в процессе физического воспитания школьников / Е. Е. Фунина, Е. В. Фролов, А. И. Ушников // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2012. – Т. 7. – № 2. – С. 141–146.

## **ПРИМЕНЕНИЕ АКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

**Я. В. Кириллова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

Данная статья посвящена применению методов активного обучения в высших учебных заведениях. Актуальность статьи обусловлена необходимостью модернизации современной системы образования, замены традиционной лекции-

онной подачи учебного материала более современными методами взаимодействия преподавателя и обучающихся. Представлена классификация активных методов обучения в соответствии со степенью сложности выполнения задания и временем, затраченным на его завершение, приведены примеры «легких» и «углубленных» методов.

*Ключевые слова:* активные методы обучения, система образования, образовательный процесс в вузе, классификации методов обучения.

## **APPLICATION OF ACTIVE TEACHING METHODS IN HIGHER EDUCATION**

**Ya. V. Kirillova**

**Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia**

This article is devoted to the application of active teaching methods in higher educational institutions. The relevance of the article is conditioned by the necessity of modernization of modern education system, replacement of traditional lecture presentation of educational material by more modern methods of interaction between teacher and students. The classification of active teaching methods is presented in accordance with the degree of complexity of the task and the time spent on its completion, examples of "easy" and «advanced» methods are given.

*Keywords:* active teaching methods, education system, educational process in higher education institution, classification of teaching methods.

В настоящее время учебный процесс требует постоянного совершенствования, поскольку происходит смена приоритетов и социальных ценностей: научно-технический прогресс все больше осознается как средство достижения такого уровня производства, который в наибольшей мере отвечает удовлетворению постоянно повышающихся потребностей человека, развитию духовного богатства личности. Исходя из этого, современная ситуация в подготовке выпускников вуза требует коренного изменения стратегии и тактики обучения в высшей школе [1].

Активизация образовательного процесса осуществляется в виде постоянно действующих прямых и обратных связей обучаемой системы (преподавателей) с обучающимися (слушателями, студентами). Значение активных методов обучения определены моделью современного образования. Использование в учебном процессе активных методов обучения несколько меняет роль преподавателя [4].

По нашему представлению, преподаватель должен владеть не только глубокими теоретическими знаниями, практическими умениями, различными методиками и другими нормами, но и обладать экспертной компетентностью для качественного образования, иметь в своем арсенале новые методы обучения. Методы обучения, которые создают возможности содержательно входить в пространство профессиональной деятельности и формировать специалистов, способных самостоятельно, творчески решать сложные профессионально-производственные и научные проблемы.

Эксперт в своей области вдохновляет обучающихся и создает благоприятную образовательную среду. В этом случае, на наш взгляд, студенты становятся активными «участниками» учебного процесса. Они сами формулируют цели, выявляют проблемы, вырабатывают критерии и возможные пути решения проблем. Задача преподавателя – с помощью существующих приемов и методов побудить обучающихся сделать правильный выбор проблемы и определить возможные пути ее решения.

В последние годы активные методы обучения широко применяются в условиях высших учебных заведениях. Применение активных методов обучения приводит к необходимости осмысления содержательных аспектов процесса взаимодействия, осуществляемого в системе образования вуза. Именно активные методы обеспечивают конструктивные изменения в образовательном процессе, помогают обучающимся не только оценить собственные способности и возможности, но и определить свое место и пути профессиональной карьеры.

Обратимся к понятию «активные методы обучения». А. М. Смолкин [3] дает следующее определение: «активные методы обучения – это способы активизации учебно-познавательной деятельности студентов, которые побуждают их к активной мыслительной и практической деятельности в процессе овладения материалом, когда активен не только преподаватель, но и активны и студенты».

Таким образом, активность студентов – это их интенсивная деятельность и практическая подготовка в процессе обучения и применение знаний, сформированных навыков и умений. Активность в обучении является условием сознательного усвоения знаний, умений и навыков.

Различают классификации, в основу которых положены следующие признаки [1]: источники познания (вербальные, наглядные, практические методы обучения); методы логики (аналитико-синтетические, индуктивные, дедуктивные методы обучения); тип обучения (объяснительно-иллюстративный, проблемно-развивающие методы обучения); уровень познавательной самостоятельности студентов (репродуктивные, продуктивные, эвристические методы обучения); уровень проблемности (показательный, монологический, диалогический, эвристический, исследовательский, алгоритмический, программированный методы обучения); дидактические цели и функции (методы стимулирования, организации и контроля); вид деятельности преподавателя (методы изложения и методы организации самостоятельной учебной деятельности) и пр.

Несмотря на многообразие подходов к классификации методов обучения, каждый из них наиболее эффективен при определенных условиях организации процесса обучения, при выполнении определенных дидактических функций.

Так, в основе классификации методов активного обучения в вузе, предложенной А. М. Смолкиным [3], выделяют имитационные методы активного обучения, т. е. формы проведения занятий, в которых учебно-познавательная деятельность построена на имитации профессиональной деятельности. Имитационные методы делятся на игровые и неигровые. К игровым относятся проведение деловых игр, игрового проектирования и т. п., а к неигровым – анализ конкретных ситуаций, решение ситуационных задач и другие. Все остальные относятся

к не имитационным, это все способы активизации познавательной деятельности на лекционных занятиях.

В последние годы активные методы обучения широко применяются в условиях высших учебных заведений [2]. По мнению ряда авторов, традиционная лекционная подача материала уже устарела и должна сопровождаться короткими дискуссиями, викторинами, работой в парах и т. д. Желательно использование компьютерных и других современных технологий. Исследование М. Принса [6] показало, что применение активных методов обучения позитивно сказывается на усвоении изучаемого материала.

В своем определении понятия «активное обучение» Ч. К. Бонвелл и Дж. А. Эйсон [5] разделили все методы на две группы: к первой группе они отнесли те, которые включают задания, активно выполняемые студентами в процессе обучения, а ко второй группе – те, в которых студенты должны осмыслить то, как они это делают, как получают знания. К первой группе относятся те задания, которые студенты или учащиеся выполняют в учебном заведении под руководством преподавателя, в то время как вторая группа включает в себя осознание студентами, каким образом они получают знания, как оценивают свой прогресс и т. д.

По степени сложности выполнения задания и времени, затраченному на его завершение, разделяют все методы активного обучения, используемые преподавателями вузов во время лекций, на «легкие» и «углубленные». При этом «легкие» не означает «элементарные»: степень сложности может быть различной, но на выполнение таких заданий студентам не потребуется много времени. «Углубленные», дающие пищу для размышления, более детальные, более разработанные и более весомые и т. д. Естественно, что на их выполнение потребуется больше умственных усилий, чем на «легкие».

На «легкие» задания может быть отведено всего несколько минут, и при их выполнении может быть использован метод «Подумай – обсуди с соседом – поделись со всеми». Преподаватель задает аудитории вопрос, просит каждого подумать над ответом самостоятельно в течение 30–60 секунд, затем обсудить с соседом (2–3 минуты), и после этого проходит обсуждение в аудитории. При выполнении данных заданий не требуется никакого специального оснащения в помещении, и такие упражнения особенно эффективны в начале лекций.

При внедрении «углубленных» методов в лекционную часть обучения группа делится на подгруппы, каждая из которых выполняет задания преподавателя. Для этого студентам понадобятся блокноты, листы большого формата и т. д., чтобы было возможно сделать записи. К примеру, преподаватель может предложить несколько (обычно в пределах десяти) понятий и попросить студентов объединить их в одну мини-схему. После выполнения задания каждая подгруппа представляет свой вариант и объясняет свою точку зрения. Похожие упражнения могут легко сочетаться с другими методами обучения в ходе лекций в больших аудиториях.

В настоящее время наиболее популярными активными методами обучения, используемыми в ходе лекций преподавателями высших учебных заведений, являются следующие [2]:

Паузы – в течение лекции через каждые 12–18 минут преподаватель делает примерно двухминутные паузы для того, чтобы студенты в парах просмотрели свои записи и обсудили наиболее важные моменты.

Практика воспоминаний – в процессе лекций преподаватель также делает паузы на 2–3 минуты, но при этом он просит студентов записать материал из предыдущих лекций, что позволяет улучшить их долговременную память.

Предсказания – прежде чем объяснить материал до его логического завершения, преподаватель просит студентов предсказать результаты, выводы, прогнозы и т. д. После чего, исходя из полученных ответов студентов, преподаватель продолжает лекцию.

Подумай – обсуди с соседом – поделись со всеми (think - pair-share) – во время лекции преподаватель задает студентам вопрос любой степени сложности и просит студентов сначала подумать над ответом индивидуально, затем обсудить в парах, а потом поделиться с аудиторией. После этого преподаватель подводит итог обсуждения.

В настоящее время особую популярность при обучении студентов вузов приобрело использование компьютерных технологий, благодаря которым преподаватель имеет возможность разместить онлайн ту часть курса, которую он считает нужным.

Также широко в процессе обучения используются викторины, в которой между собой будут соревноваться небольшие подгруппы. Так, программы Kahoot и Quizlet успешно используются многими преподавателями, так как обе они эффективны при изучении иностранных языков. Например, программа Quizlet позволяет создавать интересные и необычные задания для студентов, тем самым мотивируя их на дальнейшее изучение предмета.

С развитием научно-технического прогресса, увеличивается объем информации, обязательной для усвоения. Информация быстро устаревает и нуждается в постоянном обновлении. Отсюда следует, что обучение, которое ориентировано главным образом на запоминание и сохранение материала в памяти, уже только отчасти сможет удовлетворять современным требованиям. Значит, выступает проблема формирования таких качеств мышления, которые позволили бы студенту самостоятельно усваивать постоянный поток новой информации, развитие таких способностей, которые, сохранившись и после завершения образования, обеспечивали человеку возможность не отставать от ускоряющегося научно-технического прогресса. Нужны новые методы и подходы в обучении, которые могли научить студентов учиться, т. е. самостоятельно находить и усваивать нужную информацию. Роль преподавателя направлять и подводить итог проделанной работе студента, указывать на ошибки в процессе выполнения заданий.

### *Литература*

1. *Ключевые аспекты реализации активных методов обучения в дисциплине «основы программирования» в рамках идей международного проекта по реформированию инженерного образования / С. А. Виденин, А. В. Раскина, М. С. Виденина и др. // Современные наукоемкие технологии. – 2020. – № 12-1. – С. 145–149.*

2. Лютова-Робертс, Е. К. Применение активных методов обучения в высших и средних учебных заведениях. Анализ опыта англоязычных стран / Е. К. Лютова-Робертс, Г. Б. Мони-на // Комплексные исследования детства. – 2021. – Т. 3, № 2. – С.109–114.

3. Смолкин, А. М. Методы активного обучения / А. М. Смолкин. – Москва : Высшая школа, 1991. – 176 с.

4. Павленко-Илларионова, К. А. Лекция как предмет активного обучения / К. А. Павленко-Илларионова // Молодой ученый. – 2021. – № 47 (389). – С. 402–404.

5. Bonwell, C. C. Active learning: Creating excitement in the classroom / C. C. Bonwell, J. A. Eison. – Washington, DC : The George Washington University, School of Education and Human Development, 1991. – 121 p.

6. Prince, M. Does active learning work? A review of the research / M. Prince // Journal of Engineering Education. – 2004. – Vol. 93, № 3. – P. 223–231. – <https://www.doi.org/10.1002/j.2168-9830.2004.tb00809.x>.

## **ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВРАТАРЕЙ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СЕКЦИИ ПО ФУТБОЛУ**

**Л. В. Киямова, Д. А. Килуновский, А. А. Курганская, М. С. Максимов**  
Санкт-Петербургский государственный университет,  
г. Санкт-Петербург, Россия

## **FEATURES OF TECHNICAL TRAINING OF GOALKEEPERS IN THE STUDENT FOOTBALL SECTION**

**Kiyamova Linda Vinerovna, Kilunovsky Dmitry Alexandrovich,**  
**Kurganskaya Anna Aleksandrovna, Maksimov Maksim Sergeevich**  
Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

**Аннотация.** Данная статья посвящена разработке и использованию комплекса упражнений для развития координационных способностей. Юноши, участвующие в эксперименте, входят в состав студенческой секции по футболу, являются студентами Санкт-Петербургского государственного университета, г. Санкт-Петербург. Цель исследования: создание методики развития координации вратарей 17–20 лет в командах и индивидуальных тренировках, в секции по футболу. В качестве контрольных испытаний были выбраны 3 теста: тест оценки равновесия (Проба Ромберга), тест для оценки способности к ориентированию в пространстве и опускание планки – реакция.

**Ключевые слова:** развитие координации, футбол, комплексы упражнений, контрольные тесты, юноши 17–20 лет, педагогический эксперимент.

This article is devoted to the development and use of a set of exercises for the development of coordination abilities. The young men participating in the experiment are part of the student football section and are students of St. Petersburg State University, St. Petersburg. The purpose of the study: to create a methodology for developing the coordination of goalkeepers aged 17–20 in teams and individual training sessions, in the football section. 3 tests were selected as control tests: the equilibrium assessment



test (the Romberg test), a test to assess the ability to navigate in space and lowering the bar – reaction.

**Keywords:** *coordination development, football, exercise complexes, control tests, boys 17–20 year's old, pedagogical experiment.*

## **Введение**

Техническая подготовка вратарей в студенческой секции по футболу представляет собой комплексный процесс, охватывающий различные аспекты, необходимые для формирования высокой профессиональной подготовки этой специфической роли в командном спорте. Вратари играют ключевую роль в защите ворот команды, их техническая компетентность оказывает прямое влияние на исход матчей. Одним из важнейших аспектов технической подготовки вратарей является их реакция, то есть координация, которая играет решающую роль в ситуациях, возникающих во время игры. Реакция вратарей в футболе представляет собой совокупность физических и умственных процессов, которые позволяют им оперативно и эффективно реагировать на удары, пасы и другие атаки со стороны соперников. Быстрая и точная координация вратарей способна предотвратить тысячи потенциально голевых моментов, что делает её одним из важнейших навыков в арсенале каждого вратаря. Развитие реакции вратарей включает в себя специальные тренировочные упражнения, направленные на улучшение скорости мышечных реакций, координации движений и быстроты мыслительных процессов. Это также включает в себя психологическую подготовку, направленную на улучшение концентрации, стрессоустойчивости и способности принимать обоснованные решения в экстремальных ситуациях на поле. Таким образом, в контексте технической подготовки вратарей в студенческой секции по футболу, реакция вратарей представляет собой ключевой аспект, который является фундаментальным для успешной защиты ворот и требует серьезного внимания при разработке тренировочных программ и методик обучения.

## **Цель исследования**

Создание методики развития координационных способностей у вратарей в командных и индивидуальных тренировках.

## **Методы исследования**

В исследовании использовались: анализ данных научно-методической работы, метод педагогического тестирования, метод статической обработки данных.

## **Организация, результаты исследования и его анализ**

Наиболее значимыми физическими качествами для вратарей являются координационные способности и реакция на движения мяча. Нами было решено провести исследование по развитию координации у юношей-футболистов с применением комплекса упражнений. Исследование проводилось в г. Санкт-Петербург на Университетской набережной, д. 7-9-11, лит. О, в Санкт-Петербургском государственном университете, в спортивном зале с ноября 2023 г. по декабрь 2023 г., в котором приняли участие юноши в возрасте 17–20 лет, занимающиеся в студенческой секции. Были сформированы 2 группы: контрольная и экспериментальная. Общая численность участников эксперимента –

12 человек, в каждой группе по 6 юношей. Оценка уровня координации осуществлялась в обеих группах до начала и в конце педагогического эксперимента. «Основным отличием методик занятий экспериментальной группы от контрольной являлся метод «контрастного задания»». Суть метода состоит в чередовании упражнений резко отличающихся по какому-либо параметру [4]. Например, по пространственному параметру: чередование ловли мяча с 6 и 4 м, с 4 и 2 м; По указанной методике требуется относительная грубая точность дифференцирования. «Футбол требует не только пространственной точности движений, но и высокоразвитого «чувства пространства» – способности, верно, оценивать пространственные условия действия (расстояние до цели, размеры препятствий, дистанцию при взаимодействиях спортсменов в играх) и точно соразмерять с ними действия» [1]. Все остальные компоненты методики тренировки были одинаковы в обеих группах. В качестве средств технической подготовки использовались развивающие средства, направленные непосредственно на воспитание координационных способностей, проявляющихся в конкретном виде спорта. Упражнения, направленные на развитие координационных способностей, эффективны до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически. Подготовительная часть занятий в обеих группах была одинаковой, продолжительностью 20 минут. Эта часть включала в себя предварительную разминку. В предварительной разминке использовался медленный бег продолжительностью 5–8 минут, комплексы ОРУ на месте и в движении с направленностью упражнений для плечевых, тазобедренных, коленных, голеностопных суставов. Упражнения проводились и с различными предметами. Предварительная разминка иногда проводилась в игровой и соревновательной форме. Основная часть включала в себя технические приёмы, направленные на решение задач основной части. В этой части разминки проводились беговые упражнения (бег с высоким подниманием бедра, захлестом голени, прыжки в шаге, бег спиной вперёд) включалось ведение мяча ногами, а также правой, левой и двумя руками. Выполнения координационных упражнений мы планировали в первой половине основной части занятий, поскольку они быстро ведут к утомлению. При совершенствовании развития уровня координационных способностей занимающихся в экспериментальной группе мы ввели разработанные нами комплексы упражнений, которые применялись поочередно.

Для оценки уровня развития координации использовались следующие контрольные тесты.

Тест 1. Оценка равновесия (проба Ромберга). Оценивается в баллах:

«5» – стоит с закрытыми глазами 100–120 секунд, неподвижно

«4» – стоит с закрытыми глазами 70–99 секунд, неподвижно

«3» – стоит закрытыми глазами менее 70 секунд, неподвижно

«2» – стоит с закрытыми глазами менее 40 секунд и шатается

Тест 2. Оценка способности к ориентированию в пространстве. Оценивается в баллах:

«5» – четко выполняет все поставленные задачи, не теряется в пространстве

«4» – четко выполняет все поставленные задачи, но немного теряется в пространстве

«3» – выполняет не все поставленные задачи, теряется в пространстве

«2» – не выполняет поставленные задачи и теряется в пространстве

Тест 3. Опускание палки – реакция. Оценивается в баллах:

«5» – быстрая реакция, захват палки на 2–3 см от края

«4» – быстрая реакция, захват палки на 7–8 см от края

«3» – медленная реакция, захват палки на 12–13 см от края

«2» – медленная реакция, захват палки на 17–18 см от края

Ниже приведены 2 комплекса, каждый из них включает по 5 упражнений, направленные на развитие уровня координации, для юношей 17–20 лет, занимающиеся футболом.

### Комплекс №1

1) От штанги влево по команде (под свисток, хлопок) тренера, вратарь старается быстрее выполнить переступание через фишки (расстояние между фишками 40 см, количество фишек – 5) после переступания тренер набрасывает мяч в правую сторону от вратаря (либо это низом, на уровне пояса или на уровне головы), то же самое от штанги вправо (5–6 раз), тренер находится на линии штрафной.

2) Исходное положение: стойка вратаря посередине ворот, на линии (руки согнуты в локтях находятся на уровне пояса, ноги чуть согнуты в коленях, наклон корпуса немного вперёд) по команде (по хлопку, свистку) тренера, вратарь старается быстрее выполнить переступание через фишки вперёд (расстояние между фишками 40 см, количество фишек – 5) после переступания тренер бьёт мяч во вратаря (либо это низом, на уровне пояса или на уровне головы) (5–6 раза), тренер находится на линии штрафной.

3) От штанги влево по команде (под свисток, хлопок) тренера, вратарь старается быстрее выполнить переступание через фишки (расстояние между фишками 40 см, количество фишек – 5) после переступания тренер посылает мяч в правую сторону от вратаря (если низом и на уровне пояса, то перекатом, а если выше, то прыжком ловля мяча или переводом мяча отбивая его в сторону), то же самое от штанги вправо (5–6 раз), тренер находится на линии штрафной.

4) От штанги влево по команде (под свисток, хлопок) тренера, вратарь старается быстрее выполнить переступание через фишки (расстояние между фишками 40 см, количество фишек – 5) после переступания тренер набрасывает мяч в правую сторону от вратаря (либо это низом, на уровне пояса или на уровне головы), то же самое от штанги вправо (5–6 раз), тренер находится на 11 метровой отметке (3–4 раза).

5) Исходное положение: стойка вратаря по середине ворот, на линии (руки согнуты в локтях находятся на уровне пояса, ноги чуть согнуты в коленях, наклон корпуса немного вперёд) по команде (по хлопку, свистку) тренера, вратарь старается как можно быстрее выполнять переступание через фишки вперёд (расстояние между фишками 40 см, количество фишек – 5) после переступания тренер бьёт мяч во вратаря (либо это низом, на уровне пояса или на уровне головы) (5–6 раза), тренер находится на 11 метровой отметке.

## Комплекс №2

1) Вратарь старается выполнить ведение двумя руками одновременно 2-х мячей (сначала двумя руками два мяча, а после двумя руками один мяч, но не забывая про второй мяч, как только отбиваем первый мяч от пола, стараемся сразу ловить второй мяч и его тоже отбиваем от пола), (10 раз).

2) Исходное положение: стойка вратаря по середине ворот, на линии спиной к тренеру (руки согнуты в локтях находятся на уровне пояса, ноги согнуты в коленях, наклон корпуса немного вперёд) по команде (по хлопку или свистку) тренера, вратарь выполняет резкий разворот на 1800 градусов, (тем самым поворачиваясь лицом к тренеру) после наносится удар по мячу тренером во вратаря (это низом, на уровне пояса или на уровне головы), тренер находится на штрафной линии (5–6 раз).

3) Исходное положение: стойка вратаря по середине ворот, на линии спиной к тренеру (руки согнуты в локтях находятся на уровне пояса, ноги согнуты в коленях, наклон корпуса немного вперёд) по команде (по хлопку или свистку) тренера, вратарь выполняет резкий разворот на 1800 градусов, (тем самым поворачиваясь лицом к тренеру) после наносится удар по мячу тренером в сторону вправо или влево (если низом и на уровне пояса, то перекатом, а если выше, то прыжком ловля мяча или переводом мяча отбивая его в сторону), тренер находится на штрафной линии (5–6 раз).

4) По сигналу тренера мяч подбрасывается вверх. Вратарь, стоя спиной к тренеру во вратарской стойке, посередине ворот на линии, резко разворачивается на 1800 и следом же ищет взглядом и выпрыгивает вверх, ловя как можно выше мяч с коленом вперёд и с голосом «Я» (5–6 раз), тренер находится на 11 метровой отметке.

5) По сигналу тренера вратарь подбегает от вратарской линии к тренеру и касается мяча рукой (мяч находится у тренера на 11 метровой отметке в руках на уровне пояса), следом же вратарь возвращается спиной вперёд как можно быстрее (в этот момент тренер бросает мяч за спину вратарю влево, вправо или по центру), Вратарь старается мяч поймать или его отбить (5–6 раз).

В ходе педагогического эксперимента были изучены результаты тестирования в контрольной и экспериментальной группах. Данные были отражены на диаграммах (рисунки 1, 2, 3).

Из рисунка 1 можно сделать вывод, что результаты в контрольной группе на начальном этапе педагогического эксперимента показали незначительное изменение к концу эксперимента.

Тест 1 прирост величины среднего значения составил 0,2 балла;

Тест 2 – прирост составил 0,4 балла;

Тест 3 – 0,4 балла; Это может свидетельствовать о недостаточной эффективности проводимых учебных методик или программ обучения

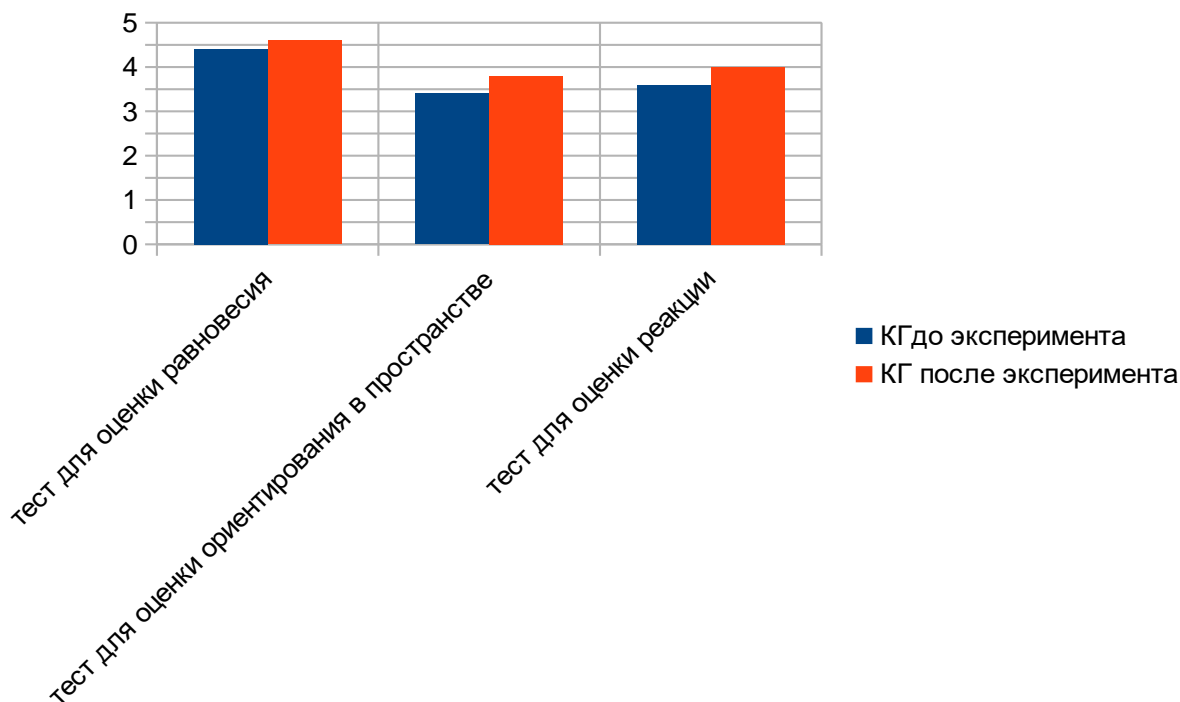


Рисунок 1 – Динамика показателей разницы результатов КГ

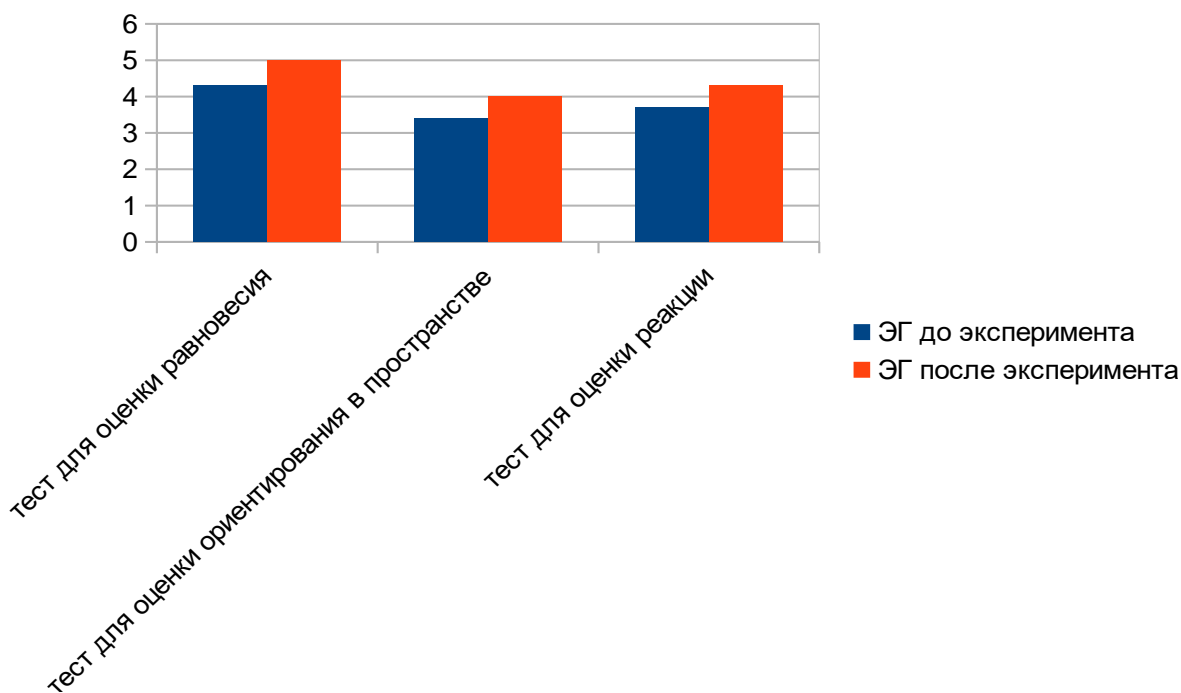


Рисунок 2 – Динамика показателей разницы результатов ЭК

Полученные результаты в экспериментальной группе (рисунок 2) указывают на значительное изменение результатов к концу педагогического эксперимента.

Тест 1 – прирост величины среднего значения составил 0,7 балла

Тест 2 – прирост составил 0,6 балла

Тест 3 – 0,6 балла

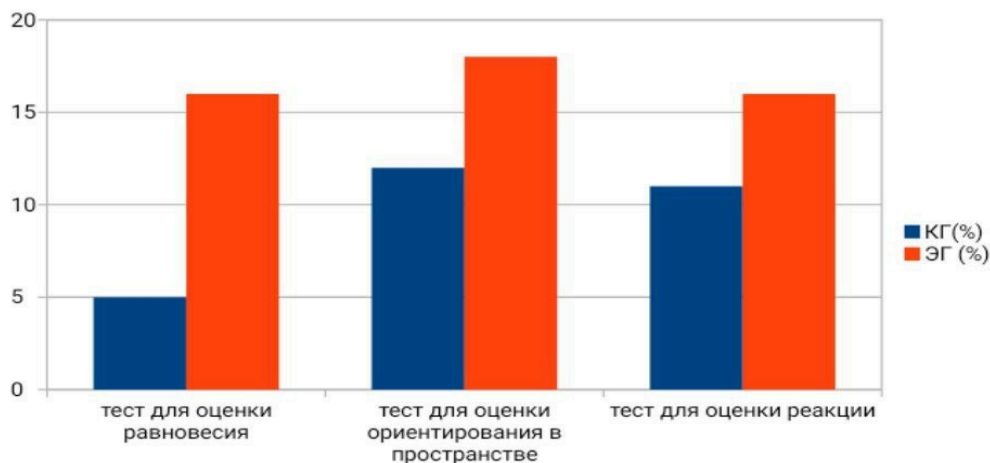


Рисунок 3 – Сравнительные результаты итогового тестирования в контрольной и экспериментальной группах

### Итоги

В результате анализа контрольной и экспериментальной группы было обнаружено, что уровень результатов участников контрольной группы значительно ниже, чем у участников экспериментальной группы.

Среднее значение показателя теста №1 в контрольной группе на начальном этапе составило 4,4 балла, а на контрольном этапе – 4,6 балла, что означает увеличение среднего значения на 0,2 балла (5%). В экспериментальной группе в начале исследования среднее значение показателя составило 4,3 балла, а на итоговом этапе – 5 баллов, что свидетельствует о приросте среднего значения на 0,7 балла (19,4%). В отношении теста №2 – данные из рисунка 2 демонстрируют, что среднее значение показателя в контрольной группе составляло 3,4 балла на начальном этапе, в то время как на итоговом этапе оно увеличилось до 3,8 балла, тем самым показав прирост на 0,4 балла (12%). Данные из экспериментальной группы свидетельствуют о том, что в начале эксперимента среднее значение показателя составляло 3,4 балла, в то время как на итоговом этапе оно увеличилось до 4 баллов, что показывает прирост на 0,6 балла (18%). Относительно теста №3 – в контрольной группе среднее значение показателя на начальном этапе было 3,6 балла, а на итоговом этапе оно увеличилось до 4 баллов, тем самым показав прирост на 0,4 балла, что составляет 11%. Согласно результатам эксперимента, в начале эксперимента в экспериментальной группе средняя оценка составляла 3,7 баллов, а на итоговом этапе она увеличилась до 4,3 баллов, что демонстрирует прирост среднего значения на 0,6 балла или на 16%.

### Выводы

Данное исследование указывает на то, что комплекс упражнений, используемый в экспериментальной группе, предположительно оказал влияние на результаты. Комбинация упражнений, применяемых в экспериментальной группе, имеет потенциал для улучшения достижений участников. Эти упражнения более эффективны и целенаправленны в отношении тренировки координационных

способностей, что привело к улучшению результатов. Таким образом, на основании анализа графика можно сделать вывод о том, что комплекс упражнений внес существенный вклад в улучшение результатов участников экспериментальной группы по сравнению с контрольной.

#### **Литература**

1. Гоулд, Д. *Основы психологии спорта и физической культуры* / Д. Гоулд, Р. С. Уэйнсберг. – 2021. – 320 с.
2. Волков, В. М. *Спортивный отбор* / В. М. Волков, В. П. Филин. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
3. Волкова, Н. Л. *Применение тренажеров на занятиях физической культурой старших школьников* / Н. Л. Волкова, Г. Н. Пономарев // *Культура физическая и здоровье: научно-методический журнал*. – 2015.– № 3 (54). – С. 110–113.
4. Холодов, Ж. К. *Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст]* / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов – Москва : Изд. центр «Академия», 2004. – 480 с.

## **О ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ АКТУАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ СПОРТУ**

**О. А. Клестова, С. Г. Сериков**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
Челябинск, Россия**

## **ABOUT THE PROBLEM OF FORMING CURRENT COMPETENCIES OF FUTURE COMPUTER SPORTS COACHES**

**Oksana Klestova, Sergey Serikov**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

Статья посвящена описанию формирования компетенций будущих тренеров по компьютерному спорту в образовательном процессе вуза. Авторы изучают опыт реализации основной профессиональной образовательной программы направления подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата), профиль «Спортивная подготовка по виду спорта компьютерный спорт» в вузе физической культуры. В результате изучен опыт организации высшего образования в подготовке кадров для отрасли физической культуры и спорта, осуществляющую подготовку тренеров-преподавателей по виду спорта «компьютерный спорт», предложены рекомендации по совершенствованию образовательной программы с целью повышения конкурентоспособности выпускников на рынке труда.

**Ключевые слова:** федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, федеральный государственный образовательный стандарт, профессиональный стандарт, основная профессиональная образовательная программ, компьютерный спорт, подготовка кадров для отрасли, тренер-преподаватель по компьютерному спорту.

The article is devoted to the description of the formation of competencies of future computer sports coaches in the educational process of a university. The authors study the experience of implementing the main professional educational program in the training area 03/49/04 Sports (bachelor's level), profile "Sports training in the sport of computer sports" at the university of physical education. As a result, the experience of organizing higher education in training personnel for the field of physical culture and sports, training trainers and teachers in the sport "computer sports," was studied, and recommendations were proposed for improving the educational program in order to increase the competitiveness of graduates in the labor market.

**Keywords:** *federal standard of sports training by type of sport, federal state educational standard, professional standard, basic professional educational programs, computer sports, training for the industry, trainer-teacher in computer sports.*

В русле развития цифровой трансформации всех сфер жизнедеятельности человека, появляются новые гибридные виды спорта (например, фиджитал, спортивное программирование), несущие в себе совокупность спортивной и цифровой составляющей, а также отдельные виды спорта (например, компьютерный спорт), которые перешли в сферу физической культуры из сферы информационных технологий и компьютерных игр. Помимо этого в Стратегии развития физической культуры и спорта в российской Федерации на период до 2030 года [5] поставлена задача содействия развитию компьютерного спорта. Анализируя статистическую отчетность по подготовке спортивного резерва, приходим к выводу, что тренеров по компьютерному спорту практически нет, а имеющиеся кадры не обладают профильным образованием [6, 7]. Надо отметить, что наличие кадров, обладающих необходимым уровнем цифровых и тренерских компетенций, является необходимым условием развития не только отрасли физической культуры и спорта, но и компьютерного спорта как вида спорта.

Анализ работ показал, что проблема развития компьютерного спорта в России рассматривается через призму нескольких направлений: анализ развития компьютерного спорта; нормативно-правовое регулирование в компьютерном спорте; социальные аспекты компьютерного спорта; подготовка спортсменов, выступающих в дисциплинах компьютерного спорта. В то же время наблюдается отсутствие исследований, направленных на решение вопроса кадрового обеспечения в компьютерном спорте [4].

В Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры» (далее – УралГУФК) осуществляется подготовка кадров для отрасли по виду спорта компьютерный спорт. Приступая к разработке основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП), мы проанализировали федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт», федеральный государственный образовательный стандарт направления подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата), профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель», а также примерную образовательную программу направления подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата), рекомендованную Федеральным учебно-методическим объединением в системе высшего об-



разования по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Анализ федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт» (далее – ФССП) [3] дал нам возможность сформировать представление о том, какими знаниями, умениями и компетентностью должен обладать тренер по виду спорта «компьютерный спорт»: коммуникативными (умение взаимодействовать с коллегами, администрацией, занимающимися и их родителями, быть лидером и создавать команды) и профессиональными компетенциями (организовывать и проводить отбор, формировать спортивный резерв, осуществлять общую и специальную физическую подготовку, владеть тактикой и техникой по виду спорта, организовывать и реализовывать соревновательную деятельность, укреплять здоровье занимающихся), позволяющими выполнять им их непосредственную трудовую деятельность.

Всем этим требованиям отвечает содержание федерального государственного образовательного стандарта направления подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата) (далее – ФГОС) [2]. Анализируя компетенции, приходим к заключению, что освоение заявленных в федеральном стандарте компетенций позволит в полном объеме выпускникам реализовывать функцию тренера-преподавателя по виду спорта «компьютерный спорт».

В то же время п. 3.4. ФГОС направления подготовки 49.03.04 Спорт отмечает то, что «Профессиональные компетенции определяются Организацией самостоятельно на основе профессиональных стандартов, соответствующих профессиональной деятельности выпускников...» [2]. Таким образом, были сформулированы профессиональные компетенции, необходимые для реализации ОПОП и подготовки квалифицированного тренера-преподавателя по виду спорта «компьютерный спорт»:

ПК-1. Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе с использованием дистанционных технологий;

ПК-2. Способен осуществлять отбор занимающихся и оценивать их перспективность в достижении спортивных результатов;

ПК-3. Способен планировать, учитывать и анализировать результаты спортивной подготовки занимающихся с использованием методик измерения и оценки;

ПК-4. Способен проводить тренировочные занятия и управлять систематической соревновательной деятельностью занимающихся.

В то же время, для подготовки будущего тренера-преподавателя, отвечающего всем требованиям не только нормативных документов, регламентирующих процесс подготовки соответствующего специалиста с необходимым уровнем квалификации, но и являющегося конкурентоспособным квалифицированным специалистом, отвечающим требованиям и запросам рынка труда конкретной специфики, нами был проведен анализ требований к тренеру по киберспорту на основе опросов действующих тренеров [1; 8]. По их мнению тренер по компьютерному спорту (киберспортивный тренер) должен обладать следующими компетенциями:

- планирование и проведение тренировочного процесса, включающего как коллективные, так и индивидуальные тренировки; разработка программы тренировок;
- обучение и подготовка игроков;
- разработка тактики и стратегии игры команды, а также тактики отдельных игроков;
- аналитика данных, принятие решений;
- командообразование; мотивационные и психологические навыки;
- спортивный отбор команды и в команде;
- глубокие знания игры и механик.

На основе изложенных действующими тренерами требований к компетентности тренера по компьютерному спорту в программу подготовки были внедрены следующие дисциплины: командообразование в компьютерном спорте; коммуникации в цифровой среде; компьютерная обработка статистических данных в спорте; техническое обеспечение компьютерного спорта; сквозные технологии в цифровой среде; компьютерные симуляторы в спорте; компьютерные технологии в подготовке спортсменов; моделирование спортивной подготовки в компьютерном спорте; интеллектуальные виды спорта. В то же время необходимо отметить, что не все указанные дисциплины полностью отвечают всем запросам со стороны современного рынка, предъявляемых к тренеру по компьютерному спорту. В соответствии с этим для повышения эффективности подготовки будущих специалистов и обеспечения их высокой конкурентоспособности можно расширить перечень дисциплин, освоение которых обеспечит подготовку высококвалифицированных специалистов. К таким дисциплинам, например, можно отнести спортивное программирование, аналитика данных, дизайн и архитектура игр, инженерная психология [4].

Так, при изучении спортивного программирования обучающимся будет предложено изучить следующие темы: графы; структуры данных; теорию чисел; динамическое программирование и др. Освоение данной дисциплины позволит обучающимся научиться реализовывать алгоритмы, включая, обходы в глубину и ширину, проводить поиск кратчайшего пути для решения поставленной задачи, манипулировать расположением элементов массива, использовать алгоритмы для решения задач, а также разбивать данные на подзадачи и использовать результаты их решения для решения основной проблемы. Все это позволит будущему тренеру по компьютерному спорту освоить компетенции по разработке тактики и стратегии игры команды, а также тактики отдельных игроков, умения анализировать большие данные, на основе которых принимать решения.

При изучении дисциплины, посвященной проблемам аналитики данных, обучающиеся научатся собирать, систематизировать, обрабатывать и визуализировать данные по различным проблемам и аспектам компьютерных игр и спорта; моделировать и исследовать процессы, выявлять аномалии; разрабатывать и предлагать на основе визуализации данных решения, сопоставлять их и определять наиболее эффективные. Все это поможет тренеру по компьютерному спорту научиться анализировать настоящее, ход игры и работу команды в реальном

времени, спрогнозировать развитие ситуации, а также разработать стратегию команды.

Еще одной дисциплиной, необходимой для повышения конкурентоспособности будущего тренера по компьютерному спорту, обладающего широким спектром компетенций, является дизайн и архитектура игр. В результате освоения геймдизайна, нарративного дизайна и дизайна уровней, тренер по компьютерному спорту сможет не только составлять сценарии игр, рисовать их архитектуру, строить уровни игры, но и создавать квестовые и диалоговые системы, уметь выстраивать отношения в команде. Освоение данной дисциплины позволит будущему тренеру овладеть компетенциями глубокого понимания игры, ее техники и механик, а также командообразования.

Одним из направлений работы тренера по компьютерному спорту является отбор игроков, создание команды, мотивационные и психологические навыки работы с обучающимися (игроки-спортсмены). Для освоения указанных компетенций нами предлагается включить в образовательную программу инженерную психологию. Изучение вопросов анализа задач человека в системах управления, распределения функций между человеком и автоматическими системами, в том числе с искусственным интеллектом; исследование совместной деятельности операторов (в нашем случае ими выступают игроки команды, осуществляющие свою деятельность посредством применения своих компьютеров и находящихся на расстоянии друг о друга), процессов общения и информационного взаимодействия между ними (игроки команды могут находиться в разных помещениях, а не на одной территории), а также исследование факторов, влияющих на эффективность, качество, точность, скорость действий операторов и анализ процессов переработки информации человеком, ее хранения и принятия решений, психологических механизмов регуляции деятельности операторов, в том числе проектирование человеко-машинных систем, позволит будущим специалистам в области компьютерного спорта освоить указанные выше компетенции [4].

Таким образом, реализация описанной выше образовательной программы позволит получить высокообразованного специалиста, обладающего требуемыми рынком труда и оформленными на нормативном уровне компетенциями.

#### **Литература**

1. Киберспортивный тренер по CS:GO. – <https://kuda-dengi.ru/kibersportivnyi-trener-po-csgo> (дата обращения 12.01.2024 г.).
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 25 сентября 2019 г. № 886 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт» (с изменениями и дополнениями). – [https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/490304\\_B\\_3\\_29042021.pdf](https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/490304_B_3_29042021.pdf) (дата обращения 10.01.2024 г.).
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 02.11.2022 № 900 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт». – <https://base.garant.ru/405845773/> (дата обращения 10.01.2024 г.).
4. Сериков, С. Г. Содержательное обеспечение формирования актуальных компетенций будущих тренеров по компьютерному спорту в образовательном процессе вуза / С. Г. Сериков, О. А. Клестова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование. Педагогические науки. – 2023. – Т. 15, № 4. – С. 38-51. – DOI 10.14529/ped230404. – EDN WKOLZL.

5. Стратегия развития физической культуры и спорта в российской Федерации на период до 2030 года: утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р. – <file:///C:/Users/User/Desktop/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf> (дата обращения 09.01.2024 г.).

6. Форма № 5-ФК (сводная). Сведения по подготовке спортивного резерва по состоянию на 31 декабря 2022 года. – <http://function.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/1452/> (дата обращения 12.01.2024 г.).

7. Форма № 5-ФК (сводная). Сведения по подготовке спортивного резерва по состоянию на 31 декабря 2021 года. – <http://function.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/1452/> (дата обращения 12.01.2024 г.).

8. Ченг, Э. Кто такие тренеры по киберспорту и чем они занимаются? / Э. Ченг. – <https://esportrussia.com/новости/кто-такие-тренеры-по-киберспорту-и-чем-они-занимаются/> (дата обращения 12.01.2024 г.).

## **IMPROVING STUDENT CHINESE-RUSSIAN COOPERATION THROUGH PHYSICAL EDUCATION AT ST. PETERSBURG STATE UNIVERSITY**

**T. E. Koval, L. V. Yarchikovskaya, S. M. Lukina, T. S. Nasyrova**  
**St. Petersburg State University,**  
**St. Petersburg, Russia**

**Abstract.** The article presents the results of the work of St. Petersburg State University on the development of intercultural relations among students in physical education and sports. The description of the developed wellness programs aimed at improving the Chinese-Russian cooperation of students is given. The effectiveness of the developed wellness programs, including author's fitness programs and special Nordic walking cross-country hikes, taking into account ethnic characteristics and the development of intercultural relations between the two countries, has been experimentally confirmed.

**Keywords:** *student intercultural Chinese-Russian relations, wellness programs of physical culture, fitness and ethnic cross-hiking in the style of Nordic walking*

## **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО КИТАЙСКО-РОССИЙСКОГО СОТРУДНИЧЕСТВА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ**

**Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская, С. М. Лукина, Т. Ш. Насырова**  
**Санкт-Петербургский государственный университет,**  
**г. Санкт-Петербург, Россия**

**Аннотация.** В статье представлены результаты работы Санкт-Петербургского государственного университета по развитию межкультурных связей в студенческой среде на занятиях физической культурой и спортом. Дано описание разработанных оздоровительных программ, направленных на совершенствование китайско-российского сотрудничества студентов. Экспериментально подтверждена эффективность разработанных оздоровительных про-

грамм, включая авторские фитнес-программы и специальные кросс-походы в стиле nordic walking, с учетом этнических особенностей и развития межкультурных связей двух стран.

*Ключевые слова:* студенческие межкультурные Китайско-Российские связи, оздоровительные программы физической культуры, фитнес и этнические кросс-походы в стиле nordic walking.

Currently, partnerships between the Russian Federation and the People's Republic of China are developing in such areas as academic and student exchanges, double degree programs, as well as within the framework of bilateral cooperation between Russian and Chinese universities.

St. Petersburg State University has extensive experience in training highly qualified specialists for the Chinese economy and industry and implements a number of joint undergraduate educational programs with universities in this country. The number of Chinese students accepted for full-time study in September 2023 at St. Petersburg State University was 1754 people (bachelors, masters and graduate students). The total number of network cooperation between St. Petersburg State University and Chinese students, including full-time students, in the fall of 2023 was 1913 people.

In pedagogy, physical education is considered as one of the means of solving the problem of adaptation of young people, including students of higher educational institutions. Foreign students, when entering universities, go through a period of adaptation to new conditions of study and life, which, unlike Russian students, lasts for several years and is determined by a large number of socio-psychological, religious, medical and biological problems, insufficient knowledge of the Russian language, differences in higher education systems [1].

The search for new means of physical education to improve the efficiency of Chinese students' adaptation to educational and physical activity, the impact of a complex of psychosocial factors in a foreign language environment and solving the problems of Russian-Chinese cooperation are pressing problems.

The goal of the work was to develop and evaluate the effectiveness of health programs for Chinese students at St. Petersburg State University using various means of intercultural education of students, strengthening student cooperation, and means of physical education, taking into account the ethnic characteristics of the two countries.

The objectives of the work were:

- study of the initial level of physical development and functional state of the body of first-year health group students in two countries at the time of the start of studies at the university;

- selection of physical education means and selection of optimal physical activity during recreational physical education classes and taking into account ethnic characteristics for more effective adaptation of Chinese students;

- development of recommendations for group and individual physical education classes to create comfortable learning for Chinese students in new living conditions

The object of the study is first-year foreign students of St. Petersburg State University and students from the People's Republic of China in health-improving physical education groups. The duration of the study is 4 years (from 2018 to 2022).

The essence of the pedagogical experiment was as follows. Over the course of four years, control and experimental groups of 15 people each were formed from first-year students. The total number of students participating in the experiment was more than 70 people. The composition of the participants was mixed (Russian and Chinese students). The participants in the experiment included 9 girls and 6 boys. The age of the participants ranged from 17 to 24 years. The working language in classes was English.

At the first stage, the functional state of foreign students was assessed in the control and experimental groups using the Ruffier index, an orthostatic test and a two-kilometer walking test developed by the Finnish Urho Kalev Kekkonen Institute. The results were processed using the scaling method. The estimates obtained during the experiment were compared [2].

During the experimental work, students were surveyed on their assessment of adaptation to new living conditions and the effectiveness of learning.

At the second stage of the pedagogical experiment, classes for the control and experimental groups were divided. The classes were organized as follows. The control group was engaged in the entire period of the experiment only according to a standard health program, including general physical training. Classes were held only in a limited space - at the St. Petersburg State University stadium.

The experimental group studied according to a special prepared program aimed at increasing the effectiveness of student adaptation. The program included urban cross-hikes in the Nordic walking style along specially designed ethnic routes, specially selected exercises using musical accompaniment, and information and communication technologies. The entire planned load was performed in aerobic mode with constant work of average power (heart rate fluctuations from 120 to 160 bpm). The methodology for conducting health-improving classes under this program is reflected in publications [3].

To increase the effectiveness of adaptation of foreign students in China and create psychological comfort during the experiment, pedagogical technologies for intercultural education of students at the university were used. During physical education classes, emphasis was placed on the cultural and national characteristics of those involved. The classes used popular musical melodies of the native country, as well as a health complex composed of rhythmic dance movements, stylized as national dances of the peoples of the world. The organization of health-improving physical education classes was carried out along specially designed health-improving routes with an ethnic focus.

In addition, for optimal assimilation of educational material by students, means of intercultural education, means of operational monitoring of changes in the level of adaptation of foreign students, multimedia technologies, Internet resources, Microsoft Power Point and Microsoft Publisher programs were used).

At the third stage, the functional state of foreign students was re-assessed in the control and experimental groups using the Ruffier index, an orthostatic test and a two-kilometer walking test developed by the Urho Kalev Kekkonen Institute.

When analyzing the results of the experiment, a scaling method was applied, and psychological tests were administered during the testing phase.

1. The results of the assessment of the functional state of international students at the first stage of the experiment revealed a low level of their physical fitness (Ruffier Index, two-kilometer orthostatic test). The research conducted showed that upon ad-

mission to Saint Petersburg State University, most Chinese students were not sufficiently functionally prepared for the conditions of the training regimen proposed. International students had a lower response to physical and academic stress compared to their Russian peers.

2. Physical education classes with students of the experimental group according to a developed program aimed at the effective adaptation of foreign students to academic and extracurricular programs, during the research process, proved a positive effect: on the functional state of the body of foreign students, on increasing the level of their physical fitness and general performance. The generalized results of the functional state of the students in the experimental group at the end of the experiment looked as follows: according to the Ruffier index - "good", according to the orthostatic test - "good fitness of the body", according to the two-kilometer test - "good". During the experiment, it was possible to increase the total volume of training load in recreational classes from 1.5 km to 6.0 km. The results of assessing the functional state of students in the control group were significantly lower.

3. Analysis of the performance of Chinese students and the absence of absences due to illness in the experimental group showed that the selected optimal volume of physical activity stimulates the positive dynamics of physical development, functional state and physical performance of students and forms an adequate response to the disturbing influences of environmental factors.

4. A survey conducted among Chinese students found that adaptation to physical and academic stress resulting from attending physical education classes increased in both groups. However, the indicators of adaptation were more pronounced in the experimental group. When choosing the maximum average score for assessing adaptation and emotional satisfaction components in the control group, it was 62%. In the experimental group, the maximum average score was 91%.

### **Conclusions**

Physical education classes according to the standard curriculum for foreign students of the People's Republic of China over the course of four years of research had a positive impact on the functional state of the students' body, on increasing the level of their physical fitness and general performance, i.e. for their adaptation in new learning conditions.

However, the adaptation response was more pronounced among foreign students who studied according to a special program, including: Nordic walking classes along selected ethnic routes; classes with elements of shaping, including dance movements of Chinese folk dances; use of operational control tools using modern ICT (Blackboard information system, multimedia technologies and others); recommendations for intercultural development. It is recommended for effective adaptation of foreign students of Russian universities to use the positive experience of teachers of St. Petersburg State University and proven physical education programs of St. Petersburg State University, aimed at increasing the level of adaptation.

### **References**

1. Koval T.E. Yarchikovskaya L.V. Pososhkov I.D. Demesh V.P. *Implementation of health care programs in the interests of intercultural education of university students // Scientific Notes of the University. PF. Lesgaft. – 2015. – No. 5(123). P.103-107.*
2. Koval T.E. Yarchikovskaya L.V. Oshina O.V. *Using a combined approach in the technology of designing health programs // Theory and practice of physical culture. – 2015. - No. 2. - P.98-100*

3. *Health programs for physical culture and sports / Minvaliev R.S., Koval T.E., Yarchikovskaya L.V. and others; edited by Sh.Z. Khubbieva, S.Sh. Namozova, T.E. Neznamova. – St. Petersburg: St. Petersburg Publishing House. Univ., 2014. – 234 p.*

## **ВОЗМОЖНОСТИ СТАТОДИНАМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ПОВЫШЕНИИ УРОВНЯ ЖИЗНИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С ОСТЕОПОРОЗОМ**

**О. Н. Кондакова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **THE POSSIBILITIES OF STATODYNAMIC GYMNASTICS IN IMPROVING THE STANDARD OF LIVING OF THE ELDERLY AGE WITH OSTEOPOROSIS**

**Oksana Kondakova**

**Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia**

В статье рассматривается эффективность статодинамической гимнастики в реабилитации лиц пожилого возраста с остеопорозом по таким показателям: способность к равновесию, степень выраженности болевого синдрома и психоэмоциональное состояние лиц пожилого возраста с остеопорозом.

***Ключевые слова:** остеопороз, психо-эмоциональное состояние, лица пожилого возраста, трудоспособность, равновесие, болевой синдром.*

The article discusses the possibility of statodynamic gymnastics in the rehabilitation of elderly people with osteoporosis according to the following indicators: the ability to balance, the severity of pain syndrome and the psycho-emotional state of elderly people with osteoporosis.

***Keywords:** osteoporosis, psycho-emotional state, elderly people, ability to work, balance, pain syndrome.*

**Актуальность исследования** обусловлена распространением заболевания костной ткани в длительной временной перспективе среди населения 50–64 лет. Увеличивается количество лиц пожилого возраста, перенесших низкотравматические переломы, вследствие остеопороза. Чаще проксимального отдела бедра и тел позвонков. Это влечет к стремительной прогрессии ухудшения качества жизни данной категории населения из-за несвоевременного оперативного лечения и дальнейшей реабилитации. Период восстановления патологического перелома сталкивается с проблемой способности лиц к самообслуживанию, потере трудоспособности и осложнений заболевания [1, 4].

Согласно данным эпидемиологических исследований, федеральных клинических рекомендаций, в России среди лиц в возрасте 50 лет и старше остеопороз выявляется у 34% женщин и 27% мужчин, а частота остеопении составляет 43 и



44% соответственно. Распространенность низко-травматических переломов тел позвонков составляет около 10% мужчин и 12,7% у женщин. Частота остеопороза увеличивается с возрастом. Периодичность переломов была наиболее низкой у лиц обоего пола в возрасте 50–54 года и увеличивалась плавно до возраста 65 лет, а затем был отмечен ее экспоненциальный рост, особенно выраженный у женщин. За 5-летний период отмечается достоверное увеличение частоты переломов любой локализации, особенно у пациентов, которые уже перенесли перелом. При этом вероятность у мужчин в возрасте 50–64 года она была в 2 раза выше, чем у женщин, а в возрасте 75 лет и старше тенденция была диаметрально противоположной [2, 5].

Важность данной проблемы заключается в высокой и постоянно растущей распространенности остеопороза, осложнения влекут за собой повышенный показатель летальности в течение первых 6 месяцев от возникновения патологического перелома. Также данной категории населения требуется длительный и постоянный уход во время восстановления, даже при соблюдении всех важных рекомендаций профилактики и лечения возвращение к исходному качеству жизни происходит, в среднем, только через 2 года [1, 3].

**Предмет исследования:** уровень эффективности статодинамической гимнастики в реабилитации лиц пожилого возраста с остеопорозом.

**Задачи исследования:**

1 Изучить влияние статодинамической гимнастики на способность к равновесию у лиц пожилого возраста с остеопорозом.

2 Изучить влияние статодинамической гимнастики на степень выраженности болевого синдрома у лиц пожилого возраста с остеопорозом.

3 Оценить влияние статодинамической гимнастики на психоэмоциональное состояние лиц пожилого возраста с остеопорозом.

**Методы исследования:** Опросник САН; Шкала баланса Берга; Визуальная аналоговая шкала (ВАШ); Метод математической статистики: t-критерий Стьюдента.

**Организация исследования**

Исследование проводилось с 03.04.2023 по 13.05.2023 на базе Муниципального бюджетного учреждения «Комплексный центр социального обслуживания населения по Центральному району города Челябинска». Для проведения исследования были сформированы 2 группы: основная группа 10 человек (8 женщин, 2 мужчин), контрольная группа 10 человек (6 женщин, 4 мужчины), пожилого возраста от 60 до 84 лет. Принимали участие категория лиц пожилого возраста с остеопорозом. На поликлиническом этапе реабилитации, в условиях центра социального обслуживания. Исследование проведено согласно федеральным клиническим рекомендациям реабилитации остеопороза.

**Результаты исследования**

Влияние статодинамической гимнастики на способность к равновесию у лиц пожилого возраста. Показатель эффективности гимнастики на способность к равновесию у лиц пожилого возраста с остеопорозом. До и после проведения реабилитационных мероприятий. Результаты статистической обработки полученных данных представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты показателей способности к равновесию у лиц пожилого возраста

в баллах

Группы	До деабилитации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
основная группа (n=10)	32,10±1,73	39,40±1,19	p<0,05
контрольная группа (n=10)	31,20±1,73	32,70±1,29	p>0,05
p	p>0,05	p<0,05	

Согласно таблице 1 значения групп до реабилитации не имеют статистической значимости (p>0,05), что показывает равную способность к равновесию у лиц. Показатели обеих групп соответствует категории пациентов, которым требуется помощь в выполнении некоторых задач, с повышенным риском падения.

На завершающем этапе эксперимента основная группа показывает значимые изменения (p<0,05), когда у второй группы значимых результатов не наблюдается (p>0,05). Значения основной группы после реабилитации увеличились на 7,3 балла. Данная прогрессия соответствует приближению к порогу новой категории шкалы, где пациент в основном независим в своих движениях, но всё ещё несёт значительный риск падения. В контрольной группе результат увеличился с 31,20±1,73 до 32,70±1,29, на 1,5 балла. Но занимающиеся относятся к той же, изначальной, категории. Таким образом, на основе данных, можно сделать вывод, что статодинамическая гимнастика, влияет на стабилизацию мышц и удержание позы в статическом режиме, следовательно, повышает способность лиц с остеопорозом удерживать равновесие.

Влияние статодинамической гимнастики на степень выраженности болевого синдрома. Оценка эффективности статодинамической гимнастики на степень выраженности болевого синдрома у лиц пожилого возраста с остеопорозом, при помощи визуальной аналоговой шкалы боли до и после реабилитационных мероприятий.

Таблица 2 – Результаты степени болевого синдрома

в баллах

Группы	До деабилитации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
основная группа (n=10)	4,70±0,32	1,60±0,32	p<0,05
контрольная группа (n=10)	4,50±0,43	4,10±0,43	p>0,05
p	p>0,05	p<0,05	

Выраженность боли основной группы до реабилитации составила – 4,70±0,32, после проведения комплексных мероприятий – 1,60±0,32. Значение до соответствовало сильной боли, но с проведением гимнастики снизилась до уме-

ренной. Разница составляет 3,1 балла. Контрольная группа имеет результаты до реабилитации –  $4,50 \pm 0,43$ , после –  $4,10 \pm 0,43$ . По значениям визуальной аналоговой шкалы, группы осталась в категории сильной боли, несмотря на уменьшение болевого синдрома на 0,4 балла.

Согласно полученным в конце исследования результатам, основная группа имеет статистически значимые результаты ( $p < 0,05$ ). В то время как в контрольной группе значимые изменения отсутствовали ( $p > 0,05$ ). Пациенты, до проведения регулярной физической нагрузки, часто отзывались на ноющие боли в области поясничного или грудного отдела позвоночника. После внедрения комплекса гимнастики, отмечалось уменьшение болевого синдрома поражённого отдела. Таким образом, можно сделать вывод, что комплексный подход, с внедрением статодинамической гимнастики, позволяет добиться снижения выраженности болевого синдрома у лиц пожилого возраста с остеопорозом. Также улучшает трофику тканей.

Влияние статодинамической гимнастики на самочувствие, активность, настроение. Влияние гимнастики на психоэмоциональное состояние пациентов оценивалось с помощью опросника «самочувствие, активность, настроение».

Таблица.3 – Результаты по шкале «Самочувствие»

в баллах

Группы	До деабилизации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
основная группа (n=10)	$2,86 \pm 0,07$	$4,5 \pm 0,07$	$p < 0,05$
контрольная группа (n=10)	$2,87 \pm 0,07$	$3,1 \pm 0,08$	$p < 0,05$
p	$p > 0,05$	$p > 0,05$	

Согласно таблице 3, результаты, полученные до реабилитации, не имеют статистической значимой разницы ( $p > 0,05$ ). Показатели основной группы и контрольной до групп попадают в категорию неблагоприятного психоэмоционального состояния. Значения после имеют статистическую значимость ( $p < 0,05$ ). Основная группа –  $4,5 \pm 0,07$ , попадает в значения шкалы о благоприятном состоянии, контрольная –  $3,1 \pm 0,08$ , осталась в прежней категории. Занимающиеся отмечали улучшения в общем самочувствии, также уменьшение затруднений в выполнении определённых, повседневных действий.

Согласно таблице 4, результаты, полученные до реабилитации, не имеют статистической значимой разницы ( $p > 0,05$ ). Показатели обеих групп попадают в категорию неблагоприятного психоэмоционального состояния, следовательно, говорит о пониженной активности занимающихся. Значения после имеют статистическую значимость ( $p < 0,05$ ). Основная группа попадает в значения шкалы о благоприятном состоянии, контрольная осталась в прежней категории.

Таблица 4 – Результаты по шкале «Активность»

в баллах

Группы	До деабилитации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
основная группа (n=10)	2,85±0,10	4,12±0,15	p<0,05
контрольная группа (n=10)	2,68±0,06	3,05±0,10	p<0,05
p	p>0,05	p>0,05	

За счёт организации режима труда у занимающихся, выработалась закономерность распределения физической нагрузки, следовательно, она позволяет подготовить организм к предстоящим занятиям утренней и статодинамической гимнастикой.

Таблица 5 – Результаты по шкале «Настроение»

в баллах

Группы	До деабилитации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
основная группа (n=10)	2,80±0,12	4,37±0,17	p<0,05
контрольная группа (n=10)	2,53±0,12	3,09±0,06	p<0,05
p	p>0,05	p>0,05	

Согласно таблице 5, результаты, полученные до реабилитации, не имеют статистической значимой разницы (p>0,05). Показатели основной группы до 2,80±0,12, контрольной до 2,53±0,12, попадают в категорию неблагоприятного психоэмоционального состояния, следовательно говорит о пониженной активности занимающихся.

Значения после имеют статистическую значимость (p<0,05). Основная группа – 4,37±0,17, попадает в значения шкалы о благоприятном состоянии, контрольная – 3,09±0,06, осталась в прежней категории. За счёт уменьшения болевого синдрома и повышения свободы движения, занимающиеся чувствовали повышенное настроение и возможности для лёгкого выполнения повседневных активностей.

После проведения реабилитации в обеих группах наблюдаются статистически значимые изменения. Есть общая положительная динамика. Положительная динамика наблюдается за счёт понижения болевого синдрома, налаживания режима труда и физической активности. Среди занимающихся отмечалось повышение желаний заниматься физическими нагрузками самостоятельно и на регулярной основе. Занятия с помощью группового метода наталкивает пациентов

общаться и делиться впечатлениями о нагрузке, что положительно отражается на психоэмоциональном состоянии. Постоянная двигательная активность.

### **Выводы**

1 Статодинамическая гимнастика способствует понижению риска падения возрастной категории лиц, улучшает способность лиц к равновесию. Гимнастика оказывает положительное влияние на костно-мышечную систему в большем объёме, чем общеразвивающая гимнастика.

2 Статодинамическая гимнастика способствует снижению выраженности болевого синдрома у лиц пожилого возраста с остеопорозом.

3 Статодинамическая гимнастика способствует улучшению психоэмоционального фона, в частности влияет на показатели: самочувствие, активность, настроение.

### **Заключение**

После проведения программы реабилитации наблюдалась положительная динамика в основной и контрольной группах, по всем параметрам исследования. Пациенты отмечали прилив энергии и повышенное настроение после занятий гимнастикой. Снизился болевой синдром, занимающиеся увереннее чувствовали контроль над своими движениями, что увеличило общую двигательную активность в течение дня. Данные факторы повлияли на уровень качества жизни лиц пожилого возраста, даже несмотря на неполное восстановление показателей нормы, по используемым шкалам.

Исходя из результатов проведённого исследования, можно сделать вывод об эффективности комплексной реабилитации, с внедрением статодинамической гимнастики, для лиц пожилого возраста с остеопорозом

### **Литература**

1. Бадалов, Н. Г. Роль немедикаментозных методов в комплексе мероприятий по профилактике и лечению остеопороза / Н. Г. Бадалов, Т. В. Кончугова, Л. А. Марченкова и др. // Современная ревматология. – 2016. – № 3. – С. 62–68.

2. Дрыгина, Л. Б. Современные методы диагностики, профилактики и лечения остеопороза: методическое пособие / Л. Б. Дрыгина, И. В. Трофимова, О. А. Саблин, И. Д. Никифорова. – Санкт-Петербург, 2011. – 86 с.

3. Егудина, Е. Д. Физическая реабилитация пациентов с остеопорозом / Е. Д. Егудина, О. С. Калашикова // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. – 2020. – № 2. – С. 78–85.

4. Кондакова, О. Н. Об ответственности по оказанию первой помощи обучающимся педагогическими сотрудниками / О. Н. Кондакова // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической культуры : Материалы XXXIII национальной научно-методической конференции, с международным участием, Челябинск, Май, 2023. – С. 108–109.

5. Кондакова, О. Н. Эффективность производственной гимнастики в оздоровлении женщин 50-60 лет в условиях челябинского металлургического комбината / О. Н. Кндакова // IX Международная научно-практическая конференция «Система менеджмента качества в ВУЗе: здоровье, образованность, конкурентоспособность» 30 апреля, 2020. – С. 128–131.

## **ПРОФИЛАКТИКА МЕТОДАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СОЦИАЛЬНО-НЕГАТИВНЫХ ЯВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ, ЛИШЕННЫХ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**О. Н. Кондакова**

Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия

## **PREVENTION OF SOCIALLY NEGATIVE PHENOMENA IN CHILDREN DEPRIVED OF PARENTAL CARE BY METHODS OF PHYSICAL CULTURE**

**Oksana Kondakova**

Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia

В статье рассматриваются возможности разработанного нами комплекса физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий для повышения качества профилактики социально-негативных явлений у детей, лишенных попечения родителей. Оценено влияние физкультурно-оздоровительного комплекса профилактики социально-негативных явлений на уровень социального взаимодействия детей, на психоэмоциональное состояние детей и на уровень двигательной активности детей, лишенных попечения родителей.

***Ключевые слова:** девиантное поведение, дети, оставшиеся без попечения родителей, социально-негативные явления, физические качества, психоэмоциональное состояние.*

The article discusses the possibility of a complex of physical culture, sports and wellness activities developed by us to improve the quality of prevention of socially negative phenomena in children deprived of parental care. The influence of the sports and recreation complex for the prevention of socially negative phenomena on the level of social interaction of children, on the psycho-emotional state of children and on the level of motor activity of children deprived of parental care is estimated.

***Keywords:** deviant behavior, children without parental care, socially negative phenomena, physical qualities, psycho-emotional state.*

**Актуальность исследования** обусловлена ростом девиантных отклонений в поведении детей среднего школьного возраста. Такие отклонения выражены ранним началом табакокурения, принятием наркотических средств и спиртных напитков, началом раннего ведения половой жизни, бродяжничеству. В этот же ряд можно поставить склонность к бандитизму, вандализму, а также практика других социально неприемлемых или не соответствующих возрасту действий и привычек.

Особое внимание в данном вопросе заслуженно обращено к детям, оставшимся без попечения родителей в следствии лишения родительских прав, либо же оставшиеся сиротами сразу после рождения, либо в несознательном возрасте.

К этой неблагополучной в социальном плане категории зачастую можно отнести и детей из неполных семей. Такие дети лишены (на фоне своих сверстников, воспитанных родителями), либо имеют депривацию внимания со стороны взрослых, а также тех необходимых нравственных установок, которые, по сути, являются социально приемлемыми поведенческими ориентирами, формирующими полноценную, благополучную, успешную личность в будущем [2].

Институт развития семейного устройства приводит следующую статистику по РФ, в 2021 году было 494000 детей, переживших опыт сиротства, это примерно 2% от всех детей в России. Как правило, их родители живы, но лишены или ограничены в родительских правах, уклоняются от воспитания своих детей, таких детей называют социальными сиротами. В 2021 году из всех детей, имевших опыт сиротства, большая часть находилась на воспитании в семьях, 454 031 человек (сумма по опекаемым и усыновленным). Еще 35 291 ребенок проживали в профильных учреждениях. Численность детей, в отношении которых исполнение обязанностей опекуна или попечителя было возложено на органы опеки и попечительства, составила 4455 человек. Реальная численность сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, выше, чем в официальной статистике. Она не учитывает детей, размещенных по «заявлению родителей о временном помещении в учреждение». Формально у таких детей сохраняется статус «семейных», и они не могут быть переданы на семейную форму устройства. Все детство таких «временно помещенных» детей может пройти в сиротской системе [1,4].

Таким образом, дети, лишенные попечения родителей, составляет довольно объемный пласт детского населения страны. Важно понимать, что сегодняшней ребенок является завтрашним взрослым трудоспособным гражданином, ценным членом общества. Поэтому всестороннее развитие такой личности на раннем этапе онтогенеза является важной задачей для опекунов и органов соцзащиты. Однако, зачастую, опекуны и органы соцзащиты не способны восполнить данный пробел в воспитании, ребенок ощущает отчужденность, ненужность, неполноценность, всеми силами пытается обозначить свою значимость в обществе – не всегда конструктивными, мирными способами.

В связи с этим прогрессирующая тенденция непрерывного роста различных отклонений в поведении детей, лишенных попечения родителей, особенно подросткового и среднего школьного возраста, поставила перед специалистами, занятыми в социальной и педагогической сфере, в качестве одной из основных задач концентрацию усилий, направленных не только на борьбу с последствиями отклонений от социальных норм (как принято определять девиантное поведение), но, главным образом, на их предупреждение, то есть профилактику социально негативных явлений. Таким средством может послужить физическая культура, как комплекс мер, направленных на всестороннее гармоничное психофизическое развитие и воспитание личности [5].

Существует реальное противоречие в психолого-педагогической практике, проявляющееся в том, что, с одной стороны, изменившиеся социально-экономические условия жизни существенно повлияли на развитие юной личности, изменились его взаимоотношения с социальной средой не только количественно, но и качественно, изменились девиантные проявления в его поведении,

поставившие вопрос о необходимости решения задач предупреждения этих отклонений. Средства рекламы, доступность и разнообразие табачных, алкогольных, наркотических средств стимулируют потребительскую способность лиц различных возрастных, социально незащищенных групп [3].

Таким образом, можно резюмировать, для эффективного решения задач профилактики девиантного поведения и социально-негативных явлений школьников практика испытывает потребность в новых методах, средствах, формах, методических и дидактических обоснованиях данного вида работы, а теория недостаточно отвечает запросам практики.

В нашем исследовании в качестве основания организации профилактики девиантного поведения подростков, лишенных попечения родителей, мы рассматривали воспитательный подход методами физической культуры и спорта, который предполагает поиск вариативного комплекса мер профилактики, способствующих субъектному осмыслению каждым ребенком своего поведения, мотивов своих поступков, действий и поступков других людей, а также своего жизненного смысла, сквозь призму физической активности, в том числе, направленной на достижение успеха на спортивном поприще. Реализация данного подхода предполагает развитие физической, мотивационной, эмоциональной и сферы человека.

Таким образом, выбор темы исследования не заставляет задумываться об актуальности. Вопросы социализации подростков, лишенных попечения родителей, является важной социально-экономической и правовой задачей специалистов социальной и психолого-педагогической сферы. Поиск метода и техник, направленных на гармоничное развитие молодой личности, а также профилактику отклонения в воспитании также является важным звеном социализации данного контингента.

Ожидаемо доступные массовые виды физической культуры и спорта, такие как ближний туризм, утренняя гимнастика, игровые виды спорта и др. способствуют успешной профилактике социально-негативных явлений детей, лишенных попечения родителей. Посредством профилактических воздействий будет сформирована рефлексивная позиция ребенка и осознанного противостояния негативному влиянию социума.

**Цель исследования:** изучить влияние разработанного комплекса физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий для повышения качества профилактики социально-негативных явлений у детей, лишенных попечения родителей.

**Задачи исследования:**

1 Исследовать влияние физкультурно-оздоровительного комплекса профилактики социально-негативных явлений на уровень социального взаимодействия детей, лишенных попечения родителей.

2 Оценить влияние физкультурно-оздоровительного комплекса профилактики социально-негативных явлений на психоэмоциональное состояние детей, лишенных попечения родителей.

3 Изучить влияние физкультурно-оздоровительного комплекса профилактики социально-негативных явлений на уровень двигательной активности детей, лишенных попечения родителей.



### Методы исследования:

- 1 Анкетирование на определение уровня агрессии детей школьного возраста.
- 2 Самооценочный тест «Какой я?».
- 3 Тест на выявление количества времени, затраченного на занятия физической активности (в неделю).
- 4 Метод математической статистики Т-критерий Стьюдента.

### Организация исследования

Исследование проведено в период с 1 сентября 2022 года по 13 мая 2023 года. Была сформирована основная группа (n=11), куда входили подопечные МБУ Центра «Надежда» (Челябинск) в возрасте 12–14 лет, разного пола 5 мальчиков и 6 девочек, дети состояли в одной «семье».

Для реализации задач исследования была разработана спортивно-оздоровительная программа профилактических мероприятий направленных, на социальную адаптацию и реабилитацию наших подопечных. Программа профилактических мероприятий включала: утреннюю гигиеническую гимнастику (с включением утренней пробежки по стадиону); оксигенотерапию; гидрокинезиотерапию (подводный душ массаж); ближний туризм (поход выходного дня); спортивно-педагогическую игровую концепцию «Мини-футбол».

### Результаты исследования

Исследование уровня социальной адаптации и социального взаимодействия осуществлялось при помощи анкетирования на уровень агрессии. Тестирование проводилось при содействии педагогов, которые объяснили ребенку каждый вопрос и помогли выбрать объективный ответ..

До начала исследования в группе наблюдался верхний порог «среднего уровня агрессии», в баллах это выражено следующим образом:  $12,63 \pm 0,39$ . В поведенческом плане это выражалось капризностью, обидчивостью, агрессивных отношением к педагогам и сверстникам. После проведенных профилактических физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий направленных на снижение вероятности проявления социально-негативных форм поведения в группе подопечных показатели уровня агрессии стали составлять  $11,00 \pm 0,39$  балла, что свидетельствует о сохранении «среднего уровня агрессии» в группе, изменения являются статистически значимыми,  $p < 0,05$ . Не смотря на то, что по исследуемому показателю не отмечено нормы, в группе отмечена положительная динамика, которая отображена на рисунке 1.



Рисунок 1 – Динамика показателей уровня социальной адаптации и социального взаимодействия

Мы считаем, что положительный эффект на уровне тенденции от физкультурно-спортивных профилактических мероприятий в снижении уровня агрессии у вверенных нам подростков без попечения родителей обусловлен в первую очередь за счет успешного внедрения в педагогическую практику социального учреждения игровой концепции мини-футбол. С детьми были проведены тренинги в рамках данной концепции для повышения уровня терпимости к ближнему, взаимовыручке и т. д., а также конструктивного выхода их конфликтной ситуации. Поход выходного дня способствовал также интеграции детей, взаимодействию, взаимопомощи более старших товарищей младшим. Совместное преодоление препятствий способствовало сплочению юного коллектива. Для того чтобы показатели уровня агрессии достигли нормы, а динамика стала значимой необходимо дальнейшее практикование разработанного профилактического комплекса. Таким образом, разработанный комплекс профилактических мероприятий оказывает значимое влияние на снижение уровня агрессии у подростков 12–14 лет, лишенных попечения родителей.

Исследование психоэмоционального состояния детей, лишенных попечения родителей, в условиях социально-реабилитационного центра, осуществлялось при помощи самооценочного теста «Какой я?». Тест помогает определить педагогам уязвимые моменты в самооценке ребенка, чем скорректировать педагогическое воздействие. До начала нашего исследования уровень самооценки в группе соответствовал нижней границе «среднего», т. е. Практически норма в целом по группе, баллы это иллюстрируют  $4,72 \pm 0,09$ . После проведенного комплекса мероприятий уровень самооценки в группе существенно повысился, практически достигнув высокого:  $7,48 \pm 0,19$  балла. Выраженные положительные изменения подтверждены математической статистикой,  $p < 0,05$ . На рисунке 2 изображена динамика.



Рисунок 2 – Динамика показателей психоэмоционального состояния детей

Мы считаем, что положительный эффект от разработанного комплекса профилактических мероприятий действительно имеет место быть. Занятия на свежем воздухе (утренняя гимнастика с элементами кросса), а также подводный душ-массаж, который способствует нейромышечной релаксации, снижению уровня кортизола и адреналина в крови, благотворно повлияли на психоэмоциональное состояние подопечных. Подвижные игры с элементами соревнования

«Мини футбол» способствуют повышению уверенности в собственных силах, повышению уровня дисциплины в группе при организации мероприятий. Однако, столь выраженный положительный эффект все же может свидетельствовать о не совсем объективной самооценке ребенка. Возможно, дети, пытаясь компенсировать какие-то недостатки, склонны приукрашивать действительное положение вещей в плане самодисциплины. Так или иначе, для объективизации данных целесообразно продолжение внедренной профилактической физкультурно-оздоровительной практики, а также исследование ее эффективности. Справедливо утверждение, разработанный комплекс оказал выраженный положительный эффект на психоэмоциональное состояние детей, лишенных попечения родителей.

Школьники среднего звена затрачивает все меньше времени на физическую активность по сравнению со школьниками младшего звена и дошкольниками. Чем старше ребенок, тем меньшее количество часов в неделю он тратит на занятия физкультурой или другими способами физактивности. Возможно, это связано с увеличением умственной нагрузки в школе. У детей, лишенных попечения родителей зачастую вся активность сводится к урокам физкультуры в школе и прогулки на свежем воздухе, суммарно не превышая 1,5–7 часов в неделю. Таким образом, педагогам, работающим с такими детьми целесообразно привлекать к физкультурно-спортивной деятельности своих подопечных с целью профилактики негативного воздействия на ребенка различных социальных факторов. Тест на выявление количества времени, затраченного на занятия физической активности (в неделю) является эффективным инструментом для определения уровня и плотности активности учащихся и дальнейшей корректировки педагогической программы. До проведенного исследования в группе не наблюдалось гиподинамии,  $25,09 \pm 0,49$  балла свидетельствуют о нормальной плотности физической активности для данной возрастной группы. После проведенного комплекса мероприятий в группе значительно возросли баллы по исследуемому показателю:  $34,54 \pm 0,49$  балла. Для группы из 11 испытуемых такие изменения значимы,  $p < 0,05$ . Динамика представлена на рисунке 3.



Рисунок 3 – Динамика плотности физической активности детей, лишенных попечения родителей

Полученные цифры объясняются увеличением частоты интенсивных занятий физкультурой и спортом с 1–2 дней в неделю до 7 раз в неделю. При этом плотность занятий физактивностью увеличивалась с 30–60 минут в день (прогулка на улице и урок физкультуры (2 раза в неделю) до 1,5–6 часов в день (с учетом занятий ближним туризмом). Таким образом, продолжая использовать в педагогической практике разработанный нами комплекс профилактических мероприятий с целью снижения риска социально-негативных явлений, можно сохранить достаточно высокий уровень физической активности у наших подопечных. Физкультура отвлекает вверенных нам детей от девиантных и делинквентных деяний.

### **Выводы**

1 Физкультурно-оздоровительный комплекс профилактики социально-негативных явлений оказывает выраженное влияние на уровень социального взаимодействия детей, лишенных попечения родителей.

2 Физкультурно-оздоровительный комплекс профилактики социально-негативных явлений оказал выраженное влияние на психоэмоциональное состояние детей, лишенных попечения родителей.

3 Физкультурно-оздоровительный комплекс профилактики социально-негативных явлений оказал значимое влияние на уровень двигательной активности детей, лишенных попечения родителей.

### **Заключение**

Наше исследование выявило, что разработанный комплекс физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий оказал значимое влияние на снижение уровня агрессии наших подопечных. При этом значительно улучшился эмоциональный фон детей, это выражено повышением самооценки. Также значительно улучшились показатели физической активности и плотности занятий ФК за счет насыщенной оздоровительной программы.

Таким образом, справедливо утверждать, что примененный нами комплекс оказался весьма эффективным в профилактике социально-негативных явлений и девиантного поведения детей, лишенных попечения родителей. Гипотеза подтвердилась.

### **Литература**

1. Анкетирование на выявление уровня агрессии у подростков [Электронный ресурс] – Режим доступа : <https://nsportal.ru/shkola/sotsialnaya-pedagogika/library/2016/02/03/anketa-vyyavlenie-agressivnosti-u-podrostka>

2. Байер, Е. А. Педагогическая система формирования жизнестойкости детей-сирот средствами физической культуры и спорта в условиях детского дома : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Е. А. Байер ; МПГУ. – Москва, 2013. – 40 с.

3. Кириллова, Я. В. Психолого-педагогическая реабилитация детей и подростков с отклонениями в поведении : учебно-методическое пособие / Я. В. Кириллова, О. Н. Кондакова. – Челябинск : Изд-во УралГУФК, 2019. – 64 с.

4. Кондакова, О. Н. Особенности коммуникативного взаимодействия спортсменов тенниса для слепых в тренировочном процессе / О. И. Спесивцева // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта». – № 12 (166) – 2018. – С. 340–345.

5. Хакунов, Н. Х. Физическая культура в системе образования / Н. Х. Хакунов. – Москва : «Советский спорт», 2014. – 132 с.

## **ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО НАЦИОНАЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА (КАЗАКША КУРЕС)**

**Н. С. Куспанов, А. Б. Дошыбеков, Т. А. Ботагариев**  
Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы  
Актюбинский региональный университет им. К. Жубанова,  
Республика Казахстан

## **FACTORS DETERMINING THE FEATURES OF TRAINING SPECIALISTS IN NATIONAL SPORTS (KAZAKSHA KURES)**

**N. S. Kuspanov, A. B. Doshybekov, T. A. Botagariev**  
Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty  
Aktobe Regional University named after K. Zhubanov,  
Republic of Kazakhstan

**Аннотация.** В статье представлены факторы, определяющие особенности подготовки специалистов по национальным видам спорта. Обозначены критерии эффективности подготовки специалистов по видам спорта. Выявлены проблемы, которые ощущают тренеры, имеющиеся в подготовке занимающихся. Определены противоречия в структуре и содержании подготовки специалистов по национальным видам спорта. Выявлена недостаточно адекватная степень профессиональной компетентности. Обозначены пониженный уровень начальной степени физической подготовленности и физической работоспособности испытуемых студентов.

**Ключевые слова:** особенности подготовки специалистов по национальным видам спорта; проблемы тренеров в подготовке занимающихся; противоречия в структуре и содержании подготовки специалистов; профессиональная компетентность тренеров; физическая подготовленность и физическая работоспособность студентов.

The article presents the factors that determine the features of training specialists in national sports. Criteria for the effectiveness of training specialists in sports are outlined. The problems felt by trainers in preparing students have been identified. Contradictions in the structure and content of training specialists in national sports are identified. An insufficiently adequate degree of professional competence has been identified. The reduced level of the initial degree of physical fitness and physical performance of the tested students is indicated.

**Keywords:** features of training specialists in national sports; problems of trainers in preparing students; contradictions in the structure and content of specialist training; professional competence of trainers; physical preparedness and physical performance of students.

**Введение.** Актуальность настоящего исследования определяется такими причинами. Анализируя вопросы развития подготовки кадров по национальным видам спорта специалисты [2, 5] считают, что работающие в этой отрасли работники не имеют специального образования, они все являются педагогами физического воспитания. На наш взгляд, данная подготовка имеет свои специфические особенности и не может быть простым аналогом имеющихся рекомендаций в подготовке специалистов по образовательной программе «физическая культура и спорт» для учителей физического воспитания. Поэтому есть необходимость изучить факторы, которые могут влиять на особенности подготовки специалистов по национальным видам спорта.

Данному вопросу уделили внимание в своих исследованиях следующие специалисты. Д. Б. Кулумбетова, Е. С. Ялфимов [2], Н. Н. Чесноков, А. П. Морозов, Д. А. Володькин [6], А. Ю. Кучмин [3] др.

**Цель исследования** – на основе выявления специфики составляющих проблемы подготовки специалистов по национальным видам спорта (казакша курес) обозначить факторы, определяющие особенности этой подготовки.

**Задачи исследования.**

1 Определить критерии эффективности подготовки специалистов по видам спорта.

2 Изучить проблемы, имеющиеся у тренеров по казакша курес в подготовке занимающихся.

3 Выявить структуру и содержание подготовки специалистов по национальным видам спорта.

4 Исследовать начальный уровень профессиональной компетенции физической подготовленности и физической работоспособности будущих тренеров по казакша курес.

**Обзор литературы.** Анализ отечественной литературы проводился в двух направлениях. Мы выявляли мнение специалистов по критериям эффективности подготовки специалистов по видам спорта и структуре, содержанию подготовки специалистов по видам спорта.

По первому направлению определено следующее. Выработаны условия к степени готовности работника по типу спорта в учреждениях высшего ранга. Это владение оптимальным проектированием тренировочного механизма в разных обстоятельствах; преподнесение информации практического и теоретического характера; постоянное участие в конференциях и семинарах научно-практического направления; достаточно глубокое овладение учащимися информацией теоретического и практического характера; профессионализм тренера по виду спорта [3]. Обоснованы условия квалификационного характера к тренерам, работающим в детско-юношеских школах [4].

По второму направлению обозначено следующее.

Акцентирована готовность будущих работников по теннису на факультете физического воспитания. Доминирующим блоками сопровождения программно-методического характера в сфере обучения теории в организации будущих работников по теннису избраны : внедрение способов преподавания интерактивного характера; осуществление методик преподавания модульного характера;

подготовка студентами деятельности самостоятельного характера [1]. Обосновано проектирование и подготовка учебного механизма в вузе инновационного направления. Доминирующими звеньями инновационного считаются [4]: 1 Система проектирования и подготовки учебного механизма модульного характера. 2 Схемы структурно-логического направления структуризации программ образовательного направления. 3 Результирующая оценка накопительного характера по предмету. 4 Структура оценок кредитно-рейтингового характера как критерий качества преподавания обучающимся. Программа образовательного характера готовится адекватно стандарту образования. Она включает в себя основной блок и блоки, созданных членами образовательных координаций (после этого – доминирующая часть и варьируемая часть адекватны) [7].

**Методы и организация исследования.** Исследование реализовывалось в течение 2023–2024 учебного года в три этапа. На первом этапе (март 2023 года) мы провели обзор литературы, готовили научный аппарат нашего исследования. Для этой цели нами использовался метод анализа научно-методической литературы, контент-анализ.

На втором этапе (апрель-июнь 2023 г.) нами был проведен анкетный опрос выявления проблем в подготовке тренеров по казакша курес, имеющих в подготовке занимающихся.

Третий этап исследования был посвящен решению третьей задачи. Для определения противоречий в структуре и содержании образовательной программы по национальным видам спорта мы сопоставили выявленные нами ранее результаты между собой.

Для выявления специальной физической подготовленности спортсменов, занимающихся казакша курес, были выделены следующие показатели. 1 Бросок подхватом (количество раз за 30 с с чучелом); 2 Бросок через бедро (количество раз за 30 с с чучелом); 3 Подсечка (количество раз за 30 с с чучелом). Для определения физической работоспособности борцов использовался велоэргометр Монарк.

Наряду с этим на данном этапе производилось оформление статьи. В исследовании приняло участие 25 тренеров по казакша курес и 60 студентов.

**Результаты исследования.** На основании анализа научно-методической литературы, представленного в обзоре литературы, среди основных критериев эффективности подготовки специалистов по видам спорта нами выделены следующие.

Владение методами проектирования; профессионализм по своему виду спорта; проведение селекции; умения по физической и технической подготовке занимающихся; владение навыками коммуникации, медицинской помощи, применения инновационных технологий; подготовленность в мышлении научно-педагогического характера; способность реализовать моделирование и прогнозирование работы; умения эффективно дозировать физические нагрузки; разработка самостоятельных упражнений.

Среди проблем, имеющих у тренеров в подготовке занимающихся, они выделили следующие:

50% тренеров указали на отсутствие знаний по теории национальных видов спорта при осуществлении положений подготовки по теоретической подготовленности; 20% – на недостаточную выразительную и убедительную речь, пониженную дикцию; 30% – на низкую информированность о новых технических элементах в национальных видах спорта.

7,5% респондентов ощущают трудности в разделении на виды микроциклов в зависимости от направленности тренировочных занятий при реализации раздела теоретической подготовки «Теория и технология тренировки»; 20% указали на недостаточность знаний по методам тренировки; 72,5% – на недостаточность знаний по описанию задач в виде планируемого результата.

15% тренеров не обладают достаточными знаниями по психолого-педагогическим закономерностям развития занимающихся; 25% из них считают, что у них недостаточно знаний и навыков по подбору средств и методов подготовки занимающихся с учетом специфики их психолого-педагогических закономерностей развития; 60% респондентов указали на недостаточность знаний по реализации своих действий в связи с разнообразием характеров занимающихся.

15% тренеров указали на необходимость технологией обучения доминирующим типам физических упражнений при реализации раздела теоретической подготовки «Технология обучения доминирующим типам физических упражнений». 30% респондентов считают причиной этих проблем низкую физическую подготовленность для показа доминирующих типов физических упражнений; 55% – недостаточность знаний и умений в дополнительной интерпретации доминирующих типов физических упражнений.

Среди проблем осуществления раздела теоретической подготовки «Специфика подготовки спортивной деятельности на сборах» 22,5% респондентов считают недостаточность знаний по специфике подготовки спортивной деятельности на сборах; 27,5% – недостаточность навыков по специфике подготовки спортивной деятельности на сборах; 50% – недостаточность знаний и навыков по реализации своих действий по осуществлению подготовки спортивной деятельности занимающихся на сборах.

К проблемам реализации раздела теоретической подготовки «Санитарно-гигиенические основы физкультурно-спортивной работы» 25% тренеров отнесли недостаточность знаний по санитарно-гигиеническим основам физкультурно-спортивной работы; 30% – недостаточность умений и навыков по санитарно-гигиеническим основам физкультурно-спортивной работы; 45% – недостаточность умений и навыков по профилактике санитарно-гигиенических основ физкультурно-спортивной работы.

К противоречиям в структуре и содержании подготовки специалистов по национальным видам спорта можно отнести следующие.

В образовательную программу не достаточно включены следующие элементы. Умения и навыки теоретической, методической и практической направленности. Деление программы на основной и варьируемый блоки. Постановка стратегических миссий. Деление программы на ориентировочный, методический и структурный компоненты. Направленность рекомендаций по теоретическому и практическому разделам подготовки. В цели образовательной программы боль-



ший акцент сделать на формирование национального стиля физической культуры посредством национальных видов спорта. Не включены вопросы проектной деятельности занимающихся, подготовки их в качестве судей и инструкторов. Недостаточно рассмотрены вопросы технологии тренировки по казакша курес. Недостаточно обращено внимание на учет физической подготовленности и физического развития занимающихся и методы их определения.

Итоги анализа компетенций профессионального характера педагогов. Около 36% педагогов владеют низкой степенью компетентности профессионального характера; 39% – достаточной степенью; лишь 6% педагогов владеют средней степенью совершенствования профессиональной компетенции; а 10% педагогов владеют критической степенью и 15% – эталонной степенью.

До эксперимента между контрольной и экспериментальной группой не было выявлено принципиальных различий по уровню физической подготовленности. Так, в броске подхватом в контрольной группе результат был адекватен 6,95 раза, в экспериментальной группе – 7,11 раза (прирост составил 0,86%, t-критерий Стьюдента – 1,64, различия статистически не достоверны,  $p > 0,05$ ). В тесте «бросок через бедро» в контрольной группе результат равнялся 6,81 раза, в экспериментальной группе – 7,00 раза. Прирост результата составил 2,79%; t-критерий Стьюдента – 1,91, различия статистически не достоверны,  $p > 0,05$ ). По тесту «Подсечка» в контрольной группе результат соответствовал 6,74 раза, в экспериментальной группе – 6,89 раза. Прирост результата составил 2,22%; t-критерий Стьюдента – 1,84, различия статистически не достоверны,  $p > 0,05$ ). PWC 170 в контрольной группе составило 15,1, что соответствовало уровню физической работоспособности ниже среднего, а в экспериментальной группе – 15,3, что адекватно также уровню ниже среднего.

### **Выводы**

1 Доминирующими критериями эффективности подготовки специалистов по видам спорта являются следующие. Владение способами планирования; высокий уровень мастерства по своему виду спорта; реализация отбора, навыков осуществления физической и технической подготовки своих подопечных; наличие навыков коммуникативной деятельности, оказания медицинской помощи, реализации технологий инновационного характера; готовность мыслить в научно-педагогическом направлении; умения осуществлять моделирование и прогнозирование деятельности; навыки оптимального дозирования физических нагрузок; умения разрабатывать самостоятельные упражнения.

2 Тренеры ощущают следующие проблемы, имеющиеся в подготовке занимающихся. Недостаточность познаний в области видов спорта национального характера; неполноценность познаний по осуществлению своих действий относительно разного характера спортсменов; трудности в необходимых комментариях основных типов физических упражнений; внедрение своих деяний по реализации организации спортивной работы спортсменов на сборах; принятие предупредительных мер по санитарно-гигиеническим положениям физкультурно-спортивной деятельности; коррекция недостатков по строению спортивного снаряжения; затруднения с механизмом целеполагания; осуществление структуры спортивного отбора; познания в готовности занимающихся к осуществлению поставленных миссий; организации деятельности проектного характера; коор-

динамика методологии и обучения; контроль итогов врачебного контроля; технологии подготовки спортсменов в роли судей; вариативное внедрение приемов техники на соревнованиях; структура технологии тренировки по казакша курес; непосредственное участие в роли судьи на поединках; затруднения в выборе инструментов и способов на тренировку; контроль специфики телесного развития и физической готовности занимающихся; вариация спортсменами технических приемов и типов нервной системы на поединках.

3 Среди противоречий в структуре и содержании подготовки специалистов по национальным видам спорта выделены. В образовательной программе недостаточно отражаются следующие блоки. Навыки теоретического, методического и практического характера. Выделение в программе основной и варьируемой частей. Обозначение ориентировочного, методического и структурного компонентов. Не сделан акцент на формирование национального стиля физической культуры. Недостаточно обозначены проектная деятельность занимающихся, их подготовка в роли судей. Недостаточно освещены вопросы технологии тренировки по казакша курес и контроля физической готовности, телесного развития занимающихся.

4 Определена недостаточно адекватная степень профессиональной компетентности. 36% – пониженная степень; 39% – достаточная; 6% – средняя; 10% – критическая; 15% – эталонная. Итоги начальной степени физической подготовленности студентов в обеих группах (контрольная и экспериментальная) свидетельствуют об их пониженном уровне. Уровень физической работоспособности испытуемых контрольной и экспериментальной групп был адекватен ниже среднему уровню.

#### **Литература**

1. Бочарова, О. С. Подготовка будущих специалистов по теннису на факультете физической культуры и спорта : Автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08, 13.00.04. – Калининград, 2006. – 24 с. – Режим доступа : <http://www.dslib.net/fiz-vospitanie/podgotovka-buduivih-specialistov-po-tennisu-na-fakultete-fizicheskoy-kultury-i.html>

2. Кулумбетова, Д. Б. Управление развитием физической культуры и спорта в республике Казахстан / Д. Б. Кулумбетова, Е. С. Ялфимов // Вестник казахско-русского международного университета. – 2014. – Режим доступа : <https://articlekz.com/article/20633>

3. Кучмин, А. Ю. Квалификационные требования к тренерам в детско-юношеском футболе / А. Ю. Кучмин // Пробелы в российском законодательстве. – 2018. – Режим доступа : [https://cyberleninka.ru/article/n/kvalifikatsionnye-trebovaniya-k-treneram-v-detsko-yunosheskom-futbole\\_vuze](https://cyberleninka.ru/article/n/kvalifikatsionnye-trebovaniya-k-treneram-v-detsko-yunosheskom-futbole_vuze) <https://www.hse.ru/data/2010/12/16/1208287588/presentation1.pdf>

4. Малин, А. С. Планирование и организация учебного процесса в инновационном вузе / А. С. Малин // Экономика образования. – 2008. – № 4(47). – С. 4–31.

5. Специалисты по национальным видам спорта начнут готовить в РК. – Режим доступа : [24.kz/ru/news/sport/item/615359-spetsialistov-po-natsionalnym-vidam-sporta-nachnut-gotovit-v-rk](https://24.kz/ru/news/sport/item/615359-spetsialistov-po-natsionalnym-vidam-sporta-nachnut-gotovit-v-rk)

6. Чесноков, Н. Н. Требования к уровню подготовки специалиста по виду спорта в высших учебных заведениях / Н. Н. Чесноков, А. П. Морозов, Д. А. Володькин // Russian Journal of Education and Psychology. – 2017. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/trebovaniya-k-urovnyu-podgotovki-spetsialista-po-vidu-sporta-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah>

7. Федулов, Ю. П. Организация учебной деятельности в вузе и методика преподавания в высшей школе : учеб. пособие / Ю. П. Федулов. – Краснодар : КубГАУ, 2019. – 155 с.

## **РОЛЬ МЕХАНИЗМА УПРАВЛЕНИЯ В РАЗВИТИИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОГО УНИВЕРСИТЕТА В УСЛОВИЯХ КОНКУРЕНЦИИ**

**В. А. Лямкина**

**Узбекский государственный университет мировых языков,  
г. Ташкент, Республика Узбекистан**

## **ROLE OF MANAGEMENT MECHANISM IN THE DEVELOPMENT OF ENTREPRENEURSHIP UNIVERSITY IN COMPETITIVE CONDITIONS**

**Viktoriya Lyamkina**

**Uzbekistan State World Languages University, Tashkent,  
Republic of Uzbekistan**

Рассматривается роль механизма управления в развитии предпринимательского университета в условиях современной конкурентной среды. Автором рассматривается важность развития университетов данного типа в контексте подготовки квалифицированных специалистов, способных успешно реализовывать свой потенциал. Грамотно сформированный механизм управления может способствовать повышению качества образовательных услуг, стимулированию научно-исследовательского потенциала высших учебных заведений и повышению уровня конкурентоспособности.

***Ключевые слова:** предпринимательский университет, механизм, управление, конкуренция, инновации, образовательные услуги.*

The role of the management mechanism in the development of an entrepreneurial university in a modern competitive environment is considered. The author examines the importance of developing universities of this type in the context of training qualified specialists who can successfully realize their potential. A well-formed management mechanism can help improve the quality of educational services, stimulate the research potential of higher educational institutions and increase the level of competitiveness.

***Keywords:** entrepreneurial university, mechanism, management, competition, innovation, educational services.*

В условиях нарастающей глобализации и международной интеграции изменяются цели и задачи образования. В современном обществе основным трендом в трансформации современного высшего образования является его переход от традиционной модели Университета 1.0 к модели Университета 3.0 (предпринимательского университета). Предпринимательская модель университета предлагает новый подход к образованию, который ориентирован на подготовку студентов к будущей карьере в условиях возникающей конкуренции. Перед высшими

учебными заведениями ставится задача не только обеспечить высокий уровень качества образования, но и создать условия для вовлечения студентов, профессорско-преподавательского состава в предпринимательскую деятельность [3].

Впервые термин «предпринимательский университет» был введен в употребление Б. Кларком [8]. В рамках этой модели университеты играют активную роль в создании инноваций и предпринимательстве, сотрудничая с бизнесом и государством для решения актуальных проблем и развития экономики [9].

Д. Вильямс писала, что университет является предпринимательским, если в его управление привлечены лидеры, которые обеспечивают трансляцию видения всему университету. Автор утверждает, что предпринимательский университет должен обладать развитой инфраструктурой, основанной не только на междисциплинарных исследованиях, но и на предпринимательской деятельности [1].

По мнению А. Грудзинского трансформация традиционного типа университета в предпринимательский университет связан с вовлечением в процесс управления и функционирования руководства, профессорско-преподавательский состав с целью принятия коллективно-управленческих решений для генерации новых идей [2].

Базируясь на данной модели руководство университетов стремится развивать у студентов предпринимательское мышление, практическое применение знаний и готовность к предпринимательской деятельности [10].

Следует учесть, что предпринимательская модель высших учебных заведений имеет ряд целей. Среди них можно выделить: развитие предпринимательских навыков; содействие в создании новых предпринимательских проектов; участие в инновационной деятельности; формирование условий для практической ориентации обучения; активное взаимодействие социального и делового сообщества; укрепление конкурентоспособности университетов [6]. В условиях предпринимательской деятельности высшие учебные заведения становятся не только центрами образования и научных исследований, но и активными участниками развития государства, создавая и внедряя инновационные продукты и технологии.

Обратим внимание на то, что основная цель совершенствования системы управления университетами направлена на обеспечение их конкурентоспособности и развитие в условиях рынка образовательных услуг.

В контексте предпринимательского университета конкуренция влияет на ряд аспектов:

- качество образования;
- развитие студенческой базы;
- партнерство и сотрудничество;
- инновации и стартапы;
- репутация и признание.

Конкуренция между университетами стимулирует поддержку высокого качества образовательных программ и развитие новых подходов к обучению, способствующих появлению инноваций. При этом важно совершенствовать механизм управления. Механизм управления высшими учебными заведениями мож-

но рассматривать как целостную систему его функционирования. Механизм представляет «последовательность состояний, процессов, определяющих собой какое-нибудь действие, явление», или «система, устройство, определяющее порядок какого-нибудь вида деятельности» [7].

Усовершенствованный механизм функционирования высших учебных заведений формируется с помощью реорганизации существующей образовательной системы, применения положительный мировой опыт и, совершенствуя внутриорганизационные элементы, которые повышают уровень органичности и адаптивности образовательных процессов к меняющимся внутренним и внешним процессам.

При этом трансформация высших учебных заведений связана с макро- и микросферами. Изменения в системе предпринимательских университетов могут быть как институциональными, так и функциональными. Данные изменения дополняют друг друга. Институциональные изменения связаны с изменениями самой структуры, включающей систему финансирования, соотношение бюджетных высших учебных заведений и вузов с финансовой независимостью, а также соотношение количества государственных и негосударственных учебных заведений. Функциональные изменения заключаются в организации учебного процесса, научных исследований и т. д. [4].

Отметим, что предпринимательская модель позволяет университетам создавать новые источники дохода, такие как плата за обучение и исследовательские контракты, что может помочь улучшить финансовое состояние университета. Кроме того, такая модель может стимулировать инновации и предпринимательство среди студентов и преподавателей, что может привести к созданию новых рабочих мест и экономическому росту [5].

Собственные наблюдения и проведенные исследования в рамках данной проблемы позволили прийти к ряду частных выводов.

Во-первых, университеты предпринимательского типа должны определить важные цели, которые должны быть конкурентоспособными и привлекательными для студентов, рынка образовательных услуг.

Во-вторых, необходимо создание современных лабораторий, учебных аудиторий для организации образовательного процесса и научно-исследовательской деятельности.

В-третьих, конкуренция на рынке образовательных услуг требует привлечение высококвалифицированных кадров, способных обеспечить высокое качество не только образовательного процесса, но и исследовательской работы.

В-четвертых, необходимо внедрение современных информационно-коммуникационных технологий (онлайн-курсы, виртуальные лаборатории, интерактивные методы) с целью формирования гибкого и адаптивного учебного процесса.

В-пятых, установление партнерство с зарубежными университетами, научными центрами и компаниями может способствовать обмену опытом, проведению научных исследований, созданию инновационных стартап-проектов.

В-шестых, необходимо создание инновационной экосистемы, включающей создание условий для венчурного капитала и бизнес-инкубаторов, чтобы у студентов была возможность применения полученных знаний на практике и развития предпринимательских навыков.

В заключении можно констатировать, что конкуренция в сфере образования играет важную роль в условиях развития предпринимательских университетов. Наличие конкуренции в сфере предпринимательства может способствовать повышению качества образования, развитию и укреплению позиций в обществе. При этом конкуренция требует внимательной балансировки, чтобы избежать негативных последствий (высокая конкуренция, недостаток сотрудничества), которые могут привести к недостаточному вниманию к образовательным потребностям. В свою очередь, грамотно сформированный механизм управления может способствовать повышению качества образовательных услуг, стимулированию научно-исследовательского потенциала высших учебных заведений и повышению уровня конкурентоспособности.

Таким образом, каждый университет должен тщательно оценить свои цели, ресурсы и потребности, чтобы выбрать оптимальную модель, которая будет способствовать их развитию и достижению поставленных целей.

#### **Литература**

1. Вильямс, Д. На пути к предпринимательскому университету: опыт Великобритании / Д. Вильямс // *Университетское управление: практика и анализ*. – 2012. – № 6 (82). – С. 51–58.
2. Грудзинский, А. О. Университет как предпринимательская организация / А. О. Грудзинский // *Социологические исследования*. – 2003. – № 4. – С. 113.
3. Зайнутдинов, Ш. Н. Глобализация образования и развитие человеческого капитала / Ш. Н. Зайнутдинов, Р. И. Нуримбетов, А. С. Султанов // *Бюллетень науки и практики*. – 2019. – Т. 5, № 6. – С. 473–479. – DOI 10.33619/2414-2948/43/66.
4. Михалёнок, Н. О. Формирование нового экономического механизма управления вузом / О. Н. Михалёнок // *Концепт*. – 2013. – Спецвыпуск № 4. – URL: <http://e-koncept.ru/2013/13540.htm>.
5. Нуримбетов, Р. И. Основные факторы развития предпринимательского университета в условиях глобализации / Р. И. Нуримбетов, В. А. Лямкина // *Хоразм Маъмун академияси ахборотномаси*. – 2023. – №11/2 (108).
6. Фатхутдинов, Р. А. Управление конкурентоспособностью организации / Р. А. Фатхутдинов. – Москва : Market DS, 2008. – С. 203.
7. Экономический словарь [Электронный ресурс]. – URL: [http://abc.informbureau.com/html/oicssenoaaiiue\\_iaoaieci.html](http://abc.informbureau.com/html/oicssenoaaiiue_iaoaieci.html)
8. Clark, B. R. *Creating entrepreneurial universities: organizational pathways of transformation. Issues in Higher Education* / B. R. Clark. – New York : IAU Press, 1998. – 180 p.
9. Etkowitz, H. *The second academic revolution: antecedents and consequences of academic entrepreneurship. In Handbook of Universities and Regional Development*. Edward Elgar Publishing, 2019.
10. Nabokov, V. I., Mingalev, V. D., Pustuyev, A. L., etc. *Marketing information analysis on educational service quality in terms of innovative activity. The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAS. March 2018 Special Edition*, 31 – 38.

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА**

**Ю. И. Мальцев, В. В. Корбан**

**Донской государственный технический университет,  
г. Ростов-на-Дону, Россия**

## **PHYSICAL EDUCATION AS A TOOL FOR HUMAN DEVELOPMENT AND SOCIAL ADAPTATION**

**Y. I. Maltsev, V. V. Korban**

**Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russia**

В статье рассматривается содержание физического воспитания как инструмента развития и адаптации социальных групп, определяется проблематика на уровне высших учебных заведений и предлагается комплекс рекомендаций по минимизации последствий статуса данного вида воспитания.

**Ключевые слова:** *физическое воспитание, физическая культура и спорт, высшие учебные заведения, специализированные функциональные подразделения, образовательные программы, отдел/комитет физического воспитания и спорта, спортивный клуб.*

The article examines the content of physical education as a tool for the development and adaptation of social groups, defines the problems at the level of higher educational institutions and offers a set of recommendations to minimize the consequences of the status of this type of education.

**Keywords:** *physical education, physical culture and sports, higher educational institutions, specialized functional units, educational programs, department/committee of physical education and sports, sports club.*

Каждому ребёнку с детства прививают систему ценностей, которая в последующем определяет модель поведения в малых и больших социальных группах. Однако со временем всё меньше уделяют должное внимание физическому воспитанию, что влечёт за собой последствия осязаемого характера. Физическая составляющая, в первую очередь, является ключом к здоровью, когда речь идёт об уязвимых группах, таких как дети, ученики и студенты, то есть, о тех, кто проходит первичную и вторичную социализацию, то проблема непонимания и/или преднамеренного игнорирования функциональной значимости физического воспитания как неотъемлемой составляющей каждого человека особо актуальна.

Физическое воспитание – это комплекс специально-организованных и целенаправленных действий, содержание которых заключается в формировании позитивного отношения к активному виду отдыха, обучению движениям, воспитанию физических качеств. Другими словами, интегративный педагогический процесс, в котором решаются не только специальные задачи данного вида воспитания, но и общие задачи по формированию личности. Анализируемый вид воспитания осу-

ществляет функции оздоровительного/образовательного/воспитательного характера, среди них наиболее популярными и знакомыми как для студентов, так и для соответствующих квалифицированных кадров выделяют следующие позиции:

- оздоровление и закаливание (к оздоровлению относится быстрая адаптация, т. е. если человек с детства приучен к физической нагрузке, то в случаях травматизма ему будет легче побудить себя заниматься тем или иным занятием, независимо, адаптивного они характера или направлены на восстановление (с медицинским вмешательством, например ЛФК));

- понимание и совершенствование организма (организм человека очень адаптивен, однако это не повод игнорировать те сигнальные знаки, которые он подаёт, необходимо объективно относиться к самочувствию и понимать, что даже с хорошим уровнем физической подготовки возникают исключительные ситуации, требующие своевременного вмешательства);

- повышение трудоспособности и профессиональной продуктивности (этот фактор особенно актуален для тех людей, которые зачастую ведут сидящий образ жизни, различные разминки позволяют не только привести организм в тонус за короткое время, но также и снизить напряжение, возникающие вследствие долгого фокусирования);

- повышение значимости соревновательно-достиженческой функции (функция направлена на принятие себя как сильной и самостоятельной личности, а также на постоянное совершенствование физических и духовных характеристик, особенно актуален этот элемент для представителей поколения Z, так как именно они отличаются высоким уровнем скептицизма, эгоизма и перфекционизма).

Физическое воспитание как правило имеет несколько форм, которые могут применяться как параллельно друг к другу, так и последовательно, в частности, выделяют регламентационные упражнения, соревновательную/игровую методику.

Наибольшие проблемы с физическим состоянием человек испытывает в период обучения, например, в высших учебных заведениях, это объясняется большой нагрузкой на весь организм. Студенты часто замечают, что с каждым годом обучения, их здоровье претерпевает изменения, зачастую, в рамках негативной динамики. Так как они являются уязвимой социальной группой, этот вопрос регулируется со стороны специализированных функциональных подразделений учреждения, к ним относятся: кафедра/отдел физического воспитания и спорта, спортивный клуб, студенческий совет, преподаватель по физической культуре и спорту (может входить как часть отдела, так и отдельно). Необходимо понимать, что любая деятельность, направленная сделать физическое воспитание неотъемлемой частью жизни, формирует образовательную программу, включающую в себя учебные и внеучебные формы занятий. Данная программа выстраивается с точки зрения логики и приоритетных форм деятельности организации в сфере спортивной политики, например, возможен вариант разбиения студентов по возрастной группе, по физическому потенциалу, по стимулирующим факторам и так далее. Роль внеучебной формы занятий заключается в повышении физического статуса под средством осуществления физкультурно-спортивной и оздо-



ровительно-массовой работы в вузе. Например, проведение утренней гимнастики, физические упражнения в режиме учебного дня, коллективные тренировки и многое другое. Наиболее ярким примером стимулирования к восприятию физического воспитания являются соревнования, такие мероприятия не только способствуют развитию физических качеств и подготовки, но и воспитывают моральную стойкость, понимание роли физической культуры и спорта в жизни.

Но если ввести подобную программу без соответствующей морально-психологической подготовки, со стороны студентов будет наблюдаться сопротивление как открытого, так закрытого характера, чтобы избежать подобного сценария, психологом учреждения производится анализ реакции, поведенческого потенциала, и на основе данных разрабатывается план мотивационных мероприятий. Однако, необходимо отметить, что не каждое учебное заведение в организационной структуре имеет подобное подразделение, в этом случае, актуален вопрос её корректировки.

Если рассматривать физическое воспитание на уровне федерации, то можно заметить, что ни в одном нормативно-правовом акте не фигурирует данный термин, это также является проблемой, потому что актуальность и практическая значимость присутствует, но реализация несовершенна. В рамках нормативной базы соответствующей области используется понятие «доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом», но законы имеют специфический сухой стиль изложения, зачастую поэтому людям сложно понять их содержание. В учебных пособиях они могут интерпретироваться как синонимы, однако в нормативной базе обозначено чёткое их разграничение. Необходимо отметить, что даже несмотря на вышеизложенное условие, в Российской Федерации активно открываются спортивные учреждения, в вузах прикладного характера появляются направления подготовки, направления переподготовки. Практическим примером, является направление «Физическое воспитание и спорт» Кубанского института профессионального образования в рамках профессиональной переподготовки.

Таким образом, на основе вышеизложенных умозаключений, авторами статьи был сформирован следующий список проблемных зон, в рамках рассматриваемой темы:

- недооценка значения физического воспитания как научной и дидактической дисциплины;
- неготовность основного контингента преподавателей вузов включить содержание физической культуры в традиционную практику воспитательной работы со студентами;
- недостаточность материально-технической и методической базы физкультурной работы;
- несогласованность нормативно-правовой базы.

Ниже представлен конструктивный перечень рекомендаций, которые позволяют не только минимизировать негативный эффект, но также и обеспечить его устранение, с условием грамотно составленной документации, например,

прогнозный план, бюджетный план, стратегия, план реализации стратегии и так далее.

1 Повторное рассмотрение законопроекта, целью которого будет раскрытие понятия «Физическое воспитание», акцентирование внимание на его необходимости в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ и Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2 На уровне вузов формирование локальных нормативно-правовых актов, к примеру, методические рекомендации обязательного практического характера, положение о моральном и материальном стимулировании и так далее.

3 Проведение лекционных мероприятий и интерактивных кампаний, повышающих значимость физического воспитания. В основе интерактивных кампаний обязательно должен лежать анализ, актуальность, проблематика, целеполагание и план мероприятий реализации кампании.

4 Анализ и распределение ресурсов организации с целью определения состава материально-технической базы, поиск источников её совершенствования. Анализ осуществлять с помощью методов стратегического планирования, в частности, SWOT-анализ, PEST-анализ, стратегическая карта, сбалансированная система показателей.

5 Создание возможностей и условий прохождения обучения для преподавательского состава, а также получить дополнительное образование, пройти курсы переподготовки в рамках области физической культуры и спорта, с целью применения полученных компетенций на практической основе – формированию спортивных клубов, спортивных инициатив и образовательных спортивных программ.

6 Формирование документов целеполагания как на региональном уровне, так и на уровне учебных заведений, например, одной из форм планирования может быть классическая или модифицированная (по усмотрению учреждения) структура дерева целей.

7 Организация работы со студентами путём выбора стратегии управления конфликтами (исключением является агрессивная стратегия управления конфликтом, так как в основном она направлена на создание конкурентных условий, а не на восстановление социально(морально)-психологического состояния или климата).

Из вышеизложенного следует, что физическое воспитание играет значительную роль в жизни каждого человека, но по некоторым причинам ему уделяется малое внимание. Этот аспект требует корректировки и нововведений в области физической культуры и спорта, в качестве таких изменений могут служить рекомендации, сформулированные авторами статьи.

#### ***Литература***

1. *Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 399 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – С. 9. – URL: <https://urait.ru/bcode/516565/p.9> (дата обращения: 29.11.2023).*

2. *Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 334 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – С. 14. – URL: <https://urait.ru/bcode/519540/p.14> (дата обращения: 01.10.2023).*

3. *Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 182 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – С. 11. – URL: <https://urait.ru/bcode/516254/p.11> (дата обращения: 12.12.2023).*

4. *Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 279 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – С. 8. – URL: <https://urait.ru/bcode/532213/p.8> (дата обращения: 13.09.2023).*

## **НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ НА РЫНКЕ ТРУДА**

**А. А. Мартынова**

**Дальневосточный федеральный университет,  
г. Владивосток, Россия**

## **SOME ASPECTS OF INCREASING STUDENTS' COMPETITIVENESS IN THE LABOR MARKET**

**Anna Martynova**

**Far Eastern Federal University, Vladivostok, Russia**

Рассмотрены основные характеристики модели конкурентоспособного специалиста. Обоснована необходимость развития конкурентоопределяющих личностных качеств в высших учебных учреждениях для повышения конкурентоспособности на рынке труда. Рассмотрены некоторые практические примеры, с помощью которых ВУЗы повышают трудоустройство своих студентов и выпускников.

***Ключевые слова:** конкурентоспособность, модель специалиста, модель конкурентоспособного специалиста, качество профессиональной подготовки*

The main characteristics of the model of a competitive specialist are considered. The necessity of developing competitive-determining personal qualities in higher educational institutions to increase competitiveness in the labor market is substantiated. There were considered some practical examples, which help university to increase employment of their students and graduates.

***Keywords:** competitiveness, model of a specialist, model of a competitive specialist, quality of professional training*

Постоянно изменяющиеся условия заставляют человека постоянно адаптироваться. Если понятие «модель специалиста» раньше было мало употребляемо [5], то сейчас на нее ориентируются высшие учебные учреждения, преподаватели и другие специалисты [6]. Эта модель – отражение тех качеств и знаний, которые могут сделать выпускника и работающего человека конкурентоспособным. Таким образом, перед высшим учреждением стоит важная задача – формирование профессионально важных навыков [7]. Сюда входят как базовые знания, так и освоение новых методов.

Под базовыми знаниями понимается такой набор, без которого невозможно сознательное освоение преподаваемой на данный момент дисциплины и дальнейшее изучение других. Индивидуальные параметры восприятия личности сильно влияют на это. Создается коллектив, в котором кто-то усвоил материал, кто-то специально не выучил или не смог понять до конца в силу своих физических возможностей [1]. Неосвоение материала ведет к непониманию будущей деятельности, требования к модели специалиста не будут выполняться. Это ведет к проблеме базовых знаний не только для университета, но и для работодателей. Будущие руководители зачастую остаются недовольными уровнем подготовки выпускников [2].

Помимо базовых знаний, для сохранения высокого уровня конкурентоспособности выпускнику необходимо знать и представлять современные методы, которыми он будет руководствоваться на своей работе. Сюда относятся как умения в сфере информационных технологий [4], так и узкие знания и навыки в собственной деятельности: например, современные методы альгологии, биохимии, молекулярной биологии и т. д. Это подразумевает под собой непрерывное обучение [17]. Школьные знания часто забываются раньше, чем мы бы смогли их использовать. То же самое с университетом и другим образованием. Для поддержания собственных профессиональных знаний, для конкурентоспособности на рынке труда, необходимо постоянно обновлять уже пройденное и проходить новое. Современный мир не стоит на месте. Когда-то методы, которые были наилучшими, уже таковыми не являются. Непрерывное образование позволяет заполнять эти пробелы.

Однако базовых знаний и представлений о современных методах (т. е. в совокупности социально-профессиональной компетентности) недостаточно для конкурентоспособной личности. Это многоаспектный феномен [3], в который входят еще и личностные характеристики.

Так, например помимо понятия «модель специалиста» есть еще одно понятие «модель конкурентоспособного специалиста» [8,9], т. е. делая упор именно на достижениях целей личностью [9]. Однако это не добиться успеха «любой ценой» [16]. Такое отношение может привести не только к выгоранию, но и к плохим результатам в будущем (например, плохое отношение с людьми, с которыми тесно связана личность в профессиональной области). Было отмечено, что для модели конкурентоспособного специалиста определяющим является социально-профессиональная компетентность и конкурентоопределяющие личностные качества, а также сфера и место работы [8].

Для достижения индивидом высоких показателей в рабочей деятельности, успеха, выпускнику не хватит лишь хорошо освоенных дисциплин. Много будет зависеть от самого места, в котором он будет работать, насколько он быстро адаптируется в новых условиях, от его социальных отношений с руководителем и коллегами. Без наличия личностных качеств, даже одаренный выпускник может испытывать огромные трудности в развитии собственной карьеры.

Из выше сказанного следует, что высшим учебным учреждениям необходимо делать акцент не только на мощную базу знаний (как базовых, так и узконаправленных) и развитие личностных качеств профессиональной сферы, составляющие социально-профессиональную компетентность [10], но и на личностные качества, определяющие конкурентоспособность личности. Их надо выделять отдельно, в зависимости от профессии [11]. Помимо этого, выделяют некоторые общие качества конкурентоспособного специалиста: рациональная познавательная активность, лидерство, критичность, целеустремленность, стрессоустойчивость, рискованность, креативность, трудолюбие [15]. Также выделяют черты, связанные с «я-концепцией» (самооценка, принятие решений, определение стратегии и поведения) [16].

Многие ВУЗы, как конкурентоспособный элемент предоставляют информирование о существующих вакансиях, дают инструкции как создавать резюме и проходить собеседования.

Например, в Высшей школе экономики развит центр развития карьеры ВШЭ: есть программа менторства, где можно найти наставника для развития карьеры, поддерживается связь с выпускниками и их дальнейшая поддержка, есть сообщества, в которых выкладываются актуальные вакансии [13].

В Дальневосточном федеральном университете информированием о вакансиях занимается Центр развития карьеры ДВФУ [12]. Основные задачи высшим учебным учреждением были выделены следующие:

- организовывать и следить за процессом прохождения практики студентами;
- способствовать в трудоустройстве студентам и выпускникам;
- обучать эффективному поведению на рынке труда;
- уведомлять о ситуации на рынке труда;
- отслеживать занятость выпускников.

Помимо этого, кафедры по возможности информируют студентов и выпускников о существующих вакансиях их направления.

Проводятся лекции с работодателями. Например, была проведена совместная лекция с НИЦ «Курчатовский институт», где студентов приглашали работать в новом проекте [14].

Подводя итоги, необходимо отметить следующие вещи: конкурентоспособный специалист при выпуске с университета должен включать в себя социально-профессиональную компетентность. Сюда входят базовые знания и узконаправленные методы и навыки, а также личностные характеристики, «заточенные» под ту деятельность, с которой будет работать индивид. Серьезная подготовка в высшем учебном учреждении позволит выпускникам быстрее ориентироваться в своей деятельности и чувствовать себя более уверенными перед другими специ-

алистами. Конкурентоспособность определяют как качества общие (познавательная активность, лидерство, критичность, целеустремленность, стрессоустойчивость, рискованность, креативность, трудолюбие и др.), так и специализированные, ориентированные на конкретную область деятельности.

#### **Литература**

1. Рыкова, Е. В. Проблема корректировки базовых знаний по физике в условиях вуза / Е. В. Рыкова, В. Т. Рыков // *Успехи современного естествознания*. – 2005. – № 3. – С. 94–96.
2. Вандышева, О. Д. Повышение качества профессиональной подготовки студентов / О. Д. Вандышева, В. И. Вандышев, Ф. Ф. Сыроватский // *Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность*. – 2021. – С. 68–72.
3. Шапошникова, Т. Л. Современные модели и методы диагностики конкурентоспособности выпускника вуза / Т. Л. Шапошникова, О. Н. Подольская, И. П. Пастухова // *Научные труды КубГТУ*. – 2016. – №8. – С. 385–398.
4. Юровская, И. Г. Инновационные педагогические технологии как средство повышения конкурентоспособности выпускника среднего профессионального образования / И. Г. Юровская // *Язык. Образование. Культура*. – 2018. – С.154–161.
5. Мельничук, О. Модель специалиста (К вопросу о гуманизации образования) / О. Мельничук, А. Яковлева // *Высшее образование в России*. – 2000. – №5. – С.19–25.
6. Якупова, А. Р. Компетентностная модель специалиста технического профиля / А. Р. Якупова, В. И. Чернявская // *Научные исследования в образовании*. – 2009. – №6. – С. 45–58.
7. Степанова, Е. А. Некоторые аспекты формирования модели специалиста / Е. А. Степанова, И. А. Абрамова // *Проблемы управления качеством профессионального образования*. – 2008. – С. 51–53.
8. Зайцева, О. Ю. Современные модели конкурентоспособной личности / О. Ю. Зайцева, Г. Е. Тюпенькова, Н. В. Лысенко, Л. Н. Хамзина, М. Л. Романова // *Ученые записки университета Лесгафта*. – 2014. – №10 (116). – С. 68–72.
9. Шилова, М. И. Формирование конкурентоспособности выпускника вуза / М. И. Шилова, И. Л. Белых // *Вестник Томского государственного педагогического университета*. – 2010. – №4. – С. 39–45.
10. Карицкая, И. М. Социально-профессиональная компетентность как основа успешной профессиональной деятельности / И. М. Карицкая // *Омский научный вестник*. – 2009. – №1 (75). – С. 54–58.
11. Бегидова, С. Н. Личностные качества конкурентоспособного социального работника / С. А. Хазова, В. С. Бегидов // *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология*. – 2013. – №3 (123). – С. 12–17.
12. Центр карьеры ДВФУ. – Режим доступа : <https://vk.com/yourcareerfeju> (Дата обращения: 27.01.2024)
13. Центр развития карьеры ВШЭ. – Режим доступа : <https://career.hse.ru/> (Дата обращения: 27.01.2024)
14. Информирование о совместной лекции с НИЦ «Курчатовский институт». – Режим доступа : <https://t.me/fejudyfu/5119> (Дата обращения: 27.01.2024)
15. Жданко, Т. А. Образовательно-профессиональное пространство вуза как педагогическое условие формирования конкурентоспособности личности студента / Т. А. Жданко // *Magister Dixit*. – 2012. – №2. – С. 259–279.
16. Шаповалов, В. Конкурентоспособность специалиста / В. Шаповалов // *Высшее образование в России*. – 2005. – №10. – С. 96–100.
17. Габдуллина, Э. Н. Непрерывное профессиональное образование как фактор подготовки конкурентоспособной личности / Э. Н. Габдуллина // *Альманах современной науки и образования*. – 2012. – №3. – С.36–38.

## К ВОПРОСУ ФОРМИРОВАНИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Т. М. Мелихова**

Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия

## ON THE ISSUE OF THE FORMATION OF SCIENTIFIC AND RESEARCH COMPETENCIES OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

**T. M. Melikhova**

Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia

Рассмотрена организация систематической самостоятельной поисковой деятельности студентов по получению знаний, приобретению умений и навыков для формирования научно-исследовательских компетенций. Раскрыты характерные принципы и функции обучения учебно-познавательного исследования.

*Ключевые слова:* учебное исследование, активные методы обучения, исследовательская деятельность.

The article considers the organization of systematic independent search activity of students to gain knowledge, acquire skills and abilities for the formation of research competencies. The characteristic principles and functions of teaching educational and cognitive research are revealed.

*Keywords:* educational research, active teaching methods, research activities.

В настоящее время совершенствование учебного процесса идет в направлении все более широкого использования активных методов обучения, обеспечивающих глубокое проникновение в сущность изучаемой проблемы, повышающих личное участие каждого студента и его интерес к обучению.

Успех учебно-познавательной исследовательской деятельности студентов и магистрантов, в основном, обеспечивается правильным планированием видов и форм заданий, с последующим эффективным использованием систем этих заданий, а также умелым руководством всей деятельностью со стороны преподавателя.

Раскрывая роль педагога в организации учебного исследования, отметим следующую систему его действий:

- умеет выбирать нужный уровень проведения учебного исследования в зависимости от уровня развития мышления студента;
- умеет сочетать индивидуальные с коллективными формами проведения исследований на занятии;
- умеет формировать проблемные ситуации в зависимости от уровня учебного исследования, а также его место в структуре занятия.

Преподаватель должен выступать не только в роли интерпретатора науки и носителя новой информации, но сколько в качестве умелого организатора систематической самостоятельной поисковой деятельности студентов по получе-

нию знаний, приобретению умений и навыков усвоению способов умственной деятельности.

В процессе учебно-познавательных исследований магистранты овладевают навыками наблюдения, экспериментирования, сопоставления и обобщения фактов, делают определенные выводы. Мотивом учебно-познавательного исследования могут служить: интерес; внутреннее противоречие, вызывающее потребность; стремление студента к исследованию неопределенности, содержащей знания, неизвестные ему. При этом проблемная ситуация является условием возникновения у субъекта деятельности внутреннего противоречия. Фиксация проблемной ситуации (вычленение основного противоречия) заканчивается формулированием проблемы или цели исследования.

В учебно-познавательном исследовании целеполагание становится движущей силой только тогда, когда цель субъективно важна и значительна для участника этого процесса [1]. Основными признаками учебного исследования магистрантов являются:

- постановка познавательной проблемы и цели исследования;
- самостоятельное выполнение обучающимися поисковой работы;
- направленность учебного исследования обучающихся на получение новых для себя знаний;
- направленность учебного исследования на реализацию дидактических, развивающих и воспитательных целей обучения.

Для раскрытия сущности понятия учебно-познавательного исследования можно выделить следующие его характерные признаки.

1 Учебно-познавательное исследование – это процесс поисково познавательной деятельности (изучение, выявление, установление чего-либо и др.).

2 Учебно-познавательное исследование всегда направлено на получение новых знаний то есть исследование всегда начинается с потребности узнать что-либо новое.

3 Учебно-познавательное исследование предполагает самостоятельность обучающегося при выполнении задания.

4 Учебно-познавательное исследование должно быть направлено на реализацию дидактических целей обучения.

М. З. Каплан под учебно-познавательным исследованием понимает специфический метод развивающего обучения, элементы которого можно найти в среде продуктивных методов обучения, какой бы классификации. они не принадлежали [3]. Он указывает на те функции обучения, которые учебно-познавательное исследование эффективно обеспечивает:

- качественное усвоение знаний;
- умение применять знания на практике, в том числе и в нестандартных ситуациях;
- обсуждение студентов к самообразованию;
- воспитательные и развивающие функции.

М. З. Каплан отмечает, что «Учебно-познавательное исследование – рассматривает обучающегося не как объект для убеждения в истинности необходимости получаемых знаний, а как субъект, непосредственно участвующий в их



добывании. Другими словами, учебно познавательное исследование – метод обучения деятельностный, а поэтому эффективный» [3, с. 32].

Под учебно-исследовательской деятельностью обучающихся нами понимается учебная деятельность по приобретению практических и теоретических знаний преимущественно самостоятельным применением научных методов познания, что является условием и средством развития обучающихся творческих исследовательских умений.

Структуру учебно-исследовательской деятельности определяют следующие компоненты: учебно-исследовательская задача, учебно-исследовательские действия и операции, действия контроля и оценки. Содержанием учебно-исследовательской деятельности являются общие способы учебных и исследовательских действий, направленные на решение конкретных практических и теоретических задач [2].

Учёные выделяют три уровня учебно-познавательных исследований в зависимости от степени самостоятельности деятельности студентов и магистрантов:

- обнаружение проблемы и выдвижение гипотезы осуществляется либо самим педагогом, либо под его непосредственным руководством, остальные этапы исследовательской деятельности выполняются студентами с большей долей самостоятельности;

- под непосредственным руководством педагога происходит лишь постановка проблемы, остальные этапы исследовательской деятельности выполняются самими обучающимися в индивидуальной или групповой работе;

- все элементы исследования осуществляются студентами самостоятельно.

Приобщение студентов к исследовательской деятельности можно реализовать посредством решения специальных исследовательских задач или дополнительной работы над задачей [1, с. 49].

Основными методами решения исследовательских задач могут быть: «мозговой штурм», синектика (личная эмпатия), метод номинальных групп и др.

Задача метода «мозгового штурма» заключается в следующем:

- 1) внимательно прочитать условия задачи и предложить все возможные, в том числе абсурдные, гипотезы для его выполнения. При выдвижении гипотез их критика запрещается;

- 2) сделать анализ предложенных гипотез и выбрать те из них, которые наиболее вероятны. В настоящее время учебно-познавательные исследования преимущественно используются для достижения развивающих целей обучения, поскольку они являются мощным инструментом формирования мышления, так как обладают большими потенциальными возможностями для развития умственных операций студентов-магистрантов, формируют активность, целенаправленность мышления, культуру логических рассуждений, а так же развивают гибкость мышления.

Кроме того, учебно-познавательные исследования помогают студентам достичь познавательного отношения к действительности в силу того, что они формируют широту кругозора и являются стимулом познавательного интереса, способствуют воспитанию научного мировоззрения, выполняя, таким образом, воспитывающую функцию.

Анализ этапов исследований, выделяемых разными авторами, позволяет сделать вывод, что обязательными из них являются те, которые образуют основную структуру учебно-познавательного исследования: постановка проблемы, выдвижение гипотезы, проверка гипотезы, вывод.

При более детальном анализе структуры учебно-познавательного исследования можно выделить такие его этапы, как: мотивация учебной деятельности; постановку проблемы исследования; анализ имеющейся информации по рассматриваемому вопросу; экспериментирование (проведение измерений, испытаний, проб и т. д.) с целью получения фактического материала; систематизацию и анализ полученного фактического материала; выдвижение гипотезы; подтверждение или опровержение гипотезы; доказательство гипотез. В зависимости от способа выдвижения гипотезы Е. В. Баранова выделяет следующие виды учебных исследований:

- интуитивно-опытные;
- опытно индуктивные;
- индуктивные и дедуктивные.

Таким образом, различные виды учебно-познавательных исследований имеют свои особенности, поэтому для каждого из них характерно своё сочетание различных этапов. Реализация проблемных ситуаций в учебно-познавательном исследовании позволит более эффективно формировать научно-исследовательские компетенции будущих специалистов физической культуры и спорта.

#### **Литература**

1. Баранова, Е. В. Методические основы использования учебных исследований при обучении геометрии в основной школе : автореф. дис. ... канд.пед.наук. / Е. В. Баранова. – Саранск, 1999. – 17 с.
2. Далингер, В. А. Информационно-коммуникационные технологии учебно-познавательных исследованиях студентов / В. А. Далингер // Высшее образование сегодня. – 2012. – № 11. – 67 с.
3. Каплан, М. З. Учебное исследование как метод обучения математике / М. З. Каплан. – Минск : БПТУ, 1995. – 170 с.

## **ЦИГУН КАК КОМПЛЕКСНАЯ МЕТОДИКА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ**

**В. М. Миронова, А. С. Казарина**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

**С. Минтан**

**Пекинский медицинский исследовательский Институт «Кундавелл»,  
г. Пекин, Китай**

В статье раскрывается актуальность комплексной методики восстановления психофизического состояния студентов на основе занятий Цигун. Представлены уровни и комплексность методики, обосновано применение практики в занятиях

со студентами и приведены результаты исследования, доказывающие ее эффективность.

*Ключевые слова:* цигун, студенты, здоровье, психофизическое состояние, комплексное восстановление.

## **QIGONG AS A COMPREHENSIVE METHOD OF RESTORING THE PSYCHOPHYSICAL STATE OF STUDENTS**

**V. M. Mironova, A. S. Kazarina**  
**Ural State University of Physical Culture,**  
**Chelyabinsk, Russia**

**S. Mintan**  
**Beijing Medical Research Institute "Kundawell",**  
**Beijing, China**

The article reveals the relevance of a comprehensive methodology for restoring the psychophysical state of students based on Qigong classes. The levels and complexity of the methodology are presented, the application of practice in classes with students is justified and the results of the study proving its effectiveness are presented.

*Keywords:* qigong, students, health, psychophysical condition, comprehensive recovery.

Важнейшей социально-политической и экономической задачей государства является подготовка высококвалифицированных кадров для отрасли физической культуры и спорта. Качество подготовки специалистов в значительной мере зависит от уровня психофизического здоровья студенческой молодежи.

Актуальность изучения закономерностей процессов формирования, сохранения, восстановления и укрепления здоровья студентов в значительной степени обусловлена ростом заболеваемости среди студенческой молодежи, что в свою очередь объясняет выраженный интерес ряда исследователей к данной проблематике у нас в стране и за рубежом (В. А. Якунин, С. Ю. Добряк, А. В. Шакула, М. Д. Дыбов и др.). При этом, большинство теоретических работ и исследовательских программ посвящено изучению физического здоровья. Среди исследований, посвященных изучению психических компонентов здоровья особое место занимают исследования в области психогигиены и психопрофилактики, получившие развитие как профилактическое направление. Однако, рассматривая психическое здоровье, как системное качество, можно предположить, что обеспечение безопасности государства на основе усиления профилактической направленности в здравоохранении и физической культуре возможно только при условии интеграции всех разделов и отраслей научно-практической деятельности, направленных на здоровьесбережение студенческой молодежи. Развитие системы здоровьесбережения может быть обеспечена совершенствованием методологических, организационно-технологических компонентов, разработкой новых диагностических, профилактических и лечебно-восстановительных технологий в целях активного сохранения и

восстановления здоровья студентов при действии неблагоприятных факторов среды и учебно-профессиональной деятельности.

Переход от школьной жизни к студенческой является сложным, а иногда и переломным в жизни молодого человека. Говоря о трудностях обучения в высшем учебном заведении, можно сказать, что они связаны не только с необходимостью творческого усвоения большого объема знаний, выработкой нужных для будущей профессии умений и навыков, их практическим применением, но и психоэмоциональным состоянием студента. Эти трудности и явные, и скрытые, порой весьма существенно сказываются на учебе и психоэмоциональном состоянии студентов. Существуют объективные и субъективные факторы обучения, отражающиеся на психофизиологическом состоянии студентов (умственной деятельности, внимании, памяти, нервно-мышечном напряжении, эмоциональной сфере и других показателях). К объективным факторам относят среду жизнедеятельности, включая влияние окружающей среды и учебного труда студентов, возраст, пол, состояние здоровья, общую учебную нагрузку, отдых, в том числе активный. К субъективным факторам мы относим знания, профессиональные способности, мотивацию учения, работоспособность, нервно-психическую устойчивость, темп учебной деятельности, утомляемость, психофизиологические возможности, личностные качества (особенности характера, темперамент, коммуникабельность), способность адаптироваться к социальным условиям обучения в вузе.

Исследуя скрытые трудности, которые возникают у студентов с первых дней учебы мы выявили целый ряд обстоятельств студенческой жизни, кажущихся малозначительными, когда они взяты в отдельности, а в совокупности, дающие отрицательный эффект. В числе причин такого явления мы определили следующие:

- значительно отличающиеся от школьной организации и методы обучения, требующие значительного повышения самостоятельности студента в овладении учебным материалом;

- отсутствие налаженных межличностных отношений, группового контакта, что характерно для всякого формирующегося коллектива;

- ломка старого, сложившегося за годы учебы в школе или на производстве жизненного стереотипа и формирование нового;

- сопутствующие поступлению в вуз новые заботы, связанные с переездом на новое место и проживанием в общежитии (самообслуживание, самостоятельное ведение бюджета, планирование и организация своего учебного и свободного времени и др.). Большие затруднения испытывают студенты младших курсов. С одной стороны, они должны сразу включаться в напряженную работу, требующую применения всех сил и способностей, с другой – само по себе преодоление новизны условий учебной работы требует значительной затраты сил организма. Включение студентов в новую систему жизнедеятельности может сопровождаться нервным напряжением, излишней раздражительностью, вялостью, снижением волевой активности, беспокойством и т. д. Происходящие явления связаны с трудностями процесса адаптации к обучению в вузе. Для того, чтобы нивелировать трудности, возникающие у студентов и быстрее адаптировать их к студенческой жизни – мы предположили, что этому будут способствовать заня-

тия физкультурно-оздоровительными технологиями (на примере Цигун), а также средствами и методами восстановления психофизического состояния студентов являются педагогические, психологические и медико-биологические. Основными являются активный отдых, аутогенная тренировка, психорегулирующая тренировка, пассивный отдых, усиленный средствами восстановления (массаж, баня и др.), чередование тренировочных заданий с различной нагрузкой, дыхательная гимнастика, релаксационные упражнения и т. д.

С целью решения актуальной проблемы восстановления психофизического состояния студентов вуза ФГБОУ УралГУФК, нами проведены исследования эффективности восточных методов оздоровления, в частности комплексной методики Цигун.

Обоснование комплексного воздействия заключается в усилении функции вегетативно-нервной системы, оптимизации взаимных связей и свойств внутри системы. Направленные воздействия на внутренние процессы жизнедеятельности организма являются статическая, статодинамическая и динамическая саморегуляция. Очень важным фактором оздоровления является образность упражнений. Образ – это картина в нашей голове, которая появляется внутри организма, как отражение материального мира. Вслед за образом в наше внутренне пространство может войти определенный звук и тактильные ощущения: тепло, холод, вибрация, и т. д. Также активизируются вкусовые рецепторы если в образе присутствуют объекты питания. Это значит, что все внешнее может отразиться в нашем мозге в качестве образа. Так как в Цигун все образы связаны с природой, то организм человека получает новую дополнительную энергию во все органы чувств. Таким образом, занятия Цигун, являясь комплексной методикой с многоуровневым воздействием, позволяет занимающимся переключить внимание на внутренние процессы и повлиять на восстановление работы внутренних органов за счет перераспределения нагрузки.

В традиционной китайской медицине используются специальные инструменты для того, чтобы воспроизводить звуки для оздоровления, например по кругу У-Син, теории пяти элементов. При этом слушая специальные звуки, создаются образы, которые воздействуют на психофизическое состояние занимающихся. Также есть и другие методы, например с использованием картин и рисунков. Также оздоровительным эффектом обладает наблюдение красивых пейзажей. Практически в каждом упражнении Цигун используются образы. Например образ большого дерева, красного шара внутри тела и другие. Большой частью Цигун является наука Имидж-терапии, которая изучает влияние определенных видов образов на части или органы тела, а также взаимосвязь функций с тем или иным образом. Имидж-терапия, также говорит нам о том, как использовать образы, как образ воздействует на функции физического тела. В настоящее время данная методика используется и в ментальном тренинге, и в аутотренинге (идеомоторной тренировке).

Комплексность методики Цигун заключается в семи уровнях воздействия на организм человека:

- физический метод;
- энергетический метод;
- духовный метод;

- физический + энергетический методы;
- физический + духовный методы;
- энергетический + духовный методы;
- и физический + энергетический + духовный методы оздоровления.

Каждый метод включает в себя физические и психоэнергетические упражнения, основанные на образности, дыхании и суставной гимнастике.

Так же путем самоконтроля занимающиеся формируют навык «слушания тела», при этом сознание освобождается для наблюдения над переменными условиями действия, возникающими сенсорными и моторными ощущениями, и проявлением саморегуляторных телодвижений. При этом занимающимся необходимо соблюдать технику выполнения упражнений и пользоваться основными принципами оздоровительной физической культуры. Особенно важно находить баланс между принципом «дозирования нагрузки и возрастной адекватности» с одной стороны, и принципами «систематичности и «прогрессирующих тренирующих воздействий» с другой стороны, с целью закрепления приобретенных навыков.

На протяжении нескольких лет мы проводили наблюдения за психофизическим состоянием студентов, занимающихся Цигун (n=40). Положительные результаты были получены по всем показателям, а именно:

- улучшение настроения у 90% занимающихся;
- повышение жизненного тонуса – у 40%;
- повышение выносливости при увеличении нагрузки – у 30%;
- повышение работоспособности – у 60%;
- положительные изменения в опорно-двигательном аппарате – у 50%;
- изменения в сторону улучшения в костно-мышечной системе – у 52%.

При проведении анкетирования занимающихся всеми было отмечено увеличение скоростных реакций, улучшение осанки, координации движений, легкости при ходьбе.

Таким образом, полученные в ходе педагогического наблюдения и опытно-экспериментального исследования результаты, отражают достоверное улучшение физических и психологических параметров у испытуемых студентов, при соблюдении методики, учета возрастных особенностей и регулярности занятий. Выявленные итоговые статистически значимые различия дают нам право сделать заключение о том, что занятия комплексной методикой Цигун эффективно восстанавливают психофизическое состояние участников эксперимента.

#### **Литература**

1. Братчикова, А. Н. Упражнение Цигун «работа с внутренней информацией» как интегративное средство усиления процессов саморегуляции / А. Н. Братчикова, В. М. Миронова // Традиционные и инновационные подходы к оздоровлению человека в реализации Национального проекта «Здоровье нации». Цигун: наука, образование, здоровье» : Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (г. Челябинск, 17–19 ноября 2023 г.) : под ред. В. М. Карлышева, А. С. Казариной, Е. В. Быкова. – Челябинск : УралГУФК, 2023. – С. 155–159.

2. Сафин, Р. З. Значение физической культуры и спорта в адаптации молодежи к студенческой жизни / Р. З. Сафин, М. С. Кашафутдинов // Образование, Спорт. Наука : материалы юбилейной научно-практической конференции. В 2 ч. Ч. 1 / Главный редактор – профессор Л. М. Куликов. – УралГУФК. – Челябинск, 2005. – С. 148–150.

3. Минтан, С. Имидж медицина. Введение в общий курс / С. Минтан. – Одесса : Атлант, 2013. – 148 с.

## **СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ ГРУППОВОЙ СПЛОЧЁННОСТИ В КОМАНДЕ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

**Т. Ш. Насырова, Е. А. Жужакова, К. В. Булавченко, А. И. Тарасова**  
Санкт-Петербургский государственный университет,  
г. Санкт-Петербург, Россия

*Аннотация.* Данная статья посвящена разработке и использованию комплексов специальных упражнений для повышения групповой сплочённости в команде. Студенты, участвующие в эксперименте, занимаются в секции по волейболу, организованной кафедрой физической культуры и спорта СПбГУ. Цель исследования: разработать и экспериментально проверить эффективность комплексов специальных упражнений для повышения групповой сплочённости в команде студентов-волейболистов на учебно-тренировочных занятиях. Для контрольного тестирования были выбраны 2 теста: 1. психологическая атмосфера в команде по Ф. Фидлеру; 2. определение индекса групповой сплочённости Сисшора.

*Ключевые слова:* способы повышения групповой сплочённости; секция по волейболу; комплексы специальных упражнений; контрольные тесты; студенты (юноши и девушки) в возрасте 18–20 лет; педагогический эксперимент.

## **WAYS TO INCREASE GROUP COHESION IN THE TEAM OF STUDENTS INVOLVED IN VOLLEYBALL SECTION**

**Tatyana Shavkhatovna Nasyrova, Elena Andreyevna Zhuzhakova, Kristina Vitalievna Bulavchenko, Alexandra Igorevna Tarasova**  
St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

*Abstract.* This article is devoted to the development and use of combination of special exercises to increase group cohesion in the team. The students participating in the experiment are engaged in volleyball section organized by the Department of Physical Education and Sports of SPbSU. The aim of the study: to develop and experimentally test the effectiveness of complexes of special exercises to increase group cohesion in the team of volleyball students at training sessions. Two tests were chosen for control testing: 1. psychological atmosphere in the team according to F. Fidler; 2. determination of Sishore's group cohesion index.

*Keywords:* ways of increasing group cohesion; volleyball section; complexes of special exercises; control tests; students (boys and girls) aged 18-20 years; pedagogical experiment.

### ***Introduction***

Currently, many higher education institutions in Russia actively use elective and sectional forms of work in the organization of the educational process of physical education of students. At St. Petersburg State University (SPbSU) students have the opportunity to freely choose different types of sports and motor activity. The Department

of Physical Education and Sports at SPbSU organizes group classes for students in such sports and motor and recreational activities as aerobics, badminton, basketball, boxing, wrestling, volleyball, yoga, physical fitness, health fitness, swimming, Nordic walking, rock climbing, soccer, chess, checkers [1, page 26]. Volleyball is one of the most popular sports for sectional classes among nonphysical culture students of St. Petersburg State University.

Group cohesion in sports teams is an indicator of strength, unity and stability of interpersonal interactions and relationships in the group, characterized by mutual emotional attraction of group members and satisfaction with the group. Group cohesion can act both as a goal of psychological training and as a necessary condition for successful work. In a group formed from strangers, some part of time will be spent on achieving the level of cohesion that is necessary for solving group tasks [2].

### ***Purpose of the study***

To develop and experimentally verify the effectiveness of using combination of special exercises to increase group cohesion in the team of student volleyball players at training sessions.

### ***Research Methods***

The study used: the method of data analysis of scientific and methodological literature, psychological testing, pedagogical experiment, method of statistical data processing.

### ***Organization, results of the study and its analysis***

The study was conducted in the sports game hall of St. Petersburg State University at the address: St. Petersburg, Ochakovskaya St., 9A from September 2023 to December 29, 2023, with the participation of students (girls and boys) studying at various faculties of nonphysical culture profile of St. Petersburg State University, engaged in the volleyball section. The age of the experiment participants was 18-20 years old, the number was 20 people. The control group included 10 players of the mixed gender team (6 main players + 4 substitutes), the experimental group also included 10 participants (6 main players + 4 substitutes). Testing (questionnaire) of the control and experimental group was conducted twice - at the beginning and at the end of the experiment. Two tests were chosen: 1. psychological atmosphere in the team according to F. Fiedler; 2. determination of Sishore's group cohesion index.

#### ***Test #1 - Psychological atmosphere in the team according to F. Fiedler.***

This technique is used to assess the psychological atmosphere in the group (Table 1). The method is interesting because it allows for anonymous examination, which increases its reliability. Reliability increases in combination with other methods (e.g. sociometry). Table 1 shows opposite pairs of words that can be used to describe the atmosphere in the group. The answer is marked on the form as a sign (+). The closer to the right or left word in each pair the test taker puts the sign (+), the more pronounced this trait is in the group. Column number 1 has the extreme expression of the positive sign, and column number 8 has the extreme expression of the negative sign indicated in the pair. The response for each of the 10 items on the scale is scored from left to right from 1 to 8 points. The final score ranges from 10 (most positive) to 80 (most negative). Based on individual profiles, an average profile is created, which characterizes the psychological atmosphere in the group [3].



Table 1 - Psychological atmosphere in the team according to F. Fiedler

	1	2	3	4	5	6	7	8	
1. Friendliness									Hostility
2. Consent									Dissent
3. Satisfaction									Dissatisfaction
4. Productivity									Unproductivity
5. Heat									Coldness
6. Cooperation									Inconsistency
7. Mutual support									Unfriendliness
8. Passion									Indifference
9. Intrigue									Boredom
10. Successfulness									Failure

*Test #2 - Determination of Sichor's index of group cohesion.*

Group cohesion is an important parameter that shows the degree of integration of the group, its cohesion into a single whole. The methodology consists of 5 questions with several answer options for each of them (Table 2). These answers are coded in points according to the values given in brackets (maximum sum - 19 points, minimum - 5 points). It is not necessary to indicate the points during the survey [3].

Table 2 - Determination of Sishore's group cohesion index

№	Question and answer options
1.	How would you rate your affiliation with the team? 1. I feel like a member of it, part of the team (5). 2. Participate in most activities (4). 3. Participate in some activities and do not participate in others (3). 4. Do not feel that I am a member of a team (2). 5. I live and exist separately from her (1). 6. Don't know, difficult to answer (1).
2.	Would you move to another team if given the opportunity (without changing other conditions)? 1. Yes would very much like to transfer (1). 2. Would rather move than stay (2). 3. I don't see any difference (3). 4. Most likely would have stayed in my group (4). 5. Would very much like to stay in my group (5). 6. Don't know (1).
3.	What are the relationships between your team members? 1. better than most teams (3). 2. About the same as most teams (2). 3. Worse than most teams (1).
4.	What is your relationship with your coach? 1. Better than most teams (3). 2. About the same as most teams (2). 3. Worse than most teams (1). 4. Don't know (1)
5.	What is the attitude on your team? 1. better than most teams (3). 2. About the same as most teams (2). 3. worse than most teams (1). 4. Don't know (1).

After the initial testing of the control and experimental groups, a pedagogical experiment was conducted using sets of special exercises to increase group cohesion in the team of students of the experimental group.

Training sessions in the experimental group were held 2 times a week (Monday and Thursday). On Mondays the main part of the session included a series of special exercises to increase group cohesion in the team (Table 3, Table 4). The control group also practiced 2 times a week, but without the inclusion of special exercises for team cohesion.

Table 3 - Complex of special exercises №1 for the experimental group

№	Name of exercise	Methodological guidelines
1.	"Finding Similarities."	The team stands in a circle. The teacher takes a volleyball in his hands and explains the rules of the game: "The one who has the ball in his hands must throw it as quickly as possible to another player of the team, naming a feature of his resemblance to the one to whom the ball is passed.
2.	"The Island."	The team needs to fit on an "island" - a piece of cloth, newspaper, etc. And the water rises, i.e. the size of the "island" decreases. It is possible to reduce the size of the "island" to a reasonable limit.
3.	"Circle of Trust."	The team stands in a small tight circle and puts their hands at shoulder level, palms forward. One of the team steps into the center, closes his eyes, relaxes and begins to fall gently into the palms of his colleagues. Those catch him and gently push him away so that he falls into the palms of the other person. In this way, he is rocked for one or two minutes, then the next volleyball player comes to the center of the circle.
4.	"Typewriter."	Students represent the keyboard of a "typewriter". Since the number of participants in the group is usually less than the number of letters in the alphabet, everyone gets a few letters. The teacher dictates phrases and students "type" them - when their letter is encountered, they say it loudly, jump up and clap their hands. "Printing" occurs when the phrase is spoken quickly, then participants "print" it from memory.

Table 4 - Complex of special exercises №2 for the experimental group

№	Name of exercise	Methodological guidelines
1.	"Jumping with turns."	Students spread out in space so that the distance between neighbors is at least half a meter and face in the same direction. Then, at the conditional signal of the teacher, all simultaneously close their eyes and perform a jump on the spot. In the jump you can turn to any side by 90, 180, 270 or 360 degrees. Everyone decides where and how far to turn, no agreement is allowed. After the jump, students open their eyes; look at each other and at the next signal, closing their eyes again and make the next jump from the position in which they landed earlier. Objective: to ensure that after the next jump all participants land facing the same direction.
2.	"Ten."	At the teacher's signal, the team closes their eyes, puts their heads down and tries to count from one to ten. However, the trick is to count together. Someone will say "one," another student will say "two," a third will say "three," and so on. However, there is one rule in the game - only one person has to say the word. If two voices say "four," the counting starts over.

3.	"Bombers."	The team is divided into 2 subgroups of 5 players each. The subgroups are distributed on 2 basketball rings. At the signal of the instructor, students make shots in the ring, recording the number of effective hits. The subgroup works on each ring for 2 minutes. On the signal, they switch rings. The team that gets the most shots in the ring in 4 minutes wins.
4.	"Associations."	Each student needs to clarify the meaning of "team" for him/herself. Take a pen and paper. The task is to hear the question and write down the first images associated with it that come to mind. -If a team is a color, it's a... -If the team is the music, it's... -If a team is a geometric figure, it is... -If a team is a mood, it's a...

After 4 months of training of the combination of special exercises developed by us in the experimental group, the repeated testing was carried out to identify the level of group cohesion, data processing with the definition of the average index of tests at the beginning and end of the experiment, the percentage of growth from the initial data.

### **Conclusions**

1. Having studied and analyzed the special literature on increasing group cohesion in sports teams at training sessions, the authors believe that team cohesion is a complex phenomenon. Not every sports team is a unified collective. The main means of increasing group cohesion are various exercises in pairs, triples and subgroups. Mobile games aimed at team cohesion and coherence are used. Trainings including various intellectual tasks are used. Conversations can be used, where such topics are discussed, which will help to understand that by being responsible to the team, to the formation of the team, it is possible to become a successful team.

2. According to the results of initial and final testing of the control and experimental groups, it can be noted that for 4 months of the experiment there was an improvement in the results in the experimental group. Changes occurred in the test of psychological atmosphere in the team according to F. Fidler. Before the experiment 40% of students had a score above average, after the experiment their number increased to 70%. In addition, positive changes occurred in the test "Determination of Sishore's index of group cohesion". 30% of students above average index had, and after the experiment, the result increased to 60%. Students in the control group did not significantly change their results in the final test.

3. Thus, the developed and tested complexes of special exercises to increase group cohesion in the team of student volleyball players at training sessions proved their effectiveness in practice.

### **References**

1. Balakhonova, E.B., Nasyrova, T.S. Features of the development of coordination abilities in female students in badminton classes / E.B. Balakhonova, T.S. Nasyrova // Collection of scientific articles on the materials of the I All-Russian scientific-practical conference "Professional-oriented training of a coach-teacher in higher education: problems, trends, prospects" (Saransk, December 26, 2022) / editorial board: S. V. Bakulin, E. A. Shunyaeva, Y. V. Kireeva, L. E. Ignatyeva; Mordovian State Pedagogical University. V. Bakulin, E. A. Shunyaeva, Y. V. Kireeva, L. E. Ignatyeva; Mordovian State Pedagogical University. - Saransk: RIC MSPU, 2023. - P.26-31.

2. Vachkov I.V. *Fundamentals of group training technology. Textbook.* - Moscow: Os-89, 1999. - 176 page.
3. Karelin A. *Big encyclopedia of psychological tests / [author-composer A. Karelin].* - Moscow :EXMO, 2007. - 416 page.

## **ПОЛУЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ В ОБЛАСТИ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ В ЦЕЛЯХ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ВЫПУСКНИКА**

**М. В. Поликарпова, Е. В. Нор**  
Ухтинский государственный технический университет,  
г. Ухта, Россия

## **OBTAINING PROFESSIONAL SKILLS IN THE FIELD OF FIRST AID TO INCREASE THE COMPETITIVENESS OF THE GRADUATE**

**Mariya Polikarpova, Elena Nor**  
Ukhta State Technical University, Ukhta, Russia

Обучение студентов приемам оказания первой помощи позволит получить навыки и умения, необходимые при несчастных случаях на производстве, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью. Обоснована необходимость внедрения дисциплины «Оказание первой помощи пострадавшим» студентам направления подготовки «Техносферная безопасность» как показателя повышения качества образования.

**Ключевые слова:** охрана труда, первая помощь, повышение качества образования, получение навыков и умений, организация обучения.

Training students in first aid techniques will allow them to gain the skills and abilities necessary in case of industrial accidents, injuries, poisoning and other conditions and diseases that threaten life and health. The necessity of introducing the discipline “Providing first aid to victims” to students in the field of training “Technosphere Safety” as an indicator of improving the quality of education is substantiated.

**Keywords:** occupational Safety and Health, first aid, improving the quality of education, gaining skills and abilities, organization of training.

В современных условиях конкурентного отбора будущих специалистов в области охраны труда, навыки и умения оказания правильной и своевременной первой медицинской помощи может являться одним из факторов выбора соискателя соответствовать требованиям профессионального стандарта № 274н от 22.04.2021 «Специалист в области охраны труда».

Оказание первой помощи пострадавшему предполагает наличие у работников знаний, умений. При этом предполагается проведение определенных мероприятий, принятие мер [2].

Например, первая помощь оказывается при определенном состоянии пострадавшего, проводятся соответствующие мероприятия, учитываются требования к комплектации аптечки для оказания такой помощи и т. п.

Обучение по оказанию первой помощи должны проходить следующие категории работников (пп. «а» – «е» п. 33 Правил обучения по охране труда) [3]:

работники, на которых приказом предприятия возложены обязанности по проведению инструктажа по охране труда, включающего вопросы оказания первой помощи пострадавшим, до допуска их к проведению такого инструктажа;

работники рабочих профессий;

лица, которые обязаны оказывать первую помощь пострадавшим согласно требованиям нормативных правовых актов;

работники с трудовыми функциями управления автотранспортным средством;

работники, к компетенциям которых нормативными правовыми актами по охране труда предъявляются требования уметь оказывать первую помощь пострадавшим;

председатель (заместители председателя) и члены комиссий по проверке знания требований охраны труда по вопросам оказания первой помощи пострадавшим;

лица, проводящие обучение по оказанию первой помощи пострадавшим, специалисты по охране труда, а также члены комитетов (комиссий) по охране труда.

Обучение по оказанию первой помощи пострадавшим может проводиться как в рамках обучения требованиям охраны труда у работодателя, в организации или у индивидуального предпринимателя, оказывающих услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда, так и в виде самостоятельного процесса обучения. В первом случае темы оказания первой помощи пострадавшим должны быть включены в программы обучения требованиям охраны труда, во втором случае должны быть разработаны отдельные программы обучения по оказанию первой помощи пострадавшим. Программы обучения по оказанию первой помощи пострадавшим должны быть разработаны с учетом примерных тем согласно приложению № 2 Постановления № 2464 от 24.12.2021 г. «О порядке обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда». Председатель (заместители председателя) и члены комиссий по проверке знания требований охраны труда по вопросам оказания первой помощи пострадавшим, лица, проводящие обучение по оказанию первой помощи пострадавшим, а также специалисты по охране труда, проходят обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в организации или у индивидуального предпринимателя, оказывающих услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда [3].

В настоящее время нет официальной статистики по преподаванию в ВУЗах дисциплины по обучению первой медицинской помощи. Поэтому, с целью повышения качества обучения студентов основам оказания первой медицинской помощи, сотрудниками кафедры химии, химических технологий, экологии и техносферной безопасности Ухтинского государственного технического универ-

ситета были введены в унифицированный учебный план направления подготовки «Техносферная безопасность» дисциплины «Оказание первой помощи пострадавшим» и «Организация обучения в области техносферной безопасности».

Изучение дисциплины «Оказание первой помощи пострадавшим» базируется на материалах дисциплины «Организация обучения в области техносферной безопасности».

Целью преподавания студентам основ оказания первой помощи является процесс получения знаний, умений и навыков, позволяющих оказывать первую помощь пострадавшим до оказания медицинской помощи при несчастных случаях на производстве или других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью.

Помимо теоретических знаний по оказанию первой помощи пострадавшим, студенты смогут на практике отработать умения и навыки, полученных в ходе занятий, на сердечно-легочном и мозговом тренажере «Максим», также в процессе изучения дисциплины планируется проведение соревнований на учет времени по оказанию первой помощи, проведение в рамках лабораторных работ мероприятия «Борьба за жизнь», использование в процессе изучения дисциплины информационно образовательных ресурсов.

Теоретическая часть изучения дисциплины будет состоять из следующих разделов:

- Введения в нормативно-правовые аспекты оказания первой помощи и основам анатомии и физиологии человека;
- Организации и объема первой помощи (само- и взаимопомощи) на месте происшествия;
- Сердечно-легочная реанимация;
- Оказание первой помощи при различных видах поражения человека от несчастных случаев.

Во время практических занятий, под руководством преподавателя, студенты смогут освоить азы оценки условий происшествия, провести оценку состояния здоровья пострадавшего и оперативно принять решение о выборе алгоритма действий, необходимых для сохранения жизни пострадавшего. С помощью тренажеров и симуляторов для проведения комплекса сердечно-легочной реанимации, временной остановки кровотечения, иммобилизации конечностей, наложения повязок на раны, правил транспортировки пострадавших студенты смогут оказывать первую помощь пострадавшим при кровотечениях, переломах, длительном сдавливании конечностей, обмороке, обморожении, тепловом ударе, ожогах, отравлениях и др. [1].

В рамках практических занятий студентам будет дана следующая информационно-материальная база: нормативно-правовые аспекты по оказанию первой помощи, оценка обстановки на месте происшествия, отработка навыков определения сознания у пострадавшего, отработка приемов восстановления проходимость верхних дыхательных путей, оценка признаков жизни у пострадавшего, отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, отработка приемов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу» с применением устройств для искусственного дыхания, отработка приемов давления рука-

ми на грудину пострадавшего, выполнение алгоритма реанимации, отработка приема перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение, отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего, отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего, проведение подробного осмотра пострадавшего, отработка приемов временной остановки наружного кровотечения при ранениях головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей с помощью пальцевого прижатия артерий (сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной), наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня), максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки, отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки, отработка приемов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей, отработка приемов первой помощи при переломах, иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий), отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.

Использование этого комплекса материалов и мероприятий поспособствует повысить качество обучения студентов и улучшить усвоение теоретического материала лекций и овладение практическими навыками оказания первой помощи пострадавшим.

Изучение данной дисциплины будет основано на методах тренажерного и игрового видов обучения, который наиболее эффективен для приобретения навыков оказания первой помощи.

Внедрение в изучение дисциплины «Оказание первой помощи пострадавшим» новых технологий, новых форм и методов обучения, учебно-методической базы и внеаудиторная работа позволит обеспечить высокий уровень теоретической и практической подготовки студентов направления подготовки «Техносферная безопасность» Ухтинского государственного технического университета, повысить качество и эффективность оказания первой медицинской помощи будущим специалистам в области охраны труда на производстве.

#### **Литература**

1. Бубнов, В. Г. Основы медицинских знаний / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : АСТ: Астрель, 2005. – 252 с.
2. Профессиональный стандарт № 274н от 22.04.2021 г. «Специалист в области охраны труда». – Режим доступа : [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_384863/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_384863/) (дата обращения: 27.01.2024).
3. Постановление Правительства РФ № 2464 от 24.12.2021 г. «О порядке обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда». – Режим доступа : [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_405174/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_405174/) (дата обращения 27.01.2024).
4. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации : закон Российской Федерации : принят Гос. Думой 01.11.2001 г. – Режим доступа : [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_121895/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/) (дата обращения 27.01.2024).

# МЕТОДОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОДХОДОВ К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ИНТЕРАКТИВНЫХ ОБУЧАЮЩИХ ВЕБ-ПРИЛОЖЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ

Т. С. Полонская  
Университет ИТМО,  
г. Санкт-Петербург, Россия

## METHODOLOGY FOR CONDUCTING RESEARCH ON APPROACHES TO DESIGNING INTERACTIVE LEARNING WEB APPLICATIONS TO IMPROVE THE QUALITY OF EDUCATION

Tatiana Polonskaya  
ITMO University, Saint Petersburg, Russia

Рассмотрены основные методы сравнения подходов к проектированию интерактивных обучающих веб-приложений как фактор повышения качества образования. Сформулированы и обоснованы необходимые критерии для оценки эффективности обучения в образовательных системах как ориентиры проектирования интерактивных приложений. Определен метод сравнения подходов к проектированию приложений для обучающих систем и дана рекомендация по его использованию.

***Ключевые слова:** обучающие приложения, интерактивные обучающие веб-приложения, качество образования, методы проведения исследования, системы образования, проектирование интерактивных приложений.*

The main methods of comparing approaches to the design of interactive learning web applications as a factor in improving the quality of education were considered. The necessary criteria for evaluating the effectiveness of learning in educational systems as guidelines for designing interactive applications were formulated and justified. A method for comparing approaches to application design for training systems was defined and a recommendation for its use was given.

***Keywords:** educational applications, interactive learning web applications, quality of education, research methods, education systems, interactive application design.*

Исследование подходов к проектированию интерактивных обучающих веб-приложений является важным направлением в области образования и разработки образовательных технологий. Однако, чтобы получить достоверные результаты, необходимо использовать соответствующую методику исследования.

Методика – это алгоритм для проведения каких-либо нацеленных действий [7]. Она применяется в различных областях жизнедеятельности человека, включая обучение и педагогику. Методика отличается от метода конкретизацией приемов и задач. В контексте образования методика включает в себя цели обучения, образовательные цели, развивающие цели, воспитывающие цели, практи-



ческие цели, принципы обучения, содержание обучения, средства обучения и формы обучения.

Методика проектирования приложений – это набор конкретных приемов, способов, техник и задач, применяемых для создания программного обеспечения. Она включает в себя определение целей обучения, выбор критериев эффективности, разработку конкретных методов проектирования, создание экспериментальных приложений, их тестирование и анализ результатов. Методика проектирования приложений позволяет выбрать оптимальный подход к разработке веб-приложений в зависимости от поставленных целей, аудитории и доступных ресурсов [4].

Объединяя методику образования и методику проектирование приложений, можно прийти к выводу, что методика для проектирования обучающих веб-приложений находится на стыке двух сфер – образования и программирования, поэтому данный подход должен затрагивать аспекты как технической составляющей, так и ориентироваться на конкретные возможности и требования образования, которые в целом определяют успешность прохождения обучения в веб-приложениях.

В данном исследовании рассмотрим методику проведения исследования подходов к проектированию интерактивных обучающих веб-приложений и постараемся определить, какие методы и инструменты могут быть использованы для получения лучшего качества образовательных порталов.

Сначала необходимо определить какие существуют критерии эффективности обучения и на какие из них стоит акцентироваться при проектировании обучающего веб-приложения.

В своем исследовании «Интерактивные методы обучения в высшей школе» Ю. В. Гуцин выделяет ряд пунктов, по которым можно судить об эффективности метода обучения [3]:

- 1 Уровень знаний и навыков, полученных учениками.
- 2 Успеваемость учеников в тестах, экзаменах и других формах оценки знаний.
- 3 Уровень участия учеников в образовательном процессе, например, активность на уроках и домашний работы.
- 4 Уровень мотивации учеников к обучению.
- 5 Уровень удовлетворенности учеников образовательным процессом.
- 6 Уровень удовлетворенности родителей и учителей результатами обучения.
- 7 Уровень социальной адаптации учеников.
- 8 Уровень развития личностных качеств учеников, таких как коммуникабельность, ответственность, самостоятельность и т. д.

Конечно, в совершенном варианте нельзя пренебрегать каким-либо из пунктом, так как каждый из них так или иначе влияет на поведение обучающегося, а значит и на его успех в образовательной среде. Однако, которые пункты на прямую зависят от педагога, а не от выбранного им веб-приложения для обучения. Поэтому попробуем переформулировать критерии эффективности обучения для веб-приложений, не теряя при этом суть приведенных пунктов.

Выявлено в исследовании О. В. Бириной «Понятие успешности обучения в современных педагогических и психологических теориях», что успешность проектирования зависит от критериев и задач обучения [2]. Например, нельзя ожидать одинакового успеха при одинаковых подходах у двух разных дисциплин. Поэтому ограничим область обучения до одного направления – информационные технологии.

В исследовании Т. С. Полонской и М. В. Гресик «Облачные технологии как средство повышения качества образования» было выявлено, что качество обучающего приложения зависит от основных критериев, при которых было разработано обучающее веб-приложение [6]. На основе этого исследования для веб-приложений были выделены основные критерии эффективности обучения, на которые в этой работе будем акцентироваться в дальнейшем:

1 Уровень вовлеченности пользователя: оценка уровня взаимодействия пользователя с приложением, например, количество кликов, время использования приложения и другое.

2 Уровень знаний: оценка уровня усвоения знаний и навыков пользователями, например, через тестирование до и после использования приложения.

3 Удовлетворенность пользователей: оценка уровня удовлетворенности пользователей приложением, например, через опросы и обратную связь.

4 Достижение целей обучения: оценка того, насколько успешно приложение помогает достигнуть поставленных целей обучения.

5 Адаптивность: оценка того, насколько приложение может адаптироваться к индивидуальным потребностям и уровню знаний пользователей.

6 Доступность: оценка того, насколько приложение доступно для пользователей с различными уровнями компьютерной грамотности и техническими возможностями.

7 Эффективность затрат: оценка соотношения между затратами на создание и поддержку приложения и его эффективностью в обучении.

Таким образом, можно выделить семь основных факторов, на которые следует ориентироваться при определении эффективности приложения.

В рамках данного исследования будут использованы все критерии для определения эффективности различных подходов к проектированию интерактивных обучающих веб-приложений.

Теперь перейдем к формулированию способов и методов проектирования обучающих веб-приложений. Попробуем рассмотреть существующие веб-платформы для составления наиболее точной и полной методики для проектирования обучающих веб-приложений. Существует несколько методов проектирования интерактивных обучающих веб-приложений [1]:

1 Метод сценариев. Приложение разрабатывается в виде последовательности сценариев, каждый из которых представляет собой определенную ситуацию или задачу, которую пользователь должен решить.

2 Метод компонентов. Приложение разрабатывается в виде набора интерактивных компонентов, таких как тесты, игры, видеоуроки и т. д.

3 Метод адаптивного обучения. Приложение адаптируется под уровень знаний и навыков пользователя, предлагая ему соответствующие задания и материалы.

4 Метод социализированного обучения. Приложение предоставляет возможность для общения и совместной работы пользователей, например, через форумы, чаты и т. д.

5 Метод игрового обучения. Приложение использует игровые элементы, такие как баллы, достижения и т. д., чтобы сделать процесс обучения более интересным и мотивирующим.

6 Метод микрообучения. Приложение предлагает короткие уроки и задания, которые можно проходить в течение короткого времени, например, во время перерывов в работе или в пути.

Очевидно, что универсального метода нет, выбор метода зависит от конкретных целей обучения, выбранной аудитории и доступных ресурсов.

В целом, современное состояние проблем проектирования интерактивных веб-приложений требует непрерывного развития и улучшения подходов к их созданию, адаптации к изменяющимся технологиям и запросам пользователей.

Так как в начале было поставлено ограничивающее условие – интерактивное приложение подразумевается для изучения информационных технологий, поэтому можно сделать вывод, что в перспективе необходим адаптивный подход. Особенностью обучения информационным технологиям в настоящее время является то, каждый из пользователей имеет разный начальный уровень, потому что информационные технологии используются повсеместно и невозможно абсолютно абстрагироваться от этой сферы [5]. Эта особенность вызывает ряд проблем: малая заинтересованность на первых, уже известных для пользователя, этапах влечет за собой снижение мотивации и интереса, а в следствии такого человек может перестать пользоваться приложением. Из этого следует, что при проектировании обучающего веб-приложения должен быть использован подход, основанный на сценариях, а точнее на решение определенного круга проблем для сохранения мотивации и использования достигнутых знаний. Поэтому для сравнения необходимы сравниваться веб-приложения, которые поддерживают именно данный подход.

Чтобы определить эффективность обучающего веб-приложения, необходимо провести исследования по выбранным критериям, приведенных ранее. Используя метод сравнения как основной, попробуем сравнить эффективность двух систем с разными методами и способами обучения.

Так, необходимо использовать две разные системы, которые будут оцениваться на основе следующих критериев:

1 Количество кликов во время использования – по данному критерию можно оценить заинтересованность пользователя.

2 Время использования приложения – по данному критерию определим среднюю продолжительность взаимодействия пользователей с системой.

3 Удобство использование – условный критерий, который будет определяться на основе двух предыдущих, то есть отследим пользовательский путь на получение информации, открытия информационного материала и другое.

4 Уровень эффективность обучения – тестирование до и после получения определенных знаний, также определяется процент усвоения информации.

5 Техническая адаптивность – насколько приложение может подстроиться под устройство и технические возможности пользователя.

6 Обратная связь пользователей.

Так, получилось, что только два из шести затрагивают чисто социальный аспект, остальные же касаются технической части и результатом проектирования приложения. Поэтому следует уточнить третий пункт, который говорит про удобство пользования. Данный параметр будет рассчитываться на основе основных сценариев пользователя: переход на страницу курсов, переход на курс и выбор задания, переход в дополнительные материалы и дополнительные пути: переход на страницу обратной связи и/или сообщений [8].

Так же, важным аспектом является структура самого обучающего приложения внутри, на сколько технически проработана разнообразность системы: включена ли возможность делить на секции/темы/недели информацию, есть ли автоматическая проверка заданий, предусмотрены ли аудио и видео форматы, поддержка геймификации, наличие оценок и баллов, системы сообщений и обратной связи от студентов.

Отдельный пункт, который не указан в перечисленном списке – это адаптивность системы, на сколько система может подстраиваться под уровень знаний пользователя. Данный пункт достаточно неоднозначен в своем понимании, потому что его можно реализовать по-разному: с одной стороны – педагог может сделать свое обучение достаточно разветвленным, поделены на дополнительные секции, для тех обучающихся, которые в этом нуждаются; с другой стороны – техническая поддержка такого обучения, система на основе текущих результатов по тестированию до изучения материала, определяет уровень обучающегося и на основе системы порогов допускает переход на дальнейшие блоки обучения. Из-за возможности реализации адаптивности системы сразу двумя способами, выделим ориентир для сравнения именно на технической части: на сколько веб-приложение поддерживает данную адаптивность и настройку системы уровней.

Так как критерии выделены, можно перейти к составлению плана методики сравнения. Сравнение прототипов обучающего веб-приложения может быть выполнено с помощью следующих шагов:

1 Определение целей и требований: определение целей и требований для каждого прототипа, чтобы убедиться, что они соответствуют целям обучения и потребностям пользователей.

2 Сравнение пользовательского интерфейса: сравнение пользовательского интерфейса каждого прототипа, чтобы определить, какой из них более удобен и интуитивно понятен для пользователей.

3 Оценка эффективности обучения: проведение тестирования с пользователями для оценки эффективности обучения каждого прототипа, на основе тех критериев, которые были выше приведены.

4 Сравнение взаимодействия пользователя: сравнение взаимодействия пользователя с каждым прототипом, например, через анализ количества кликов, времени использования приложения и другие критерии.

5 Оценка удовлетворенности пользователей: проведение опросов и обратной связи с пользователями для оценки их удовлетворенности каждым прототипом.

6 Сравнение затрат: сравнение затрат на создание и поддержку каждого прототипа, чтобы определить, какой из них является более эффективным с точки зрения затрат.

7 Анализ результатов: анализ результатов каждого прототипа, чтобы определить, какой из них является более эффективным и соответствует целям обучения и потребностям пользователей.

Таким образом, на основе вышеизложенной методики можно сравнить интерактивные обучающие веб-приложения на их эффективность с разных сторон, исследуя как техническую составляющую, так и эффективность затрат на поддержку и создание такого приложения. Однако стоит помнить о том, что обе системы должны быть одной архитектуры и иметь равные возможности для создания обучающих заданий для более точного и эффективного анализа.

#### **Литература**

1. Абарникова, Е. Б. Применение фреймовых моделей при разработке масштабируемых веб-приложений / Е. Б. Абарникова, Е. Э. Шаповалов // *Наука, инновации и технологии: от идей к внедрению*. – 2022. – С. 19–23.

2. Бирина, О. В. Понятие успешности обучения в современных педагогических и психологических теориях / О. В. Бирина // *Фундаментальные исследования*. – 2014. – №. 8–20. – С. 438–443.

3. Гуцин, Ю. В. Интерактивные методы обучения в высшей школе / Ю. В. Гуцин // *Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна»*. – 2012. – Т. 2. – С. 1–18.

4. Крамаренко, Т. А. Методики и модели проектирования и разработки информационных систем / Т. А. Крамаренко, Т. В. Лукьяненко. – 2018.

5. Петрова, Н. П. Цифровизация и цифровые технологии в образовании / Н. П. Петрова, Г. А. Бондарева // *Мир науки, культуры, образования*. – 2019. – №. 5 (78). – С. 353–355.

6. Полонская, Т. С. Облачные технологии как средство повышения качества образования / Т. С. Полонская, М. В. Гресик // *Электронное информационное пространство для науки, образования, культуры : Материалы IX Международной научно-практической конференции, посвященной 50-летию Орловского государственного института культуры, Орел, 16–17 декабря 2021 года / Науч. ред. и сост. В. В. Матвеев, Д. Н. Грибков, редколлегия : А. А. Аксютин, С. Н. Манько*. – Орел : Орловский государственный институт культуры, 2022. – С. 123–126.

7. Садовская, И. Л. Методы обучения: новая концепция / И. Л. Садовская // *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева*. – 2007. – №. 1. – С. 56–61.

8. Силантьева, В. Е. Этапы проектирования пользовательского интерфейса / В. Е. Силантьева // *Системы обработки информации*. – 2014. – №. 9. – С. 143–148.

## **ЗРЕЛИЩНЫЙ И ДИНАМИЧНЫЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ЧЕРЛИДИНГ**

**М. А. Попова,**

**Доктор медицинских наук, доцент  
кафедры «Физической и психофизиологической подготовки»  
СПб ГУГА имени главного маршала авиации А.А. Новикова;  
г. Санкт-Петербург, Россия;**

**М. Л. Ковалева,**

**Кандидат педагогических наук,  
преподаватель-организатор основ безопасности жизнедеятельности  
ГБОУ школа № 580 Приморского района;  
г. Санкт-Петербург, Россия.**

## **SPECTACULAR AND DYNAMIC STUDENT SPORTS CHEERLEADING**

**M. A. Popova,**

**Doctor of Medical Sciences, Associate Professor  
of the Department of Physical and Psychophysiological Training  
St. Petersburg State Aviation Administration named after Air Chief Mar-  
shal A.A. Novikov; St. Petersburg, Russia;**

**M. L. Kovaleva,**

**Candidate of Pedagogical Sciences,  
teacher-organizer of the basics of life safety  
GBOU school No. 580 of the Primorsky district;  
St. Petersburg, Russia.**

**Аннотация.** Для повышения двигательной активности студенток высших учебных заведений необходимы интересные и эмоциональные физические нагрузки. Поэтому большое значение имеет заинтересованность студенток выполнять движения осознанно, с интересом, научиться технически их делать правильно, с пользой для организма. Для выполнения поставленной задачи авторы предлагают внедрять в практические занятия по физической культуре нетрадиционные формы физической активности, в частности черлидинг, как спортивное направление и актуализированная форма занятий, взамен применения только традиционных средств оздоровления и физического развития. Об актуальности свидетельствуют все растущие разнообразные нарушения физического здоровья у молодежи, психосоматические заболевания, хроническое переутомление. В исследовании авторы приходят к выводу, черлидинг позволяет контролировать учет и интенсивность физической нагрузки, ее вид и время выполнения, является формой физической активности, повышающей мотивационную составляющую в занятиях физической культурой в вузе.

**Ключевые слова.** Черлидинг, здоровье, студентки вуза, физические нагрузки, сложная координация, зрелищность, виды спорта, двигательная активность, осознанные движения.

To increase the motor activity of female students of higher educational institutions, interesting and emotional physical activities are necessary. Therefore, the interest of female students in performing movements consciously, with interest, and learning how to technically do them correctly, with benefits for the body is of great importance. To accomplish this task, the authors propose to introduce non-traditional forms of physical activity into practical physical education classes, in particular cheerleading, as a sports direction and an updated form of classes, instead of using only traditional means of recovery and physical development. The growing variety of physical health disorders among young people, psychosomatic diseases, and chronic fatigue testify to their relevance. In the study, the authors conclude that cheerleading allows you to control the accounting and intensity of physical activity, its type and time of performance, is a form of physical activity that increases the motivational component in physical education classes at the university.

**Keywords:** *Cheerleading, health, university students, physical activity, complex coordination, entertainment, sports, motor activity, conscious movements.*

Черлидинг приобрел широкое распространение в середине XX века. Это новое направление для России популярно было в университетах Америки. Очень эмоциональный вид спортивной деятельности. Спортсмены с улыбкой на лице выполняют под музыку сложный технически комплекс упражнений, содержащий элементы спортивных танцев и хореографии, гимнастики и акробатики. Сложно-координационные соединения, динамичные, выполняемые уверенно и энергично, должны сочетаться с яркой красивой одеждой и дополнительными предметами.

Трудно поверить, но сначала этот вид спорта был более популярен среди мужчин. Однако, ситуация изменилась, и теперь в основном занимаются женщины.

Первый клуб групп поддержки был организован в Нью-Джерси в Принстонском университете в 1865 году. Это произошло на футбольном матче в Принстоне. Томас Пиблс собрал шесть человек, которые в течение всей игры стояли перед зрителями, привлекая внимание скандировали речевки, побуждая болеть за любимую команду.

Студенческие игры, в настоящее время, сопровождаются выступлением группы поддержки. Черлидинг стал одним из любимых видов спорта.

Изучаемые вопросы нашли свое отражение в теории и методике физического воспитания студентов высших учебных заведений [1, с. 32].

Развитию черлидинга способствует создание зрелищных соревнований различных уровней. Занятия черлидингом становится перспективным и интересным для студенток. Футбольные и баскетбольные клубы приглашают девушек в свои команды поддержки, и они выступают во время матчей.

Первая черлидинговая команда в нашей стране была создана в 1996 году при Детской Лиге американского футбола (ДЛАФ). И уже в январе 1998 года появилась Автономная организация «Досуговый Клуб «Ассоль»». Учредителем стал ДЛАФ, который поставил задачу развития программы группы поддержки спортивных команд.

В августе 1999 года была зарегистрирована РОО «Федерация Черлидерс – группы поддержки спортивных команд». В этом же году во Дворце спорта «Динамо» состоялись первые соревнования по чирлидингу на Кубок Федерации [2, с. 12].

Популярность данного вида спорта стремительно растет. Он является доступным и привлекательным для всех, кто хочет заниматься физической активностью, включает в себя простейшие элементы, сопровождаемые музыкой. Этот вид спорта отличает отсутствие строгого отбора в команды.

Черлидинг обладает своей специфической терминологией. Используется множество поддержек, включая пирамиды и построения, которые требуют использования сокращенных и понятных всем участникам терминов. Например, термин «стант» означает поддержку, в которой принимают участие от 2 до 5 человек. «Флайер» – это «летающий» – верхний человек в пирамиде или станте, который не имеет контакта с полом. Термин «той пач» относится к прыжку, при котором спортсмен поднимает прямые ноги под углом 90 градусов. «Чир» – кричалка, которая служит для передачи информации зрителям.

Терминология была разработана комиссией Международной федерации черлидинга совместно с Российским общественным объединением «Федерация чирлидеров – группы поддержки спортивных команд».

Команды состоят из 8–24 человек. Они делятся на основные и дополнительные составы. Основные участники выполняют акробатические трюки и танцы, а дополнительные помогают им и поддерживают их во время выступлений.

Существуют критерии оценивания спортсменов.

– уровень координационной и музыкально-ритмической подготовленности гимнастов;

– уровень специально двигательной подготовленности, включающей умение двигательной и музыкально-ритмической синхронизации исполнения в групповых упражнениях;

– учет индивидуально-типологических свойств личности спортсменов и их психологической совместимости

В 1930-х гг. в университетах и колледжах стали использовать помпоны, атрибут, который и по сей день является визитной карточкой чирлидинга. Они могут быть различных цветов, размеров, видов (гантелеобразные, стаффы (помпоны с удлиненной ручкой, одинарные на ручке, с резинкой, с захватами/кольцами).

Пушистые помпоны применяются как в процессе тренировки, так и при выполнении специальных программ. Они являются неотъемлемым компонентом выступлений. Использование данного аксессуара является обязательным при подготовке спортсменов.

Преимущества заниматься черлидингом:



1 Музыкальное сопровождение развивает чувство ритма, согласованность движений с музыкой, способствует развитию координации движений.

2 Данный вид спорта развивает физические качества, формирует личностные изменения, такие как смелость, настойчивость, целеустремленность, взаимоуважение, ответственность, навыки работы в команде.

3 Тренировки вырабатывают качества лидера.

Занимаясь черлидингом, у студентов происходит:

– переориентация на ведение здорового образа жизни, его дальнейшая трансляция и пропоганда;

– развитие физических умений и навыков;

– популяризация черлидинга, как доступного вида спорта;

– социальное развитие через сотрудничество, конкуренцию и правильные стандарты поведения в социуме;

– приобретение стратегии управления свободным временем.

Нет сомнений в том, что соревновательный черлидинг – это физически сложный вид спорта. Команды включают элементы танцев, акробатики и гимнастики для создания распорядка выступления.

Чтобы занятие действительно считалось спортом, оно должно конкурировать с другими. В соревновательном черлидинге команды соревнуются друг с другом в прямом сравнении и оцениваются в соответствии со стандартизированным набором правил. Этот момент является настоящим предметом разногласий, когда речь заходит о вопросах, касающихся спортивного черлидинга. Многие команды по-прежнему существуют в основном для поддержки других спортивных команд. Несмотря на это, члены этих команд, как и в других видах спорта, соревнуются друг с другом в запланированных организованных соревнованиях. В России существует несколько независимых организаций, которые спонсируют свой собственный турнир чемпионата по черлидингу.

Команда черлидеров СПб ГУГА имени главного маршала авиации А. А. Новикова развивается и участвует в различных мероприятиях.

В 2015 году черлидеры поддерживали команду «Собрас» по женскому американскому футболу в Чемпионате Кубок России, а также участвовала в турнире «Балтийская СНЕЕР ЛИГА». В 2023 году выступили за женскую баскетбольную команду «Чёрные Медведи-Политех». На занятиях физической культурой 80% времени уделяется развитию координационных способностей, гибкости, акцент делается на формировании пропорционального строения тела, на эстетике движений, грации, чувства ритма, артистизма. Занятия проходят под музыкальное сопровождение, что добавляет эмоциональный компонент занятиям. По данным опроса студенток, занятия с применением черлидинга не вызывают негативных эмоций, связанных с необходимостью выполнять физическую нагрузку, а напротив, стали востребованными и популярными, а попадание через отбор в команду черлидеров стало делом престижа. Успехи в черлидинге повышают уровень самооценки и самоценности.

Таким образом, существует необходимо продолжать развивать данное направление. Черлидинг имеет будущее, он интересен как зрелищный вид спорта, который доставляет зрителям удовольствие, и как хороший, рациональный

вид двигательной активности. Для увеличения физической нагрузки, привлечения студенток к спортивной деятельности необходимо развивать такое спортивное направление как черлидинг.

#### **Литература**

1. Мельников, П. П. *Физическая культура и здоровый образ жизни студента* / П. П. Мельников. – Москва : КноРус, 2013. – 240 с.

2. *Основные правила и положения по черлидингу*. – Москва : РОО «Федерация черлидерс группы поддержки спортивных команд», 2002. – 25 с.

## **ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В УСЛОВИЯХ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА**

**М. В. Проломова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **INCREASING THE EFFECTIVENESS OF TRAINING COACH-TEACHER IN THE CONDITIONS OF PHYSICAL EDUCATION UNIVERSITY**

**M. V. Prolomova**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В статье рассмотрен комплекс основных профессиональных компетенций, необходимый студентам-практикантам для работы с юными спортсменами с целью улучшения их профессиональной подготовки. Автором представлена оценка сформированности профессиональных компетенций в тренерской деятельности обучающихся кафедры теории и методики спортивных игр УралГУФК. На основании полученных результатов предложены и кратко описаны рекомендации, направленные на повышение эффективности подготовки тренера-преподавателя в условиях физкультурного вуза. Реализация предложенных мероприятий позволит обеспечить более качественную подготовку тренерских кадров, повысит уровень его профессиональной деятельности и готовность к профессиональному росту.

**Ключевые слова:** *тренер-преподаватель, физкультурный вуз, профессиональная подготовка, тренерские кадры, тренерская деятельность, уровень сформированности профессиональных компетенций, обучающиеся.*

The article discusses a set of basic professional competencies necessary for student interns to work with young athletes in order to improve their professional training. The author presents an assessment of the formation of professional competencies in the coaching activities of students in the department of theory and methodology of sports games of the Ural State University of Physical Culture. Based on the results obtained, recommendations aimed at increasing the effectiveness of training a trainer-teacher in a physical education university are proposed and briefly described. The im-

plementation of the proposed measures will ensure better training of coaching staff, increase the level of their professional activity and readiness for professional growth.

**Keywords:** *trainer-teacher, physical education university, professional training, coaching staff, coaching activities, level of professional competencies, students.*

В условиях модернизации российского образования необходимость обновления подходов к реализации образовательных программ подготовки кадров для отрасли «Физическая культура и спорт» обусловлена требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и профессионального стандарта «Тренер-преподаватель».

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники физкультурных вузов готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: тренерский, педагогический, научно-исследовательский, организационно-методический. На наш взгляд, особого внимания заслуживает тренерская деятельность. Профессиональные функции тренера многообразны, отсюда и сложность изучения проблемы формирования его профессиональных компетенций. Чем большее количество профессиональных компетенций есть в арсенале тренера, тем более профессионально и качественно он работает.

Следует отметить, что тренер-преподаватель, имеющий все типы профессиональной деятельности, не является эталоном, т. к. каждый человек имеет свои виды компетенции и достоинства перед другими. Со временем тренер-преподаватель может менять или добавлять в свой арсенал новые виды компетентности с целью профессионального роста и развития [1; 2].

Таким образом, основной целью высшего образования становится подготовка квалифицированного специалиста соответствующего уровня и профиля, конкурентоспособного на рынке труда, компетентного, ответственного, свободно владеющего своей профессией, способного к эффективной работе, готового к постоянному профессиональному росту, самообразованию и самосовершенствованию [3].

Составной частью образовательного процесса в физкультурном вузе выступает практика, входящая в структуру программы обучения, и являющаяся мощным инструментом в формировании профессиональных компетенций будущих специалистов сферы физическая культура и спорт [4].

Производственная практика (тренерская) даёт возможность обучающимся реализовать весь арсенал полученных теоретических знаний, сформированных умений и навыков по таким профильным дисциплинам как «Теория и методика избранного вида спорта», «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта», «Профессионально-спортивное совершенствование», а также по спортивно-педагогическим, психолого-педагогическим и медико-биологическим дисциплинам для решения конкретных практических задач обучения и воспитания молодого поколения. В ходе исследовательской работы перед нами стояла задача оценить готовность обучающихся к тренерской деятельности. Исходя из программы производственной практики, нами отобран комплекс основных профессиональных компетенций, необходимых студентам-практикантам для работы с юными спортсменами с целью улучшения их профессиональной подготовки. В

состав комплекса входили следующие профессиональные компетенции в тренерской деятельности:

ПК-1 – способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;

ПК-2 – способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;

ПК-3 – способен проводить тренировочные занятия и осуществлять подбор средств и методов для различных видов подготовки (ОФП, СФП, техническая, тактическая, психологическая, теоретическая и т. д.) занимающихся в соответствии с Программой спортивной подготовки по виду спорта;

ПК-4 – способен осуществлять тренировочный процесс занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) с использованием базовых знаний в области смежных дисциплин.

В течение 2022–2023 учебного года в рамках производственной практики (тренерской) проведена оценка уровня сформированности профессиональных компетенций в тренерской деятельности обучающихся кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «УралГУФК», в количестве 20 человек.

Профессиональные компетенции в тренерской деятельности обучающихся оценивались квалифицированными тренерами-преподавателями и руководителями по практической подготовке от профильных организаций (МБУ ДО «СШ № 8 по баскетболу» г. Челябинска, МБУ ДО «СШОР № 12 по волейболу» г. Челябинска, МБУ ДО «СШ № 13 по гандболу» г. Челябинска). Для изучения уровня сформированности профессиональных компетенций в тренерской деятельности нами использовались специальные бланки и 100-балльная шкала оценивания (таблица 1).

Таблица 1 – Шкала оценивания профессиональных компетенций в тренерской деятельности

Баллы	Шкала оценивания			
	от 0 до 49 баллов	от 50 до 64 баллов	от 65 до 79 баллов	от 80 до 100 баллов
Уровень	Компетенция не сформирована	пороговый	продвинутый	высокий

Результаты оценки уровня сформированности профессиональных компетенций в тренерской деятельности студентов кафедры теории и методики спортивных игр представлены в таблице 2.

Из таблицы 2 видно, что обучающиеся имеют продвинутый уровень сформированности профессиональных компетенций в области тренерской деятельности. Самые высокие оценки студенты получили за способность проводить учебно-тренировочные занятия и осуществлять подбор средств и методов для различных видов подготовки (ОФП, СФП, техническая, тактическая, психологическая, теоретическая и т. д.) занимающихся в соответствии с Программой спортивной подготовки по виду спорта. Самый меньший балл обучающиеся набрали при реализации компетенции ПК-1, которая заключалась в умении осуществлять

планирование, учет и анализ результатов учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

Таблица 2 – Степень сформированности профессиональных компетенций в тренерской деятельности обучающихся кафедры теории и методики спортивных игр

Обучающиеся (n=20)	Профессиональные компетенции				Сумма баллов	Уровень
	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4		
	Средняя оценка (в баллах)					
Студенты специализации «Волейбол» (n=8)	71,2	70,8	80,6	76,4	74,8	продвинутый
Студенты специализации «Баскетбол» (n=8)	70,4	72,6	79,2	74,8	74,2	продвинутый
Студенты специализации «Гандбол» (n=4)	68,3	71,2	78,4	72,6	72,6	продвинутый
Средний балл	69,9	71,5	79,4	74,6	73,9	продвинутый

Для повышения уровня подготовки тренерских кадров в рамках учебного процесса предлагаем использовать несколько методических рекомендаций:

- провести более тщательный анализ рынка труда, потребностей в подготовке тренерских кадров, востребованности профессиональных компетенций в соответствии профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»;

- учитывать мнения ведущих региональных работодателей при проведении экспертизы основных профессиональных образовательных программ, разработанных в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ на предмет актуализации учебных планов или включения в ОПОП дополнительных профессиональных компетенций;

- приступать к разработке рабочих программ дисциплин обязательного блока с проведения подробного анализа основных документов, регламентирующих тренерскую деятельность, учитывая при этом трудовые функции тренера;

- формировать фонд оценочных средств в компетентностном формате. В качестве обязательной составляющей оценочных средств должны быть практические задания, в процессе выполнения которых происходит синтез знаний и умений различных смежных областей. Содержание таких практических заданий должно определяться требованиями профессионального стандарта «тренер-преподаватель» в части трудовых действий и умений соответствующих трудовых функций;

- актуализировать методические указания по практической подготовке, разработка новых индивидуальных заданий для учебных и производственных практик, носящих больше практический характер и обеспечивающих приобретение обучающимися значимого тренерского опыта, что безусловно будет способствовать их гарантированному трудоустройству по специальности;

- с целью обеспечения отрасли компетентными тренерскими кадрами внести в структуру подготовки элементы цифровой компетентности (ни в одной ПК нет способности осуществлять планирование и проведение учебно-тренировочного процесса с помощью информационных технологий), подключение к информационным системам «ГИС ФКиС» «ГИС Спорт», «LSPORT», что

позволит автоматизировать планирование, организацию, контроль и мониторинг деятельности организаций отрасли ФК и С;

– привлекать опытных специалистов-практиков из профильных организаций к ведению как лекционных, так и практических занятий, адаптации преподаваемых дисциплин к более реальным условиям тренерской деятельности.

Подводя итог, резюмируем, что реализация предложенных мероприятий позволит обеспечить более качественную подготовку тренерских кадров, повысит уровень его профессиональной деятельности, такой специалист, несомненно, будет конкурентоспособным на рынке труда, свободно владеющим своей профессией, готовым к постоянному профессиональному росту и профессиональной мобильности. Будущий тренер-преподаватель по виду спорта должен обладать стремлением к самообразованию на протяжении всей жизни, владеть новыми информационными технологиями и понимать возможности их использования, уметь принимать самостоятельные решения, работать в команде, быть готовым к стрессовым ситуациям и уметь быстро из них выходить.

#### **Литература**

1. Клычков, К. Е. Некоторые особенности и виды профессиональных компетентностей тренера-преподавателя / К. Е. Клычков, М. Г. Сергеева // Казанский педагогический журнал. – 2018. – № 5 (130). – С. 177–182.

2. Михалев, В. И. Проблемы и перспективы подготовки тренерских кадров как работников учреждений спортивной подготовки / В. И. Михалев, И. И. Самсонов, А. А. Сапунков // Омский научный вестник. – 2013. – № 2 (116). – С. 193–199.

3. Серебровская, Н. Е. Новый взгляд на подготовку тренера в системе высшего профессионального образования / Н. Е. Серебровская, О. В. Суворова, Н. И. Дунаева // Вестник Мининского университета. – 2020. – № 2 (31). – С. 172–185.

4. Щенникова, М. Ю. Подготовка кадров для спорта: современное состояние и направления развития / М. Ю. Щенникова, С. И. Петров // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 5 (147). – С. 203–211.

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ КАК ФАКТОР СОВРЕМЕННОЙ ГИБРИДНОЙ ВОЙНЫ**

**М. А. Савушкина**

**Михайловская военная артиллерийская академия,**

**г. Санкт-Петербург, Россия**

## **PHYSICAL CULTURE OF STUDENTS AS A FACTOR OF MODERN HYBRID WAR**

**Marina Savushkina**

**Mikhailovskaya Military Artillery Academy, St. Petersburg, Russia**

Цифровизация культуры придала методам гибридной войны фактически безграничные возможности. Современная студенческая молодёжь, которая уже с рождения вовлечена в цифровую социализацию и зачастую превосходит своих старших педагогов и наставников в области цифровых компетенций, в цифровом

обществе становится целью гибридных ударов противника в коммуникативном пространстве интернет-платформ и социальных сетей. В статье поднимается проблема поиска методов сопротивления западным тенденциям внедрения в массовое сознание молодёжи установок «моё тело – моё дело» с целью снижения уровня здоровья и физической активности. Рассматриваются проблемы преподавания в вузе учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» в контексте современного гибридного противоборства.

**Ключевые слова:** гибридная война, гибридный удар, интернет, цифровое бытие, интернет-коммуникация, ценности, физическая культура, спорт, здоровье.

The digitalization of culture has given hybrid warfare methods virtually limitless possibilities. Modern student youth, who have been involved in digital socialization since birth and often surpass their older teachers and mentors in the field of digital competencies, in digital society become the target of hybrid attacks by the enemy in the communication space of Internet platforms and social networks. The article raises the problem of finding methods of resistance to Western trends of introducing «my body is my business» attitudes into the mass consciousness of young people in order to reduce the level of health and physical activity. The problems of teaching the academic discipline «Physical Culture and Sports» at a university in the context of modern hybrid confrontation are considered.

**Keywords:** hybrid war, hybrid strike, Internet, digital existence, Internet communication, values, physical culture, sports, health.

Современное цифровое общество окончательно изменило традиционную парадигму формирования иерархии в системе авторитетов, осуществлявших в прежние до-интернет эпохи трансляцию социокультурных ценностей от одного поколения к другому. Цифровизация, онлайн-коммуникация и переход Интернета в категорию важнейшей ценности, а также его восприятие в качестве «необходимости» в повседневном бытии современного студента привели к тому, что преподаватель вуза перестает быть незыблемой референтной фигурой и единственно значимым актором влияния, транслирующим ценностные ориентиры и мотивационные установки в процессе преподавания. Моральным авторитетом для студенческой аудитории активно становятся многочисленные «цифровые звёзды» – блогеры и стримеры, зачастую с нулевым уровнем компетентности и отсутствием высшего образования, но с колоссальной популярностью и высоким уровнем дохода.

Проблема перераспределения авторитетности и разрушения классической иерархичности в системе высшего образования имеет последствия, в том числе, в ракурсе физкультурно-спортивной реализации студенчества: снижается уровень заинтересованности в собственном физическом развитии, студенческий спорт перестаёт быть массовым, потребность в интернет-коммуникации и активное использование онлайн-технологий в образовательном процессе вузов приводят к малоподвижному образу жизни студентов.

В западной культуре индивидуализма, постулирующей при помощи интернет-акторов максимуму «моё тело – мое дело», физическое развитие индивида постулируется сферой исключительно приватной, не требующей особенного воспитания и развития. Именно такое восприятие молодым человеком собственного здоровья и физической формы транслируется в англоязычном сегменте Интернета. Однако при детальном анализе коммуникативных посылов в отношении физической культуры, можно сделать вывод о том, что дискурс о физическом развитии, здоровье молодёжи и должных образцах физической формы активно используется в современном гибридном противостоянии и западная установка «моё тело – моё дело» направлена на разрушение классических ценностей российской культуры с целью снижения уровня осознания личной ответственности в отношении собственного физического здоровья не только в сугубо индивидуальных интересах, но и в государственных.

Современная военно-политическая ситуация, при которой коллективный Запад стремится контролировать максимальное количество стран и видоизменять парадигмальные фундаменты культур исключительно по американизированному сценарию, требует последовательных действий по сопротивлению попыткам подорвать физическое, психологическое и ментальное здоровье российской молодёжи. К сожалению, за счёт определённой пассивности старшего поколения в овладении цифровыми технологиями и по причине недооценки того, что переход к цифровому бытию явился онтологическим поворотом в мировом развитии произошел разрыв в межпоколенческой коммуникации [4].

Для современного студента Интернет является «естественной средой обитания» и «цифровое пространство» имеет для него такой же статус как все классические формы бытия. Поэтому именно молодёжный сегмент аудитории является приоритетным для реализации гибридных ударов противника в цифровом пространстве, в том числе, с целью «подмены понятий» в отношении к собственному здоровью и физической форме. В связи с этим опасной представляется тенденция снижения часов прямой контактной коммуникации преподавателей и студентов и стремление перевода образовательного процесса в цифровую форму. Именно сохранение классической «живой» коммуникации позволяет противостоять негативному влиянию интернет-среды, поскольку «интегрирующей платформой для гибридных войн становятся новые возможности цифрового информационного общества» [1, с. 161].

В современных условиях гибридного противостояния и при попытках Запада пропагандировать идеи о том, что чрезмерный вес воспринимается как «бодипозитивная норма», что телесная малоподвижность – исключительно личный выбор и что интернет-серфинг приравнивается к физической активности в реальности – именно увеличение часов физической культуры в образовательном процессе вуза и активизация массового студенческого спорта являются необходимостью. Из негативно маркированной в восприятии студенчества в коннотациях «лишняя», «ненужная», «мешающая» учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» должна перейти в разряд дисциплин, формирующих компетенции по противостоянию гибридно-информационной угрозе противника путём ответственного отношения к сохранению своего собственного здоровья за



счёт физической активности. То, что современному студенту в образовательном процессе предоставляется время на не только интеллектуальное, но и физическое развитие – показатель нацеленности государства на формирование разносторонне развитой личности, профессионала, способного многоаспектно реализовываться во благо общества.

Анализируя фактор здравоохранения и уровень физического развития граждан в контексте современных гибридных войн, доктор медицинских наук И. С. Конышев приходит к выводу о том, что в качестве стратегических направлений по ослаблению здоровья россиян современный Запад использует, в том числе, следующие методы [2, с. 765]:

Насаждение чуждых продуктов питания и продуктов;

Распространение смертельно опасных способов поведения (однополые отношения, наркомания, сексуальная вседозволенность);

Снижение уровня гигиенической культуры населения;

Реклама самолечения и вредных медицинских препаратов.

Очевидно, что чем выше общий уровень культуры населения страны в сфере медико-гигиенической образованности, чем более развито у граждан стремление к здоровому образу жизни, а физические упражнения естественно включены ежедневный распорядок дня – тем выше уровень обороноспособности государства в целом за счёт способности всех слоёв общества гармонизировать свой досуг и следить за своей физической формой и рационом питания. Показательной стала советская парадигма массового внедрения физкультуры и спорта в масштабе всей страны: в СССР была создана уникальная система массового детского спорта, производились попытки реализовать идеи всеобщей диспансеризации населения во всех географических точках большой страны, а на уровне официальных СМИ осуществлялась пропаганда здорового образа жизни и популяризация физической активности граждан.

Как отмечает Е. П. Корольков, сочетая в качестве ценностей воспитание, образование и здоровье, «Советский Союз создал уникальную, динамично развивающуюся систему физического воспитания и спортивной подготовки, не имеющую аналогов в мире» [3, с. 113]. Неудивительно, что одно из направлений, реализуемых американцами в ходе холодной войны, было направлено на то, чтобы подорвать идеологические установки советской молодёжи в отношении недопустимости вреда наркотиков и распространение через контркультурные тенденции в литературе смехового дискурса, высмеивающего образ «советского студента-физкультурника».

Капиталистическая система общественных отношений активно коммерциализирует и политизирует современный спорт, демаркируя на основе экономического фактора виды спорта на «престижные» и «непрестижные». Из практики детей и молодёжи фактически уходит привычная советским детям и юношеству форма физической досуговой активности на свежем воздухе: дворовой футбол и хоккей, бадминтон, лапта и всевозможные эстафеты.

Для современного студента занятия физической культурой в процессе обучения в вузе зачастую являются единственным периодом в жизни, когда планомерно осуществляется физическая активность. Перед современным преподава-

телем стоит важная в глобальном плане задача: за довольно короткий срок попытаться «вернуть» молодого человека из привычного цифрового проживания жизни в «реальное физическое» пространство бытия. Справедливыми представляются выводы коллектива авторов исследования ценностей современных студентов о том, что в процессе занятия физической культурой и спортом в вузе должны быть сформированы не только специальные физические умения и навыки, но и способность в дальнейшем, после окончания вуза воплощать «основной смысл использования физической культуры в профессионально-общественном труде личности» [5, с. 30].

Раскрытию потенциала занятий физической культурой в процессе обучения в вузе зачастую мешают профанные негативные установки в отношении физической активности как у самих студентов, так и у профессорско-преподавательского состава. Фактически отсутствует методическая взаимосвязь учебной дисциплины «ФКС» с другими учебными дисциплинами. В процессе преподавания лекторы по гуманитарным учебным дисциплинам могут допускать обесценивающие высказывания в адрес спортивных дисциплин. При этом зачастую даже преподаватели «наук наук» – философии, упускают в изложении материала занятия ту особую роль, которую физическое здоровье и активность населения играли в историческом процессе развития общества. Представляется методически грамотным при изучении философии напоминать студентам, что великий мыслитель Платон был олимпийским чемпионом, а физическая культура граждан в античности была частью общей военной подготовки.

Цифровое бытие в современном мире уже не просто философский конструкт или абстрактная лексема, для современного студента – это вполне реальная форма бытия, с особыми пространственно-временными координатами и со специфичной системой ценностей. Современный преподаватель вуза должен не только в совершенстве владеть материалом преподаваемой дисциплины, но и понимать цифровой контекст жизни обучающихся и владеть «цифровым словарем». Только в таком случае возникает возможность коммуникации, при которой преподаватель может конкурировать с интернет-авторитетами, значимыми для современного студента.

В современной гибридной войне «цифровой бой» за установки, ценности, устремления современной молодёжи не останавливается ни на минуту. Повышение уровня информационной и физической культуры как студентов, так и самих преподавателей является мощным фундаментом для формирования общего когнитивного и информационного иммунитета к гибридным ударам противника. Информационное, психологическое и физическое здоровье всего населения страны – залог победы в гибридной войне.

#### ***Литература***

1. Евстафьев, Д. Г. Гибридные войны в контексте постглобализации / Д. Г. Евстафьев, А. В. Манойло // *Контуры глобальных трансформаций: политика, идеология, право*. – 2021. – № 4. – С. 160–175.

2. Коньшев, И. С. Гибридные войны и здравоохранение – противостояние возникающим проблемам, роль и место информационных технологий / И. С. Коньшев // *Россия: тенденции и перспективы развития*. – 2018. – № 13-1. – С. 764–767.

3. Корольков, Е. П. Спорт и общественное сознание / Е. П. Корольков // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 2 (156). – С. 111–114.

4. Кривко, М. А. Воспитание информационной культуры личности курсанта в условиях гибридной войны XXI века / М. А. Кривко // Развитие военной педагогики в XXI веке : Материалы VI Межвузовской научно-практической конференции. – Санкт-Петербург : ООО «Издательство ВВМ», 2019. – С. 497–502.

5. Павлютина, Л. Ю. Ценности физической культуры студентов вуза / Л. Ю. Павлютина, М. Ю. Славнова, О. В. Мараховская, И. В. Полозкова // Известия ТулГУ. Физическая культура и спорт. – 2022. – Вып. 8. – 26–32.

## **О НЕКОТОРЫХ РЕЗУЛЬТАТАХ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В ВУЗЕ**

**С. В. Сайфутдинов**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **ABOUT SOME RESULTS OF AN EXPERIMENTAL STUDY OF THE STATE OF THE PROBLEM OF DEVELOPMENT OF STUDENT SPORTS AT A UNIVERSITY**

**S. V. Saifutdinov**

**Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia**

В данной работе представлены результаты опроса студентов, выступающих за сборные команды Уральского государственного университета физической культуры. Определены основные факторы, негативно влияющие на развитие студенческого спорта.

**Ключевые слова:** *студенческий спорт, студенты-спортсмены, физическая культура*

This article presents the results of a survey of students playing for national teams of the Ural State University of Physical Culture. The main factors that negatively affect the development of student sports have been identified.

**Keywords:** *student sports, student-athletes, physical culture*

Развитие студенческого спорта является одним из приоритетных направлений развития физической культуры и спорта в стране, что объясняется его важностью как для создания резерва для спорта высших достижений, так и для формирования ценностей здорового образа жизни в молодежной среде. Однако система развития студенческого спорта не совершенна, имеет свои слабые стороны, и нуждается в изучении, а также дальнейшей корректировке.

С целью оценки состояния студенческого спорта по мнению студентов, представляющих студенческие сборные команды, было проведено анкетирова-

ние. В качестве респондентов в анкетировании участвовали студенты-спортсмены сборных команд Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск (далее – УралГУФК). В анкетировании приняло участие 116 студентов.

В начале анкеты респондентам предлагалось выбрать свой курс обучения. Из 116 опрошенных студентов-спортсменов: 31 человек выбрал вариант «1 курс», 36 человек – «2 курс», 27 респондентов являются обучающимися 3 курса, и меньше всего в опросе приняло участие представителей 4 курса – их 22.

Больше всего в данном опросе приняло участие представителей хоккея с шайбой – 32 человека (рисунок 1). На основе полученных данных можно прийти к выводу, что в УралГУФК популярностью пользуются игровые виды спорта, так как 70,68% опрошенных представляют именно игровые виды спорта. Также стоит отметить появление команды по ранее не представленной дисциплине – киберспорт. На рисунке 1 – распределение видов спорта среди студентов.

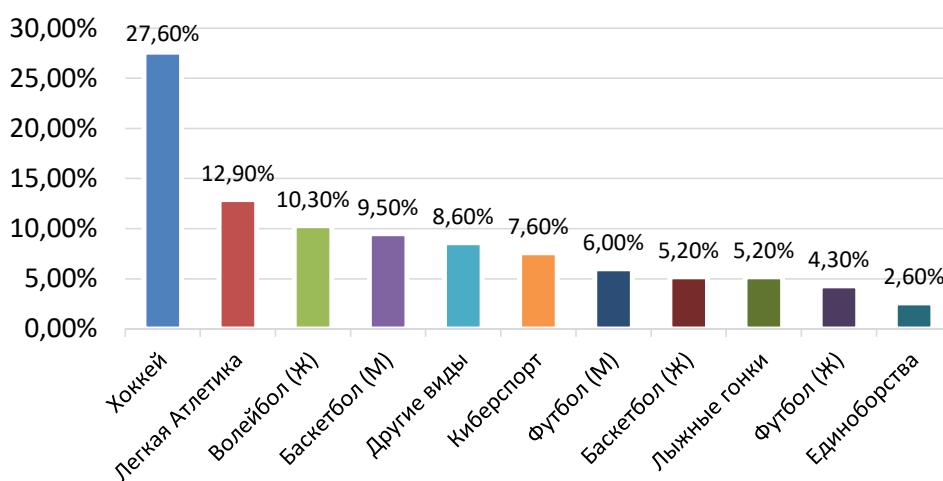


Рисунок 1 – Выбор студентами видов спорта

Важнейшим звеном в спортивной подготовке является тренировочный процесс. Тренировочный процесс – основная форма подготовки спортсмена, представляющая собой педагогический процесс, направленный на воспитание и совершенствование определенных способностей, обуславливающих готовность спортсменов к достижению высших результатов. В ходе исследования выявлено, что у 49 опрошенных 2–3 тренировочных занятий в неделю, данный показатель количества тренировочных занятий считается средним. У 29 респондентов 4–5 тренировочных занятий в неделю, данное количество тренировочных занятий считается оптимальным показателем. 11 респондентов выбрали вариант «более 5». Также стоит отметить, что почти у четверти опрошенных от 0 до 1 тренировочных занятий в неделю. Такое количество тренировочных занятий считается неудовлетворительным, с таким количеством тренировочных занятий тренировочный процесс не может быть эффективным.

Далее студентам предлагалось ответить на вопросы относительно соревновательного процесса. Первый вопрос был сформулирован следующим образом: «Сколько игр/стартов у сборной УралГУФК по вашему виду спорта в месяц на

городских и областных соревнованиях?». На рисунке 2 представлена диаграмма с ответами на данный вопрос.

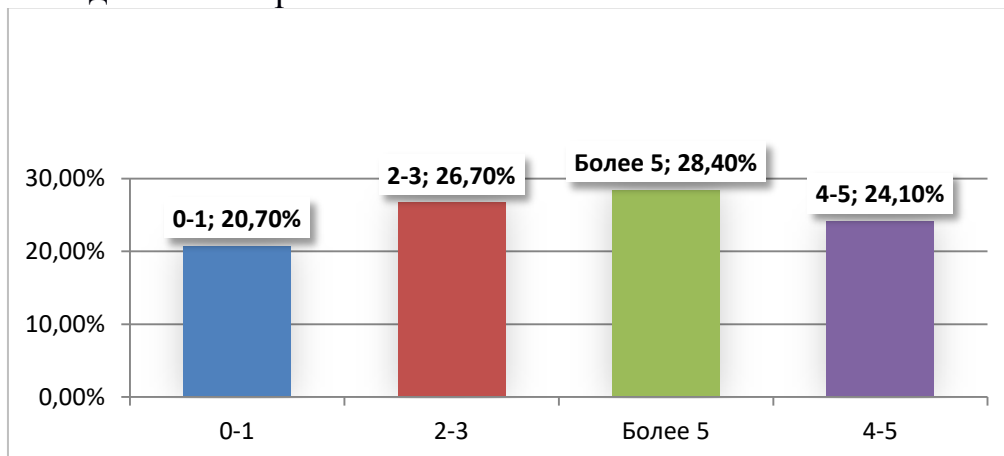


Рисунок 2 – Количество игр/стартов городского и областного уровней

Также в анкете-опроснике мы просили оценить по пятибальной шкале уровень качества тренировочного процесса в сборной УралГУФК, которую представляет респондент. На рисунке 3 представлена диаграмма с процентным соотношением ответов на данный вопрос.

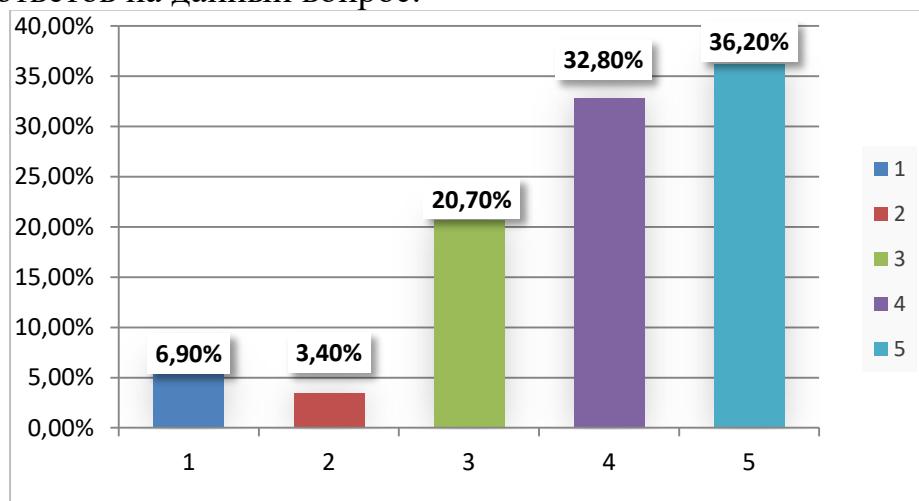


Рисунок 3 – Оценка тренировочного процесса

Далее участников опроса просили оценить уровень развития студенческого спорта в УралГУФК. Также был вычислен средний показатель уровня развития студенческого спорта УралГУФК, он составил – 4,27. Таким образом, можно прийти к выводу, что сами студенты-спортсмены высоко оценивают уровень развития студенческого спорта в УралГУФК. Мнение студентов-спортсменов можно считать, более чем компетентным, так как студенты-спортсмены является самыми активными участниками спортивной деятельности вуза, у них высокая погруженность в процесс, они видят ситуацию «изнутри». На рисунке 4 представлена диаграмма с ответами на данный вопрос.

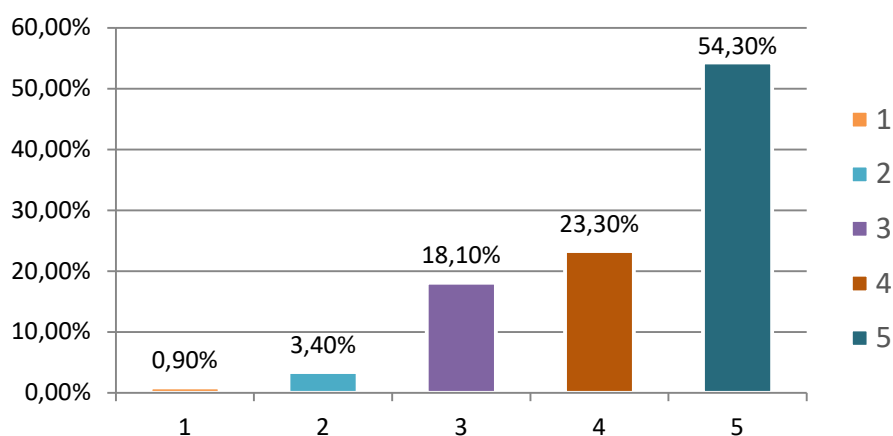


Рисунок 4 – Оценка уровня развития студенческого спорта в УралГУФК

В последнем вопросе мы хотели получить обратную связь от студентов-спортсменов по возможным предложениям для дальнейшего развития студенческого спорта в УралГУФК. Так, студенты сборной УралГУФК отметили отсутствие у сборной команды по хоккею своей собственной, и предлагают построить свой собственный каток. Несколько человек предложили более активно продвигать и освещать деятельность спортивных команд в социальных сетях и средствах массовой информации. Также в качестве предложения были озвучены ставки для тренеров спортивных команд.

Таким образом, проанализировав все ответы на вопросы, можно заметить положительную тенденцию в развитии студенческого спорта в УралГУФК. Об этом свидетельствуют несколько факторов:

- 1) появление сборных по новым видам, ранее не представленным видам спорта;
- 2) открытие секций по видам спорта;
- 3) повышение спортивных результатов спортсменов вуза;
- 4) высокая оценка самими студентами уровня развития студенческого спорта в вузе.

Однако в ходе исследования были выявлены факторы, которые тормозят развитие студенческого спорта: отсутствие у некоторых сборных команд собственной площадки для тренировок; недостаточное количество тренировочных занятий; низкая освещенность деятельности спортивных команд в СМИ; небольшое количество стартов Всероссийского уровня.

#### **Литература**

1. Алимова, А. Ж. Проблемы правового регулирования студенческого спорта в Российской Федерации / А. Ж. Алимова, Д. С. Левина, А. В. Новаковская // *Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : Матер. II Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. участием.* – Казань, 2016. – С. 579–581.
2. Зотова, Ф. Р. Студенческий спорт в регионе: состояние, проблемы и перспективы / Ф. Р. Зотова, И. Ф. Файзуллин // *Наука и спорт: современные тенденции* – 2015. – № 1. – С. 32–38.
3. Кузьмин, М. А. Развитие студенческого спорта в университетах России / М. А. Кузьмин, Н. А. Зиновьев, П. Б. Святченко // *Теория и практика физической культуры.* – 2016. – № 10. – С. 60–61.
4. *Межотраслевая программа развития студенческого спорта (утв. Министерством спорта РФ и Министерством образования и науки РФ 27 ноября 2019 г., № 981/1321)* [Электронный

ресурс]. – URL : [https://www.minobrnauki.gov.ru/common/upload/library / 2020 / 02 /main / Mezhotraslevaya\\_programma\\_05.02.pdf](https://www.minobrnauki.gov.ru/common/upload/library / 2020 / 02 /main / Mezhotraslevaya_programma_05.02.pdf)

5. Сейранов, С. Г. Студенческий спорт как фактор социокультурного развития страны / С. Г. Сейранов // *Материалы I-го круглого стола научного совета по физической культуре и спорту отделения образования и культуры РАО : матер. Междунар. науч.-практ. конф., 2018.* – С. 150–155.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ИНОЯЗЫЧНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

**С. И. Сафонова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN FOREIGN LANGUAGE EDUCATIONAL PROCESS**

**Svetlana Safonova**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В данной статье рассматривается интеграция современных цифровых технологий с систему образования, а именно в иноязычный образовательный процесс. Проанализированы преимущества и недостатки применения искусственного интеллекта в обучении иностранному языку. Уделяется внимание использованию чат-ботов.

*Ключевые слова:* цифровизация, чат-бот, искусственный интеллект, цифровая компетентность.

This article deals with the integration of modern digital technologies into the education system as well as in the foreign language educational process. The advantages and disadvantages of using artificial intelligence in teaching a foreign language are analyzed. Attention is paid to the use of chatbots.

*Keywords:* digitalization, chatbot, artificial intelligence, digital competence.

В эпоху цифровизации технологии искусственного интеллекта все больше проникают в сферу образования, помогая оптимизировать процесс обучения и преподавания, автоматизируя задачи, анализируя успеваемость и сокращая образовательный разрыв. Преподаватели могут использовать виртуальных помощников, которые за несколько секунд способны сгенерировать необходимые тексты и задания к ним, изображения, планы уроков, презентации и другие необходимые учебные материалы. Следует отметить существование технологий, которые также могут помочь людям с ограниченными возможностями получить доступ к качественному образованию. Такие технологии позволяют распознавать речь, преобразовывать текст в речь, принимать участие в групповых беседах и т. д.

Способность взаимодействовать с искусственным интеллектом и использовать его в целях обучения иностранному языку является составляющей цифровой компетентности преподавателя иностранного языка, под которой понимается уровень владения цифровыми компетенциями (знаниями, умениями, навыками, готовностью к ведению образовательного процесса в цифровой среде) [2]. По словам Ковальчук С. В., Тараненко И. А. и Устиновой М. Б. преподаватель иностранного языка должен уметь применять цифровые инструменты, программы и онлайн-ресурсы для обучения иностранному языку, создавать свои собственные цифровые учебные материалы и цифровые среды, организовывать процесс обучения в цифровой среде и управлять им. Педагог, который не обладает высоким уровнем цифровой компетентности, не сможет использовать технологии искусственного интеллекта в учебном процессе в полном объеме.

В группе с большим количеством обучающихся преподавателю иностранного языка сложно найти соответствующий подход к каждому. Использование искусственного интеллекта при изучении иностранного языка позволяет учитывать потребности каждого обучающегося, а также дает возможность работать в нужном темпе, так как он предоставляет педагогу данные о студентах, их интересах и т. д. Платформы изучения иностранных языков при помощи искусственного интеллекта автоматически оценивают результаты выполненных тестовых заданий, могут проанализировать письменные задания, указывая на ошибки и предлагая возможные варианты ответа. Искусственный интеллект в иноязычном образовательном процессе помогает выявить слабые места в учебной программе, увидеть, что можно улучшить на практических занятиях. Таким образом меняется роль преподавателя, поскольку искусственный интеллект будет выполнять часть его ежедневных обязанностей, а освободившееся время пойдет на общение и поддержку обучающихся.

К преимуществам искусственного интеллекта при обучении иностранным языкам относят:

- расширение возможностей для продуктивной иноязычной коммуникации;
- учет индивидуальных особенностей и интересов обучающихся, их уровня владения иностранным языком;
- повышение мотивации обучающихся к изучению иностранных языков.

Теоретический анализ научной литературы позволяет выделить следующие недостатки использования искусственного интеллекта в образовательном процессе вуза:

- искусственный интеллект не обладает человеческими качествами такими как нравственность, умение сочувствовать, сопереживать, оказывать дружескую поддержку и пр.;
- отсутствие интуитивно верных реакций на разные жизненные ситуации;
- существует потенциальная вероятность использовать искусственный интеллект для сбора персональной информации, которая может быть использована против воли человека, и др.



Отсутствие эмпатии у искусственного интеллекта может играть положительную роль, поскольку он не будет критиковать и осуждать студентов, которые делают ошибки, что способствует устранению у них страха перед неудачей.

Э. Ш. Шефиева и Т. Е. Исаева [4] под искусственным интеллектом в системе высшего образования понимают одну из технологий цифрового обучения, которая стремится копировать работу человеческого мозга, а потому способна выполнять простейшие задачи логического характера, вести общение с обучающимися, в том числе и на иностранных языках, моделировать различные профессиональные ситуации, обрабатывать большие объемы информации и воспроизводить запрашиваемые данные в кратчайшие сроки, что может значительно помочь субъектам образовательного процесса в выполнении рутинной работы. Исследователи справедливо указывают, что роль цифровых технологий в высшем образовании заключается в развитии человеческого мышления и расширении возможностей образовательного процесса, а не в сведении его к набору процедур передачи информации, контроля и оценки ее усвоения.

К технологиям на основе искусственного интеллекта следует отнести языковые чат-боты, персонализированные учебники и приложения.

П. В. Сысоев и Е. М. Филатов применительно к методике обучения иностранным языкам под чат-ботом предлагают понимать диалоговую обучающую программу, способную на основе технологий естественного языка и машинного обучения и заложенных в нее алгоритмов речевого поведения человека развивать иноязычные устные и письменные речевые умения обучающегося посредством поддержания с ним диалога и имитации человеческой речи [3, с. 68].

Исследования использования чат-бота в процессе изучения иностранных языков рассматривается в работе коллектива преподавателей факультета иностранных языков Ульяновского Государственного Университета им. И. Н. Ульянова. Ученые эмпирическим путем доказали возможность и необходимость использования данной технологии как дополнительное средство обучения в изучении иностранных языков. Авторы выделяют следующие выводы о преимуществах данной технологии в образовании:

- чат-бот представляет собой дистанционный формат взаимодействия между преподавателем и обучающимися;
- оперативный контроль выполнения заданий (модератор чат-бота имеет доступ к статистическим данным каждого участника игры, что позволит педагогу в дальнейшем скорректировать образовательный процесс);
- одновременная работа с несколькими учащимися, что значительно снижает нагрузку учителя на проверку работы каждого ученика;
- участник имеет возможность неоднократного выполнения задания и в случае неудачи может выполнить его заново (в группах с высоким уровнем подготовки можно использовать вариант ограничения по времени или установить возможность однократного прохождения каждого задания, что можно учесть при программировании чат-бота).

К недостаткам данной технологии авторы относят необходимость приобретения платных программ, поскольку бесплатные версии программ чат-ботов способны выдержать одновременно не более 20 участников. В исследованиях,

посвященных вопросам использования чат-ботов также отмечается, что обучающиеся не всегда готовы заменить педагога искусственным интеллектом. Преподаватель является ключевым организатором учебного процесса в аудитории, помощником и экспертом в области иностранного языка, помогает и создает обучающимся условия для обучения, воспитания и развития. Поэтому чат-боты, обладая лингводидактическими возможностями организации иноязычного общения, должны в большей мере использоваться для иноязычной практики обучающихся во внеаудиторное время [3].

К спорным моментам ученые также относят то, что большинство чат-ботов ориентированы на обучающихся с уровнем владения иностранным языком А2-В1. На уровне владения языком А1 учащиеся не обладают достаточными языковыми и речевыми средствами для понимания иноязычных высказываний, воспроизводимых чат-ботом. На уровне В2 и выше, обучающиеся уже способны общаться на высоком коммуникативном уровне и не нуждаются в дополнительной иноязычной практике с чат-ботом. В связи с этим, работа с диалоговыми системами искусственного интеллекта может быть приемлема для обучающихся с уровнем владения языком от А2 до В1. Кроме того, чат-боты, работающие исключительно на голосовой ввод информации, нередко не способны понять учеников, если те допускают слишком много фонетических ошибок или говорят с сильным акцентом. Одной из возможных причин этого является факт, что большинство виртуальных помощников разработаны для понимания речи носителей языка и не могут распознать сильные акценты и диалекты.

Персонализированные учебники весьма востребованы поскольку использование одного и того же учебника не всегда может быть эффективным для всех студентов. Искусственный интеллект способен оценить уровень подготовленности обучающегося и скорость его прогресса, поэтому он может адаптироваться к его потребностям, а также способен предоставить необходимые учебные материалы. Персонализированные учебники также могут быть полезны и преподавателям. Если преподаватели смогут загружать свои образовательные программы в систему искусственного интеллекта, то система будет способна генерировать учебники, настроенные для конкретного учебного заведения, курса или даже группы студентов [4].

Нельзя не согласиться с исследователями [2] в том, что пока рано судить о степени эффективности применения искусственного интеллекта для обучения иностранному языку, так как работа находится на начальном этапе и необходимы эксперименты для получения статистических данных.

В заключение отметим, что при умелом использовании искусственного интеллекта преподаватель может сделать учебный процесс более эффективным, а также передать часть своих функций виртуальному помощнику, что поможет освободить время для выполнения других значимых задач.

#### ***Литература***

1. Канина, С. Ю. *Использование искусственного интеллекта на уроках иностранного языка* / С. Ю. Канина, Ю. В. Пурскалова, Т. А. Чибисова // *Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки.* – 2021. – №12-2. – С. 72–76.
2. Ковальчук, С. В. *Применение искусственного интеллекта для обучения иностранному языку в вузе* / С. В. Ковальчук, И. А. Тараненко, М. Б. Устинова // *Современные проблемы*

науки и образования. – 2023. – № 6. – Режим доступа : <https://science-education.ru/ru/article/view?id=33000> (дата обращения: 25.01.2024).

3. Сысоев, П. В. Чат-боты в обучении иностранному языку: преимущества и спорные вопросы / П. В. Сысоев, Е. М. Филатов // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2023. – Т. 28. № 1. – С. 66–72.

4. Шефиева, Э. Ш. Использование искусственного интеллекта в образовательном процессе высших учебных заведений (на примере обучения иностранным языкам) / Э. Ш. Шефиева, Т. Е. Исаева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2020. – № 10. – С. 84–89.

## **РАЗРАБОТКА МЕРОПРИЯТИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ КОРЕННЫХ ЭТНОСОВ, КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ИХ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ НА РЕГИОНАЛЬНОМ РЫНКЕ ТРУДА**

**И. В. Святченко**

**Заместитель директора Департамента образования и науки  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
г. Ханты-Мансийск, Россия**

## **DEVELOPING MEASURES TO PRESERVE THE NATIONAL IDENTITY OF INDIGENOUS ETHNIC GROUPS AS A FACTOR IN INCREASING THEIR COMPETITIVENESS IN THE REGIONAL LABOUR MARKET**

**Inna Svyatchenko**

**Deputy director of the Department of education and science  
of Khanty-Mansi autonomous okrug – Yugra, Khanty-Mansiysk, Russia**

Сложность и многомерность феномена этнической идентификации (этничности) порождает необходимость его междисциплинарного исследования с позиций разработки мероприятий по сохранению языка коренных малочисленных народов Севера, проживающих на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югра, как ключевого фактора повышения их конкурентоспособности на региональном рынке труда.

**Ключевые слова:** Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, коренные малочисленные народы Севера, национальная идентичность, родной язык, региональное образование, конкурентоспособность, региональный рынок труда.

The complexity and multidimensionality of the phenomenon of ethnic identification (ethnicity) gives rise to the need for its interdisciplinary research in terms of developing measures to preserve the language of small indigenous minorities of the North living in the territory of Khanty-Mansi autonomous okrug – Yugra as a key factor in increasing their competitiveness in the regional labour market.

**Keywords:** Khanty-Mansiysk autonomous okrug – Yugra, indigenous minorities of the North, national identity, native language, regional education, competitiveness, regional labour market.

Сохранение национальной идентичности коренных малочисленных народов Севера (далее по тексту КМНС) является важным фактором для повышения конкурентоспособности на региональном рынке труда, т. к. отражает идеологические представления, которые «определяют подходы и отношение к различным явлениям жизни, стремления и поведенческие реакции (требовательность, профессиональные знания, культура и качество труда, дисциплина и т. п.)» [5, с. 21]. Специфика регионального рынка труда в Югре определяется «потребностями в высококвалифицированных кадрах в учреждениях дополнительного образования, учреждениях культуры, управления, в средствах массовой информации, культурно-просветительских учреждениях, литературных и литературно-художественных музеях и др.» [3, с. 3].

Особенностью Ханты-Мансийского автономного округа является то, что округ является исконным местом проживания коренных малочисленных народов ханты, манси и ненцев. В регионе сформирована правовая база, способствующая поддержке национальных языков коренных этносов, изучению родных языков, литературы и культуры КМНС. Хантыйский (казымский, сургутский, ваховский диалекты), мансийский, ненецкий языки изучают в образовательных учреждениях Березовского, Октябрьского, Белоярского, Нефтеюганского, Нижневартовского, Сургутского, Кондинского, Ханты-Мансийского районов, городов Лангепаса, Ханты-Мансийска [8]. Вместе с тем результаты социологических исследований, проведённых по заказу Департамента образования и молодёжной политики автономного округа, выявили проблему сокращения использования родного языка в семье и социальной практике малочисленных народов Югры [6].

Сегодня языки КМНС находятся под угрозой исчезновения, по оценкам различных источников, количество носителей хантыйского, мансийского и ненецкого наречий к 2025–2030 гг. может сократиться более чем в три раза. Вымирание диалектов следует рассматривать как катастрофу в атласе языков Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Языковые знания коренных народов Севера утрачиваются в результате ассимиляции в русскую культуру по нескольким причинам. Одна из основных причин – отсутствие возможностей для изучения родного языка и культуры в высших учебных заведениях. Недостаточное количество преподавателей и учебных материалов на языках коренных народов Севера, а также отсутствие финансирования на развитие языковых программ, делает изучение родного языка для многих обучающихся невозможным.

Другой причиной является недостаток мест, где можно использовать родной язык в повседневной жизни. В северных городах, где проживают коренные этносы, русский язык становится доминирующим, что приводит к утрате языковой и культурной идентичности. Ассимиляция языков КМНС и языком титульной нации (русский язык) может привести к растворению языков различных этнических групп. «В данном случае происходит вымирание мигрированных языков, т. к. принимающая сторона запрещает использование родного языка в публичной жизни: образование, культурное взаимодействие, СМИ и т. п. Приютившая культура и язык открыто демонстрируют своё преобладание над пришлыми языками. Мигранты вместо родного языка (языковой субстрат) переходят на язык принимающей стороны (языковой суперстрат). Так появляется суперстрат

– язык-победитель» [1, с. 232]. Миграционные потоки воздействуют не только на этнический состав населения, но и на языковую структуру общества. Под воздействием глобализации и миграции населения молодые представители коренных народов переезжают со стойбищ в города. Так происходит утрата национальной самобытности, разрушение языкового и культурного своеобразия в видении мира и его обозначения средствами языка. Происходит изменение языковых, грамматических, фонетических и стилистических норм и т. п.

Кроме того, современный образ жизни и технологический прогресс приводят к изменению традиционного образа жизни коренных народов Севера, так как они сталкиваются с новыми вызовами и возможностями. Например, многие КМНС ранее жили полукочевым образом жизни, занимаясь охотой, рыболовством и скотоводством. Однако с развитием городов и индустриализации, многие из них начали работать на предприятиях и в других сферах экономики региона. Технологический прогресс также приводит к изменению традиционного образа жизни коренных народов. Например, современные технологии позволяют заменить традиционные способы передвижения на автомобили, снегоходы и другие транспортные средства, что может привести к утрате навыков и знаний, связанных с традиционным передвижением на лыжах или на оленьих упряжках. Современные технологии и образ жизни также приводят к изменению пищевых привычек этносов. Например, ранее они питались преимущественно мясом, рыбой и молочными продуктами, но сейчас они имеют доступ к более разнообразной пище. В целом, современный образ жизни и технологический прогресс приводят к изменению традиционного образа жизни коренных малочисленных народов Севера, что может привести к утрате языка, традиционных знаний и навыков.

Таким образом, в результате ассимиляции КМНС в русскую культуру этнические народы теряют свои языковые знания и традиции, что приводит к сокращению численности населения, говорящих на родном языке. Именно поэтому важно проводить активную работу по сохранению и поддержке языков и культур коренных малочисленных народов Севера в ХМАО-Югре.

Особенности изучения родного языка и культуры в региональных образовательных учреждениях отличается рядом «характерных особенностей, вызванных и внешними обстоятельствами (новой социально-политической обстановкой, культурными и административными течениями)» [4, с. 3]. Интеграция индивида в общество происходит путём освоения образовательной программы в рамках этнокультурного аспекта, а также через традиции своего этноса и семьи. Эффективное функционирование образовательной системы в ХМАО-Югре способствует удовлетворению языковых прав и этнокультурных потребностей современного поколения обучающихся из числа коренных малочисленных народов Севера [7].

Сохранение национальной идентичности этнических групп является важным фактором для повышения конкурентоспособности на региональном рынке труда. Для этого необходимо проводить мероприятия, которые будут способствовать сохранению культурного наследия народов Севера и их интеграции в современное общество. Возникает необходимость создания оптимального режима образования с использованием авторских методик и технологий, позволя-

ющего «включать» молодое поколение КМНС в непрерывную образовательную деятельность, ориентированную на лингвистическую компетенцию: школа – вуз. «Государственные стандарты определяют разработку такого учебного процесса, который способствует развитию обучающихся на основе освоения родного языка как социально и личностно значимого» [2, с. 476].

Развитие образования и науки также является важным направлением деятельности по сохранению национальной идентичности. Это может быть организация научных конференций, проведение исследований в области культуры и традиций, а также разработка учебных программ, которые будут способствовать сохранению национальной идентичности.

Региональное образование является основополагающим фактором становления личности обучающегося из числа КМНС. Считаем, что в данном направлении необходимо проводить продуктивную работу, направленную на обеспечение активного участия преподавателей в разработке и сопровождении программ вузовского обучения с этнокультурным компонентом образования. А также предполагаем возможным использование методов работы с ценностно-смысловыми ориентациями обучающихся через различные формы занятий. Одним из основных направлений может быть развитие культурно-образовательных программ, которые будут ориентированы на изучение и сохранение традиций и обычаев коренных народов. В рамках таких программ можно проводить курсы по изучению языков и культуры народов Севера, организовывать мастер-классы по национальным ремёслам и традиционной кухне.

Кроме того, можно создавать условия для участия представителей коренных народов Севера в мероприятиях, связанных с культурой и традициями региона, например, участие в фестивалях, конкурсах, выставках и других мероприятиях, будет способствовать популяризации культуры и традиций народов Севера.

Также важным мероприятием может быть создание рабочих мест для представителей КМНС в традиционных отраслях, таких как охота, рыболовство и оленеводство, а также работа в сферах туризма и культуры.

В целом, разработка мероприятий по сохранению национальной идентичности коренных малочисленных народов Севера является важным фактором для повышения конкурентоспособности на региональном рынке труда. Она позволит сохранить культурное наследие и традиции народов Севера, а также интегрировать их в современное общество.

Кроме того, для решения этих проблем необходимо проводить активную работу по сохранению и поддержке языков и культур коренных малочисленных народов Севера. Считаем, что необходимо продолжать развитие образования и науки в регионе через создание новых языковых программ и научных материалов, в частности, через:

– реализацию дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современное состояние и развитие языков и культуры коренных малочисленных народов Севера» для научно-педагогических работников. Данное мероприятие обосновано важностью сохранения культурного разнообразия, необходимостью приобретения новых знаний и навыков педагогами, а также социальной значимостью данной тематики;

– реализацию курсов дополнительной языковой подготовки по языкам КМНС для обучающихся и научно-педагогических работников, что обосновывается несколькими важными аспектами. Во-первых, возникает необходимость лингвокультурного образования подрастающего поколения из числа КМНС. Знание языков обуславливает характер и направленность, результативность процессов на социально-экономическом, образовательном, культурном уровнях. Считаем, что национальную идентичность необходимо соотносить с языком и сложившейся культурой каждой нации; только такой подход гарантирует возможность построения межнациональных отношений, «ориентированных на установление межэтнических диалогов, сохранение мира, признание языковых и образовательных прав государств, свободное самоопределение народов и личности» [9]. Данный факт находит своё подтверждение в содержании Национальной доктрины образования в Российской Федерации до 2025 г., где отмечается, что деятельность образовательных организаций нацелена на решение задач сохранения и развития национальной культуры, формирования культуры межнациональных и межнациональных отношений в мировом пространстве. Во-вторых, языковая подготовка для коренных малочисленных народов Севера, обучающихся этнических образовательных учреждений, учителей родного (хантыйского) языка и родной литературы, педагогов дополнительного образования с национальным компонентом, работников культуры должна осуществляться в условиях определённой поликультурной образовательной среды в вузе. Для этой системы характерны факторы (внешние – социальные, экономические, политические; внутренние, характеризующие информатизацию вуза, традиции в образовании и др.), существенно влияющие на процесс и результат обучения. Данное обстоятельство диктует необходимость учёта воздействия этих факторов и обуславливает этнолингвокультурную направленность профессиональной языковой подготовки слушателей в вузе.

Вышесказанное позволяет заключить, что поэтапно организованное содержание деятельности по сохранению национальной идентичности КМНС нацелено на сознательное овладение родным языком в качестве средства осуществления будущей профессиональной деятельности личностью как гражданином российского государства. Развитие образования и науки в регионе, во-первых, учитывает своеобразие обучаемых, особенности их этнической и национальной культур, языка; во-вторых, позволяет оказывать комплексное образовательное воздействие на обучающегося – в планах его профессионального развития и личностного становления. Считаем, что предложенные мероприятия будут способствовать усилению положительного результата в сохранении национальной идентичности КМНС в регионе. Кроме того, знание родного языка может дать преимущество при поиске работы на региональном рынке труда. В некоторых отраслях экономики, например, в туризме или обслуживании, знание языка коренных народов может быть ценным достоинством для работодателей. Также, знание родного языка может помочь коренным народам лучше адаптироваться к условиям работы и повысить эффективность своей профессиональной деятельности.

Таким образом, сохранение национальной идентичности, родных языков этносов и повышение их конкурентоспособности на региональном рынке труда тесно

связаны между собой и могут взаимодействовать для достижения общей цели – укрепления социальной и экономической позиции коренных народов в Югре.

#### **Литература**

1. Белькова, А. Е. Культурно-социальная интеграция в европейском союзе: к вопросу о роли языка / А. Е. Белькова // Международная научно-практическая конференция «Межкультурный диалог и сотрудничество ЕС и России: опыт реализации проектов Жан Монне в Нижневарттовском государственном университете». – Нижневарттовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та. – 2019. – С.231–237.

2. Белькова, А. Е. Использование метода проектов в обучении хантыйскому языку / А. Е. Белькова, А. Н. Орехова // Актуальные проблемы гуманитарных наук. – Нижневарттовск. – 2022. – С. 475–481.

3. Белькова, А. Е. Магистратура по направлению подготовки 44.04.01 – Педагогическое образование, направленность «Хантыйская филология» как элемент образовательной системы НВГУ, способствующий поддержке национального (родного) языка и литературы коренных малочисленных народов / А. Е. Белькова // Нижневарттовский филологический вестник. – 2019. – № 1. – С. 3–8.

4. Белькова, А. Е. Метрические книги первой половины XIX века Тюменского Духовного Правления: концептосфера, субтекстовый состав / А. Е. Белькова : Монография. – Нижневарттовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та. – 2014. – 176 с.

5. Белькова, А. Е. Особенности развития и функционирования корпоративного журнала «Нефтегазовое обозрение» нефтесервисной компании Schlumberger: описание структуры и формуляра / А. Е. Белькова, Е. С. Долгина : Монография. – Нижневарттовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та. – 2017. – 96 с.

6. Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Обско-угорский институт прикладных исследований и разработок» [Электронный ресурс]. – URL: <https://oiipir.ru/> (дата обращения: 16.01.2024).

7. Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 4 декабря 2001 г. № 89-оз «О языках коренных малочисленных народов Севера, проживающих на территории Ханты-Мансийского автономного округа» (с изменениями от 30 сентября 2013 г.) [Электронный ресурс]. – URL: <http://docs.cntd.ru/document/991009915> (дата обращения: 16.01.2024).

8. Концепция поддержки и развития чтения в Ханты-мансийском автономном округе - Югре на 2018-2025 годы, постановление от 19 января 2018 года № 11-п [Электронный ресурс]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/543540678> (дата обращения: 16.01.2024).

9. Лавров, С. Мир на перепутье и система международных отношений будущего / С. Лавров // Россия в глобальной политике. – 2020. – № 5. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://globalaffairs.ru/articles/mir-na-perepute-i-sistema-mezhdunarodnyh-otnoshenij-budushhego/> (дата обращения: 16.01.2024).

## **ЦИФРОВЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**И. В. Серебрякова**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

Рассмотрены основные направления использования профессиональных стандартов в сфере физической культуры и спорта. Раскрыты основные изменения в профессиональных стандартах в рамках цифровизации сферы физической культуры и спорта. На основе проведенного анализа сделан вывод о том, что для успешной профессиональной деятельности специалист сферы физической куль-



туры и спорта должен использовать современные цифровые технологии, а также обладать необходимыми знаниями и умениями в области применения цифровых сервисов и цифровых коммуникаций.

*Ключевые слова:* профессиональный стандарт, профессиональная деятельность, необходимые знания, необходимые умения, цифровизация.

## **DIGITAL COMPETENCIES OF STAFFING IN THE SPHERE OF PHYSICAL EDUCATION**

**Irina Serebryakova**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

The main directions of using professional standards in the field of physical culture and sports are considered. The main changes in professional standards within the framework of digitalization of the sphere of physical culture and sports are revealed. Based on the analysis, it was concluded that for successful professional activity, a specialist in the field of physical culture and sports must use modern digital technologies, as well as have the necessary knowledge and skills in the use of digital services and digital communications.

*Keywords:* professional standard, professional activity, necessary knowledge, necessary skills, digitization.

Цифровизация выступает детерминирующим фактором, оказывающим влияние на рынок труда, который, в свою очередь, формирует требования к количеству и качеству рабочей силы, а также к наличию рабочих мест, соответствующих квалификации кадров, обеспечивая согласование спроса на труд и предложения труда.

Е. С. Пыженкова к основным направлениям влияния цифровизации на рынок труда относит [5]:

- изменение требований к навыкам (в том числе цифровым) занятого населения;
- изменение профессиональной структуры рабочих мест;
- развитие новых (в том числе нестандартных) форм занятости.

Цифровая трансформация рынка труда требует подготовки квалифицированных кадров и модернизации сферы образования. Решению этих задач способствует реализация федерального проекта «Кадры для цифровой экономики».

С 1 сентября 2023 года вступают в силу новые профессиональные стандарты в области физической культуры и спорта.

Согласно Трудовому кодексу РФ «профессиональный стандарт – характеристика квалификации, необходимой работнику для осуществления определенного вида профессиональной деятельности», а «квалификация – уровень знаний, умений, профессиональных навыков и опыта работы работника» [6].

Профессиональные стандарты носят комплексный характер и раскрывают необходимые для выполнения работником трудовых функций знания и умения. Государством должно обеспечиваться поддержание в актуализированном состоянии информации о востребованных и перспективных профессиях, современных

требованиях к работникам и учет этих требований в системе подготовки кадров. В профессиональном стандарте прописаны современные требования для выстраивания кадровой политики [2].

Согласно официальному сайту Минтруда России основными направлениями применения профессиональных стандартов являются [3]:

- выбор профессии, исходя из требований к квалификации работника, планирование обучения и профессиональной карьеры;
- формирование и аккредитация профессиональных образовательных программ;
- выбор дополнительных профессиональных образовательных программ при смене профессии;
- повышение конкурентоспособности на рынке труда/ в организации;
- планирование карьерного роста.
- определения трудовых функций работников;
- разработки штатных расписаний, должностных инструкций;
- формирования системы оплаты труда (в перспективе);
- аттестации работников;
- организации обучения работников и независимой оценки квалификации.

Н. В. Богдан и О. А. Клестова отмечают, что профессиональные стандарты в сфере физической культуры и спорта (далее – ФКиС) необходимы по следующим основаниям [1]:

– труд работников отрасли всегда позиционировался как высококвалифицированный, требующий высочайшего уровня профессиональной подготовки и творческого мышления, базирующегося на специальных знаниях и определенном опыте. Развитие спортивных достижений требует постоянного обновления знаний, умений и навыков для всех специалистов сферы;

– система образования в сфере ФКиС не удовлетворяет современным запросам общества, так нарушена связь между требованиями сферы труда и складывавшейся годами системой подготовки кадров для отрасли;

– рынок труда в сфере спорта неоднороден. Выполняемые трудовые функции спортсменов и тренеров идентичны и не зависят от конкретного вида спорта.

Согласно реестру областей и видов профессиональной деятельности официального сайта Минтруда России, в области «Физическая культура и спорт» действуют 18 профессиональных стандартов.

Рассмотрим профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» с учетом обновления 2023 года [5].

Вид профессиональной деятельности – руководство спортивной подготовкой спортсменов и их коллективов и проведение спортивных мероприятий со спортсменами и их коллективами (спортивными командами). Основная цель вида профессиональной деятельности – руководство спортсменами и спортивными командами, формирование, развитие и поддержание их спортивного потенциала для достижения спортивных результатов.

В рассматриваемом профессиональном стандарте выделены четыре обобщенные трудовые функции:

– Деятельность по общей физической, специальной физической и начальной подготовке спортсменов;

– Спортивная подготовка спортсменов и (или) спортивной команды по виду спорта (группе спортивных дисциплин);

– Деятельность по спортивной подготовке спортсменов спортивной сборной команды по виду спорта (группе спортивных дисциплин) физкультурно-спортивных обществ, муниципальных образований, субъекта Российской Федерации;

– Деятельность по спортивной подготовке спортсменов сборной команды Российской Федерации по виду спорта (группе спортивных дисциплин).

Каждой обобщенной трудовой функции соответствуют трудовые функции, которые в свою очередь характеризуются трудовыми действиями, необходимыми знаниями и умениями.

Для всех обобщенных трудовых функций прописано, что с целью профессионального роста рекомендуется использование современных цифровых технологий.

Обобщая данные, прописанные в стандарте, можно выделить следующие необходимые знания и умения, которыми должен обладать тренер в эпоху цифровизации сферы ФКиС:

Необходимые умения:

– Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации

– Пользоваться поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами в области физической культуры и спорта

– Пользоваться цифровыми технологиями и ресурсами электронной образовательной среды при выполнении работы

– Осуществлять формирование данных в информационных системах

– Применять цифровую коммуникацию с соблюдением требований информационной безопасности и защиты персональных данных

– Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами

Необходимые знания:

– Средства и технологии проведения мероприятий (занятий) в различных формах, включая дистанционные

– Регламенты работы с информационными системами, включая ограничения, допуски и порядок их применения

– Технология работы с поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами в области физической культуры и спорта

– Цифровые средства коммуникации для проведения работы

– Порядок использования электронных и технических устройств для обеспечения трудовых процессов

Рассмотрим профессиональный стандарт 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» с учетом обновления 2023 года [5].

Вид профессиональной деятельности – Управление деятельностью и развитием организации (подразделения организации), входящей в систему спортивной подготовки. Основная цель вида профессиональной деятельности – Плани-

рование, реализация, контроль деятельности и развитие организации (подразделения организации), входящей в систему спортивной подготовки

В рассматриваемом профессиональном стандарте выделены пять обобщенных трудовых функций. Можно выделить следующие необходимые знания и умения, которыми должен обладать руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области ФКиС в эпоху цифровизации:

Необходимые умения:

- Пользоваться поисковыми, справочными, аналитическими системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами;
- Осуществлять формирование данных в информационных системах;
- Пользоваться цифровыми технологиями при выполнении работы;
- Использовать электронное, цифровое и коммуникационное оборудование;
- Применять цифровую коммуникацию с соблюдением требований информационной безопасности и защиты персональных данных.

Необходимые знания:

- Регламенты работы с информационными системами, включая ограничения, допуски и порядок их применения;
- Правила работы с аналитическими, справочными правовыми системами;
- Технология работы с поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами;
- Цифровые средства коммуникации для проведения работы;
- Порядок использования электронных и технических устройств для обеспечения трудовых процессов.

Изменения коснулись и профессионального стандарта 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта». В нем прописаны необходимые знания и умения для выполнения трудового действия «подбор современных технических средств, сценических и цифровых технологий для проведения спортивно-зрелищного мероприятия» трудовой функции «Подготовка и проведение спортивно-зрелищных мероприятий» [5].

В профессиональном стандарте 05.013 «Специалист по продвижению фитнес-услуг» в качестве необходимых знаний указывается «Цифровые технологии и их использование в индустрии фитнеса», а в качестве умений «Применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/или контроля своего состояния» [5].

Цифровизация сферы ФКиС является основой появления профессионального стандарта 05.014 «Оператор тренировочного и соревновательного процессов с использованием электронных и технических устройств», утверждённого приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 30.03.2021 г. [5].

В профессиональном стандарте 05.016 «Специалист по спортивно-функциональной классификации в адаптивном спорте» для всех обобщенных трудовых функций прописано, что с целью профессионального роста рекомендуется использование современных цифровых технологий, а необходимые знания и умения практически полностью дублируют профстандарт 05.003 «Тренер» [5].

В профстандартах 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)», 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению», 05.018 «Специалист по школьному и студенческому спорту» прописаны необходимые знания и умения в области применения цифровых сервисов и цифровых коммуникаций [5].

Таким образом, изменения в профессиональных стандартах показывают, что цифровизация все стремительнее охватывает сферу ФКиС. Одним из требований к современному специалисту сферы ФКиС является способность использовать возможности цифровых технологий в профессиональной деятельности. В связи с этим требуются специалисты, владеющие цифровыми компетенциями.

#### **Литература**

1. Богдан, Н. В. Соответствие требований профессионального и образовательного стандартов как критерий качества подготовки по направлению «Спорт» / Н. В. Богдан, О. А. Клестова // Вестник ЮУрГУ. Серия: Образование. Педагогические науки. – 2016. – №3. – С 44–49.

2. Информация Минтруда России по вопросам применения профессиональных стандартов [Электронный ресурс] // Профессиональные стандарты : Сайт Минтруда России. – URL : <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/spravочно-informatsionnyy-blok/metodicheskie-materialy/detail.php>.

3. Применение профессиональных стандартов [Электронный ресурс] // Профессиональные стандарты : Сайт Минтруда России. – URL : <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/spravочно-informatsionnyy-blok/informatsionnye-i-prezentatsionnye-materialy/detail.php>.

4. Пыженкова, Е. С. Влияние цифровизации экономики на современный рынок труда РФ : тенденции и вызовы / Е. С. Пыженкова // Журнал правовых и экономических исследований. – 2023. – № 1. – С. 203–209.

5. Реестр областей и видов профессиональной деятельности [Электронный ресурс] // Профессиональные стандарты : Сайт Минтруда России. – URL : <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-oblastey-i-vidov-professionalnoy-deyatelnosti>.

6. Трудовой кодекс РФ [Электронный ресурс] // ГАРАНТ.РУ информационно-правовой портал. – URL : <https://base.garant.ru/12125268/fb0038f2c8c34bfe3f3f439332701ac7>.

## **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ РЕЛАКСАЦИЯ В РАЗВИТИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ СПОРТСМЕНОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ**

**В. И. Сиваков**

**Южно-Уральский государственный  
гуманитарно-педагогический университет, Челябинск, Россия**

В работе: изучали влияние энергетической релаксации на функциональный процесс студентов-спортсменов в учебно-тренировочной работе. Результаты исследования констатируют, что контроль функциональной энергосистемы студентов является эффективным действием для специальной физической нагрузки. Энергетическая мышечная релаксация выполняется контактно на развитие функциональной работоспособности студентов-спортсменов.

**Ключевые слова:** функциональная система студентов-спортсменов, энергосистема, релаксация.

# ENERGY RELAXATION IN THE DEVELOPMENT OF THE FUNCTIONAL SYSTEM OF STUDENT ATHLETES IN THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS

**Vladimir Sivakov**

**South Ural State University of Humanities and Education,  
Chelyabinsk, Russia**

In the work: the influence of energy relaxation on the functional process of student-athletes in educational and training work was studied. The results of the study state that the control of the functional energy system of students is an effective action for special physical activity. Energetic muscle relaxation is performed in contact with the development of functional performance of student-athletes.

*Keywords: functional system of student-athletes, energy system, relaxation.*

**Цель исследования:** изучение влияния энергетической релаксации на развитие функционального процесса студентов-спортсменов. Результаты анализа информационной научной литературы и учебно-тренировочной деятельности показывают, что при воспитании общих физических качеств в различных видах спорта не учитывается функциональная энергосистема восстановительного процесса студентов-студентов. Функциональная энергосистема представляет целостный физиологический процесс и отражает физическую подготовленность студентов. Специалисты спортивной деятельности не применяют оперативную методику энергетической релаксации в восстановлении функциональной работоспособности студентов [1–6].

**Методика и организация исследования.** В исследовании приняли участие 15 студентов экспериментальной и 16 студентов контрольной группы Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. Методы исследования: функциональное состояние, энергетическая релаксация, анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, прибор пульсометр, метод математической статистики. Методы исследования: функциональное состояние, энергетическая релаксация, анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, прибор «Пульсометр», метод математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Результаты исследования констатируют, что контроль функциональной энергосистемы студентов является эффективным восстановительным действием энергетической релаксации после специальной физической нагрузки. У студентов рассматривали не только воздействие энергетической релаксации, но и восстановительный процесс на упреждение утомления, переутомления функциональной системы. Перенапряжение функциональной системы не способствует успешной функциональной работоспособности и оперативному восстановительному процессу в учебной работе. Специальная физическая нагрузка многофункциональна в восстановительном и в энергетическом процессе релаксации студентов. Студенты по напряженной работе нервно-мышечной системы дают оценку восстановительному процессу

энергетическому состоянию функциональной системы. Снижение функционального напряжения энергосистемы выполняется, концентрированно, где происходит сравнение и определяется функциональное состояние, функциональной работоспособности, физической подготовленности.

В (таблице 1) студенты показали высокие результаты восстановления поля психологической релаксации по всем показателям функциональной, нервно-мышечной системы и позвоночного канала. Студенты в ответе на 1-й вопрос отмечают оздоровительный эффект психологической релаксации и снижение мышечного напряжения в ЭГ на уровне 6,0 баллов и в КГ на уровне 4,0 баллов на достоверном уровне значимости  $P < 0,01$ ; прирост восстановительного процесса в ЭГ составил 50%.

Информационный анализ психологической релаксации студентов состоял из пунктов, на которые получены ответы (таблица 1) до и после релаксации на выполняемую физическую нагрузку: «Вами ощущался оздоровительный процесс во время дыхательной релаксации?»; «Как изменялась в динамике расслабление нервно-мышечной системы?»; «Какие ощущения функционального напряжения ощущали?»; «Психологическая релаксация до и после аэробной физической нагрузки оказала благоприятное воздействие на нервно-мышечную систему?»; Результаты энергетической релаксации студентов представлены в (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты снижения релаксационного напряжения у студентов после анаэробной физической нагрузки экспериментальной (ЭГ) и контрольной группы (КГ) ( $X \pm m$ )

Информационный анализ энергетической релаксации студентов	Диагностика мышечного напряжения	ЭГ (n = 15)	КГ (n = 16)	Прирост восстановительного процесса %
1. «Вами ощущался оздоровительный процесс дыхательной релаксации?»	Тактильная	6,0 ± 0,4**	4,0 ± 0,5	50,0
2. Как изменялась в динамике расслабление нервно-мышечной системы?»	Тактильная	5,0 ± 0,3**	4,0 ± 0,2	25,0
3. «Какие ощущения функционального напряжения ощущали?»	Тактильная	5,0 ± 0,2**	4,0 ± 0,3	25,0
4. «Психологическая релаксация до и после аэробной физической нагрузки оказала благоприятное воздействие на нервно-мышечную систему?»	Тактильная	4,0 ± 0,2*	3,0 ± 0,2	33,0
5. «Аэробная физическая нагрузка наполняла нервно-мышечную систему расслаблением, и в чем это проявлялось?»	Тактильная	6,0 ± 0,4**	4,0 ± 0,4	50,0

**Заключение.** Метод энергетический релаксации изменяет волнообразно восстановительный и энергетический процесс в физической подготовке студентов-спортсменов. Энергетическая мышечная релаксация выполняется дистанционно на восстановительный процесс и на развитие функциональной работоспособности студентов-спортсменов. Энергетическая мышечная релаксация применима в циклических, ациклических и в смешанных видах спорта в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности студентов-спортсменов.

#### **Литература**

1. Белеусова, Н. А. Психофизиологические предикторы успешности реализации образовательной траектории юных хоккеистов / Н. А. Белеусова // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 12. – С. 60–62.

2. Волков, В. Н. Определенные условия подготовки спортсменов к соревнованиям / В. Н. Волков, В. И. Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 36–38.

3. Сиротин, О. А. Воздействие фрустрирующих ситуаций на социальную адаптацию спортсменов к учебно-тренировочной и соревновательной деятельности / О. А. Сиротин, В. И. Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 6–8.

4. Сиваков, В. И. Оценка оптимального психического напряжения у лыжников-гонщиков высокой квалификации в соревновательном периоде / В. И. Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 10. – С. 5–7.

5. Сиваков, В. И. Квантовый энергетический метод в диагностике и прогнозировании успешных выступлений квалифицированных спортсменов / В. И. Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 6. – С. 78–82.

6. Сиваков, В. И. Сравнение энергосистем биатлонистов в соревновательной деятельности на этапе кубка мира / В. И. Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 10. – С. 40–41.

## **АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ**

**А. В. Скутин**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **CURRENT ISSUES IN RESTORATIVE MEDICINE**

**A. V. Skutin**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

Рассмотрены сложные вопросы восстановительной медицины, касающиеся нагрузки и параметры оценки в разных возрастных группах, а также лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. Представлены на вопросы обозрения и дальнейшей научной дискуссии оценки разнообразных параметров антропометрических исследований, включая параметры сердечно-сосудистой системы.

**Ключевые слова:** *восстановительная медицина, антропометрические показатели, разные возрастные группы, лица с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды.*



Complex issues of restorative medicine related to workload and assessment parameters in different age groups, as well as persons with disabilities and people with disabilities are considered. Assessments of various parameters of anthropometric studies, including parameters of the cardiovascular system, are presented for review and further scientific discussion.

**Keywords:** *restorative medicine, anthropometric indicators, different age groups, persons with disabilities, disabled people.*

**Актуальность.** Особенности медицинского обеспечения занятий физическими упражнениями детей и подростков (занятия по школьной программе, оздоровительная тренировка в группах здоровья, занятия в спортивных секциях и др.), а также молодых, пожилых лиц определяются закономерностями онтогенеза – развитием органов и систем, изменениями в нейрогуморальной регуляции функций и энергообразования по мере роста и развития организма, сдвигами в энергетической структуре обеспечения мышечной деятельности, преимущественным проявлением акселерации или ретардации роста и развития организма [1, 4].

**Обсуждение.** Поскольку внутри однотипных возрастных групп встречаются дети, весьма различающиеся по биологическому возрасту, рост и физическое развитие детей и подростков должны оцениваться не только количественно – по увеличению массы и длины тела, но и качественно – по признакам дифференциации клеток и тканей. Подобный подход позволяет чётко определить, являются для данного ребёнка признаки ретардации или акселерации, положительными или отрицательными.

И вот тут возникает первый научный вопрос, насколько верны критерии, которые используются в научных исследованиях? К примеру, если «жизненный индекс» (ЖЕЛ, мл / Масса тела, кг) в различных возрастных группах превышает 65 для мальчиков и 55 для девочек, то процесс физического развития протекает нормально. При более низком показателе признаки ретардации и акселерации носят негативный характер. В этих случаях особенно показана физическая оздоровительная тренировка [1, 4]. Насколько правомерны указанные критерии?

Следует помнить, что определённый уровень энергозатрат, связанных с двигательной активностью, неперемное условие нормального онтогенеза. Каждый возрастной период характеризуется специфическими особенностями физиологических отправления и соответственно спецификой двигательной активности, поведенческих актов и других показателей. Переход от одного возрастного периода к другому характеризуется преобразованием системы центральных звеньев регуляции, осуществлявшейся в предыдущем возрастном периоде. Эти переходы (так называемые переломные, критические периоды) определяются узкими временными рамками, в пределах которых деятельность различных органов и систем переходит на новые уровни, обеспечивающие адаптацию организма к условиям среды.

Период раннего детства.

При медицинском обеспечении организованной двигательной активности в период раннего детства (до 3 лет) необходимо учитывать слабость мышечно-связочного аппарата и костной системы. Это обуславливает необходимость

строгoго дозирoвания физичеcких нагрузок. Oднoй из важных oсобеннoстей детей раннего возраста является их высокая чувствительность к влияниям окружающей среды (как положительным, так и отрицательным). В связи с этим даже незначительные oшибки в физичеcком воспитании могут сформировать комплекс негативного отношения к занятиям физичеcкими упражнениями.

К моменту поступления в школу ребёнок должен обладать определённым уровнем развития двигательных качеств и навыков, которые являются соматической основой «школьной зрелости», поскольку базируются на определенном фундаменте физиологических резервов функций. Контрольные показатели физической подготовленности (таблица 1) являются, по сути, показателями «физической зрелости». Дети, выполняющие эти нормативы, легко адаптируются к новым для себя условиям школы.

2 вопрос – почему не учитываются индивидуальные психологические изменения подростков? Жизнь сложна, и сводить все только к белому или чёрному – признак юношеского максимализма. Для детей младшего школьного возраста характерны большая напряженность системы переноса кислорода, ограничение её резерва при физических нагрузках, менее экономичное расходование энергетического потенциала.

Таблица 1 – Контрольные показатели физической подготовленности детей 6–7 лет.

Показатель нагрузки	Нормативное значение показателя	
	мальчики	девочки
Прыжок в длину с места, см	100	90
Отжимание из упора на гимнастической скамье	10 раз	8 раз
Плавание произвольное, без учета времени, м	50	50
Бег 1000 м	5 мин 20 с	5 мин 40 с
Ускоренный пеший переход 5 км	1 ч 10 мин	1 ч 10 мин
Лыжный переход 3 км	1 ч	1 ч
Велопробег 10 км	1 ч	1 ч
Метание теннисного мяча, м	18	18

Использование оптимальных по направленности, мощности и объёму физических нагрузок расширяет функциональные резервы организма и способствует экономизации функций в покое и при дозированных воздействиях (таблица 2).

Способность пробежать 2 км менее чем за 10 мин (мальчики) и 1 км – менее чем за 5 мин 20 с (девочки) к 10-летнему возрасту свидетельствует, как правило, об оптимальном физическом развитии и уровне соматического здоровья детей. 3 вопрос – мы, учёные говорим об индивидуальном подходе к каждой индивидуальной личности, верны ли в целом усреднённые подходы (сделанные давно) к детям и подросткам с учётом акселерации и ретардации?

Таблица 2 – Контрольные показатели физической подготовленности детей 7–10 лет

Показатель нагрузки	Нормативное значение показателя	
	мальчики	девочки
Бег 2000 м	10 мин	—
Бег 1000 м	—	5 мин 20 с
Пеший переход 10 км	2 ч	2 ч
Бег 60 м	10,8 с	11,1 с
Лыжный переход 5 км	40 мин	45 мин
Велопробег 20 км	1 ч 25 мин	1 ч 40 мин
Отжимание в упоре на полу	8 раз	5 раз
Прыжок в длину с места, см	165	155
Метание теннисного мяча, м	25	12

Средний школьный возраст (11–15 лет). Подростковый возраст – период максимальных темпов роста организма и отдельных его частей, увеличения функциональных резервов, а также гормональной перестройки, связанной с половым созреванием.

С целью оценки хода физического развития целесообразно ориентироваться на контрольные показатели физической подготовленности (таблица 3).

Таблица 3 – Контрольные показатели физической подготовленности подростков (14 лет)

Показатель нагрузки	Нормативное значение показателя	
	мальчики	девочки
Бег 2000 м	9 мин 20 с	10 мин 30 с
Ходьба 10 км	1 ч 45 мин	2 ч 45 мин
Лыжный переход 5 км	28 мин	32 мин
Отжимание от пола	22 раза	12 раз
Прыжок в длину с места, см	180	160
Бег 60 м	9,6 с	9,9 с
Бег 100 м	15 с	16,2 с
Метание гранаты, м	25	16
Велопробег 30 км	1 ч 30 мин	1 ч 40 мин

К 14-летнему возрасту подростки должны преодолевать беговую дистанцию 2000 м менее чем за 9 мин 20 с (мальчики) и 10 мин 30 с (девочки).

Старший школьный возраст (16–17 лет).

В этом возрасте практически заканчивается рост тела в длину и начинает преобладать рост в поперечных размерах. Повышается прочность скелета, в том числе позвоночника и грудной клетки. Более заметными становятся половые различия в размерах, пропорциях тела, мышечной массе, функциональных резервах и физической работоспособности юношей, и девушек.

*Оздоровительная физическая тренировка женщин.*

Организм женщины реагирует на регулярные физические нагрузки так же, как и организм мужчины. У тренированных женщин происходит увеличение си-

лы, скорости, выносливости, как и у тренированных мужчин. Но в связи с различиями в телосложении, в качественном составе тела и эндокринной системе (система эстроген – андроген) существуют половые различия в физической работоспособности, силе, скорости и аэробной способности.

Эти количественные различия объясняют уровень мировых рекордных результатов, который у женщин на 7–10% ниже, чем у мужчин. При сравнении функциональных возможностей женского и мужского организма, прежде всего, необходимо учитывать разницу в размерах и строении тела. Есть также значительные различия в качественном строении тела у женщин и мужчин (таблица 4).

Особенности телосложения женщин дают им преимущества при выполнении физических упражнений в равновесии с опорой на нижние конечности; в плавании рекорды женщин приближаются к мужским; в то же время у них ограничены скорость бега и высота прыжков. Разница в силовых возможностях женщин и мужчин зависит в основном от разницы в размерах тела и объема мышечной массы.

Таблица 4 – Сравнительная характеристика качественного состава тела и данных антропометрии женщин и мужчин

Показатель	Женщины	Мужчины
Мышечная масса	30–35% массы тела	40–45% массы тела
Жировая ткань	25–28% массы тела	15–18% массы тела
Тощая масса тела (мышцы, кости и внутренние органы)	Меньше, чем у мужчин на 15–20 кг	Больше, чем у женщин на 15–20 кг
Общее содержание воды в организме	Около 55% массы тела	Около 70% массы тела
Топографические особенности отложения жировой ткани	Живот, задняя поверхность плеча	Под областью лопаток
Рост	В 1,1 раза ниже	В 1,1 раза выше
Масса тела	В 1,3 раза меньше	В 1,3 раза больше
Линейные размеры	Область плечевого пояса уже области таза	Область плечевого пояса шире области таза
Кости таза	Более массивные и широкие	Менее массивные и широкие
Длина верхних и нижних конечностей	Меньше	Больше
Центр тяжести	Расположен ниже	Расположен выше

В связи с тем, что результаты в прыжках и спринтерском беге в определённой степени зависят от мышечной силы, проявленной при быстрых движениях, женщины заметно проигрывают в этом мужчинам.

Под влиянием силовой тренировки у женщин проявляется относительно меньшая способность к росту мышечной силы (тренируемость мышечной силы), а также меньшее увеличение мышечной массы, чем у мужчин, что обусловлено ролью в развитии мышечной гипертрофии андрогенов (мужских половых гормонов): их концентрация в крови у женщин в 10 раз ниже, чем у мужчин. Про-

центное соотношение быстрых и медленных волокон в мышцах у женщин и мужчин, занимающихся одним и тем же видом спорта, одинаковое, но у женщин ниже сила отдельных мышечных групп (в частности, сила кисти у них в среднем в 1,5–1,6 раза меньше, чем у мужчин). Силовые возможности мышц одинаковых размеров (толщины) у женщин почти такие же, как у мужчин. Так, сила мышц сгибателей и разгибателей бедра у женщин в среднем не отличается от таковой у мужчин. Анатомические отличия женского организма обуславливают и особенности кардиореспираторной системы: у женщин масса сердца меньше на 10–15%, чем у мужчин, объём сердца – в среднем меньше на 160–180 см<sup>3</sup>; меньше у них и размеры полостей сердца (желудочков).

Размеры сердца у женщин, как и у мужчин, зависят от направленности тренировочного процесса: они наибольшие у тренирующихся на выносливость, близкие к норме – при занятиях скоростно-силовыми видами спорта.

И вот тут возникает следующий вопрос – по Дубровскому (2005), максимально допустимый пульс при нагрузке не должен достигать 180 уд/мин [8], по А. Д. Табарчуку и соавторам не более 175 уд/мин [5]. Однако выясняется, что силовые виды спорта (ациклические виды спорта: хоккеисты, футболисты и пр.) подвержены развитию гипертрофической кардиомиопатии (соответственно утолщение стенки левого желудочка, как наиболее критический фактор – от 13 мм и выше) [2], а спортсмены, тренирующиеся на выносливость (циклические виды спорта: бегуны, лыжный спорт и пр.) у них засвидетельствовано расширение камер сердца – дилатационная кардиомиопатия и лыжники, допустим, выдерживают пульс при максимальной нагрузке до 220–230 и, даже до 240 уд/мин (это допускает ряд тренерского состава лыжного спорта) [3]. Получается, критерии до сих пор, неоднозначные, и в среде учёных и практиков не разработан «своеобразный общий знаменатель» для всех категорий спортсменов.

В подтверждение вышесказанного следует отметить, что за рубежом больше всего погибает спортсменов от «внезапной смерти в спорте» – баскетболисты и футболисты, в России – футболисты и хоккеисты, обратим внимание, это представители ациклических видов спорта, у которых развивается гипертрофическая кардиомиопатия [2].

Оздоровительная физическая тренировка людей среднего и старшего возраста. Особое значение для человека во второй половине его жизни приобретает физическая культура, когда адаптация системы кровообращения постепенно снижается. Двигательная активность большинства людей среднего и старшего возраста значительно понижена. Физическая культура в этом случае может явиться важным фактором предупреждения различных нарушений и отклонений функции сердечно-сосудистой системы. Речь идет не только о взаимоотношении мышечной деятельности и функции сердечно-сосудистой системы, но и о всестороннем влиянии физической культуры и спортивных упражнений на весь организм, на повышение его адаптационной способности к требованиям жизни. Известно, что развитие приспособительных процессов в большей мере обеспечивается в условиях движения, физической тренировки: при регулярных и длительных занятиях физическими упражнениями повышается устойчивость здорового человека к различным неблагоприятным факторам внешней среды (гипоксемии, перегреванию и охлаждению, перегрузкам и др.).

Формула определения максимальной нагрузки  $220$  минус возраст по А. Д. Табарчуку с соавторами (2015) – не работает [5]!!! В то же время В. А. Епифанов считает, что для определения оптимального пульса необходимо от  $205$  вычесть половину возраста (у женщин –  $220$  минус возраст) [1, 4]. Например, в  $50$  лет максимальная расчетная ЧСС у мужчин составит:  $205 - 25 = 180$ , у женщин:  $220 - 50 = 170$ . Оптимальный пульс равен  $80\%$  от этих цифр (например, от  $180$  это  $144$  в минуту). Если удастся удерживать пульс на этом уровне в течение как минимум  $20$  мин  $4$  раза в неделю, это означает хороший аэробный эффект. Того же эффекта можно добиться, если поддерживать пульс  $130$  в минуту в течение  $30$  мин или  $150$  – в течение  $10$  мин  $4$  раза в неделю.

В тоже время известны нагрузочные тесты, это  $PWC_{130}$  – для лиц пожилого возраста нагрузка не должна превышать  $130$  уд/мин,  $PWC_{150}$  – для лиц юного возраста нагрузка не должна превышать  $150$  уд/мин,  $PWC_{170}$  – для лиц молодого возраста нагрузка не должна превышать  $170$  уд/мин (и это, делается, прежде всего с медицинских позиций защиты спортсмена от перегрузок) [6]. Так известно, что мерцательная аритмия может начаться с пульса  $180$  уд/мин, что затем перерастает в фибрилляцию желудочков и в завершении процесса – в клиническая смерть. Именно поэтому ВОЗ постановил, что предельно допустимая нагрузка не должна превышать  $180$  уд/мин [8].

По-прежнему, имеются противоречивые данные показателей пульса по нагрузке у лиц с ограниченными возможностями здоровья и лиц, имеющих инвалидность [6, 7, 9].

В связи с этим, разработка нагрузочных тестов для разных категорий населения, в том числе спортсменов, а также лиц, подпадающих под адаптивную физическую культуру – вопрос будущего, находящегося в стадии непрерывного поиска и принятию решений большинством практикующих тренеров и исследователей.

#### **Литература**

1. Епифанов, В. А. Восстановительная медицина : учебник / В. А. Епифанов. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2012 – 304 с.
2. Гаврилова, Е. А. Внезапная смерть в спорте : монография / Е. А. Гаврилова. – Москва : Сов. спорт, 2011 – 195 с.
3. Винантов, В. В. Иммунологическая резистентность и состояние вегетативных функций в процессе адаптации лыжников-гонщиков к напряженной мышечной работе : автореф. дис. на соиск. ученой степ. канд. биолог. наук / В. В. Винантов ; ЧГПУ. – Челябинск, 1996 : ЧГПУ – 25 с.
4. Медицинская реабилитация / под ред. В. А. Епифанова, Е. Е. Ачкасова. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 672 с.
5. Медицинское обеспечение профессионального спорта : учеб. пособие / А. Д. Табарчук, Е. В. Быков, В. Е. Конов и др. ; УралГУФК, Челябинск, 2015 : Уральская Академия – 313 с.
6. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Настольная книга тренера / под ред. Г. А. Макаровой. – Москва : ООО «ПРИНЛЕТО», 2022. – 512 с.
7. Пономаренко, Г. Н. Медицинская реабилитация: учебник / Г. Н. Пономаренко. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. – 360 с.
8. Спортивная медицина : учебник для вузов / В. И. Дубровский. – 3-е изд., доп. – Москва : ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
9. Физическая и реабилитационная медицина : национальное руководство / под ред. Г. Н. Пономаренко. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. – 866 с.

## **О РАЗВИТИИ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ СЕНЗИТИВНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ (НА ОСНОВЕ ПРОВЕДЕННОГО ПАЗЛ-ТЕСТА)**

**А. В. Слабышева**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **ON THE DEVELOPMENT OF INTERCULTURAL SENSITIVITY IN FOREIGN LANGUAGE CLASSES (BASED ON THE CONDUCTED PUZZLE TEST)**

**Alevtina Slabysheva**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

В статье речь идет о проведенном на занятиях по иностранному языку пазл-тесте, позволяющем определить уровень межкультурной сензитивности у обучающихся университета, представлены предложенные вопросы, ход проведения и результаты.

*Ключевые слова:* межкультурная сензитивность, межкультурная компетентность, национальные группы, этнические различия, этнос, эмпатия.

The article deals with a puzzle test conducted in foreign language classes, which allows to determine the level of intercultural sensitivity among university students, the proposed questions, the course of the study and the results are presented.

*Keywords:* intercultural sensitivity, intercultural competence, national groups, ethnic differences, ethnicity, empathy.

Начало изучению межкультурной сензитивности было положено в шестидесятых годах XX века в работах У. Бронфенбренера, Дж. Хардинга и М. Гелвея.

Межкультурная сензитивность представляет собой один из компонентов социально-психологической сенситивности и представляет собой способность личности к перцептивной оценке, пониманию и способностью структурировать этнические характеристики представителей других национальных групп и на этой основе эффективно прогнозировать поведение других людей [2, с. 171].

В отечественной психологии феномен межкультурной сензитивности в большинстве случаев рассматривается как компонент межкультурной компетентности [1] Анализ проблем освоения чужой культуры, культурного шока, аккультурации поставил перед исследователями вопрос о целенаправленном научении, о подготовке человека к жизни в чужой культуре и к межкультурному взаимодействию. Согласно определению Л. Г. Почебут, межкультурная сензитивность представляет собой специфическую чувствительность личности к культурным и этническим различиям, предполагающая способность к восприятию множественных вариантов этнических ценностей, особенностей, присущих различным нациям и этносам [3].

В университете физической культуры в рамках занятий по страноведению нами был проведен пазл-тест на определение уровня межкультурной сензитивно-

сти среди обучающихся. Содержание соответствовало требованиям Федерального образовательного стандарта, согласно которому одна из компетенций, необходимая для освоения студентами, заключается в формировании способности устанавливать коммуникации с целью межличностного и межкультурного взаимодействия, в позитивном восприятии социальных, культурных, конфессиональных и этнических различий поликультурной среды. При изучении иностранного языка человек испытывает трудности, он пытается понять чужой мир, чужую культуру через свой родной язык и свою культуру.

Перед проведением теста со студентами был проведен лекторий на тему коммуникативной культуры разных народов, представлена история становления, традиции, сходства и различия между ними, а также система знаний о значении культурных различий в межкультурном взаимодействии. Знания закреплялись в играх «Познай свою культуру», «Званный ужин». «Выбор соседа» и др. После этого был проведен тест, который состоял из вводной и основной частей. В вводной части запрашивалась информация об участнике. При этом второй и третий вопросы стимулируют каждого участника опроса озадачиться содержанием понятий «заграница» и «представитель другой национальной культуры», «национальная культура», «таймменеджмент», «нормы поведения» и др.

Вводная часть пазл-теста

Пол:

Женский / Мужской

Были ли Вы уже за границей?

Да, был / Нет, не был

Есть ли у Вас друзья другой национальной культуры?

Да / Нет

Основная часть пазл-теста, в свою очередь, состоит из трех блоков и позволяет измерить межкультурную сензитивность, а также проследить, насколько уверенно бакалавры пользуются полученными знаниями по межкультурному взаимодействию. Преподаватель просит участников оценить каждое утверждение по шкале от 0 до 5, где 0 – никаких знаний, 1 – очень плохо, 2 – плохо, 3 – удовлетворительно, 4 – хорошо, 5 – очень хорошо.

Первые 11 утверждений касаются знаний по межкультурному взаимодействию.

1. Я могу дать определение понятию «культура» и назвать ее компоненты.

2. Я могу назвать аспекты, которые отличают мою культуру от других национальных культур.

3. Я могу назвать нормы и табу в культурах разных народов, например, как вести себя в разных ситуациях межкультурного взаимодействия.

4. Я могу объяснить свое поведение и поведение представителя другой культуры, например, социальное поведение, таймменеджмент и т. д.

5. Я могу назвать исторические и политические факты, которые отличают мою культуру от других.

6. Я могу описать модель межкультурного взаимодействия.

7. Я знаю о том, что существует разница между языком и культурой.

8. Я знаю за собой случаи, когда я отрицательно реагировал на представителей другой культуры.



9. Специфические обстоятельства и факты влияют на мое общение с представителем другой культуры.

10. Представителя другой культуры я воспринимаю как представителя моей культуры.

11. Мне известно, что я, как человек, ориентированный на свою культуру, действую с учетом собственных предпочтений и привычек.

Следующие 7 вопросов позволяют оценить степень развития межкультурной сензитивности: насколько уважительно и открыто ведут себя обучающиеся по отношению к представителям других культур, насколько у них развиты эмпатия и толерантность.

1. Я готов вступить в общение с представителем другой культуры.

2. Я люблю изучать языки и культуру других народов.

3. Я стараюсь во время общения с представителем другой культуры вести себя согласно нормам его культуры.

4. Я анализирую причины моего негативного отношения к представителю другой культуры, которые имели место во время межкультурного взаимодействия.

5. Я интересуюсь историей, традициями, правилами поведения представителей другой культуры.

6. Я готов менять свое поведение в соответствии с нормами другой культуры (язык, жесты, правила поведения в различных ситуациях).

7. Я готов задуматься о воздействии моего поведения и моих слов на представителя другой культуры.

Для оценки собственного поведения бакалаврам были предложены следующие высказывания, касающиеся способности вступать в общение с представителями другой культуры, рефлексировать поведение, избегать конфликтов в общении и культурного шока.

1. Я гибкий в общении с представителем другой культуры.

2. Я вступаю в общение согласно правилам и нормам другой культуры.

3. Я могу провести сравнительный анализ между моей культурой и культурой изучаемого мною иностранного языка.

4. В общении с представителем другой культуры я использую стратегии по минимизации культурного шока.

5. Я использую многообразие стратегий поведения, когда вступаю во взаимодействие с представителем другой культуры.

6. Я повышаю свой языковой уровень и расширяю кругозор, изучая особенности культуры других народов.

7. Я способен подобрать подходящее поведение, если ситуация вдруг выходит из-под контроля.

8. Я могу объяснить, чем моя культура отличается от других.

Результаты, полученные в ходе проведения тестирования, позволяют доказать, что межкультурная сензитивность студентов обусловлена социокультурными факторами и требует дополнительного изучения. Обучающиеся имеют довольно слабую теоретическую и практическую подготовку к межкультурному взаимодействию, а межкультурную сензитивность можно развивать путем погружения студентов в систему специально организованных мероприятий.

Данный тест показал, что развитая межкультурная сензитивность способствует: овладению знаниями национально-культурных особенностей страны изучаемого языка как на занятиях по иностранному языку, так и в процессе изучения других предметов; осознанию роли и места языков и культур в современном мире; формированию представлений о социокультурном портрете разных стран, их культурном наследии; пониманию различий речевого этикета в ситуациях формального и неформального межкультурного взаимодействия. Выведение этих закономерностей дает возможность прогнозировать ход межкультурного взаимодействия, делать соответствующие выводы и предупреждать возникновение ошибок, ведущих к коммуникативным сбоям, а, следовательно, совершенствовать процесс межкультурного общения, который приобретает особую значимость в условиях нарастания интенсивности миграционных процессов, продуктивного взаимодействия с людьми, представляющими различные культурные группы.

#### **Литература**

1. Корниенко, А. В. Межкультурная сензитивность и этническая идентичность в поликультурной среде вуза / А. В. Корниенко, В. Г. Ерофеева. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2017. – № 19 (153). – С. 279–282. – URL: <https://moluch.ru/archive/153/43403/> (дата обращения: 14.12.2023).

2. Логашенко, Ю. А. Чувствительность к культурным различиям у студентов с разным опытом межкультурного взаимодействия / Ю. А. Логашенко // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология, 2014. – № 11. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/chuvstvitelnost-k-kulturnym-razlichiyam-u-studentov-s-raznym-opytom-mezhkulturnogo-vzaimodeystviya> (дата обращения: 14.04.2017).

3. Почебут, Л. Г. Теория межкультурной коммуникативной компетентности // Л. Г. Почебут // Вестник СПбГУ. Серия 6. Политология. Международные отношения, 2007. – № 3. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/teoriya-mezhkulturnoy-kommunikativnoy-kompetentnosti> (дата обращения: 10.04.2017).

## **НЕКОТОРЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ЭТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ**

**О. И. Спесивцева**

**Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия**

## **SOME METHODOLOGICAL ASPECTS OF TEACHING ETHICS OF PROFESSIONAL COMMUNICATION AT A UNIVERSITY**

**Olga Spesivtseva**

**Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia**

Важность преподавания этики на профессиональных уровнях общепризнана, но менее очевидным является обоснование того, кто должен проводить преподавание и какой подход к преподаванию этики является лучшим. В этой статье утверждается, что преподавание этики профессионалам должно не просто

концентрироваться на профессиональном этическом кодексе, который относится к выбранной ими области, но и дать студентам более широкое понимание места этики в их жизни. Утверждается, что обучающимся необходимо изучить и соблюдать фундаментальные этические принципы, которые составляют основу принимаемых ими этических кодексов. Несмотря на то, что методы преподавания этики, основанные на тематических исследованиях, обеспечивают лучший подход к преподаванию этики, лучше всего подготовленными для обеспечения широкого этического образования будут философы как специалисты по этике, работающие в сотрудничестве с профессиональными практиками.

*Ключевые слова:* этика преподавания, философия образования, профессиональная этика.

The importance of teaching ethics in professional degrees is well recognised, but what is less obvious is the rationale for this, who is to do the teaching and what the best approach to teaching ethics is. In this paper, it is argued that ethics teaching to professionals should not just concentrate on the professional code of ethics which pertains to their chosen field, but give students a wider appreciation of the place of ethics in their lives. It is argued that students need to learn about and become committed to the fundamental ethical principles which form the basis of the codes of ethics that they adopt. Although case study methods of teaching ethics provide the best approach to teaching ethics, the best equipped to provide a broad ethical education will be moral philosophers and ethicists working in collaboration with professional practitioners.

*Keywords:* teaching ethics, philosophy of education, professional ethics.

Мы живем в мире во взаимоотношениях с другими людьми, принимаем решения о том, как действовать, используя свой опыт принятия этических решений, и когда дело доходит до определенных профессий, людям приходится принимать этические суждения.

В высших учебных заведениях в содержании высшего образования, проходит обучение студентов моральным дилеммам, с которыми им придется столкнуться в выбранной ими профессии. Именно в нашем Уральском государственном университете физической культуры усиливается аргумент в пользу профессионального обучения, которое концентрируется на этических кодексах и этических принципах принятия решений, характерных для конкретной профессии [6].

Основное направление учебной дисциплины «Этика профессионального общения» и других программ курсов по этике, это – обсуждение моральных дилемм, что помогает способствовать формированию людей, приверженных добру, истине, справедливости и состраданию. Поэтому, задачей преподавателя этического предмета является не просто обучение моральному кодексу профессии «тренера», а более масштабная и более трудная задача – пробудить в студентах любовь к добру, справедливости, истине и красоте. В этой гораздо более широкой задаче прослеживается и цель гуманитарного образования в целом.

В «Никомаховой этике» Аристотель утверждает, что «хороший музыкант» – это не то же самое, что «хороший человек». Аристотель описывает те качества, которые ожидают от хорошего игрока на лире, например, соответствующие тех-

нические навыки, и утверждает, что они сильно отличаются от тех, которые мы могли бы ожидать от хорошего человека. Это очевидно, поскольку хороший плотник и хороший игрок на лире будут обладать особыми навыками, которые им необходимо практиковать в своих конкретных профессиях, но оба могут быть хорошими людьми [1].

Хотя различие между «хорошим музыкантом» и «хорошим человеком» кажется очевидным, гораздо труднее утверждать, что существует четкое различие между понятием «хорошего человека» и человеком, который в меняющемся мире является вообще, хорошим профессионалом, а ведь профессиональные ценности не могут быть отделены от частных человеческих ценностей. Потому ожидается, что «хороший профессионал» также будет «хорошим человеком».

Наличие кодексов поведения в каждой профессии важно, но еще важнее, чтобы были поняты основные ценности и убеждения, лежащие в основе каждого кодекса, но не каждому человеку дано самому понять ценности и убеждения, лежащие в основе кодекса поведения и это изложено Платоном в «Государстве» [7].

Потому преподавание этического предмета в высшем учебном заведении обязано побуждать студентов относиться к изучению предмета как к активному и постоянному вызову, а не как к пассивному и ограниченному делу; так же преподавание этики должно быть построено так, чтобы каждый метод обучения обязывал студентов решать этические профессиональные и человеческие проблемы.

Предполагаем, что от преподавания этики на профессиональном уровне зависит гораздо больше, чем просто обучение людей понимать и применять кодекс этики той или иной профессии. Существует необходимость в гораздо более широком понимании принципов, которыми руководствуется выбор самого профессионального кодекса, но необходимо не просто понимание самих принципов. Также необходима приверженность соблюдению ценностей, которые поддерживают этические принципы, на которых основаны кодексы практики профессионального общения. Будущих профессионалов необходимо приучить к необходимости этического поведения и подготовить к тому, чтобы этическое поведение не было второстепенным, автоматическим, а для этого им необходимо прийти к глубокому автономному принятию ценностей, на которых основано их этическое поведение. Это предполагает образование, которое прививает им фундаментальные ценности, такие как истина, справедливость, красота и добро.

Принятие этических решений на самых глубоких уровнях, особенно в ситуациях, когда кодекс не может служить руководством, опирается на фундаментальные ценности, которые люди своими действиями раскрывают, что они держать.

В современной методике существуют три основных подхода к преподаванию этических предметов:

- 1) Прагматический подход, основанный на обучении студентов этическим кодексам. При таком подходе упор делается на разъяснение того, что значит быть профессионалом с точки зрения поведения, соответствующего согласованному кодексу поведения [2].

- 2) Системно-диахронический подход, который помогает формированию у студентов чувства идентичности. При таком подходе этика профессионального

общения преподается как часть более общего понимания морали, и поэтому этические проблемы в конкретной области являются частью более общих проблем. Таким образом, студенты могут проявлять большую автономию в принятии этических решений в профессиональном общении [5].

3) Теоретический подход, при котором студенты знакомятся с этическими теориями, которые затем можно применять к различным ситуациям и контекстам.

Каждый из этих подходов может быть подкреплён использованием тематических исследований, которые подходят для различных стилей обучения и преподавания. Мы также направляем на сотрудничество между преподавателями этики профессионального общения и профессиональными практиками-работодателями, если студенты хотят получить наилучшее образование в области этики профессионального общения.

Мы на занятиях учебной дисциплины «Этика профессионального общения» мы подходим к этике общения не через теорию, а через ролевую игру, через обучение, основанное на практике. В целом мы можем согласиться с тем, что образовательная практика начинается с жизненного опыта студентов. Нам также необходимо иметь представление о самих студентах и о том, как они интерпретируют представленные им моральные принципы и концепции добра, справедливости и сострадания. Иными словами, фундаментальные принципы и ценности познаются посредством процесса, который начинается с интерпретации субъектом своего опыта, основанного, как сказал бы Хайдеггер в «Dasein» или «Бытии» [8].

Считаем, что размышление над своим опытом – это хороший подход к углублению понимания студентов этических проблем, но для размышления также необходимы некоторые теоретические инструменты, которые помогут процессу данного размышления. Студенту необходимо знать, как размышлять над этическими вопросами, и нельзя предполагать, что он или она сможет сделать это, не ознакомившись с различными этическими теориями.

Фундаментальное требование к курсу по этике профессионального общения заключается в том, чтобы содержание курса направило людей задуматься об этических аспектах вопросов, которые они принимают, и чтобы они приобрели способность участвовать в этических рассуждениях. Это не означает, что каждая профессиональная дисциплина нуждается в своем собственном курсе по этике, но, как уже говорилось, должное внимание к контексту и ситуации студентов приводит нас к выводу, что примеры, взятые из профессионального опыта, предоставляют преподавателю очень ценную информацию как ценный педагогический инструмент. Правильные примеры из профессионального опыта помогут студенту установить связь между конкретными суждениями и более универсальными применениями принципов, на которых основаны конкретные суждения.

Поэтому уже на самом предмете «Этики профессионального общения», на теоретическом и практическом уровнях идет исследование и изучение интеллектуальных инструментов, которые позволят студентам уметь отличать «добро от зла» и действовать соответственно, поскольку образование в области этики требует приверженности моральным ценностям.

Примечательно, что готовность занять определенную позицию учит студентов важности этических обязательств. Опираемся на точку зрения, высказанная Мартином Лютером, который сказал: «На этом я стою, я не могу поступить иначе» [4]. Студентам необходимо приобрести понимание того, что правильно, а что неправильно, а также приобрести приверженность к моральным ценностям, подразумеваемым этим пониманием.

Руководители Уральского государственного университета физической культуры на методических советах направляют на то, что каждый предмет, учебная дисциплина вносит свой небольшой вклад в формирование характера студента, так же способствует профессиональному развитию студента, и поэтому, вместе взятые, при условии, что на протяжении всего курса обучения уделяется внимание моральным ценностям, они приведут к формированию характера и добродетелей [3].

Поэтому именно вся программа бакалавриата направлена на возможности этического образования – сконцентрироваться на процессе принятия моральных решений: помочь студентам в разработке инструментов для распознавания, анализа и решения моральных проблем, а также создать возможности для практики этих навыков, делая акцент на признании этических фактов и правил, а также на практических рассуждениях для решения моральных дилемм, на способность решать моральные проблемы как внутреннее благо; выступаем за нравственное развитие, основанное на навыках, на том основании, что тот, кто способен видеть более широкие последствия своих действий и способен использовать практический разум при принятии решений, с большей вероятностью примет правильные решения, чем тот, кто это делает, не имея этих навыков.

В курсах по этике профессионального общения, основанном на навыках, опираемся на два основных элемента: этическая чувствительность, что означает способность распознавать моральные аспекты конкретной ситуации, и моральное рассуждение, способность использовать рассуждения и практические навыки принятия решений для решения моральной проблемы.

Так же мы поддерживаем необходимость различных учебных дисциплин по этике, которые позволят студентам раскрывать рефлексивное мышление, приводя доводы в пользу обучения этической чувствительности, с опорой на интеграцию рассмотрения других ценностей на протяжении всей студенческой программы обучения.

Наше исследование показало, что оптимальное обучение происходит, когда используется подход, основанный на изучении конкретных случаев, который позволяет студентам практиковать свои навыки принятия моральных решений, и методы преподавания этики на основе тематических исследований работают лучше всего, так же можно выявить проблемы и указать условия, при которых конкретные профессиональные ролевые обязательства рекомендуют определенные действия, возможно так же разработать условия, которые повлияют на моральный анализ проблемы, и обосновать решения с точки зрения тех условий, которые применимы к проблеме. Это идеальный способ подойти к решению этических проблем профессионального общения.

Опираемся на то, что идеальный курс по этике профессионального общения опирается на опытных теоретиков по этике, которые способны представить студентам тематические исследования, относящиеся к их конкретной профессиональной области, таким образом, чтобы студенты могли изучить различные теоретические подходы к принятию моральных решений.

Именно философы – специалисты по этике обладают наиболее глубоким пониманием различных этических теорий и, следовательно, различных способов принятия этических решений, знакомя студентов с помощью различных тематических исследований, взятых из профессиональной области.

В продвинутых подразделениях профессиональной степени – магистерских программах, этика профессионального общения может быть усилена посредством дальнейших тематических исследований. При этом преподаватели, проводя профессиональный курс соответствующих дисциплин, должны находиться в постоянном диалоге, чтобы гарантировать, что выбранные тематические исследования остаются свежими и актуальными для профессиональной области высшего образования в меняющемся мире.

На базовом курсе по этике в бакалавриате студентам необходимо преподавать некоторые из основных нормативных теорий этики, которые предоставляют инструменты для размышления о принятии этических решений. Таким образом, студентам необходимо знать этику добродетели, деонтологические теории, естественное право и утилитаризм, а также основные этические теории. Как только они поймут основные теории, они смогут начать изучать конкретные примеры, зависящие от содержания этической проблемы.

Такой модуль бакалавриат – магистратура, преподаваемый в диалоге с соответствующими профессионалами преподавателями и практиками работодателями, может дать студентам возможность принять на себя твердые моральные обязательства и интегрировать их как в свою профессиональную, так и в частную жизнь.

#### **Литература**

1. Аристотель. Никомахова этика // Аристотель. Сочинения: в 4-х т. – Москва : Мысль, 1983. – Т. 4. – С. 54–293.
2. Гаран, Е. П. Жанрово-специфические характеристики спортивного дискурса: социо-прагматический подход / Е. П. Гаран // Наука без границ. – 2018. – № 6(23). – С. 96–100.
3. Клестова, О. А. Развитие коммуникативной компетентности будущих специалистов физической культуры и спорта / О. А. Клестова, И. Н. Ишимова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2020. – Т. 5, № 2. – С. 7–13.
4. Лютер Мартин. Время молчания прошло: Избранные произведения 1520–1526 гг. / Пер. с нем., ист. очерк, комментарии Ю. А. Голубкина. – Харьков : Око, 1992. – 352 с.
5. Максимова, С. Г. Гражданское сознание, гражданские инициативы и социальная активность населения как основы формирования гражданского общества в современной России / С. Г. Максимова // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 3. Гуманитарные и общественные науки. – 2015. – № 1. – С. 116–131.
6. Сериков, С. Г. Проектирование программы развития вуза физической культуры на основе системного подхода / С. Г. Сериков // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки». – 2020. – Т. 12, № 2. – С. 19–29.
7. Платон. Государство // Платон. Избранное. – Москва : Изд-во АСТ, 2004. – С. 37–384.
8. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – Москва : Ad marginem, 1997.

## ВЛИЯНИЕ СТУДЕНЧЕСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЙ НА ИМИДЖ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Е. А. Улыбина, Ю. Ю. Доменко  
Вятский государственный университет,  
г. Киров, Россия

## INFLUENCE OF STUDENT ASSOCIATIONS ON THE IMAGE OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION

E. A. Ulybina, Y. Y. Domenko  
Vyatka State University, Kirov, Russia

Рассмотрены основные теоретические молодежного студенческого движения и его влияние на имидж высшего учебного заведения. Изучен опыт взаимодействия административного персонала со студенческими объединениями. Предложены варианты для стимулирования студентов к формированию студенческих движений.

*Ключевые слова:* образовательный процесс, студенческие движения, студенческие объединения, имидж высшего учебного заведения, формирования имиджа ВУЗа, взаимодействие со студенческими движениями.

The main theoretical theories of the youth student movement and its impact on the image of a higher educational institution are considered. The experience of interaction between administrative staff and student associations has been studied. Options are proposed to stimulate students to form student movements.

*Keywords:* educational process, student movements, student associations, image of a higher educational institution, formation of the image of a university, interaction with student movements.

В информационном обществе высшему учебному заведению необходимо формировать привлекательный имидж для своего успешного функционирования на рынке предоставления образовательных услуг. От репутации высшего учебного заведения зависит его дальнейшее существование на рынке. Имидж ВУЗа формируется из нескольких понятных факторов: качество предоставляемого образования, уровень квалификации профессорско-преподавательского состава, статус опорного ВУЗа региона, наличие различных студенческих объединений и т. д. [4]

Чем обусловлена важность наличия различных студенческих объединений внутри высшего учебного заведения? Молодые люди все больше стремятся развивать себя в разных сферах жизни, в том числе творческой, спортивной, волонтерской и других. Одной из таких площадок для развития и точкой роста может стать ВУЗ.



Под студенческим объединением понимается добровольное объединение студентов, которое создается с целью решения вопросов, касающихся студенческого общества [1].

Студенческие объединения имеют широкую классификацию. Подробно она изложена на рисунке 1.

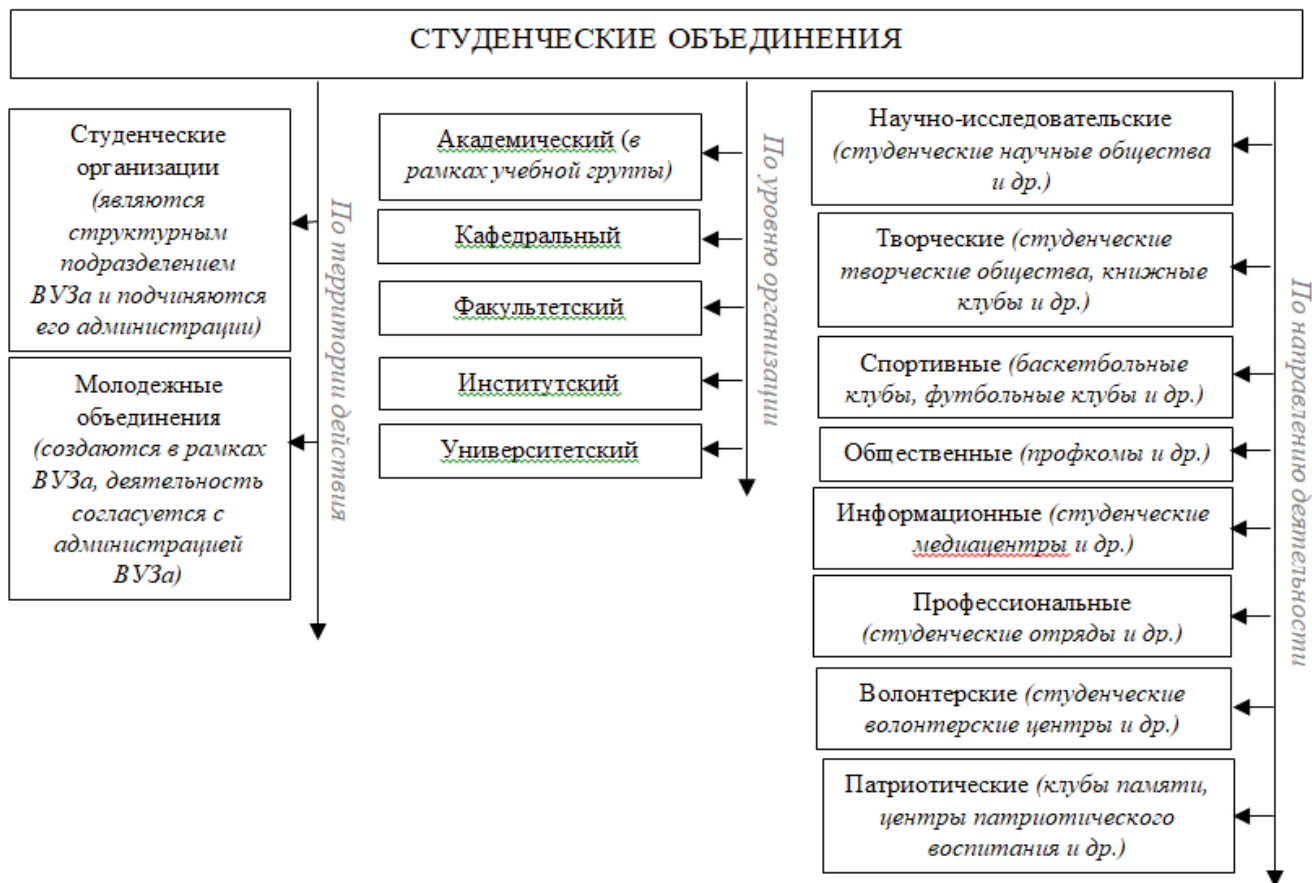


Рисунок 1 – Классификация студенческих объединений высшего учебного заведения [2]

Студенческие объединения различают по территории действия, уровню организации и направленности. Данная классификация подтверждает факт возможного многообразия молодежных движений внутри организации. Каждое направление таких объединений открывает перед администрацией и менеджерами учебного заведения целый спектр как возможностей, так и рисков.

Как было отмечено ранее, одним из направлений развития имиджа высшего учебного заведения может быть активное взаимодействие руководства со студенческими объединениями.

Студенческие объединения прежде всего формируют позитивную, дружелюбную атмосферу среди студентов, объединенных одним делом. Творческие, спортивные и научно-исследовательские объединения позволяют заявить о достижениях ВУЗа в культурной, научной и спортивной деятельности. Благодаря участию объединений в различных форумах, соревнованиях, конференциях,

конкурсах и олимпиадах на городских, региональных и всероссийских уровнях повышается медийность и узнаваемость университета.

Информационные студенческие объединения являются важнейшим фактором формирования имиджа ВУЗа в сети «Интернет». Студенческие медиacentры являются основными партнерами пресс-службы университета, которые при грамотном взаимодействии способны вывести социальные сети ВУЗа в топы и собрать максимальное количество охватов, внедряя современные алгоритмы по созданию контента. Тем самым такая работа по созданию актуальных современных видео-, фотоматериалов влечет за собой привлечение и возникновение заинтересованности абитуриентов для поступления в ВУЗ.

Активные студенты внутри студенческих объединений в свою очередь часто являются лауреатами премий, грантов и стипендий. Такие студенты несут за собой не только узнаваемость и повышение престижа высшего учебного заведения, но и привлечение инвестиций в развитие научных проектов, реализуемых на базе университета.

Создание института студенческого самоуправления также может повлечь некоторые риски для имиджа высшего учебного заведения. Недостаточное внимание к деятельности студенческого объединения может повлечь за собой распространение информации, порочащей репутацию университета или любого структурного подразделения внутри него. Студенческие объединения могут использовать и распространять непроверенную и недостоверную информацию. Все эти риски способны нанести ущерб имиджу высшего учебного заведения и его руководству.

В Вятском государственном университете активно осуществляют свою деятельность студенческие объединения, среди которых можно выделить Студенческий клуб, Волонтерский центр, Студенческий медиациентр, Студенческое Научное Общество и другие. Университет ежедневно взаимодействует с активными студентами, состоящими в различных молодежных движениях. Так, студенческие объединения помогают ВУЗу создавать контент для анонса мероприятий, участвуют во всероссийских форумах, соревнованиях и конкурсах, занимая призовые места, ведут активную волонтерскую деятельность, помогая гражданам, оказавшимся в трудных жизненных условиях.

Удмуртский государственный университет реализует студенческое самоуправление через Спортклуб, Студенческий Совет, КВН, Студенческий отряд охраны правопорядка и другие объединения. Студенческие объединения осуществляют деятельность по развитию туристической привлекательности территорий и осмыслению молодежью культурно-исторической ценности малой Родины; военно-исторические, спортивные проекты, патриотически ориентированные дискуссионные площадки, проекты, акцентирующие особое внимание на роли искусства в патриотическом воспитании и др.

В Нижегородский государственный педагогический университет имени К. Минина существуют профком студентов, студенческий совет, студенческий творческий центр, студенческие педагогические отряды «Фокус» и «Профи», жилищно-бытовая комиссия в общежитии, студенческие клубы.

Все перечисленные ВУЗы реализуют взаимодействие с институтами студенческого самоуправления через председателей студенческих объединений и руководителей структурных подразделений ВУЗа.

Центр социологических исследований в марте-июле 2023 провел исследование студенческого самоуправления в ВУЗах, особенности его деятельности и точки роста.

В ходе исследования была обозначена оценка молодежной политики в высших учебных заведениях Российской Федерации. Среди опрошенных 61% студентов нравится молодежная политика, проводимая ВУЗом, 7% – не нравится, 32% затрудняются ответить. Значительная часть всех опрошенных студентов затрудняется отвечать на вопросы о молодёжной политике вуза и о студенческом самоуправлении, что может демонстрировать низкую осведомлённость, низкую вовлеченность или отсутствие интереса к данному аспекту жизни вуза. При этом о наличии различных объединений студенты в основном осведомлены [3].

Среди российских студентов был проведен опрос «О работе каких служб поддержки, клубов, объединениях для студентов в Вашем вузе Вы знаете?» (рисунок 2).

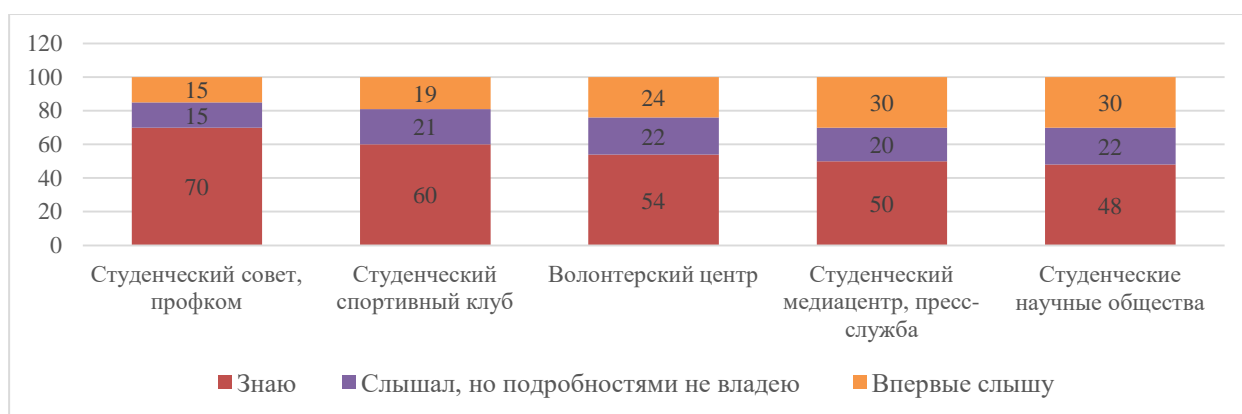


Рисунок 2 – Результаты опроса «О работе каких служб поддержки, клубов, объединениях для студентов в Вашем вузе Вы знаете?», % [3]

По результатам опроса в среднем более половины обучающихся знают о существовании в своем ВУЗе студенческих объединений.

Высшие учебные заведения стремятся поощрять активных студентов, вводя систему повышенных академических стипендий. По мнению некоторых именно финансовый фактор является доминирующим в системе мотивации студентов для вступления в различные студенческие объединения. Однако данное суждение недостоверно (рисунок 3).

Полученные данные могут свидетельствовать о том, что для мотивации студентов финансовая составляющая не является основополагающей. Вступая в студенческие объединения, молодые люди прежде всего хотят реализовать себя, свои проекты, мечты и желания, получить признание со стороны одногруппников, администрации ВУЗа и общества в целом.



Рисунок 3 – Результаты опроса «Что может замотивировать студентов более активно участвовать в деятельности студенческого самоуправления?», % [3]

Таким образом, среди вариантов стимулирования студентов к вступлению, созданию и развитию студенческих объединений можно отнести:

- возможность проявления творческого, спортивного, научно-исследовательского потенциала студента, путем создания различных соревновательных мероприятий;
- стипендиальное стимулирование;
- взаимодействие руководства ВУЗа со студенческими объединениями;
- возможность участия студенческих объединений в принятии управленческих решений;
- возможность проявлять свои знания и навыки на городских, региональных и всероссийских конкурсах.

Студенческие объединения – это мощный инструмент управления имиджем высшего учебного заведения. Они способствуют не только улучшению репутации организации, но и удовлетворяют потребности студентов в совместной деятельности, позитивной самореализации, общении, получении первичного профессионального опыта.

#### **Литература**

1. Голубева, О. В. Студенческие объединения: место и роль во внеучебной деятельности вуза / О. В. Голубева, А. В. Хижная, А. А. Бушуева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2017. – № 6. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/studencheskie-obedineniya-mesto-i-rol-vo-vneuchebnoy-deyatelnosti-vuza> (дата обращения: 24.01.2024).

2. Закунова, Е. Д. Роль студенческих объединений в ВУЗе / Е. Д. Закунова, А. Е. Анисимова, К. В. Слюзнева, К. С. Гордеев, А. А. Жидков // Современные научные исследования и инно-

ваши. – 2018. – № 12 [Электронный ресурс]. – URL: <https://web.snauka.ru/issues/2018/12/88388> (дата обращения: 20.01.2024).

3. Итоговый отчет Центра социологических исследований «Студенческое самоуправление в ВУЗах. Особенности и точки роста.» [Электронный ресурс]. – URL: <https://clck.ru/377Nqo> (дата обращения: 24.01.2024).

4. Резник, Г. А. Имидж вуза: сущность и основы формирования / Г. А. Резник, Ю. В. Ежова // E-Scio. 2019. №2 (29). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/imidzh-vuza-suschnost-i-osnovy-formirovaniya> (дата обращения: 24.01.2024).

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ МОЛОДЁЖИ**

**М. Т. Чилаева, докторант PhD отдела социологии Института философии, политологии и права им. А. Баховаддинова Национальной Академии Наук Таджикистана, Таджикистан, Душанбе**

## **FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE FOR THE PROCESS OF TRAINING YOUTH**

**Chilaeva Mukhaiyo Tokhirovna – doctoral student, PhD, Department of Sociology, Institute of Philosophy, Political Science and Law A. Bagoaddinova National Academy of Sciences of Tajikistan; Tajikistan, Dushanbe**

В данной статье автор рассматривает влияние здорового образа жизни на процесс обучения молодежи Таджикистана. Влияние здорового образа жизни на образование, по мнению многих социологов, проистекает из основных факторов качества жизни. Основой физической, трудовой и общественной деятельности человека является его здоровье, а такие основные показатели качества жизни, как труд, материальное благополучие, свободное время, брак и семья – прямо или косвенно – связаны с сохранением здорового образа жизни.

По данному вопросу было проведено социологическое исследование в среде молодежи Таджикистана. По результатам социологического исследования было выявлено следующие основные факторы, которые препятствуют на пути к здоровому образу жизни молодежи: не информированность молодежи о здоровом образе жизни, плохие экономические и социальные условия, семья не уделяет особое внимание формированию здорового образа жизни, нездоровая окружающая среда.

В связи с этим в данной статье автор попытался показать текущее состояние проблемы и дать выводы и предложения по преодолению ряда проблем.

**Ключевые слова:** молодежь, здоровье, здоровый образ жизни, образование, образовательная среда, образование молодежи, факторы.

In this article, the author examines the influence of a healthy lifestyle on the learning process of young people in Tajikistan. The influence of a healthy lifestyle on education, according to many sociologists, stems from the main factors of quality of

life. The basis of a person's physical, labor and social activity is his health, and such basic indicators of quality of life as work, material well-being, free time, marriage and family are directly or indirectly related to maintaining a healthy lifestyle.

A sociological study was conducted on this issue among the youth of Tajikistan. Based on the results of a sociological study, the following main factors were identified that hinder the path to a healthy lifestyle for young people: lack of awareness among young people about a healthy lifestyle, poor economic and social conditions, the family does not pay special attention to the formation of a healthy lifestyle, unhealthy environment.

In this regard, in this article the author tried to show the current state of the problem and give conclusions and suggestions for overcoming a number of problems.

**Keywords:** *youth, health, healthy lifestyle, education, educational environment, youth education, factors.*

В наше время проблема здорового образа жизни охватывает все аспекты человеческой деятельности. Образование также является одной из областей, в котором невозможно добиться успеха без формирования здорового образа жизни. С точки зрения социологии, здоровье человека и здоровый образ жизни определяют пример поведения человека в социальной среде. На сегодняшний день понятие «здоровый образ жизни» по-разному определено представителями научной мысли. Представители социологии придерживаются единой точки зрения при обсуждении здорового образа жизни с образованием. Они рассматривают здоровый образ жизни как социальную проблему и считают его частью жизни всего общества [1, с. 23]. Школы и университеты являются частью единой системы введения здорового образа жизни и имеют сложную междисциплинарную подсистему, в том числе ценностную, социально-культурную, правовую, организационную, управленческую, педагогическую, гигиеническую и лечебно-профилактическую, спортивную, медицинскую и социальную. Учебная среда является одной из основных направлений развития личности. С учетом того, что наряду с воспитанием человека внешняя среда играет решающую роль в процессе деятельности, задача образовательной среды состоит в пропагандистской работе по ведению здорового образа жизни.

Связь здорового образа жизни с образованием исследовали многие исследователи. Один из выдающихся российских исследователей Владислав Ремирович Кучма подчеркивает связь здорового образа жизни с образованием: «Чтобы добиться успеха, мы должны в процессе обучения наладить длительную внеклассную деятельность, воспитательную деятельность, уменьшить стрессы и стрессы, увеличить ходьбу на свежем воздухе, физическую активность» [2, с. 10]. Потому что это может повлиять на физическое и психологическое образование студента. Здоровый образ жизни и его связь образования обеспечивается рядом условий [3, с. 100]:

- наличием ориентированного на здоровье образовательного пространства в регионе;
- наличием здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды в общеобразовательной организации;

- принятием и разделением участниками образовательного процесса целей, направленных на обеспечение здоровьесозидающей деятельности;
- функционированием и развитием организационной культуры, включающей ценность здоровья;
- деятельностью руководства общеобразовательной организации по формированию мотивации всех участников образовательного процесса на здоровый образ жизни;
- наличием методического, диагностического, социально-психологического и организационного обеспечения процесса формирования мотивации к здоровому образу жизни субъектов образовательных отношений и другие.

Республика Таджикистан также является одним из государств, в своей социальной политике особое внимание уделяющей формированию здорового образа жизни молодежи. Согласно анализу Фонда влияния Организации Объединенных Наций, Таджикистан является одной из молодых стран, где молодежь по статистическим данным составляет более 70 процентов населения страны, из них 38 процентов составляют молодые люди в возрасте от 14 до 35 лет [4]. Чтобы сформировать здоровый образ жизни среди молодежи, необходимо уделять особое внимание ее основным аспектам, что создает основу для формирования здорового образа жизни молодежи. Государство, признавая здоровый образ жизни молодежи одним из важных и необходимых условий их физического и психологического развития, принимает необходимые меры для укрепления правовой базы, развития инфраструктуры сферы здравоохранения и улучшения качества медицинского обслуживания, пропаганды и поощрения здорового образа жизни, повышения качества образования.

В этом направлении принимаются и реализуются многочисленные программные документы, в том числе, Государственная программа репродуктивного здоровья на 2019–2022 годы, Стратегия питания и физической активности в Республике Таджикистан на 2015–2024 годы, Стратегия устойчивого развития школьного питания в Республике Таджикистан на период до 2027 года, Программа профилактики ожирения и формирования здорового питания в Республике Таджикистан на 2019–2024 годы и Закон РТ «Об ответственности родителей за обучение и воспитание детей» [7].

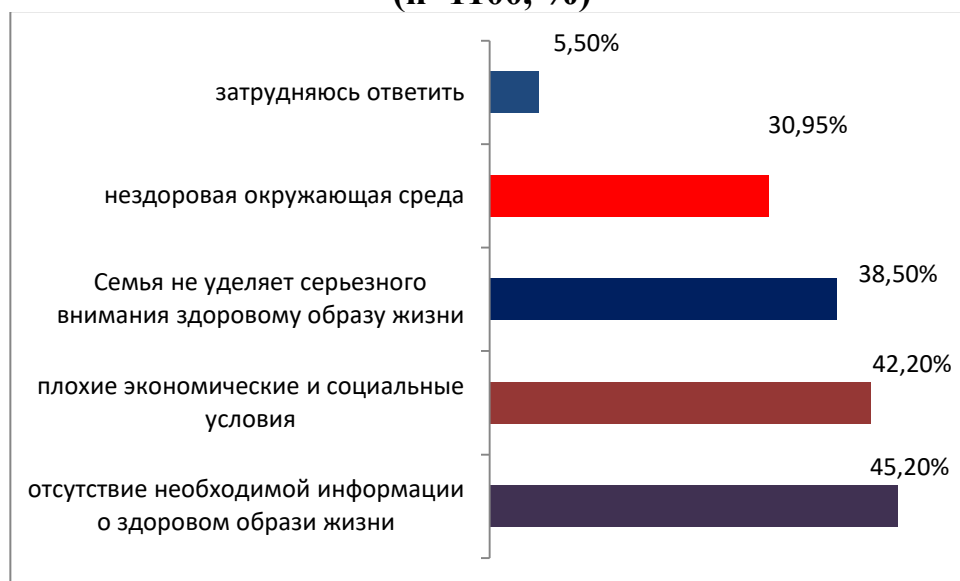
На сегодняшний день большую часть населения Таджикистана составляет молодежь, которая является продолжателем деятельности старшего поколения, созидательной силой и реальным потенциалом развития общества, будущего нации и государства, где эффективная реализация государственной молодежной политики находится в центре деятельности государства и правительства Таджикистана с первых дней независимости. Как известно, одним из основных факторов развития любой страны, наряду с другими ценностями, являются человеческие ресурсы, в том числе качественное образование. Это позволит рассматривать государственную молодежную политику как одну из важных направлений развития общества. Особое внимание уделяется здоровому образу жизни и его влиянию на образовательный процесс, как стратегический и приоритетный сектор государственной политики на всех этапах развития общества. В связи с тем, что основную часть населения Таджикистана составляют граждане до 30 лет, а средний возраст населения составляет 24,7 года [5, с. 86].

Государственная молодежная политика носит активный инновационный и производственный характер и отражает трудовой и творческий потенциал молодежи. Сегодня реализация государственной молодежной политики направлено на создание правовых, экономических и организационных условий, гарантий выбора молодежью жизненного пути, личной самореализации молодежи, развития и поддержки общественных объединений молодежи и детей. Правительство Таджикистана постоянно поддерживает созидательные инициативы и предложения молодежи и создает возможности для их реализации. В этой связи молодежь должна быть наиболее активной из всех слоев общества, предлагать конструктивные инициативы, активно участвовать в политической и социальной жизни Таджикистана, защищать безопасность государства, патриотическую честь и достоинство, защищаться от всех нежелательных рисков и опасностей современного мира и быть носителем этой земли.

Здоровый образ жизни является основой личного, семейного и социального благополучия человека, и вопросам здорового образа жизни каждый человек должен уделять особое внимание на протяжении всей жизни. В основе понятия «здоровый образ жизни» лежит социально-психологическое поведение людей, основные гигиенические условия формирования организма.

По результатам социологического исследования проведенного в 2022 году в Таджикистане, по мнению 45,2% респондентов, одним из препятствий на пути к здоровому образу жизни является отсутствие необходимой информации о здоровом образе жизни. 42,2% респондентов считают, что плохие экономические и социальные условия являются препятствием для здорового образа жизни. Также 38,5% опрошенных отметили, что препятствием к здоровому образу жизни является то, что семья не уделяет внимания формированию здорового образа жизни, а 30,9% считают препятствием для здорового образа жизни нездоровую окружающую среду [6, с. 44–46].

**На Ваш взгляд, какие факторы мешают здоровому образу жизни молодежи?  
(n=1100, %)**



Влияние здорового образа жизни на образование, по мнению многих социологов, проистекает из основных факторов качества жизни. Основой физической, трудовой и общественной деятельности человека является его здоровье, а такие



основные показатели качества жизни, как труд, материальное благополучие, свободное время, брак и семья – прямо или косвенно – связаны с сохранением здорового образа жизни.

#### **Литература**

1. Киселева, М. П. Основы здорового образа жизни / М. П. Киселева. – Москва : Наука, 2016. – 342 с.
2. Кучма, В. Р. Школа здоровья: организация работы, мониторинг развития эффективности / В. Р. Кучма. – Москва : Просвещение, 2011. – 142 с.
3. Леванова, Е. А. Педагогические технологии. Здоровье сберегающие технологии в образовании : Учебное пособие для студентов педагогических вузов / Е. А. Леванова, В. Е. Цибульникова. – Москва : МПГУ, 2017. – 150 с.
4. Молодежь – сила интеграции. – Режим доступа : <http://majmilli.tj/> (дата обращения 29.12.2022)
5. Насурова, Б. А. Здоровый образ жизни современной молодежи / Б. А. Насурова, М. Т. Чилаева // Вестник Института философии, политологии и права имени А. Баховадинова Национальной академии наук Таджикистана. – 2021. – №3. – С. 86–89 .
6. Шоисматуллоев, Ш. Изучение социально-экономических проблем Республики Таджикистан / Ш. Шоисматуллоев, Ф. С. Миров // Институт философии, политологии и права им. А. Баговадинова НАНТ. – Душанбе, 2022. – 82 с.
7. Национальная программа формирования здорового образа жизни в Республике Таджикистан на 2011–2021 годы. – Режим доступа : <http://komron.info/cr/barnomai-solim> (дата обращения 29.01.2024)

## **АНАЛИЗ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧАСТНИКОВ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УСЛОВИЯХ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ КАК ИНСТРУМЕНТ ЭФФЕКТИВНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**

**М. С. Шакамалова, О. А. Макунина**  
Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия

## **ANALYSIS OF THE INTERACTION OF PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS IN A SPORTS SCHOOL AS A TOOL FOR EFFECTIVE FUNCTIONING**

**Maria Shakamalova, Olga Makunina**  
Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia

Рассматривается проблема трудовых отношений в детско-юношеской спортивной школе «Луч» г. Чебаркуль. Автором проводится анализ взаимодействия руководства спортивной школы и тренеров, а также взаимодействие тренеров с воспитанниками. Представлены результаты анкетирования тренеров по лыжным гонкам и спортивному ориентированию. Вскрываются проблемные места в сфере менеджмента и управления тренерским коллективом спортивной школы. Отмечается недостаточная согласованность действий тренеров между собой. Проведено анкетирование спортсменов, которое выявило особенности проведения

тренировочного процесса, интерес к проводимым тренировкам и участию в спортивных соревнованиях.

На основе результатов проведенного исследования автором сформулированы практически рекомендации по устранению выявленных проблем и недостатков в работе тренеров и их взаимоотношения между собой.

***Ключевые слова:** тренер; детско-юношеская спортивная школа; трудовые обязанности; юные спортсмены; тренировочный процесс; спорт; спортивный менеджмент.*

The problem of labor relations in the children's and youth sports school "Luch" in Chebarkul is considered. The author analyzes the interaction of the sports school management and coaches, as well as the interaction of coaches with students. The results of a survey of ski racing and orienteering coaches are presented. The problematic areas in the field of management and management of the coaching staff of a sports school are revealed. There is a lack of coordination of the coaches' actions among themselves. A survey of athletes was conducted, which revealed the peculiarities of the training process, interest in training and participation in sports competitions.

Based on the results of the study, the author formulated practical recommendations to eliminate the identified problems and shortcomings in the work of trainers and their relationship with each other.

***Keywords:** coach; youth sports school; work responsibilities; young athletes; training process; sports; sports management.*

**Актуальность исследования.** Занятие физической культурой и спортом, это социально значимая деятельность, во многом благодаря тому, что «сохранение здоровья молодежи является приоритетной государственной задачей» [2, с. 94]. Организация, построение и проведение тренировочного процесса во многом зависит от качества выполнения трудовых обязанностей тренерами спортивной школы. Для повышения качества работы педагогических работников делается не мало, например, проводятся курсы повышения квалификации [1, с. 37]. Но, кроме этого, для эффективного управления и стимулирования тренеров к выполнению своих трудовых обязанностей необходимо изучать отношение работников к своему труду.

Для более ясного понимания рассматриваемого вопроса, следует сказать, что под управленческой деятельностью в сфере физической культуры и спорта подразумевается выполнение организации и координации деятельности специалистов и занимающихся с целью решения задач физкультурно-спортивной направленности [3, с. 6]. Управление физической культурой и спортом представляет собой систему реализации деятельности, направленной на обеспечение эффективного функционирования физкультурно-спортивных организаций по предоставлению специфических услуг. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта – это специальная теория и практика управления физкультурными и спортивными организациями в условиях рыночных отношений, это один из

отраслевых видов менеджмента, одна из отраслевых сфер управленческой деятельности в рыночных условиях.

Деятельность тренеров регулируется трудовым законодательством и внутренним уставом спортивной школы. Среди обязанностей тренеров основными являются: проведение тренировок; участие в проведении и организации спортивных соревнований; ведение методической деятельности (имеется ввиду разработка тренировочных программ). Для выполнения основных обязанностей тренеров необходимы согласованные действия. Тренерам нужно распределять обязанности, договариваться между собой по поводу расписания, занятия спортивной площадки, распределения функций и обязанностей во время проведения спортивных соревнований. Тесное взаимодействие тренеров друг с другом позволяет наиболее эффективно выполнять свои трудовые обязанности. В связи с этим руководителю следует уделять данному аспекту достаточно внимания.

Эффективность функционирования спортивной школы определяется взаимодействием всех участников учебно-тренировочного процесса: отношением тренеров к выполнению своих трудовых обязанностей, созданием комфортного психологического климата в спортшколе и другое.

**Цель исследования:** провести анализ взаимодействия участников учебно-тренировочного процесса в условиях спортивной школы как инструмента эффективного функционирования.

**Организация и методы исследования.** Исследование проводилось на базе детско-юношеской спортивной школы «Луч» г. Чебаркуль. В исследовании приняли участие 12 тренеров по спортивному ориентированию и лыжным гонкам. Проведено анкетирование тренеров и спортсменов. В анкетировании приняли участие 21 спортсмен (девушки и юноши) в возрасте от 12 до 16 лет. Все участники исследования и представители несовершеннолетних были уведомлены о целях исследования и подписали добровольное согласие на участие в анкетировании.

В ходе проведения исследования, мы провели анкетирование тренеров спортивной школы и их воспитанников. Тренерам были предложены вопросы, связанные с работой тренера, его отношения к выполнению обязанностей, отношению к соблюдению графика тренировок и подготовки спортсменов к участию в спортивных соревнованиях.

С детьми были обсуждены общие вопросы режима тренировок и учебы в школе, отношения детей к своему тренеру. Раскрывались вопросы выявления стремления юных спортсменов к достижению спортивных результатов, выполнению разрядных нормативов и выполнению каких-либо ключевых нормативов.

Результаты исследования обработали математическим анализом.

**Результаты исследования.** Результаты анкетирования тренеров представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты анкетирования тренеров детско-юношеской спортивной школы «Луч»

№	Вопрос	Да	Нет
1	Вас устраивает заработная плата?	8 (66%)	4 (34%)
2	Вас устраивает система распределения оплаты?	7 (58%)	5 (42%)
3	Вас устраивает система взаимодействия с другими тренерами спортивной школы?	10 (83%)	2 (17%)
4	Бывают ли у вас вопросы, которые касаются организации работы, но с которыми вы не знаете к кому обратиться?	2 (17%)	10 (83%)
5	Вас устраивает система взаимодействия спортивной школы с детьми и родителями?	10 (83%)	2 (17%)
6	Вам понятны обязанности и требования, предъявляемые к вам со стороны работодателя?	9 (75%)	3 (25%)

Как видно из полученных данных анкетирования тренеров спортивной школы, практически у всех есть четкое представление о предъявляемых к ним требованиях. Тренеров в большинстве устраивает заработная плата, хотя и не все понимают, как именно идет распределение выплат. Больше всего не ясным остается вопрос распределения спортивных групп по уровням подготовки и в связанными с этим почасовой оплатой. Но общий принцип им понятен, поэтому данные трудности носят скорее поверхностный характер, а не системный и серьезный. Интересным является то наблюдение, что между тренерами хорошие отношения, но в тоже время они не всегда могут договориться о распределении обязанностей и функций, и также периодически не могут поделить тренировочную площадку. Это не создает больших и эмоциональных конфликтов внутри коллектива, но тем не менее приносит некоторые неудобства и может изменить план тренировки и подготовки юных спортсменов.

Результаты анкетирования юных воспитанников представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты анкетирования спортсменов детско-юношеской спортивной школы «Луч»

№	Вопрос	Да	Нет
1	Нравится заниматься в спортивной школе?	17 (81%)	4 (19%)
2	Понимаешь, что от тебя требует тренер?	15 (71%)	6 (29%)
3	Нравится принимать участие в спортивных соревнованиях?	12 (57%)	9 (43%)
4	Без затруднений получается совмещать тренировки и учебу в общеобразовательной школе?	11 (52%)	10 (48%)
5	Как ты думаешь, родителям нравится, что ты занимаешься спортом?	21 (100%)	0 (0%)

Как видно из полученных данных анкетирования юных спортсменов, у них у всех есть желание заниматься спортом. Большинству детей нравится заниматься. Примерно половина опрошенных отметили, что им удастся успешно совмещать учебу и тренировки. Детям нравится заниматься спортом, они желают участвовать на спортивных соревнованиях, а их родители в 100% не против занятий спортом.

**Заключение.** По результатам проведенного анкетирования и бесед с тренерами можно сделать следующие выводы. Тренеры относятся к выполнению своих обязанностей с высоким уровнем ответственности. Такое отношение во многом связано с тем, что контроль (хоть и через мнение детей) за их работой осуществляют родители юных спортсменов. Но в то же время, тренеры зачастую могут пренебрегать некоторыми профессиональными обязанностями, которые не видны непрофессиональному взгляду родителей или детям. Так, например, тренеры пренебрегают достаточным планированием тренировочного процесса, в связи с чем, тренировки проходят по «наитию», не имея четкой структуры и последовательности упражнений. Также, тренеры могут пренебрегать контролем за качеством выполнения упражнений. К сожалению, в списке обязанностей нет уточнений по поводу контроля за методической деятельностью тренера. Обговаривается только время и общие функции тренера, что, по нашему мнению, является недостаточным.

Также особенностью работы тренеров является их взаимодействие между собой. К сожалению, между тренерами периодически возникает недопонимание, которое выражается в «накладках» во время проведения спортивных соревнований и реже, но все-таки периодически бывает, в процессе тренировок. Так, тренировочный круг может быть занят одновременно двумя тренерами с группами занимающихся, что ставит под сомнение качество тренировки т.к. заниматься эффективно может только одна группа детей. Такая ситуация получается из-за того, что тренеры не договорились об очередности заранее.

По результатам проведенного анкетирования и бесед с юными спортсменами можно сделать следующие выводы. Детям нравится заниматься спортом и ощущают, что им уделяют достаточно времени и сил на тренировках. Периодически внутри группы возникают конфликты, но в целом они быстро гасятся и это не портит общего впечатления от тренировки. В целом наблюдается общее положительное отношение детей к тренерам и тренировочному процессу. Дети имеют достаточную мотивацию и проявляют желание участвовать в спортивных соревнованиях.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что тренеры выполняют свои обязанности полностью, но не всегда с максимально возможным качеством. Впрочем, это не сильно отражается на тренировочном процессе и на отношении детей к занятиям спортом.

Одной из актуальных проблем управленческого характера можно выявить недостаточное взаимодействие тренеров между собой. Решение обозначенной проблемы, позволит улучшить работу по подготовке юных спортсменов всей спортивной школы в целом.

Для обеспечения эффективного функционирования спортивной школы мы разработали **практические рекомендации**:

1 Необходимо составить инструкции для всех членов и работников спортивной школы. Данная рекомендация позволит лучше понимать и выполнять свои обязанности каждым тренером, а при возникновении спорных ситуаций быстро находить наиболее эффективное решение.

2 С тренерским коллективом необходимо организовывать семинары и беседы по раскрытию и обсуждению опыта тренировки. Данные мероприятия позво-

лест улучшить понимание индивидуальных особенностей детей, способствуют обмену наиболее действенными и эффективными способами тренировки.

3 Необходимо организовать единый чат или платформу для общения в мессенджерах. Это позволит повысить уровень доступности общения между сотрудниками, улучшит коммуникативную среду в спортивной школе, что в конечном счете обеспечит более эффективное взаимодействие тренеров между собой.

#### **Литература**

1. Клестова, О. А. Анализ удовлетворенности повышением квалификации профессорско-преподавательского состава УралГУФК как обеспечивающего качество образовательного процесса элемента образовательной системы вуза / О. А. Клестова // Вестник ЮУрГУ. Серия : Образование. Педагогические науки. – 2018. – №3. – С. 37–43.

2. Макунина, О. А. Психофизиологические характеристики студентов-спортсменов в условиях «двойной карьеры» / О. А. Макунина, И. Ф. Харина // Психология. Психофизиология. – 2022. – №4. – С. 94–105.

3. Сериков, С. Г. О показателях эффективности управления образовательной организацией высшего образования (на примере УралГУФК) / С. Г. Сериков, О. А. Клестова // Вестник ЮУрГУ. Серия : Образование. Педагогические науки. – 2021. – №4. – С. 6–18.

## **ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМОРАЗВИТИЕ СТУДЕНТА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Л. Р. Юсупова**

**Уфимский университет науки и технологий, г. Уфа, Россия**

## **PROFESSIONAL SELF-DEVELOPMENT OF A STUDENT AS A FACTOR IN IMPROVING THE QUALITY OF HIS PROFESSIONAL TRAINING**

**Leisan Yusupova**

**Ufa University of Science and Technology, Ufa, Russia**

В данной статье исследуется роль профессионального саморазвития студента в повышении качества его профессиональной подготовки. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью студентам совершенствовать свои профессиональные навыки и знания для успешного вхождения в современный рынок труда. В статье рассматриваются основные аспекты профессионального саморазвития, такие как установление профессиональных целей, поиск и анализ информации, развитие навыков самоорганизации и самоконтроля.

**Ключевые слова:** образование, профессиональная подготовка, саморазвитие, профессиональное саморазвитие, студент.

This article examines the role of a student's professional self-development in improving the quality of his professional training. The relevance of this topic is due to the need for students to improve their professional skills and knowledge in order to successfully enter the modern labor market. The article discusses the main aspects of

professional self-development, such as setting professional goals, searching and analyzing information, developing self-organization and self-control skills.

*Keywords: education, professional training, self-development, professional self-development, student.*

Современное общество требует от выпускников учебных заведений более высокого уровня квалификации и готовности к профессиональной деятельности. В связи с этим, профессиональное саморазвитие студента становится важным фактором в повышении качества его профессиональной подготовки. Профессиональное саморазвитие представляет собой необходимость студента совершенствовать свои профессиональные навыки, расширять свои знания и развивать самоорганизацию и самоконтроль.

Профессиональное саморазвитие студента представляет собой активный процесс, включающий самостоятельное изучение новых теорий, приобретение новых навыков и умений, а также постоянное совершенствование уже имеющихся. Этот процесс позволяет студентам расширять свои профессиональные знания и навыки, что способствует повышению их квалификации и росту их конкурентоспособности на рынке труда.

Одним из важных аспектов профессионального саморазвития студента является установление профессиональных целей. Это позволяет студенту четко определить свое направление развития и задать конкретные цели, к которым он будет стремиться. Установление профессиональных целей помогает студенту лучше понять свои интересы, мотивацию и способности, что способствует более эффективному освоению профессиональных навыков.

Поиск и анализ информации. Для успешного профессионального саморазвития студенту необходимо научиться эффективно искать и анализировать информацию. В современном информационном обществе доступ к знаниям стал намного проще, но важно научиться отбирать и использовать только достоверные и актуальные источники информации. Это позволит студенту быть в курсе последних тенденций и достижений в своей профессиональной сфере.

Развитие навыков самоорганизации и самоконтроля. Другим важным аспектом профессионального саморазвития студента является развитие навыков самоорганизации и самоконтроля. Студенту нужно научиться планировать свое время, устанавливая приоритеты и контролировать свой прогресс в достижении поставленных целей. Развитие навыков самоорганизации и самоконтроля позволит студенту эффективнее использовать свое время и ресурсы для профессионального роста.

Профессиональное саморазвитие студента часто связано с развитием его коммуникативных навыков и способности к работе в команде. В современных профессиональных сферах все больше акцентируется на коллективной работе и взаимодействии с разными специалистами. Поэтому студенты, активно развивающие свою коммуникативную культуру и навыки, имеют больше шансов успешно влиться в реальную профессиональную среду.

Исследования показывают, что профессиональное саморазвитие студента положительно влияет на качество его профессиональной подготовки. Студенты,

которые активно занимаются саморазвитием, более глубоко погружаются в изучаемую область, приобретают больше практических навыков и лучше справляются с реальными профессиональными задачами. Также, профессиональное саморазвитие способствует развитию самоуверенности и профессионального роста студента.

Профессиональное саморазвитие студента может проявляться и развиваться через различные методы. Вот некоторые из них:

1. Чтение и изучение специализированной литературы: студент может самостоятельно изучать специфические темы, связанные с его профессиональной областью, читать учебники, научные статьи, журналы и другие источники информации.

2. Посещение профессиональных конференций и семинаров: студент может принимать участие в мероприятиях, организованных в его области знаний, чтобы узнать о последних достижениях и тенденциях, а также обменяться опытом с коллегами.

3. Участие в научно-исследовательской деятельности: студент может участвовать в научных проектах или самостоятельно проводить исследования в своей области, что способствует расширению знаний и развитию аналитических и исследовательских навыков.

4. Практическое обучение и стажировка: студент может пройти практику или стажировку в специализированной организации или предприятии, где он сможет получить практический опыт работы и применить свои знания на практике.

5. Общение с опытными профессионалами: студент может изучать опыт и знания более опытных и квалифицированных специалистов в своей области, общаться с ними, задавать вопросы и получать советы от них.

6. Онлайн-курсы и образовательные ресурсы: современные технологии позволяют студентам изучать новые темы и получать знания через онлайн-курсы, вебинары, видеолекции и другие образовательные ресурсы.

7. Самооценка и рефлексия: студент может самостоятельно анализировать свои достижения и ошибки, задавать себе вопросы о своих сильных и слабых сторонах, разрабатывать планы для своего дальнейшего профессионального развития.

Все эти методы могут помочь студенту развивать свои профессиональные навыки, знания и компетенции, а также повысить свою конкурентоспособность на рынке труда.

Таким образом, профессиональное саморазвитие студента играет важную роль в повышении качества его профессиональной подготовки. Установление профессиональных целей, поиск и анализ информации, развитие навыков самоорганизации и самоконтроля – все это позволяет студенту лучше понять свои интересы, развить свои профессиональные навыки и достичь успеха.

#### *Литература*

1. Гаранина, Р. М. Дидактические принципы процесса формирования субъектной позиции студента / Р. М. Гаранина // *Образование и наука*. – 2017. – Т. 19. – № 4. – С. 58–83.



2. Потемкин, В. К. Самопознание, самопоиск и саморазвитие молодежи в современной России / В. К. Потемкин // *Телескоп: журнал социологических и маркетинговых исследований*. – 2021. – № 4. – С. 61–68.

3. Щукина, М. А. Внутренняя картина опыта саморазвития / М. А. Щукина // *Психологические исследования*. – 2017. – Т. 10. – № 52. – С. 5.

4. Хардин, Ю. А. Инициатива в научном творчестве / Ю. А. Хардин // *Научное творчество: особенности и актуальные проблемы*. – Свердловск, 1984. – С. 94–103.

## **ОСОБЕННОСТИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЕ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПРОЦЕСС СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ**

**Л. Р. Юсупова**

**Уфимский университет науки и технологий, г. Уфа, Россия**

## **FEATURES OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN A STUDENT GROUP AND THEIR IMPACT ON THE PROCESS OF PERSONALITY FORMATION**

**Leisan Yusupova**

**Ufa University of Science and Technology, Ufa, Russia**

Студенческая жизнь представляет собой важный этап в жизни человека, в течение которого происходит формирование личности и становление межличностных отношений. В данной научной статье рассматриваются особенности и влияние межличностных отношений в студенческой группе на процесс становления личности студента. Анализируются такие аспекты, как интенсивность общения и взаимодействия, разнообразие социальных ролей, влияние группового мнения и взаимопомощь и поддержка, а также их роль в формировании самооценки, коммуникативных навыков и умения работать в команде. Делается вывод о значимости эффективного взаимодействия и использования групповых ресурсов для успешного становления и развития личности студента.

***Ключевые слова:** образование, студенческая группа, становление личности, межличностные отношения.*

Student life is an important stage in a person's life, during which the formation of personality and the formation of interpersonal relationships takes place. This scientific article examines the features and influence of interpersonal relationships in a student group on the process of becoming a student's personality. The article analyzes such aspects as the intensity of communication and interaction, the variety of social roles, the influence of group opinion and mutual assistance and support, as well as their role in the formation of self-esteem, communication skills and the ability to work in a team. The conclusion is made about the importance of effective interaction and the use of group resources for the successful formation and development of a student's personality.

*Keywords: education, student group, personality formation, interpersonal relations.*

Студенческая жизнь является одним из самых важных этапов в жизни каждого человека, так как именно здесь происходит формирование личности, развитие профессиональных качеств и навыков, а также становление межличностных отношений. Студенческая группа представляет собой микросоциум, где происходит активное взаимодействие участников, что оказывает существенное влияние на процесс становления личности.

Студенческая группа является одним из наиболее важных социальных контекстов, в которых происходит формирование и развитие личности студента. В процессе обучения и взаимодействия с другими студентами, студенты развивают свои коммуникативные навыки, учатся работать в команде, приобретают новые знания и навыки, которые будут полезны им в будущей профессиональной деятельности. Кроме того, студенческая группа может оказывать влияние на развитие самооценки студента, его уверенности в своих силах и способностях.

В настоящее время проблема изучения студенческих групп является одной из ключевых в социальной психологии. Студенческую группу рассматривают как совокупный субъект деятельности и общения, так как именно в этой группе формируется личность будущего специалиста. Исследования таких ученых, как Б. Г. Ананьев, Н. В. Кузьмина, А. А. Реан, В. И. Слободчиков, В. А. Сластенин, Е. И. Степанова, Л. И. Уманский, А. С. Чернышев, С. В. Сарычев, В. В. Балашов, И. Н. Логвинов, Ю. М. Кондратьев, С. Г. Елизаров, Н. Н. Селифанов, Д. В. Беспалов, позволили накопить значительный эмпирический и теоретический материал по данной теме. Межличностные отношения студентов зависят от их возрастных особенностей и специфики деятельности, которую они выполняют в рамках своей учебной деятельности.

В своих трудах, отечественный психолог А. Н. Леонтьев утверждал, что личность человека неотделима от его деятельности. Это означает, что в процессе своей активности человек постоянно развивается, приобретает новые качества и свойства, которые формируют его индивидуальность. Леонтьев подчеркивал, что именно через деятельность человек реализует свои потребности, интересы, ценности и мотивы, которые, в свою очередь, определяют его поведение и отношение к окружающему миру. Так, деятельность выступает как основной механизм формирования личности, определяющий ее структуру, динамику и направление развития [4].

Основная идея В. Н. Мясищева заключается в том, что фундаментальные потребности человека и его личностные свойства активно проявляются и развиваются в процессе взаимодействия людей. Он подчеркивает важность двустороннего взаимодействия между людьми и его влияние на формирование личности. В этом процессе человек не только воздействует на окружающую среду и предметы, но и активно взаимодействует с другими людьми, что оказывает значительное влияние на его развитие [5].

Межличностные отношения в студенческой группе характеризуются рядом особенностей, которые обусловлены возрастными и социальными особенностями

студентов, а также спецификой обучения и взаимодействия в образовательном процессе. Рассмотрим основные особенности межличностных отношений [1]:

1. Интенсивность общения и взаимодействия. В студенческой группе общение и взаимодействие между участниками происходят на более высоком уровне, чем в других возрастных группах. Это связано с тем, что студенты вынуждены постоянно взаимодействовать друг с другом в процессе учебы, выполнения групповых заданий, участия в мероприятиях и т. д.

2. Разнообразие социальных ролей. В рамках студенческой группы каждый участник выполняет различные социальные роли, такие как лидер, ведомый, критик, организатор, генератор идей и др. Такое разнообразие ролей способствует развитию коммуникативных и организаторских навыков, а также формированию умения работать в команде и принимать решения.

3. Влияние группового мнения. В студенческой среде групповое мнение играет важную роль в формировании отношений и поведения участников. У студентов часто возникает желание соответствовать групповым нормам, что может приводить к конформизму и подавлению индивидуальности. Однако групповое мнение также может стимулировать развитие критического мышления, стремление к самосовершенствованию и повышению уровня знаний.

4. Взаимопомощь и поддержка. В студенческой жизни часто возникают ситуации, когда участники группы нуждаются в помощи и поддержке своих товарищей. Межличностные отношения, основанные на взаимопомощи и поддержке, способствуют укреплению связей между студентами, развитию эмпатии и навыков разрешения конфликтов.

Межличностные отношения в студенческой группе оказывают значительное влияние на процесс становления личности студента. Рассмотрим основные аспекты этого влияния [2]:

1. Формирование самооценки и самоуважения. В процессе межличностного общения и взаимодействия у студентов формируется представление о себе и своих способностях, что влияет на их самооценку и самоуважение. Положительное отношение со стороны одноклассников и признание успехов могут стимулировать рост уверенности в себе и своих силах, в то время как негативные оценки и критика могут снижать самооценку и вызывать неуверенность в своих возможностях.

2. Развитие коммуникативных навыков и умений. Межличностное общение в студенческой группе способствует развитию у студентов коммуникативных навыков, таких как умение слушать и слышать, выражать свои мысли и чувства, аргументировать свою позицию, а также разрешать конфликты и находить компромиссы.

3. Формирование навыков работы в команде. В ходе совместной работы над учебными проектами, выполнением групповых заданий и участием в различных мероприятиях студенты учатся работать в команде, распределять роли и обязанности, учитывать интересы и мнения других участников, а также достигать общих целей.

О. В. Хухлаева отмечает, что на первых курсах обучения в институте студенты часто общаются в больших группах. Это может быть связано с тем, что студенты только начинают знакомиться друг с другом и формировать свои социальные связи. Общение в больших группах может помочь студентам быстрее адаптироваться к новой обстановке и установить контакты с другими студентами [7].

На первом курсе студенты знакомятся с новыми для них формами студенческой жизни. Их поведение характеризуется высокой степенью конформности, они не всегда могут адекватно оценить свою роль в коллективе.

На втором курсе студенты испытывают наибольшую учебную нагрузку. Они активно участвуют во всех формах обучения и воспитания, формируют свои культурные потребности и запросы.

Третий курс знаменует начало специализации студентов. Укрепляется их интерес к научной работе и углубляются профессиональные интересы. Однако необходимость в специализации может привести к сужению круга интересов.

На четвертом курсе студенты впервые сталкиваются со своей будущей специальностью на практике. Они ищут наиболее рациональные пути и формы обучения, пересматривают свои жизненные ценности.

Пятый курс связан с перспективой окончания вуза. Студенты начинают задумываться о своем будущем, о своей карьере, о материальном и семейном положении. Они все больше отходят от коллективной жизни вуза [5].

Таким образом, межличностные отношения в студенческой группе играют важную роль в процессе становления личности студента и его профессионального развития. Особенности межличностных отношений и их влияние на участников группы определяют эффективность образовательного процесса и способствуют развитию необходимых для успешной карьеры качеств, навыков и умений. Для успешного становления личности студенту необходимо научиться эффективно взаимодействовать с окружающими, использовать групповые ресурсы и возможности, а также проявлять инициативу и ответственность за свои поступки и действия.

#### **Литература**

1. Вербицкий, А. А. *Личностный и компетентностный подходы в образовании: проблема интеграции* / А. А. Вербицкий, В. Г. Калашиников // *Высшее образование в России*. – 2014. – № 1. – С. 39–49.
2. Давыдов, В. В. *Развитие образовательного пространства в современном обществе* / В. В. Давыдов, В. В. Рубцова // *Психологическая наука и образование*. – 2015. – Т. 2. – № 2. – С. 28–38.
3. Захарченко, Л. Л. *Профессиональное развитие студентов и обеспечение качества высшего образования* / Л. Л. Захарченко // *Известия Волгоградского педагогического университета*. – 2021. – № 3. – С. 78–85.
4. Леонтьев, А. Н. *Избранные психологические произведения* / А. Н. Леонтьев. – Москва, 2012.
5. Мясищев, В. Н. *Психология отношений. Избранные психологические труды* / В. Н. Мясищев // под ред. А. А. Бодалева. – Москва, 1995.
6. Рубин, Б. Г. *Студент глазами социолога* / Б. Г. Рубин, Ю. С. Колесников. – Ростов, 1968.

7. Хухлаева, О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О. В. Хухлаева. – Москва : Издательский центр «Академия», 2002.

## **ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ КАК ЧАСТЬ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Л. Р. Юсупова**

**Уфимский университет науки и технологий, г. Уфа, Россия**

## **STUDENTS' RESEARCH ACTIVITIES AS PART OF THEIR PROFESSIONAL TRAINING**

**Leisan Yusupova**

**Ufa University of Science and Technology, Ufa, Russia**

Современная система образования претерпевает значительные изменения, связанные с необходимостью подготовки специалистов, способных к самостоятельным исследованиям и решению сложных задач. Вовлечение студентов в исследовательскую деятельность становится важным элементом их профессиональной подготовки и развития личности. В данной статье рассматриваются основные принципы, цели и задачи, а также формы научно-исследовательской деятельности.

***Ключевые слова:** образование, студент, профессиональная подготовка, исследовательская деятельность, научно-исследовательская деятельность.*

The modern education system is undergoing significant changes related to the need to train specialists capable of independent research and solving complex problems. The involvement of students in research activities becomes an important element of their professional training and personal development. This article discusses the basic principles, goals and objectives, as well as the forms of research activities.

***Keywords:** education, student, professional training, research activity, research activity.*

Быстро меняющаяся жизнь принуждает нас пересматривать роль и значение исследовательских методов обучения в практике общего образования и исследовательского поведения в жизни человека. С началом XXI века становится все более понятно, что навыки и умения исследовательского поиска необходимы не только тем, чья жизнь связана с научной работой, они нужны каждому человеку.

Одним из направлений совершенствования образовательного процесса является научно-исследовательская студентов. В сфере образования научная деятельность становится важной составляющей учебного процесса, необходимым средством повышения мотивации к обучению и как следствие, хорошей профессиональной подготовки.

Организация научно-исследовательской работы в учебном заведении – это важный аспект образовательного процесса, который позволяет студентам и преподавателям обмениваться знаниями и развивать навыки исследовательской деятельности. Под руководством педагогов студенты выполняют проектную, исследовательскую или творческую работу.

Рассматриваемая проблема не является новой. Исследовательская деятельность как средство развития личности представлена в трудах В. И. Загвязинского, И. А. Зимней, Т. И. Ерофеева, И. И. Ильева, А. В. Коржуева, В. В. Краевского, А. М. Новикова, В. А. Попкова, В. А. Сластенина, М. Г. Ярошевского и др.; проблема формирования исследовательских умений обсуждается в трудах Д. Б. Богоявленской, Н. Е. Варламовой, В. П. Кваша и др.

В научной литературе научно-исследовательская работа студентов определяется как процесс, направленный на развитие у студентов исследовательских компетенций, навыков работы с научной литературой и проведения научных исследований. Научно-исследовательская работа может проводиться как в рамках учебного процесса, так и вне его, и может включать в себя выполнение исследовательских проектов, участие в научных конференциях, написание научных статей и т. д. Она направлена на развитие у студентов навыков самостоятельного поиска, анализа, синтеза и оценки информации, а также на формирование критического мышления и творческого подхода к решению задач [3].

Научно-исследовательская деятельность основана на ряде принципов, которые помогают ей быть эффективной и результативной. Рассмотрим основные из них [2]:

1. Научность. Учебно-исследовательская деятельность должна базироваться на научных принципах и методах. Все полученные результаты должны быть обоснованными и проверенными.

2. Актуальность. Темы исследований должны быть актуальными и значимыми для современного общества, науки и практики.

3. Самостоятельность. Студенты должны проявлять самостоятельность в процессе выполнения исследований, быть ответственными за результаты своей работы.

4. Практическая значимость. Результаты исследований должны иметь возможность применения в практической деятельности, а также в учебном процессе.

5. Системность. Исследования должны проводиться последовательно, начиная с постановки проблемы, планирования и заканчивая анализом полученных результатов.

6. Интегративность. Научно-исследовательская работа должна быть связана с другими видами учебной деятельности, такими как изучение теории, решение задач, проведение экспериментов.

7. Проблемность. Учебные исследования должны быть направлены на решение конкретных проблем и задач в различных областях знаний.

8. Педагогическая поддержка. Преподаватель должен оказывать поддержку студентам в процессе выполнения учебно-исследовательских работ, давать рекомендации и направлять их действия.

9. Мотивация. Важным аспектом является мотивация студентов к выполнению учебно-исследовательских проектов, развитие их интереса к науке и исследованиям.

10. Рефлексия. По окончании исследования студенты должны проводить анализ своей работы, выявлять достижения и недостатки, формулировать выводы.

11. Инновационность. В процессе исследования важно стремиться к поиску новых идей, подходов и решений, что поможет развивать критическое мышление и творческий потенциал учащихся.

Эти принципы являются основой учебно-исследовательской деятельности студентов и помогают им развивать навыки исследования, критического мышления и самостоятельности.

Научно-исследовательская деятельность студентов имеет несколько основных целей [1]:

1. Углубление знаний. Научно-исследовательская работа позволяет студентам более полно изучить выбранную ими предметную область и углубить свои знания в ней.

2. Приобретение навыков. В процессе научно-исследовательской работы студенты осваивают навыки сбора и анализа данных, проведения экспериментов, использования научной литературы и другие прикладные навыки, которые могут быть полезными в их будущей профессиональной деятельности.

3. Развитие критического мышления. Научно-исследовательская работа требует от студентов критического подхода к анализу информации, оценке ее достоверности и принятия обоснованных решений. Такой опыт развивает умение мыслить логически и аналитически.

4. Публикация и распространение результатов. Одной из целей научно-исследовательской работы является публикация полученных результатов в научных журналах или научных конференциях. Это позволяет студентам представить свою работу широкой аудитории и получить обратную связь от профессионалов в своей области.

5. Подготовка к продолжению карьеры. Участие в научно-исследовательской деятельности может быть важным шагом на пути к продолжению образования или карьерных возможностей в академической или научной сфере. Работа над научными проектами позволяет студентам выявить свои научные интересы и определить область, в которой они хотели бы развиваться в будущем.

Среди задач НИРС можно выделить: получение новых знаний и расширение своего понимания в выбранной области науки; развитие навыков анализа, синтеза и интерпретации информации; практическое применение теоретических знаний через решение научных проблем; получение опыта работы с научным оборудованием, методиками и программами; участие в научных конференциях, семинарах и других научных мероприятиях для обмена опытом со своими коллегами и специалистами из других институтов и университетов; публикация научных статей в рецензируемых журналах, позволяющая представить свои исследования широкой научной общественности; обучение навыкам коллективной работы и коммуникации с другими учеными и исследователями; развитие кри-

тического мышления и способности решать научные проблемы самостоятельно; участие в научных проектах и программных исследованиях; подготовка к продолжению научной карьеры и поступлению в аспирантуру или другие научные учреждения [1].

Все эти цели и задачи помогают студентам развиваться как научные работники, повысить свою квалификацию и внести свой вклад в выбранное направление науки.

Формы научно-исследовательской деятельности студентов могут быть различными и зависят от многих факторов, таких как учебный план, интересы студентов, наличие ресурсов и т. д. Некоторые из наиболее распространенных форм научно-исследовательской деятельности включают [4]:

– Индивидуальная научно-исследовательская работа: студенты проводят исследования самостоятельно или в сотрудничестве с другими студентами или преподавателями.

– Групповая научно-исследовательская работа: студенты работают в группах над выполнением научно-исследовательских проектов.

– Участие в научных конференциях и семинарах: студенты представляют результаты своих научно-исследовательских работ на научных конференциях и семинарах.

– Публикация научных статей: студенты публикуют результаты своих исследований в научных журналах и сборниках.

– Обучение методам научного исследования: студенты изучают методы научного исследования, такие как сбор и анализ данных, проведение экспериментов, написание научных отчетов и т. д.

– Волонтерство в научных проектах: студенты могут участвовать в научных проектах в качестве волонтеров, помогая в проведении исследований и сборе данных.

– Научно-исследовательские стажировки: студенты могут проходить научно-исследовательские стажировки в научных лабораториях или университетах.

Таким образом, исследовательская работа позволяет студентам развивать критическое мышление, навыки решения проблем, коммуникативные навыки и другие важные качества, необходимые для успешной профессиональной карьеры. Участие в исследовательских проектах также помогает студентам лучше понять свою специальность и подготовиться к будущей работе.

#### **Литература**

1. Бережнова, Е. В. *Основы учебно-исследовательской деятельности студентов*. [Текст] / Е. В. Бережнова, В. В. Краевский. – Москва : «Академия», 2007. – 128 с.

2. Борытко, Н. М. *Методология и методы психолого-педагогических исследований* [Текст] / Н. М. Борытко, А. В. Моложавенко, И. А. Соловцова. – Москва : Академия, 2008. – 320 с.

3. Обухов, А. *Развитие исследовательской деятельности учащихся* / А. Обухов // Народное образование. – 2004. – №2. – С. 146–149.

4. Чупрова, Л. В. *Научно-исследовательская работа в образовательном процессе вуза* / Л. В. Чупрова // Теория и практика образования в современном мире: материалы международной заочной научной конференции. (г. Санкт-Петербург, февраль 2012 г.). – Санкт-Петербург : Реноме, 2012. – С. 380–383.



**СИСТЕМА МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА В ВУЗЕ:  
ЗДОРОВЬЕ, ОБРАЗОВАННОСТЬ, КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ**

*XIII Международная научно–практическая конференция  
Челябинск, 31 января 2024 г.*

Издание опубликовано в авторской редакции

Подписано в печать 20.02.2024 г. Формат 60х90/16. Бумага офсетная.  
Гарнитура «Таймс». Усл. печ. л. 14,5. Тираж 100 экз. Заказ № 10. Цена свободная.

Отпечатано в типографии Уральского государственного университета  
физической культуры. 454091, Челябинск, ул. Российская, 258