МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

# АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**МАТЕРИАЛЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
(14 ноября 2024 г.)**

Краснодар
2024

УДК 796.071(06)
ББК 75.1я73
А43

*Печатается по решению редакционно-издательского совета Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма*

**Редакционная коллегия:**
доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина
доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина
доктор педагогических наук, профессор В.В. Костюков
кандидат педагогических наук, доцент О.Н. Костюкова
доктор педагогических наук, профессор Б.Ф. Курдюков
кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко
доктор экономических наук, профессор З.М. Хашева

А 43 **Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта** [Электронный ресурс] // Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием (14 ноября 2024 г.): материалы конференции / ред. коллегия: Н.И. Дворкина, И.Н. Калинина, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, Б.Ф. Курдюков, О.Г. Лызарь, Е.А. Пархоменко, З.М. Хашева. – Электронные данные. – Краснодар: Издательство «Экоинвест», 2024. – электронный оптический диск.

Электронное научное издание
Минимальные системные требования:
– компьютер типа IBM с процессором Intel Pentium I и выше;
– операционная система Windows 2000/XP;
– процессор с частотой не ниже 500 MHz;
– оперативная память с 8 Mb и более;
– жесткий диск с объемом свободного места не менее 40 Mb;
– видеокарта с 8 Mb памяти;
– SVGA монитор с поддержкой разрешения 1024x768;
– CD привод 4x или лучше (рекомендуется 16x).

**ISBN 978-5-94215-718-0**

© КГУФКСТ,2024
© Коллектив авторов, 2024
© Экоинвест, оформление, 2024

**Надвыпускные данные:**
Электронное научное издание создано в приложениях Microsoft Office – Microsoft Word, PowerPoint.
Программа работает на любых IBM-совместимых компьютерах под управлением Windows 2000/XP, 7, 8, 8.1, 10, 11, на которых установлены средства для работы с мультимедийными приложениями. Программа не требует установки и работает как с жесткого, так и непосредственно с лазерного диска. Запуск программы не должен вызывать затруднение у обучающихся.

| | |
|---|---|
| *Ответственный редактор* | О.Н. Костюкова |
| *Технический редактор* | А.Г. Касьянов |
| *Корректор* | А.В. Буренина |
| *Оригинал-макет подготовил* | А.Г. Касьянов |

**Выпускные данные:**
Подписано к использованию 23.11.2024.
Заказ № 2949.
Объем издания 6,134 Мб.
Электронный оптический диск (CD-R).
Тираж 10 экз.

Редакционно-издательский отдел Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.
350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161.
E-mail: avtor-rio-kgufkst@mail.ru

Издательство «Экоинвест»
350072, г. Краснодар, ул. Зиповская, 9
E-mail: ecoinvest@mail.ru

# Р А З Д Е Л  1
# ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ КВАЛИФИКАЦИЙ. ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**УДК: 373.203.73**

## СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ И ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

С.Ф. Андриенко
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данная статья рассматривает современные подходы к организации физического развития детей дошкольного возраста в ДОУ. В ней анализируются актуальные тенденции и инновационные методы, направленные на повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. Особое внимание уделяется: новым методикам, индивидуальному подходу, использование цифровых технологий, сотрудничество с родителями, игровые технологии, поддержка детской инициативы, сохранение и укрепление здоровья. Делаются выводы о значимости и использовании современных подходов к организации физического развития в ДОУ для формирования гармоничного развитого поколения.

**Ключевые слова:** физическое развитие, инновация, дошкольники, укрепление здоровья, дошкольное образование.

Развитие физкультуры и спорта в ДО приобретает особую актуальность в свете ФГОС(ФОП) и современных реалий, которые характеризуются ухудшением здоровья детей:

- малоподвижный образ жизни, проведение большого количества времени за гаджетами приводят к ослаблению мышц, снижению иммунитета, риску развития заболеваний;
- неправильное положение тела во время сидения за столом или компьютером становится причиной сколиоза и других проблем с опорно-двигательным аппаратом.

Современные дети подвержены стрессам, что негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье. Физическая активность является эффективным способом снятия стресса.

Требования ФОП:

1. Всестороннее развитие личности: ФОП ставит целью формирование физически развитой, здоровой, активной личности.

2. Физическое развитие как основа: Физическое развитие рассматривается, как фундамент для успешного усвоения знаний, развития познавательных процессов, социализации.

3. Интеграция с другими областями: ФОП подчеркивает важность интеграции физического развития с другими образовательными областями (речевое, познавательное, социально-коммуникативное развитие).

В этих условиях развития физкультуры и спорта в ДОУ становится не просто желательным, а необходимым условием для укрепления здоровья детей: формирование привычки к здоровому образу жизни, повышения иммунитета, профилактика заболеваний; развития физических качеств: силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости, координации движений; формирования двигательных навыков: овладение основными видами движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание и т.д.); развития познавательных процессов: внимание, памяти, мышления, воображения; социализация детей: формирование навыков общения, сотрудничества, взаимопомощи.

Основные направления развития физкультуры и спорта в ДОУ с учетом ФОП:

Внедрение новых эффективных методик и технологий, использование современного оборудования и инвентаря.

Обучение педагогов новым подходам к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Пропаганда здорового образа жизни, привлечение родителей к участию в спортивных мероприятиях.

Развитие физкультуры и спорта в ДОУ – это инвестиции в здоровье будущего поколения.

Современное состояние физического воспитания в детском саду.

Физическое воспитание в детском саду претерпевает изменения, стремясь соответствовать современным вызовам и тенденциям.

Положительные стороны: растет понимание важности физического развития детей с раннего возраста. Родители и педагоги все больше внимания уделяют двигательной активности, видя в ней залог здоровья, развития и успешного обучения.

Внедряются новые методики и подходы, делающие занятия интересными и разнообразными: игровые формы занятий; элементы йоги и фитнеса; использование нестандартного оборудования; интеграция с другими видами деятельности (музыка, творчество).

Все больше внимания уделяется индивидуальному подходу к каждому ребенку с учетом его физических возможностей, здоровья и интересов.

Многие детские сады обновляют материально-техническую базу, приобретая спортивный инвентарь, оборудуя спортивные площадки.

Трудности и проблемы: не всегда хватает квалифицированных специалистов по физическому воспитанию, способных применять современные методики и работать с детьми разных возрастов и особенностей.

Недостаток финансирования может ограничить возможности приобретения современного оборудования, обучения педагогов и организации дополнительных занятий.

В условиях плотного графика в детском саду не всегда выделяется достаточно времени на полноценные занятия физической культурой.

Современные дети проводят много времени за гаджетами, что негативно сказывается на их физическом развитии.

Перспективы: ожидается появления новых, еще более эффективных и интересных для детей методик физического воспитания.

Внедрение цифровых технологий (интерактивные игры, фитнес-трекеры) может сделать занятия более увлекательными и мотивированными.

Важную роль играет тесное сотрудничество педагогов с родителями, пропаганда здорового образа жизни и совместные мероприятия.

В целом физическое воспитание в детском саду находятся на этапе развития и совершенствования. Важную роль играет понимание его значимости, внедрение современных подходов и сотрудничество всех участников образовательного процесса.

Перспективные направления развития дошкольного образования с учетом Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС).

ФГОС задает вектор развития дошкольного образования, ориентируя его на развитие личности ребенка, его способностей и талантов:

1. Индивидуализация и дифференциация:

Создание условий для развития каждого ребенка с учетом его интересов, потребностей, темпа роста, способностей и ограничений.

Предложение различных по сложности заданий и видов деятельности, чтобы каждый ребенок мог продвигаться в своем темпе.

Возможность выбора направлений развития образовательных программ с учетом склонностей и интересов ребенка.

2. Развивающая предметно-пространственная среда:

Создание пространства, которое легко может быть адаптировано под разные виды деятельности.

Использование предметов и материалов, которые могут применяться в разных целях.

Обеспечение свободного доступа детей ко всем материалам и оборудованию.

Создание красивой и гармоничной среды, которая способствует эстетическому развитию детей.

3. Игра, как ведущий вид деятельности- использование игр во всех образовательных областях для повышения мотивации и эффективности обучения.

Разнообразие игр: внедрение сюжетно-ролевых игр, дидактических, подвижных, театрализованных, игротренинги и других видов игр.

Интеграция игры с другими видами деятельности: сочетание игры с обучением, трудом, творчеством.

4. Цифровизация образования: внедрение интерактивных досок, планшетов, образовательных платформ и приложений для создания более наглядного и увлекательного обучения; формирование у детей основ цифровой грамотности, умения работать с информацией, использовать цифровые устройства и ресурсы. Контроль со стороны педагогов за содержанием и временем использования цифровых технологий.

5. Взаимодействие с родителями: формирование атмосферы доверия и взаимопонимания между педагогами и родителями; предоставление родителям информации о ходе и результатах образовательной деятельности; организация совместных праздников, выставок, мастер классов, экскурсий.

6. Поддержка детской инициативы и самостоятельности: создание условий для проявления инициативы; поощрение детской любознательности, экспериментирования, самостоятельного решения задач. Формирование у детей навыков самообслуживания, планирования своей деятельности, самоконтроля.

7.Сохранение и укрепление здоровья: воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью, формировать привычки здорового питания, двигательной активности, соблюдения режима дня. Проведение закаливающих процедур, гимнастики, массажа, фитотерапии.

Внедрение инновационных технологий- одно из важных условий для успешного проведения физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении в соответствии с ФГОС ДО (ФОП), для создания необходимой здоровьесберегающей среды, ориентированной на интересы и возможности каждого ребенка.

**Список литературы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) 17 октября 2013 года № 1155 Минобрнауки России.

2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО) 25 ноября 2022 года № 1028 Министерство просвещения России.

3. Волошина Л.Н., Березка Т.Г., Курилова Т.В. «Дошкольное воспитание» 12/2023, «Вариативная система физического воспитания».

4. Щербакова М.В. «Молодой ученый» № 47 11/ 2023 года, «Физическое воспитание дошкольников».

5. Мухачева Д.А. «О физическом воспитании детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС ДО» 30.11.2023–2024 года.

**УДК: 796.011.3**

# НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ИСПЫТАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО

С.П. Аршинник, И.С. Горенюк
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Целью настоящего исследования, основывающегося на опросе учителей физической культуры, явилось получение информации о некоторых аспектах подготовки школьников к нормативам комплекса ГТО. Полученная в процессе исследования информация свидетельствует о том, что рекомендуемый двигательный режим школьников, необходимый для подготовки к испытаниям ВФСК ГТО, должен составлять ориентировочно 5 часов в неделю; период подготовки к выполнению требований бронзового знака отличия, должен составлять 5 месяцев занятий, для серебряного – 8 месяцев, для золотого – 12 месяцев.

**Ключевые слова:** комплекс ГТО, обучающиеся школьного возраста, формы занятий, формат занятий, продолжительность подготовки.

Введение. Как известно, в настоящее время комплекс ГТО представляет собой программно-нормативную базу физического воспитания граждан России, своего рода модель физической подготовки и показатель физической подготовленности населения страны [1].

Очевидно, что специалисты по физической культуре и спорту и, прежде всего, учителя физической культуры должны владеть информацией о подготовке обучающихся к испытаниям комплекса ГТО. В этой связи целесообразно провести исследование в отношении изучения мнений учителей физической культуры по вопросам подготовки школьников к нормативам ВФСК ГТО.

Цель настоящего исследование состояла в изучении мнений учителей физической культуры по вопросам выявления необходимого времени для подготовки к испытаниям ГТО обучающихся, а также формате используемых для этого занятий.

Исследование состояло в анкетном опросе учителей физической культуры Краснодарского края и ряда регионов РФ (Белгородская, Вологодская, Костромская обл., ЯНАО и др.). В исследовании приняли участие 40 учителей физической культуры, средний стаж работы которых по профессии составил 14,5±2,19 лет. Анкета состояла из 6 вопросов, отражающих мнения экспертов по временны′м и содержательным аспектам подготовки обучающихся к испытаниям комплекса ГТО.

Первый вопрос анкеты состоял в получении информации о целесообразности вообще подготовки школьников к испытаниям комплекса

ГТО. Несмотря на то, что сам комплекс ГТО основывается на принципе «добровольности…», который предполагает, что никто никого не должен принуждать к выполнению нормативов ВФСК ГТО [3], абсолютно все учителя, задействованные в опросе, указали, что это не только целесообразно, но и необходимо. В данном случае, по всей видимости, указанный принцип может быть преобразован в другой, «…несущий несколько иную смысловую нагрузку, предполагающую не столько добровольность участия в подготовке к испытаниям комплекса ГТО, сколько целесообразность и важность для общества и личности подготовку к выполнению нормативных требований Комплекса» [5].

Далее, целесообразно было уточнить, какие формы занятий наиболее востребованы у специалистов для подготовки учащихся к испытаниям комплекса ГТО. Полученные по данному вопросу результаты представлены на рисунке 1.

Анализ обработанных анкетных данных свидетельствует о том, что наиболее подходящей, по мнению учителей, форме занятий по подготовке учащихся к испытаниям комплекса ГТО является урок физической культуры. Очевидно, что урок, как основная форма физического воспитания, может, в том числе решать задачи, направленные на подготовку к испытаниям комплекса ГТО. Второе место в рейтинге популярных форм занятий по подготовке к нормативам ВФСК ГТО занимают самостоятельные занятия, которые, кстати, в рекомендациях разработчиков Комплекса у обучающихся в зависимости от ступени должны составлять от 11 до 27 % всего времени, отводимого на подготовку [6].

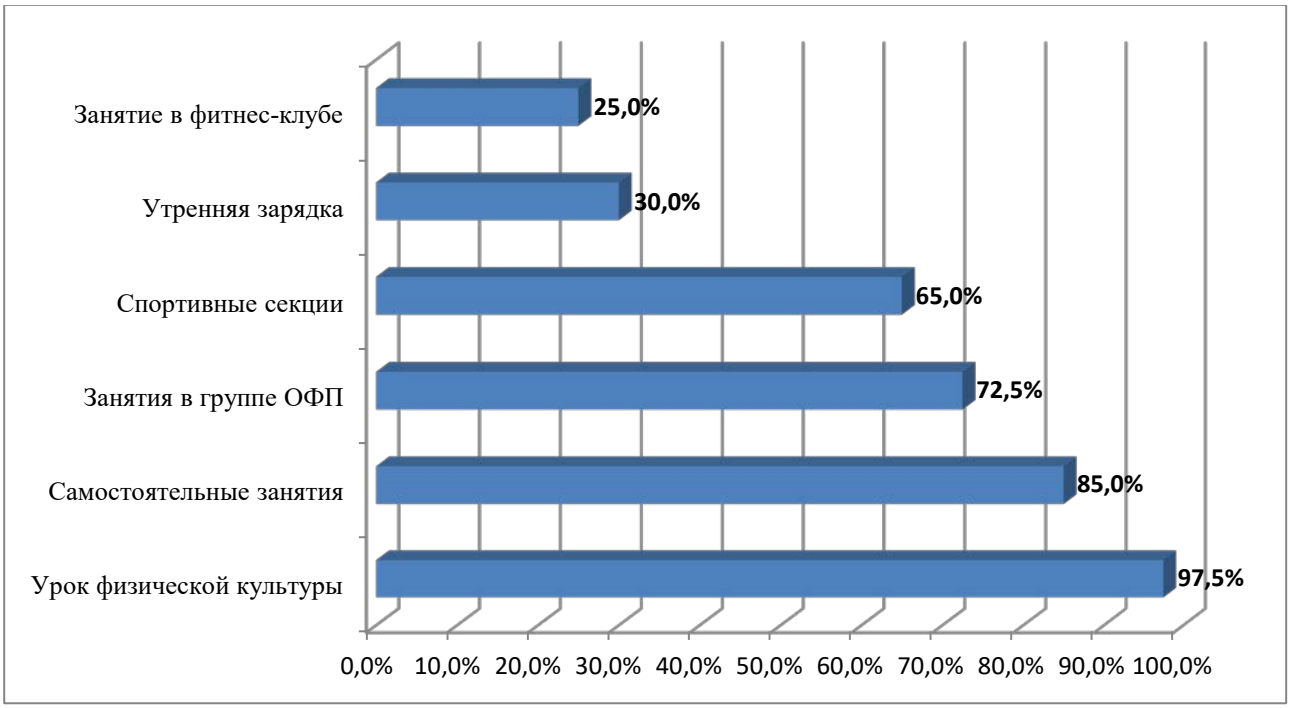



Рисунок 1 – Ответы учителей на вопрос о приоритетности формы занятий для подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО

Далее, по степени значимости, следуют довольно популярные занятия в группе общей физической подготовки (ОФП) (72,5 %), а также занятия в спортивных секциях (65,0 %). Замыкают список – утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка) (30,0 %), а также занятия в фитнес-клубе, которые выбирают лишь 25,0 % респондентов. Недостаточная популярность утренней гимнастики обусловлена тем, что она, преимущественно, решает другие задачи и у школьников значимо не влияет на подготовленность к нормативам ГТО [4]. Невысокий процент значимости занятий фитнесом для подготовки к испытаниям ГТО, по всей видимости, обусловлен тем, что им, в большинстве случаев, занимаются взрослые, тогда как речь в данном случае идет о детях.

Следующий вопрос анкеты касался получения информации о том, какое время для подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО учителя считают достаточным. Полученные результаты представлены на рисунке 2.

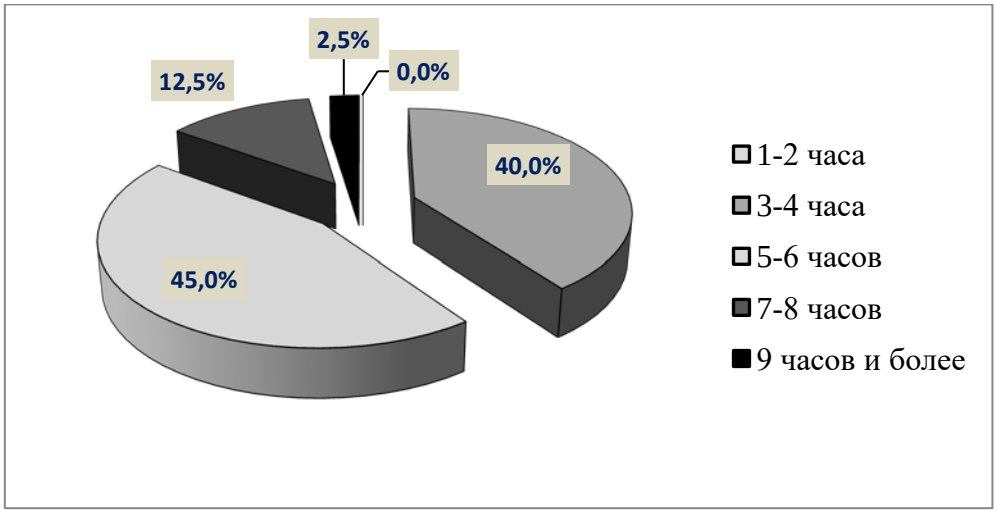



Рисунок 2 – Ответы учителей на вопрос о целесообразных временных параметрах для подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО

Анализ результатов анкетирования свидетельствует о том, что мнения респондентов разделились. Так, 40,0 % учителей физической культуры считают, что для подготовки к испытаниям комплекса ГТО вполне достаточно 3-4 часов занятий в неделю. 45,0 % педагогов указали, что для этого достаточно 5-6 часов занятий в неделю; Значительно меньше (12,5 %) учителей указали временные рамки 7-8 часов; и еще меньше (всего 2,5 %) посчитали, что для этого требуется 9 или более часов занятий в недельном цикле подготовки. Обобщенные данные свидетельствуют, что в среднем 5,0±0,21 часов занятий в неделю достаточно для подготовки школьников к нормативам ВФСК ГТО. Стоит при этом отметить, что проведенные нами ранее исследования с использованием метода корреляции практически полностью совпадают с результатами опроса педагогов, поскольку данные временные параметры составили 4,5–5,0 астрономических часов в неделю.

В пояснении полученной информации стоит, однако, оговориться, что указанные временные рамки занятий могут быть использованы только в качестве ориентира для подготовки школьников к выполнению требований бронзового и серебряного знаков отличия, поскольку для подготовки «золотозначкиста» требуется гораздо больше тренировочного времени в недельном цикле подготовки к комплексу ГТО.

Следующий вопрос анкеты состоял в выявлении параметров времени на подготовку школьников к испытаниям ВФСК ГТО. В частности респондентам было предложено определить период, необходимый для подготовки школьников к тому или иному знаку отличия комплекса ГТО. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Мнения учителей физической культуры по вопросу периодов подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО

| Знак отличия комплекса ГТО | Ориентировочные периоды подготовки (месяцев) | Средняя продолжительность подготовки (месяцев) |
|---|---|---|
| На бронзовый знак отличия | 5,0±0,25 | 8,4±0,46 |
| На серебряный знак отличия | 7,8±0,36 | |
| На золотой знак отличия | 11,9±0,94 | |

Анализ представленных в таблице результатов показывает, что периоды подготовки для достижения того или иного знака отличия дифференцируются. При этом, на бронзовый знак отличия, по мнению учителей физической культуры, требуется порядка пяти месяцев занятии; на серебряный – 8 месяцев (почти полный учебный год, например, с сентября по апрель); на золотой – 12 месяцев – фактически весь календарный год. Очевидно, что данная информация основывается на опыте работы педагогов, требует дальнейшего уточнения и может являться лишь ориентиром при планировании подготовки обучающихся к испытаниям комплекса ГТО. В дополнение стоит отметить, что чем больше стаж работы учителей, тем более продолжительный период они отводят на подготовку к нормативам ВФСК ГТО (r=0,610). По всей видимости, опытные педагоги понимают, что подготовка к испытаниям комплекса ГТО не быстрый, а продолжительный процесс, требующий довольно длительного времени.

Следующий раздел исследования состоял в получении информации о предлагаемом формате занятий по подготовке школьников к испытаниям ГТО. Учителям было предложено ответить на вопрос о том, какой из возможных вариантов построения занятий для этого более целесообразен: с целевой установкой на формировании одного физического качества (обучению одному виду прикладных навыков); двух физических качеств (двух разных двигательных умений и навыков), либо трех и более качеств (прикладных навыков). Результаты ответов респондентов по данному вопросу проиллюстрированы на рисунке 3.

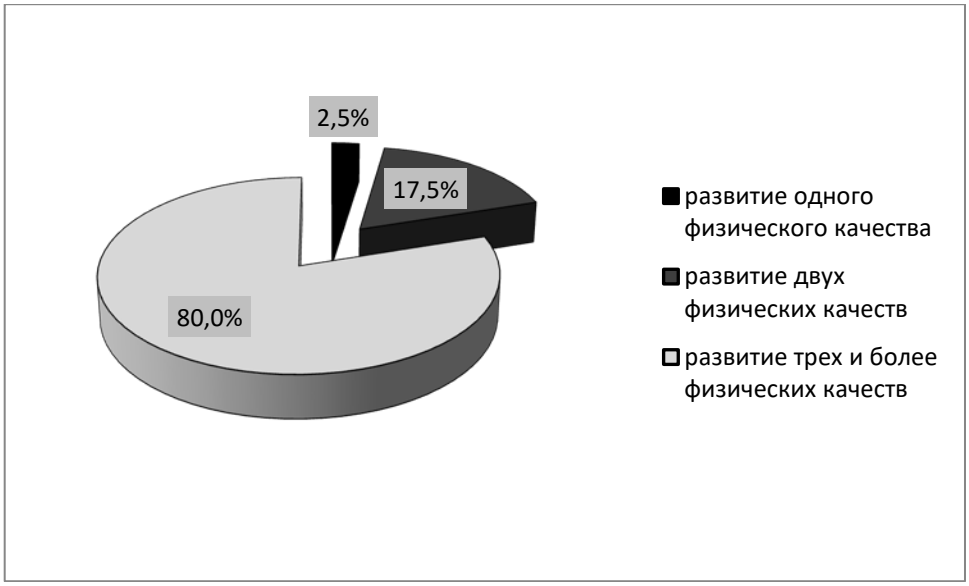



Рисунок 3 – Ответы учителей на вопрос о содержательной направленности занятий для подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО

Полученные данные, представленные на рисунке 3, свидетельствуют, что подавляющее большинство специалистов (80,0 %) для подготовки к испытаниям комплекса ГТО считают приоритетным применять комплексное занятие, в содержании которого применялись бы упражнения для воспитания 3-х или более качеств (формирования нескольких прикладных навыков).

Итоговый вопрос анкеты касался мнений педагогов о продолжительности подготовки школьников к отдельным испытаниям комплекса ГТО. Полученные результаты представлены на рисунке 4.

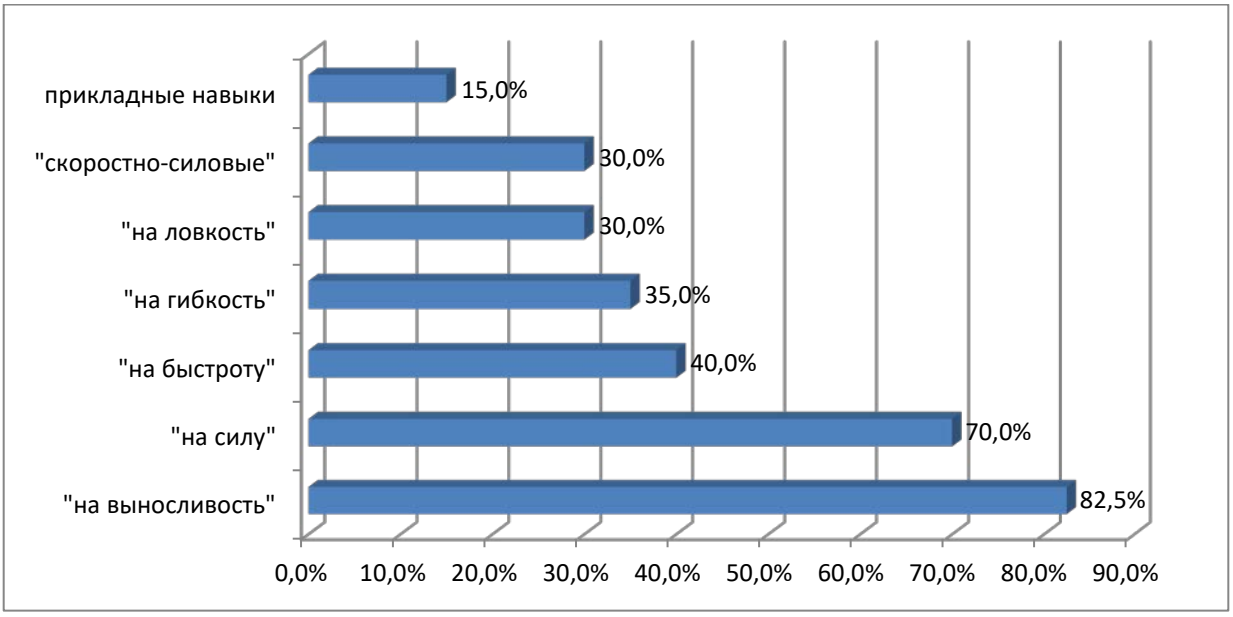



Рисунок 4 – Ответы учителей на вопрос о том, какие испытания ГТО требуют наибольшего времени на подготовку

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что в большинстве случаев наибольшее, по мнению экспертов, время требуется для подготовки к нормативам ВФСК ГТО, направленным на оценку выносливости (бег на 1500, 2000, 3000 м, кросс), а также силы (подтягивание на высокой и низкой перекладине, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа). Наибольшее время для их подготовки указали, соответственно, 82,5 и 70,0 % респондентов. Очевидно, что именно на применении соответствующих упражнений в подготовке к тестам ГТО должен быть сделан акцент в процессе занятий.

Подготовка к видам испытаний, направленным на оценку скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, а также гибкости является, с точки зрения учителей физкультуры, менее продолжительной, на них указали от 30 до 40 % специалистов. Наименьшее процентное соотношение учителей физической культуры (всего 15 %) указали, что продолжительней всего требуется для подготовки видов испытаний, связанных с оценкой уровня владения прикладными навыками. Вместе с тем, проведенный анализ данных научной литературы свидетельствует, что многие из данных тестовых испытаний (туристский поход с проверкой туристских навыков, самозащита без оружия, плавание и т.п.) как раз требует наибольшего времени на подготовку. По всей видимости, учителя не акцентируют на них внимание вследствие отсутствия большинства данных видов физических упражнений в программах по физической культуре. Исходя из того, что комплекс ГТО – это основа системы физического воспитания, соответствующие прикладные навыки в обязательном порядке должны присутствовать в школьных программах по физической культуре.

Проведенный анализ данных анкетирования учителей физической культуры позволяет сформулировать следующие выводы:

- абсолютно все учителя физической культуры считают целесообразной подготовку школьников к испытаниям комплекса ГТО;

- для подготовки к испытаниям комплекса ГТО, по мнению учителей, наиболее подходящими являются уроки физической культуры, самостоятельные занятия, занятия в группах общей физической подготовки и в спортивных секциях;

- рекомендуемый двигательный режим, необходимый для подготовки к испытаниям комплекса ГТО, по мнению педагогов, в среднем, должен составлять не менее 5 часов в неделю; при этом для выполнения требований бронзового знака отличия, в среднем, требуется 5 месяцев, для серебряного знака – 8 месяцев, а для золотого знака – 12 месяцев систематических занятий;

- для подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО приоритетным является комплексный формат построения занятий;

- в процессе подготовки школьников к испытаниям комплекса ГТО наибольше время следует отводить на подготовку испытаний, требующих проявления выносливости, а также силовых способностей.

**Список литературы**

1. Аршинник, С. П. Комплекс ГТО как стандарт физической подготовленности граждан Российской Федерации / С. П. Аршинник, Н. А. Амбарцумян, В. И. Тхорев // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения : материалы междунар. науч.-практ. конф. – Владимир: Изд–во ВлГУ, 2016. – С. 42–45.

2. Взаимосвязь качества выполнения нормативов ВФСК ГТО с показателями физической активности подростков 11–12 лет / Н.А. Амбарцумян, С.П. Аршинник, И.С. Горенюк [и др.] // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2022. – № 12 (214). – С. 24–31.

3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: история, теория, практика: учебное пособие / Авт.-сост. С. П. Аршинник, В.И. Тхорев, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – 184 с.

4. Гилдаш, М.В. К вопросу о влиянии утренней гигиенической гимнастики на успешность выполнения испытаний комплекса ГТО младших школьников / М.В. Гилдаш // Тезисы докладов L научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа : материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2023. – Часть 3. – С. 161–162.

5. К вопросу о преобразовании системы физического воспитания граждан России с учетом реализации положений комплекса ГТО / С.А. Аршинник, В.А. Мартынова, В.И. Тхорев, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2023. – № 1. – С. 28–38.

6. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22 февраля 2023 года № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» // URL: https://gto.ru/files/uploads/documents/6426e8640d354.pdf. – Дата обращения: 18.10.2024.

**УДК 796.2**

# НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В РАБОТЕ ДОО

Е.Н. Бехтерева
Детский сад № 35, г. Армавир, Россия

**Аннотация.** Данная статья посвящена использованию и применению народных подвижных игр, как эффективного средства повышения уровня физической активности, укрепления здоровья дошкольников в условиях ДОО. Основным направлением работы является интеграция и внедрение народных игр в образовательный процесс детских учреждений, что способствует не только физическому развитию, но и формированию культурной идентичности у детей.

**Ключевые слова:** игра, народные подвижные игры, двигательные навыки, физическое развитие, народные традиции.

Все большую актуальность в последние годы приобретает проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения. Согласно Федеральному Государственному Образовательному Стандарту одной из задач образования является сохранение и укрепление здоровья детей. Дошкольное учреждение должно обеспечить детям возможность сохранения здоровья, сформировать у них необходимые знания, умения и навыки о здоровом образе жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни. В современном мире, где дети все чаще оказываются под влиянием цифровых технологий, важность физической активности становится очевидной. Компьютерные игры все больше вытеснят подвижные игры, а они просто необходимы детям дошкольного возраста, так как развивают координацию, благотворно влияют на вестибулярный аппарат, укрепляют нервную, дыхательную, сердечно-сосудистую системы, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям. По определению П.Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Это незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развитие мышления, ловкости, сноровки, морально-волевых качеств. Игра сопровождает ребенка с рождения и остается с ним вплоть до перехода в юность, она отражает мир мыслей и чувств детей, учит их познавать реальность [1]. Игр очень много, они могут быть самыми разными, но особенно актуальными, на мой взгляд, являются *народные подвижные игры*.

Народные подвижные игры: что это такое? Кто придумал эти игры? Когда они возникли?

На этот вопрос только один ответ: они созданы народом, так же как сказки и песни. Народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Эти игры не просто развлекают детей, они являются мостом между физической активностью и культурным наследием, способствуют социализации и воспитанию гармоничной личности. [2]. Они отлично закаляют тело и душу, заставляют много двигаться и требуют находчивости, смекалки, ловкости и упорства, воспитывают командный дух, развивают творческие способности .Почти всегда игры сопровождались различными текстами: выкриками, рифмовками, считалками, зазывалками, песенками и т. д., все это придавало им особый колорит. Особенность народной игры, как воспитательного средства, заключается в том, что она входит в качестве ведущего компонента в народные традиции: семейные, трудовые, семейные, празднично-игровые и прочие. Это позволяет взрослому ненавязчиво, целенаправленно вводить детей в мир народной культуры, этики, человеческих отношений. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

**Характерные особенности народных подвижных игр**

*1. Комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка:* в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

*2. Подвижная игра носит коллективный характер*.

Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока. В зависимости от качества выполнения роли тот или иной участник народной подвижной игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей; так дети приучаются к деятельности в коллективе.

*3. Движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.).* Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

*4. Содержание народной подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия.* Содержание исходит из опыта человека, передающегося от поколения к поколению, народной традиции.

*Сюжет игры* определяет цель действий играющих, характер развития игрового конфликта. Он заимствуется из окружающей действительности и

образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые) или создается специально, исходя из задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях играющих. Сюжет игры не только оживляет целостные действия играющих, но и придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает игру увлекательной.

*Правила* – обязательные требования для участников игры. Они обусловливают расположение и перемещение игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов. При этом не исключаются проявление творческой активности, а также инициатива играющих в рамках правил игры.

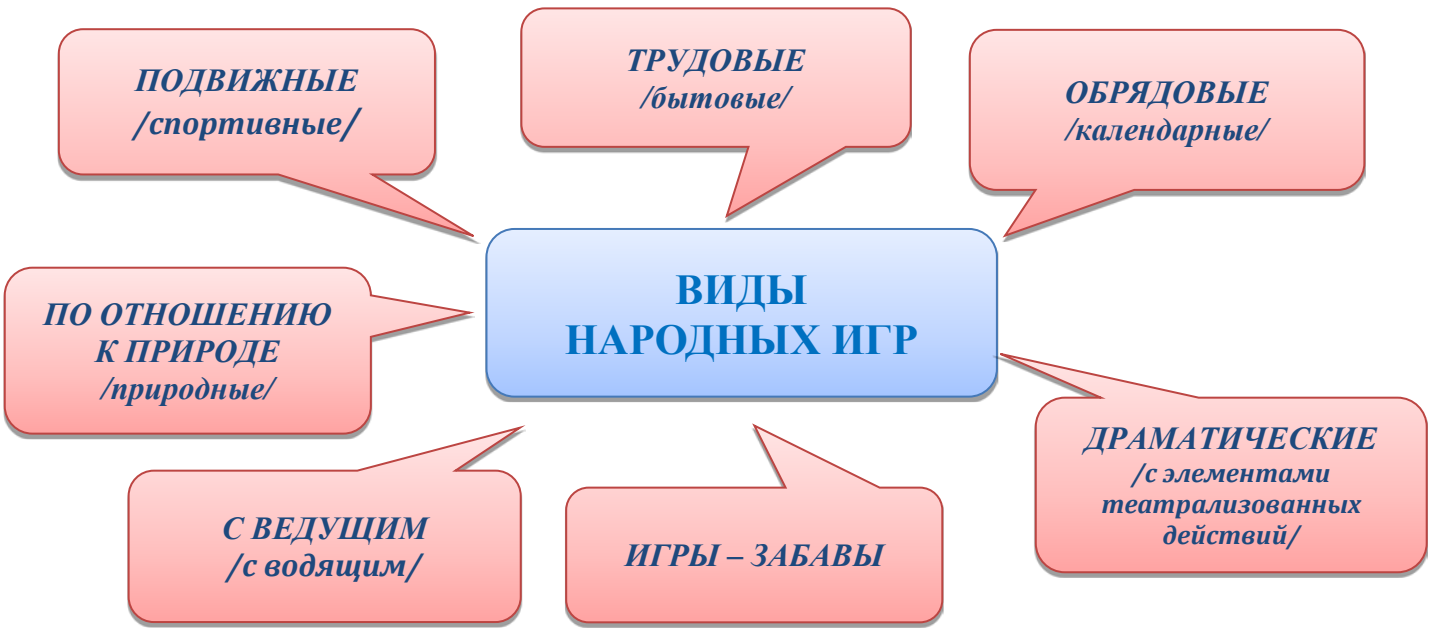
Каждая игра начинается с *выбора водящего*. Чаще всего это происходит с помощью считалки. Она помогает выбрать ведущего, распределить роли весело, без обмана и обид. В старшем дошкольном возрасте используются жеребьевки – угады [3].

В приобщение детей к народной игре в ДОО используют следующие формы:

- Занятия;
- Беседы;
- Фольклорные праздники, развлечения;
- Игры-путешествия в прошлое предметов;
- Выставки;
- Индивидуальная работа с детьми.

**Классификация народных игр**

Четкой классификации народных игр нет. На основе исследований Капицы О.И., Науменко Г.М. игры условно можно разделить на виды:



1. *Трудовые (бытовые) игры* знакомят с историческим наследием русского народа, с повседневным трудом наших предков. («Горшок», «Каравай», «Клубочек», «Баба сеяла горох», «Мельница» и др.)

2. *Обрядовые (календарные) игры*, это игры, которые имели связь с народным сельскохозяйственным календарем. К сожалению, многие из них уже давно утрачены. К ним относятся игры: «Кукушечка», «Ручеек», «Гори, гори ясно», «Солнышко», «Заря Зарница» и др.

3.*Драматические (с элементами театрализованных действий) игры* – это игры, которые требуют искусство «артиста», умение на время превратиться в того или иного героя.

4. *Игры – забавы* – это игры, которые веселят, забавляют ребенка и, в то же время, несут в себе какой – то познавательный и воспитательный элемент. К ним относятся игры: «Сорока-сорока», «Ладушки», «Идет коза рогатая», «По кочкам», «Баба сеяла горох» и др.

5. *Игры с ведущим (водящим)* – игры, где игрок выполняет какое-то действие или ведет игру. Каждая игра начинается с выбора водящего. Чаще всего это происходит с помощью считалки, она помогает выбрать ведущего, распределить роли весело, без обмана и обид. («Звонари», «Отгадай, чей голосок», «Море волнуется», «Водяной»).

6. *По отношению к природе*. Русский народ всегда очень нежно, трепетно относился к природе, прославлял и берег ее. Эти игры не только воспитывают любовь и доброе отношение к окружающему миру, но и имеют познавательное значение: дети знакомятся с окружающей природой. Это игры: «Сорока», «У медведя во бору», «Заинька», «Паучок», «Земля – вода – небо», «Олень» и др.

7. *К подвижным (спортивным)* играм относятся игры соревновательного характера, включающие в себя бег, прыжки и развивающие силу, ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве («Горелки», «Ловишки», «Прятки», «Звонари», «Бубен» и др.)

## Принципы отбора при планирования подвижных народных игр для проведения игровой деятельности в детском саду

Подбор народных подвижных игр для работы с детьми дошкольного возраста необходимо осуществлять исходя из следующих принципов:

- принцип разнообразия и вариативности народных игр;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип учета возрастных, индивидуальных и национальных особенностей;
- принцип взаимосвязи содержания народных игр с региональной культурой;
- принцип активизации игровой культуры взрослых.

Народные подвижные игры можно проводить с дошкольниками ежедневно. Они могут проводиться в различные моменты образовательного

процесса. Их можно использовать как часть занятия, в праздниках, развлечениях, в свободной двигательной деятельности, на зарядке, прогулке.

**Рекомендации по внедрению народных игр в образовательный процесс**

Для эффективного использования народных подвижных игр в дошкольных учреждениях можно предложить несколько подходов:

*Создание игрового пространства:* организуйте на территории детского сада специальные зоны для игр с народными элементами. Убедитесь, что пространство безопасно и подходит для активной физической деятельности.

*Проведение праздников и мероприятий:* проводите тематические праздники и фестивали с использованием народных игр такие как «Масленица», «Колядки», «Пасхальная радость» и т.д.

*Обучение педагогов*: важно повышать квалификацию педагогов в области народных игр. Организация семинаров, тренингов и мастер-классов поможет им более эффективно использовать игры в своем образовательном процессе.

*Интеграция в учебный план*: включите народные игры в образовательные программы как часть физической культуры. Работайте над созданием разнообразных методов и подходов для активного вовлечения детей.

*Взаимодействие с семьями воспитанников:* включение родителей в игровую практику помогает укрепить связь между ДОУ и семьями, а также способствует популяризации активного образа жизни. Это может быть день открытых дверей, когда дети и родители вместе участвуют в праздниках, знакомясь с играми прошлого, мастер-классы по знакомству родителей с народными играми, изготовление атрибутов к ним.

Таким образом, народные подвижные игры представляют собой уникальный и перспективный подход в работе с дошкольниками, который не только способствует сохранению и укреплению здоровья, но и формирует у детей важные социальные, эмоциональные и культурные навыки. Интеграция таких игр в образовательный процесс является вкладом в устойчивое здоровье и гармоничное развитие подрастающего поколения. Важно не упустить эту возможность и активно внедрять народные игры в повседневную практику дошкольного образования.

**Список литературы**

1. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2–7 лет / Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. – 144 с.

2. Давыдова, М. А. Спортивные мероприятия для дошкольников 4–7 лет : учебное пособие / М. А. Давыдова. – Москва : ВАКО, 2008. – 304 с.

3. Шишкина, В.А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста [Текст]: пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В.А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2014. – 88 с.

4. Народные игры в детском саду. Методические рекомендации. – М.: ТЦ Сфера, 2008. Л. А. Лямина.

5. Теория и методика подвижных игр: учебно-методический комплект / сост. Е.А. Домрачева. – Уфа: Академия ВЭГУ, 2012. – 67 с.

**УДК: 796.01:159.9**

# ВЫГОРАНИЕ СПОРТСМЕНОВ: СИМПТОМЫ И МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Т.С. Вотинова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В современном мире, все большую актуальность имеет проблема выгорания спортсменов. В данной статье рассматривается различные определения выгорания. Особое внимание уделяется симптомам выгорания, затрагивая физическое, когнитивное, эмоциональное, поведенческое выражение этого синдрома. Также предложены практические рекомендации по профилактике выгорания, снижению стресса спортсменов, улучшению их самочувствия и восстановлению психических ресурсов, необходимых для их профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** выгорание спортсменов, симптомы выгорания, профилактика, спортивная карьера.

В настоящее время проблема выгорание спортсменов является особенно актуальной. Спорт профессионализируется, с каждым годом конкуренция возрастает и требования к спортсменам увеличиваются. Стресс, завышенные ожидания, желание достичь все более высоких результатов, победить, приводят к эмоциональному истощению.

Ежегодно спортсмен переносит физические испытания, психологические перегрузки, ограничивает свое питание, соблюдает строжайший режим. Все это становиться риском возникновения выгорания.

Впервые о психическом выгорании спортсменов начали говорить в 1980-х годах, исследования носили более теоретический характер. Однако единого определения понятия «выгорание» спортсменов не существует. Рассмотрим определение В. В. Лукьянова, который характеризовал понятие следующим образом: выгорание – это реакция на постоянную, хроническую усталость, тянущее за собой раздражительность, эмоциональное истощение [3]. О.Н. Рыбников определяет выгорание, как хронический стресс [4]. Согласно Е.И. Холостовой, выгорание – это состояние физического, эмоционального и психического истощения, связанное с постоянной, вовлеченностью в проблему на протяжении длительного времени, которое требует эмоциональной вовлеченности [2].

Симптомы выгорания подразделяют на несколько групп:

- когнитивные (негативные установки, переосмысление ценностей, спортивную деятельность характеризуют как сложную, с чрезмерно завышенными требованиями);

- поведенческие (спортсмен не желает выступать, употребляет психоактивные вещества, спорт уже не интересен, трудности в межличностных взаимоотношениях, результаты снижаются, спортсмен не заинтересован продолжать заниматься, уходит от тренировочного процесса);

- физические (сон нарушается, постоянные головные боли, физическое или эмоциональное истощение, подвержен инфекционным заболеваниям, постоянная усталость);

- эмоциональные (раздражительность, гнев, напряженность, депрессивные состояния, хронически плохое настроение, повышенная тревожность) [1].

Как можно заметить, симптомов выгорания большое количество, а протекание этого феномена у каждого спортсмена имеет индивидуальные черты. Поэтому особо важно отследить на ранних этапах развитие психического выгорания, нейтрализуя последствия.

Достаточно часто спортсменам в сложный период приписывают «лень», как особенность характера, без определения истинных причин такого поведения. Отсутствие своевременной помощи приводит к: уходу из спорта, снижению результативности тренировок, ослаблению здоровья спортсмена, травматизации [6].

Как предотвратить появление признаков выгорания. Рекомендации для профилактики психического выгорания представлены в работа Д. Гоулда и Р.С. Уэйнберга [7]:

1. Эмоциональное общение. Необходимо анализировать свои чувства, эмоции, говорить о них близким людям, для того чтобы получить необходимую поддержку.
2. Тайм-аут. Важно уметь отдыхать, брать паузу. Это помогает сохранить психическое здоровье.
3. Положительная точка зрения. Окружайте себя людьми, которые могут оказать вам поддержку, и показать положительную сторону ваших действий.
4. Контроль последовательных эмоций. Не думайте только о результатах. Находите положительные моменты вашего выступления.
5. Определение целей. Важно знать, к чему вы идете. Определяйте краткосрочные цели, это поможет продлить мотивацию и снизить монотонность тренировок.
6. Саморегуляция. Поддерживайте себя, используйте техники релаксации, это поможет снизить стресс и уровень напряжения. Определяйте цели, которые можете достичь.
7. Исключите желание только лишь победить. Это один из главенствующих факторов, которые чаще всего приводят к выгоранию.
8. Равномерность нагрузки. Составляйте график и распределяйте нагрузку.
9. Смена деятельности. Научитесь переключаться с одного дела на другой.

10. Не конфликтуйте. Относитесь к конфликтам легко, ищите в нем положительные стороны.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что выделяют большой спектр симптомов выгорания, которые важно вовремя распознать для своевременного вмешательства. Потому как выгорание не является моментальным исходом – это длительный процесс, на который влияют множество факторов, как внутренних, так и внешних. Выгорание в свою очередь, может привести к снижению мотивации спортсменов, ухудшению спортивных результатов, усталости и истощению [5]. Это увеличивает риск получения травм и в конечном итоге может привести к завершению спортивной карьеры. В связи с этим важно придерживаться рекомендаций, данных выше, и предотвращать появление симптомов своевременно.

**Список литературы**

1. Ихлова А.Б., Самоходкина Л.Г. Роль личностных особенностей во взаимоотношениях тренера и спортсмена. В книге: Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа / Материалы конференции. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. 2017. С. 167–169.

2. Левина И.Л., Артемьев А.А. Эмоциональное выгорание у спортсменов // ТиПФК. 2023. №3. С. 21–23.

3. Лукьянов В.В., Леонова А.Б., Обознов А.А., Чернышев А.С., Водопьянова Н.Е. Выгорание и профессионализация: сб. науч. трудов. Курск: Изд-во Курск. гос. ун-та. Курск, 2013. 440 с.

4. Рыбников О. Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учебник для студентов высших учебных заведений. М.: Академия, 2010. 320 с.

5. Самоходкина Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». Материалы конференции. Краснодар, 2020. С. 234–235.

6. Суханова Е.И. Профилактика профессионального выгорания // Неонатология: Новости. Мнения. Обучение. 2022. №3. С. 68–72

7. Уэйнберг, Р.С. Основы психологи спорта и физической культуры / Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев: Олимпийская литература, 2001. 334 с.

**УДК: 796.071.4**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Т.А. Головинова, О.С. Горячкина
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья рассматривает проблемы и преимущества цифровой трансформации в образовании в сфере физической культуры и спорта, подчеркивая педагогические и социально-психологические аспекты. Проанализированы перспективы использования цифровых средств, сделан акцент на индивидуализацию обучения и применении недавних и инновационных разработок для улучшения образовательного процесса.

**Ключевые слова:** смешанное обучение, цифровая грамотность, индивидуализация, виртуальные технологии, практическое обучение.

Цифровые технологии в современном образовании выходят на первый план, что влечет за собой необходимость постаянного обновления учебных программ и методик.

Преимущества цифровой трансформации это – доступность и многогранность обучения. Цифровые технологии позволяют учиться, тренироваться и не зависеть от времени года, времени суток, погодных условий, места нахождения. Это очень важно для жителей удаленных регионов или тех, кто ограничен во времени. Индивидуализация обучения – еще один из аспектов цифровой трансформации. Этот подход учитывает индивидуальные потребности и уровень развития каждого учащегося или спортсмена, позволяя сделать обучение тренировки более эффективными. Средства общения и обучения с помощью интернета позволяют студентам и спортсменам общаться и консультироваться со специалистами и тренерами из различных уголков мира. Это способствует получению более широкого круга знаний и обмену опытом [5, с. 46].

Мультимедийные презентации, виртуальные тренировки, онлайн-курсы позволяют обучающимся взаимодействовать с более расширенным материалом, что способствует лучшему усвоению знаний благодаря наглядности материала.

С помощью цифровых технологий возможна связь с любыми уголками мира (где есть доступ к интернету), можно обменяться опытом с педагогами различных стран, возможны виртуальные совещания, виртуальные тренировки, симуляторы различных тренажеров способствуют достижению высоких показателей.

Цифровые технологии позволяют эффективней отслеживать прогресс дошкольников, школьников, студентов и спортсменов, что

помогает педагогам и тренерам адаптировать занятия в зависимости от результатов, усложнять или наоборот закреплять материал.

Помимо этого, цифровые технологии побуждают к самостоятельному обучению. Возможность доступа к невероятному количеству онлайн-ресурсов позволяет самостоятельно искать информацию, изучать новые материалы и совершенствовать свои навыки.

Использование онлайн-платформ для проведения занятий и тренингов. позволяют студентам получать доступ к образовательным материалам в любое время и из любого места, что делает процесс обучения более гибким и удобным. Кроме того, онлайн-платформы предоставляют возможности для проведения вебинаров и онлайн-конференций, что способствует обмену опытом и знаниями между специалистами из разных регионов и стран [3, с. 89].

Цифровые платформы могут быть отличными мотиваторами. Онлайн-сообществ поддерживают друг друга, сообща ищут решение возникших проблем и делятся своими достижениями. Это мотивирует к обучению и стремлению достижения новых вершин.

Несмотря на многочисленные преимущества, цифровая трансформация также имеет недостатками. Потеря живого общения является одним из существенных недостатков цифровой трансформации. К сожалению, в наше время еще существуют места где невозможен доступ к интернету, что также играет негативную роль [1, с. 23].

В заключении можно сказать, что цифровая трансформация в профессиональном образовании специалистов по физической культуре и спорту является важным и необходимым процессом, который способствует повышению качества образования. Внедрение цифровых технологий позволяет улучшить педагогические методы и развить социально-психологические навыки студентов, что в конечном итоге способствует их успешной профессиональной деятельности.

**Список литературы**

1. Минспорта РФ : официальный сайт. – Москва, 2023. – URL: https://www.minsport.gov.ru/activity/digital-transformation/ (дата обращения: 04.10.2024).

2. Тенденции и перспективы применения цифровых технологий в образовании в области физической культуры и спорта // Российская академия естествознания : [сайт]. – 2023. – URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=33044 (дата обращения: 03.10.2024).

3. Федоров А.И. Информатизация высшего физкультурного образования: проблемы и пути решения // Физическая культура: состояние, перспективы, проблемы, 2015.

4. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П.К. Петров. – Саратов: Вузовское образование, 2020. – ISBN 978-5-4487-0737-7.

5. Петров П.К. Особенности создания и использования дистанционных курсов по спортивно-педагогическим дисциплинам в системе электронного обучения / П.К. Петров // Теория и практика физ. культуры. – 2018. – № 12.

**УДК: 796.011.1**

# УКРЕПЛЕНИЕ РОЛИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА: РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРВОГО ГОДА РАБОТЫ ЦЕНТРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКИХ СБОРНЫХ КОМАНД КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

А.Р. Горбань, И.А. Кунаковская
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются итоги первого года работы Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (далее ЦСП ССК КГУФКСТ, Университет) по реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки. Для анализа работы использовался отчет федерального статистического наблюдения по форме № 5-ФК, протоколы соревнований по боксу и спортивной борьбе, описательные отчеты о работе учреждения.

**Ключевые слова:** спортивная подготовка студенческой молодежи, спортивный резерв.

В соответствии с Планом мероприятий по реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации [6] и поручений Президента Российской Федерации от 30 апреля 2019 года и от 30 октября 2020 г., в январе 2023 года на основании решения Ученого совета Университета был создан Центр спортивной подготовки студенческих сборных команд.

Начало работы ЦСП ССК КГУФКСТ пришлось на период вступления в действие Федерального закона №127 от 14 апреля 2021 года (популярно известный как «Гармонизация закогодательства»), внесший изменения в законы «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и «Об образовании в Российской Федерации» [2].

ЦСП ССК КГУФКСТ – это федеральная площадка, выбранная Министерством спорта России для проведения экспериментов и тестирования новых подходов в спорте [4]. Организация внедряет новые образовательные и тренировочные программы в области спортивной подготовки по двум олимпийским видам спорта: боксу и спортивной борьбе. Оба эти вида спорта имеют важное значение для жителей Краснодарского края, являются базовыми.

Основные задачи, которые ставит перед собой ЦСП ССК КГУФКСТ:

- подготовка талантливых спортсменов с целью укрепления составов спортивных сборных России для участия в международных студенческих соревнованиях;

- стимулирование и распространение интереса к университетскому спорту.

Завершен первый год работы ЦСП ССК КГУФКСТ, где были реализованы дополнительные образовательные программы по спортивной подготовке. Для анализа деятельности использовались данные отчетности по форме № 5-ФК, протоколы соревнований по боксу и спортивной борьбе, а также описательные отчеты.

В рамках Примерной номенклатуры дел для учебных заведений, специализирующихся на спортивной подготовке, были разработаны и утверждены 16 локальных нормативных актов различных направлений, включая организационно-методические, программно-методические и информационно-методические документы. Среди них были утверждены дополнительные образовательные программы по боксу и спортивной борьбе, годовой учебный план, Положение о тренерах-преподавателях и другие.

За учебный год в Центре спортивной подготовки студенческих сборных команд КГУФКСТ прошли обучение 33 спортсмена, из которых 19 занимались боксом, 14 – спортивной борьбой. Количественный и качественный состав ЦСП ССК КГУФКСТ представлен на рисунке 1.

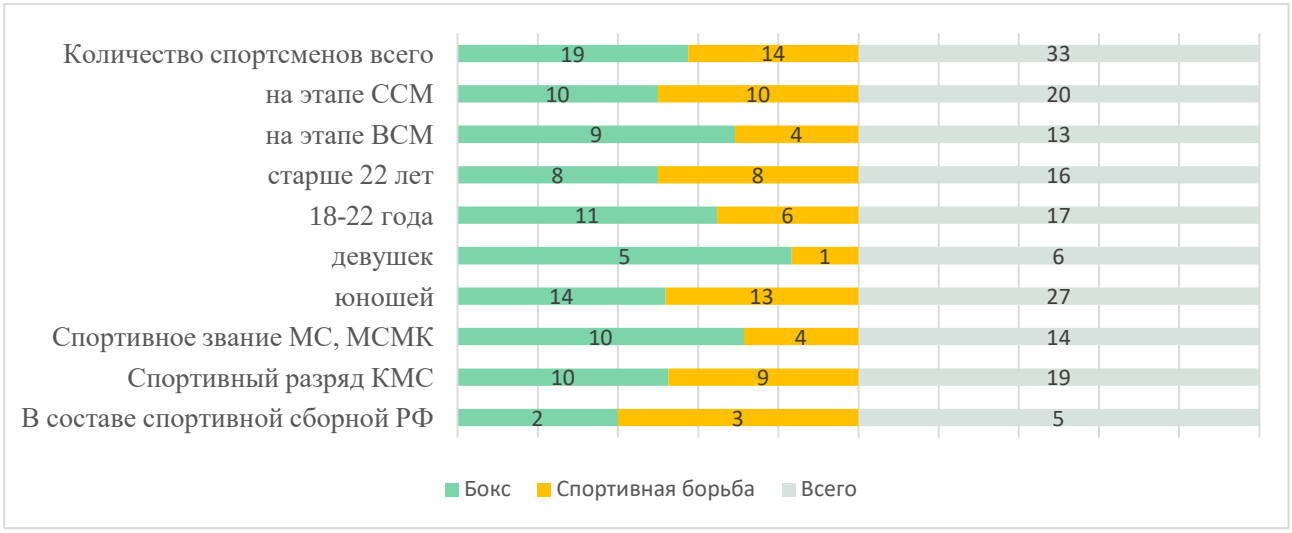



Рисунок 1 – Количественный и качественный состав ЦСП ССК КГУФКСТ

В октябре 2023 года было произведено дополнительное зачисление 4 спортсменов на освободившиеся места после отчисления других спортсменов по уважительным причинам [3].

Процесс обучения осуществлялся на этапах спортивной подготовки совершенствования спортивного мастерства (ССМ) и высшего спортивного мастерства (ВСМ). На этапе ССМ прошли подготовку 20 спортсменов

(бокс – 10, спортивная борьба – 10), на этапе ВСМ – 13 обучающихся (бокс – 9, спортивная борьба – 4).

В ЦСП ССК КГУФКСТ обучаются молодые люди в возрасте от 18 до 25 лет, из них 17 человек (52 %) имеют возраст от 18 до 22 лет. В виде спорта бокс спортсменов данной возрастной категории 11 человек (58 %), в виде спорта спортивная борьба 6 человек (43%).

Все обучающиеся ЦСП ССК КГУФКСТ являются подготовленными, квалифицированными спортсменами: спортивные звания Мастер спорта России и Мастер спорта России международного класса имеют 14 человек (42 %), спортивные разряды Кандидат в мастера спорта – 19 человек (58 %).

Спортивные сборные команды России включают в свой состав 5 спортсменов ЦСП ССК КГУФКСТ, что составляет 15 % от общего числа обучающихся.

Территориально обучающиеся представляют в основном Краснодарский край, их 21 человек из 33, что составляет 63,6 %. Из других субъектов России наибольшее количество спортсменов прибыло из Республики Адыгея, КБР, Чеченской Республики (4, 3, 2 человека соответственно), по 1 представителю из Ставропольского края, ДНР и ЛНР.

ЦСП ССК КГУФКСТ является структурным подразделением Университета без образования юридического лица. Руководитель структурного подразделения и 2 инструктора-методиста имеют высшее физкультурное образование. Учебно-тренировочный процесс проводят 7 тренеров-преподавателей, в том числе 4 тренера-преподавателя по боксу (2 человека из которых работают по совместительству); 3 тренера-преподавателя по спортивной борьбе (все совместители).

Тесное сотрудничество опытных тренеров, иструкторско-методического состава и самих спортсменов по достижению целей и задач, поставленных перед ЦСП ССК КГУФКСТ, как эксперементальной площадкой, принесло определенные положительные результаты:

- в течение учебно-тренировочного года 4 спортсмена (3 – бокс, 1 – спортивная борьба) подтвердили спортивный разряд кандидата в мастера спорта, 1 обучающийся программы спортивной подготовки по боксу, выполнил требования для присвоения спортивного звания мастер спорта России;
- спортсмены приняли участие в 35 соревнованиях разного уровня и завоевали 28 медалей. 23 медали (15 по боксу, 8 – по спортивной борьбе) были завоеваны на чемпионатах, первенствах и Кубках России, а также на всероссийских соревнованиях. Также было получено 5 медалей (4 по боксу, 1 – по спортивной борьбе) на международных соревнованиях.

Рисунок 2 содержит данные о выступлении спортсменов ЦСП ССК КГУФКСТ на спортивных соревнованиях.

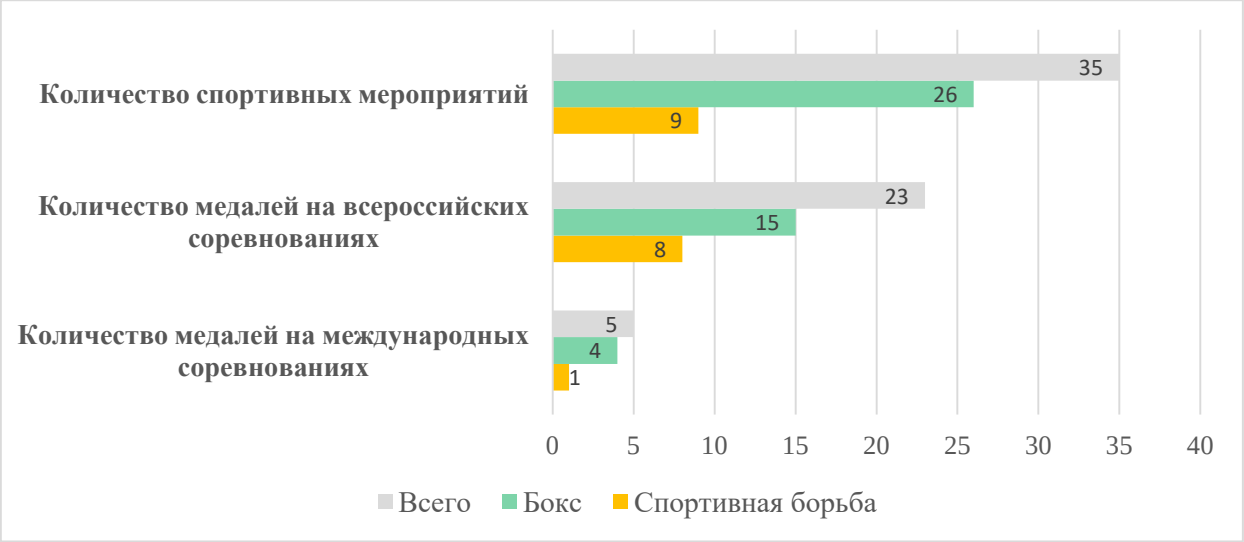



Рисунок 2 – Участие в спортивных мероприятиях

Также обучающиеся ЦСП ССК КГУФКСТ приняли участие в четырех масштабных спортивных студенческих событиях, которые собирают участников со всей России, таких как соревнования среди студентов по боксу памяти ЗТ СССР А.И. Киселева в Санкт-Петербурге, соревнованиях Национальной студенческой лиги бокса в г. Грозный и в поселке Агой Краснодарского края; соревнования среди студентов по спортивной борьбе в память героя России К.Х. Боташева в ст. Преградная КЧР.

На Международном фестивале университетского спорта в городе Екатеринбурге спортсмены из состава ЦСП ССК команды КГУФКСТ приняли участие и завоевали 2 медали, соревнуясь с другими студенческими командами из стран БРИКС, ШОС и СНГ.

Мы знаем и анализ ситуации в сфере подготовки спортсменов высокого класса для национальных команд показывает, что наибольшие потери молодых талантливых и перспективных спортсменов происходят в возрасте 17–18 лет, при переходе из юношеского спорта в спорт высших достижений [5]. Для многих студентов продолжение целенаправленной спортивной подготовки во время обучения в вузе это возможность реализовать свои спортивные амбиции: выполнить норматив для присвоения звания Мастер спорта, пополнить копилку медалей, взойти на пьедестал международных студенческих соревнований.

Результаты первого года работы ЦСП ССК КГУФКСТ подтверждают, что создание центров спортивной подготовки в образовательных организациях высшего образования служит укреплению роли студенческого спорта, является одним из способов обеспечения преемственности и сохранности перспективного и качественного спортивного резерва для сборных команд страны.

## Список литературы

1. Межотраслевая программа развития студенческого спорта до 2024 года. Министерство спорта РФ, Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство просвещения РФ. 2021 год.

2. О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»: Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ.

3. О внесении изменений в особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденные приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634:Распоряжение Министерства спорта Российской Федерации от 30 мая 2023 года № 392.

4. О признании организаций федеральными экспериментальными (инновационными) площадками: Приказ Министерства спорта РФ от 03 марта 2023 г. № 141.

5. О физической культуре в Российской Федерации: Федеральный закон от 4 декабря 2007г. № 329-ФЗ;

6. Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р.

**УДК: 378.037.1**

# САМОСОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВУЗА В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Губайдуллин И.Р.
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия

**Аннотация**. В работе приведены результаты исследования отдельных мотивов студентов вуза в рамках направлений физкультурно-оздоровительной деятельности. Мотив «Самосохранение здоровья» является ведущим у 54% студентов. Мотив «Двигательная активность» у 56%.

**Ключевые слова:** мотивы, самосохранение здоровья, двигательная активность, физическая культура, студенты вуза.

**Введение**. Мотивация – это процесс побуждения к деятельности для достижения определенных целей. Мотивацию также можно определить как структуру деятельности и поведения субъекта. Цель – это желаемый результат деятельности [4]. Научные исследователи [1, 2, 3, 5] рассматривают влияние множества факторов мотивации на поведение человека, и подтверждают, что оно абсолютно индивидуально и может изменяться из-за различных мотивов и анализа деятельности человека. Мотив – это набор внутренних мотиваций деятельности, в основном основанных на сознательных или бессознательных потребностях, интересах и ценностях. Мотивация к занятиям физической культурой – это комплекс личных мотивов, которые направлены на достижение и поддержание наилучшего уровня физического здоровья и работоспособности [1].

**Основная часть.** Тестирование студентов 1–3 курсов вуза (ККИ РУК), дневной формы обучения (количество – 280) цель которого было определение ведущего мотива (оценка 30 предложенных утверждений), формируя их значимость для себя по 5-балльной системе оценивания, где «5» – согласен полностью, «4» – скорее согласен, чем нет, «3» – согласен частично, «2» – нейтрально и «1» – не согласен категорически, в статье представлены некоторые из них.

Что бы выявить формирование мотива «Самосохранение здоровья» студенты должны были дать свою оценку следующим утверждениям: «Я всегда с нетерпением жду занятий по физической культуре и спорту, потому что они укрепляют мое здоровье», оценивая значимость данного утверждения, студенты распределились так: оценку в 5 баллов выбрали 36,5 % опрошенных, 4 балла – 22 %, 3 балла – 21 %, 2 балла – 13 % и 1 балл – 7,5 %.

Оценивая значимость утверждения «Дополнительные занятия физическими упражнениями полезны для здоровья, потому что обычных занятий по физической культуре и спорту недостаточно» студенты распределились следующим образом: оценку в 5 баллов выбрали 38 % опрошенных, 4 балла – 23 %, 3 балла – 23 %, 2 балла – 8 % и 1 балл – 8 %.

Затем, полученные баллы обоих утверждений сложили (рис. 1), чтобы определить влияние мотива «Самосохранение здоровья», полученная сумма баллов оценивалась по 10 бальной шкале: мотив считается ведущий, если сумма балов значиться в диапазоне от 10 до 8 баллов; мотив считается средне выраженным, если сумма балов значиться в диапазоне от 5 до 7 баллов; мотив является малозначительный, если сумма балов значиться в диапазоне меньше 5 баллов (4–1 балл).

Как видно из рисунка 1 для половины опрошенных студентов данный мотив является ведущим, для четверти – средне выраженным.

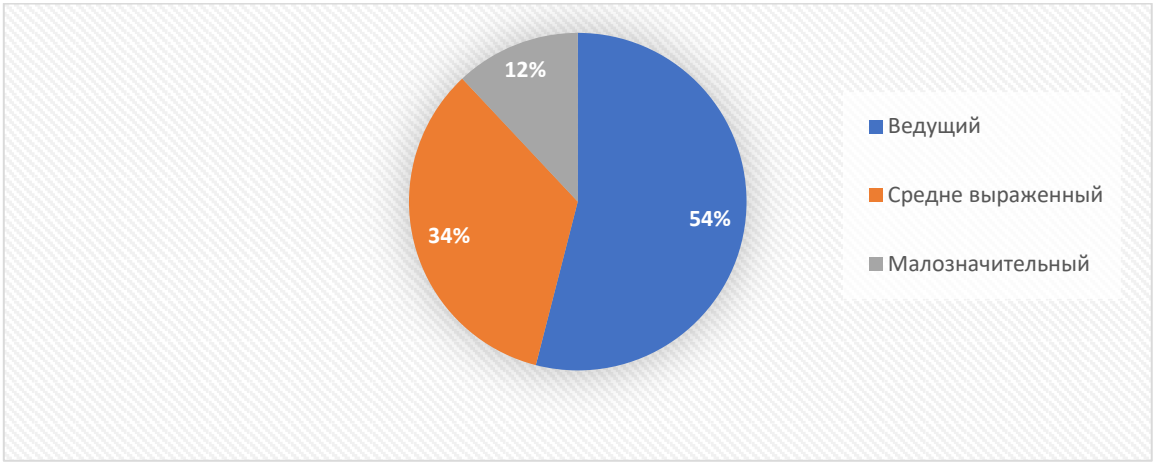



Рисунок 1 – Значимость мотива «Самосохранение здоровья» для студентов вуза

Для определения влияния мотива «Двигательная активность» студентам также было предложено оценить свое отношение к следующим двум утверждениям: «Я всегда нахожу возможность заниматься физической культурой, потому что движение доставляет мне радость», оценивая значимость данного утверждения, студенты распределились так: оценку в 5 баллов выбрали 41 % опрошенных, 4 балла – 19 %, 3 балла – 22 %, 2 балла – 9 % и 1 балл – 9 %.

Оценивая значимость утверждения «Во время перерыва от учебной деятельности мне нравится много двигаться и заниматься физическими упражнениями» студенты распределились следующим образом: оценку в 5 баллов выбрали 36 % опрошенных, 4 балла – 24 %, 3 балла – 22 %, 2 балла – 9 % и 1 балл – 9 %.

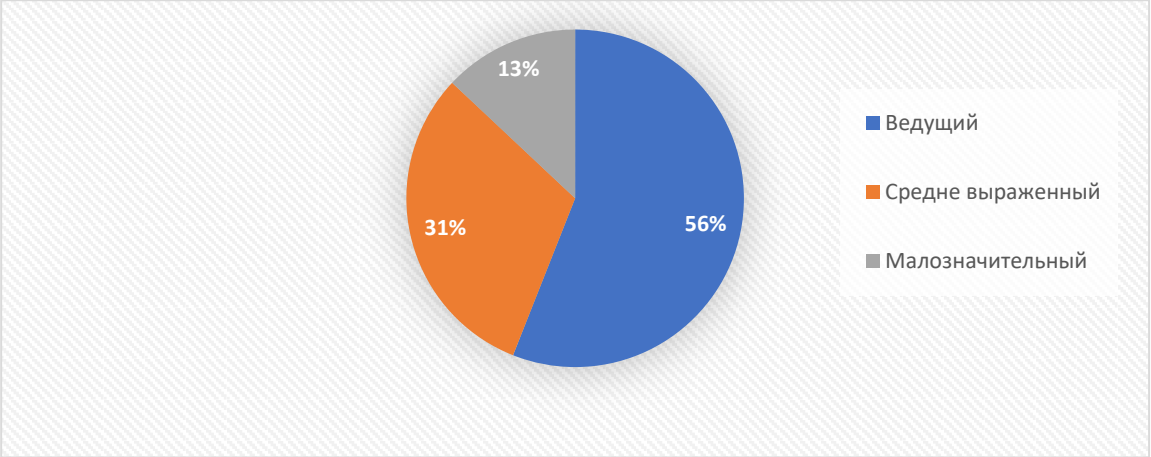



Рисунок 2 – Значимость мотива «Двигательная активность» для студентов вуза

После сложения баллов обоих утверждений (рис. 2), удалось выявить, что влияние мотива «Двигательная активность», для четверти опрошенных студентов данный мотив является средне выраженным, для половины– ведущим.

**Выводы.** Проведенное нами исследование выявило, что двигательная активность является более значимым мотивом, чем самосохранение здоровья. Однако, для половины опрошенных студентов оба мотива является средне выраженным и малозначительным, что можно изменить путем внедрения экспериментальной программы.

**Список литературы**

1. Гавришова, Е.В. Регулирование двигательной активности студентов в зависимости от мотивации достижения успеха или избегания неудач: 13.00.04 /автореферат дисс. на соискание к.п.н./РГПУ им. А.И. Герцена. - Санкт-Петербург, 2012. - 24 с.

2. Голубева, Г. Н. Значимость различных факторов и детализированная оценка здоровья у студентов вуза / Г. Н. Голубева, А. И. Голубев // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – Т. 21, № 4(21). – С. 96-101.

3. Голубев, А. И. Изменение физического состояния студентов младших курсов в процессе занятий по предмету "Физическая культура" / А. И. Голубев, Г. Н. Голубева // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 2. – С. 83-85.

4. Попов А.Л. Психология. Учебное пособие / А.Л. Попов. - Москва : Флинта, 2019. - 288 с. - ISBN 978-5-89349-331-3. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/337832/reading (дата обращения: 13.05.2024). - Текст: электронный.

5. Personal physical culture and its place in everyday life of university students / A. I. Golubev, G. N. Golubeva, I. G. Kalina, R. A. Aidarov // International Journal of Applied Exercise Physiology. – 2019. – Vol. 8, No. 3. – P. 109-114.

**УДК: 378:004.9**

# ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА ЦИФРОВИЗАЦИЮ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

М.С. Душко, Ж.А. Терпелец
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются некоторые вопросы цифрового образования в высших учебных заведениях. В частности, факторы, влияющие на цифровизацию высшего образования. Основное внимание уделено влиянию цифровизации на время и место преподавания и обучения. Развитие цифровизации высшего образования меняет понимание роли преподавателя и взаимоотношений между преподавателем и обучающимися.

**Ключевые слова:** цифровизация; цифровое образование; высшее образование; преподавание; дидактика; мотивация.

Продолжающаяся цифровизация общества – одна из ключевых проблем XXI века ставит новые задачи и перед системой образования. Неуклонное развитие цифровизации ведет к изменению содержания преподавания/обучения, как в отношении новых дисциплин, так и в отношении изменившегося профиля требований к навыкам, к временному и пространственному разграничению обучения, к фундаментальному изменению понимания роли и ответственности за успех обучения со стороны преподавателя и обучающегося, к расширению доступных дидактических методологических инструментов [1, 6].

Исследования в области цифровизации высшего образования показывают, что вузы и их преподавательский состав также могут ожидать значительных изменений в отношении предлагаемых курсов, возможностей преподавания и собственного имиджа. Но что именно это означает для высшего образования? Какие изменения неизбежны и как наилучшим образом использовать новые возможности и вызовы? Как может выглядеть образование будущего и каковы условия для его успеха? С точки зрения систематизации, цифровизация влияет не только на содержание обучения, но и на время и пространство обучения, а также на роль участников и их ответственность за успех обучения и методологию обучения. Только при учете всех факторов можно получить полную картину [3].

Рассмотрим влияние цифровизации на время и место преподавания и обучения. С дидактической точки зрения особое значение имеет растворение обучения во времени и пространстве, вызванное цифровизацией: отдельное высшее учебное заведение утрачивает свое традиционное формирующее влияние на время и место обучения, а также свою исключительность в качестве источника научной информации, символизируемой термином альма-

матер. Вместо этого учащиеся могут сами принимать решение о времени, месте, объеме и интенсивности обучения благодаря постоянной доступности учебных ресурсов. При этом наилучшие источники преподавания/обучения могут быть использованы эклектически, что, с одной стороны, предполагает повышенную способность критиковать уже описанные источники, но с другой стороны, также может привести к плодотворному сотрудничеству и конкуренции между различными образовательными продуктами. С точки зрения университетской дидактики из этого следует, что преподаватель больше не обладает монополией на передачу специализированных знаний. Образовательные ресурсы постоянно доступны, благодаря чему высококачественно подготовленные, дидактически и научно обоснованные учебные материалы в Интернете могут быть использованы более эффективно, всесторонне и разнообразно, в более занимательной форме, чем специальная презентация в лекционном зале. Кроме того, в виртуальной учебной комнате учащийся имеет возможность в любое время выбрать наиболее подходящие форматы для своего типа обучения (слуховой/ визуальный/ коммуникативный/ возможно, также двигательный) форматы, повторить непонятые отрывки и дополнить их другими источниками или пропустить то, что уже известно, и таким образом составить учебную программу, адаптированную к его индивидуальным потребностям обучения. В то же время, особенно в сравнительном международном контексте, существует возможность обратиться к экспертам – носителям языка, социализированным в соответствующей профессиональной сфере [5].

В то же время доступный в цифровом формате контент меняет как требования студентов к качеству, так и способу очного обучения, которое все чаще рассматривается как «учебное мероприятие», в то время как на самом деле оно часто сопровождается сокращением концентрации внимания и, как следствие, спросом на постоянно новые учебные стимулы.

С другой стороны, возникает вопрос о том, какую дидактическую значимость может обеспечить очное обучение, которое продолжает оставаться незаменимым для приобретения профессиональной компетентности. Прежде всего, в предварительном структурировании индивидуальных траекторий обучения, закреплении полученных знаний, применении знаний под руководством и постоянным контролем. Очное обучение в соответствии с установленным учебным планом способствует сосредоточению внимания и концентрации на обучении и, таким образом, открывает учебное пространство, которое является максимально изолированным, связывающим и, следовательно, продуктивным от внешних помех. Одновременное присутствие преподавателя и обучающихся способствует налаживанию необходимых социальных контактов, генерирует групповую динамическую мотивацию и, особенно при подходящей преподавательской личности, вдохновение для обучения, основанного на исследованиях, и оптимизации собственных навыков. В то же время классическая лекция не должна использоваться в качестве доминирующей

среды обучения, а должна быть обогащена групповой работой, презентациями, дискуссиями, ролевыми играми, дифференцированными рабочими заданиями для постепенного приобретения навыков и другими форматами преподавания/обучения. Уже давно господствует представление о том, что учитель больше не является монополизированным «мудрецом», а мотивирующим и вдохновляющим тренером по обучению и медиатором и разработчиком компетенций, который обеспечивает оптимальное сочетание методов и источников для намеченной цели обучения, а также конкретной группы учащихся, предварительно структурирует индивидуальные траектории обучения, развивает компетенции, выявляет проблемы и предлагает корректирующие решения, а также вдохновляет на дальнейшие размышления и дальнейшее самообучение [2].

Параллельно с уже указанной изменившейся ролью преподавателя меняется и роль обучающегося: учащийся становится все более ответственным за свой собственный успех в обучении и должен активно формировать его самостоятельно под руководством преподавателя, что приводит к повышению самоответственности, структурированию знаний и личной инициативе. Поэтому современные формы обучения гораздо более требовательны к своей основной концепции, чем классические лекции, в которых ответственность за содержание обычно лежит исключительно на преподавателе, гарантируют лучший и, прежде всего, более длительный успех в обучении. Задача преподавателя состоит не только в том, чтобы дать обучающимся возможность учиться самостоятельно, предварительно выбрав подходящие материалы и поставив определенные учебные задачи, по крайней мере, на начальных этапах, но и в том, чтобы следить за успехами в обучении, выявлять и исправлять любые проблемы и ошибки, которые могут возникнуть, а также вносить предложения и поддерживать мотивацию для дальнейшего углубления. Здесь цифровизация также может обеспечить важную поддержку, от простого автоматического обучения и напоминаний о задачах до обучающих ботов, которые автоматически предоставляют ответы, упражнения и дополнительную литературу по часто возникающим вопросам, до комплексного анализа индивидуального успеха в обучении с помощью обширной аналитики обучения, которая использует информацию, полученную от централизованного управления преподаванием и обучением. Вырабатывать индивидуальные рекомендации по обучению на основе интегрированных самотестов и в то же время предоставлять преподавателю ценную информацию о пробелах, трудностях, а также об особых учебных интересах, которые необходимо снова решать при очном обучении. Таким образом, роль преподавателя в первую очередь заключается в том, чтобы быть тренером и организатором обучения, твердо укоренившимся в своем предмете и методологии, мотиватором обучения, а не просто посредником в обмене знаниями. С дидактической точки зрения высшего образования методологические инновации, связанные с цифровизацией, представляются особенно привлекательными [4].

Высококачественное преподавание не только становится решающим уникальным коммерческим аргументом для вузов, но и позволяет преподавателям постоянно совершенствовать свое собственное преподавание на основе успешных примеров передовой практики других преподавателей. В то же время – и это интересно с методологической точки зрения – в значительной степени идентичное содержание обучения может быть представлено самыми разнообразными способами, как дедуктивно, так и индуктивно, адаптировано к соответствующему типу обучения в слове, звуке или изображении, сведено к основам или всесторонне и подробно, развлекательно или ориентировано на факты и т.д.

Развитие цифровизации высшего образования меняет понимание роли преподавателя и взаимоотношений между преподавателем и обучающимися. Анализ возможных изменений показывает не только вызовы, но и большие возможности, которые предлагает цифровизация с дидактической точки зрения высшего образования. Однако для достижения этой цели необходимы углубленные сопутствующие исследования на (предметном) дидактическом, учебном и техническом уровнях.

**Список литературы**

1. Анисимова О.Б., Осадчая В.П. Профессионально ориентированное обучение иностранному языку в вузе физической культуры // Физическая культура и спорт. олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. 2019. С. 14-16.

2. Ehlers, U. D. Future Skills. Zukunft der Hochschulbildung - Future Higher Education. 2020.

3. Fischer, F., & Lütge, C. Digitale Kernkompetenzen. https://www.digillab.mcls.uni-muenchen.de/forschung/digitale-kernkompetenzen/index.html. Zugegriffen am 21.04.2021.

4. Lehner, U. Lehren und Lernen an der Hochschule der Zukunft. In U. Lehner & C. Kreidl (Hrsg.), Hochschule der Zukunft. Wiesbaden: Springer Fachmedien. 2018.

5. Ruth, S. Faculty opposition to online learning: Challenges and opportunities. International Journal of Technology in Teaching and Learning, 14(1), 12–23. 2018.

6. Seufert, S., & Meier, C. Digitale Transformation: Vom Blended Learning zum digitalisierten Leistungsprozess ‚Lehren und Lernen‘. Paper presented at the 24. Jahrestagung der Gesellschaft für Medien in der Wissenschaft (GMW) Innsbruck. 2016.

**УДК: 796.034.2**

# ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА: ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

М.Ю. Евтенко
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются проблемы и перспективы массового спорта с акцентом на внедрение инновационных технологий. Рассматриваются снижение физической активности, нехватка инфраструктуры и кадров. Цель работы – изучить роль цифровизации в оздоровительной физической культуре. Статья предлагает новые подходы к интеграции технологий и государственные меры для повышения вовлеченности населения, отличаясь от аналогичных исследований глубиной анализа этих аспектов.

**Ключевые слова:** Массовый спорт, инновационные технологии, оздоровительная физическая культура, цифровизация, государственная поддержка, физическая активность.

Массовый спорт и оздоровительная физическая культура являются важными элементами системы здравоохранения, способствующими укреплению здоровья нации и повышению качества жизни. В данной статье рассмотрим ключевые проблемы и перспективы развития массового спорта с акцентом на роль инновационных технологий и государственную поддержку.

Одна из главных проблем – снижение уровня физической активности населения, особенно в крупных городах. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, малоподвижный образ жизни стал одной из основных причин роста хронических заболеваний, таких как ожирение и сердечно-сосудистые заболевания. В условиях современного общества люди проводят больше времени в офисах и перед экранами телевизоров и в гаджетах, что снижает мотивацию к физической активности.

Отсутствие доступной спортивной инфраструктуры также негативно сказывается на развитии массового спорта. В сельских и удаленных районах существенная нехватка спортивных объектов, что ограничивает возможность регулярных занятий физкультурой. По данным исследований, более 30 % респондентов назвали отсутствие доступных спортивных площадок одной из причин отказа от регулярных занятий спортом [4, с. 46].

Недостаток квалифицированных тренеров и инструкторов представляет серьезную проблему для массового спорта. Большинство профессиональных тренеров концентрируются в коммерческих спортивных клубах, в то время как массовые программы остаются без должного внимания. Это ведет к

снижению качества обучения и, как следствие, к снижению интереса населения к занятиям спортом.

Применение инновационных технологий и адаптация к новым социальным и экономическим реалиям представляют собой ключевые задачи для развития массового спорта. В условиях экономической неопределенности и изменения структуры занятости, вызванной цифровизацией, важно предложить населению новые, доступные формы физической активности.

Одним из наиболее значимых нововведений в последние годы стало массовое использование цифровых технологий для мониторинга физической активности и планирования тренировок. Мобильные приложения, такие как Strava, MyFitnessPal предоставляют пользователям возможность отслеживать результаты в реальном времени и получать персональные рекомендации на основе анализа данных[2, с. 76].

Эти технологии позволяют не только улучшить мотивацию и вовлеченность населения в спорт, но и предлагают инструменты для анализа прогресса.

Технологии виртуальной и дополненной реальности находят все большее применение в массовом спорте и оздоровительных программах. Они создают уникальные возможности для тренировки в условиях, приближенных к реальным соревнованиям, а также повышают мотивацию через игровые элементы.

Современные биометрические системы включают в себя датчики, анализаторы состава тела, фитнес-трекеры и умные весы, которые дают возможность глубже анализировать физическое состояние организма. Эти устройства позволяют контролировать такие параметры, как пульс, уровень сахара, количество сожженных калорий, что способствует более точной настройке оздоровительных программ.

Для успешного развития массового спорта необходимы значительные инвестиции в инфраструктуру. Создание доступных спортивных объектов в удаленных и малонаселенных регионах, а также модернизация уже существующих объектов является важным направлением государственной политики. В последние годы в России реализуются программы по строительству многофункциональных спортивных комплексов, что способствует увеличению вовлеченности населения в занятия спортом.

Одной из перспективных задач является подготовка квалифицированных кадров, способных эффективно использовать современные технологии и методики в массовом спорте. Это требует создания программ повышения квалификации и внедрения образовательных платформ для тренеров. Важным направлением также является привлечение молодых специалистов к работе в государственных и социальных проектах по популяризации физической культуры и спорта [3, с. 14].

Массовый спорт оказывает значительное влияние на улучшение качества жизни населения. Занятия спортом способствуют укреплению социальных связей, улучшению психологического состояния. Это особенно

актуально в контексте работы с молодежью и социально уязвимыми группами населения, для которых спорт может стать инструментом социальной адаптации и интеграции.

Одним из ключевых факторов успешного развития массового спорта является государственная поддержка. Инвестиции в спортивную инфраструктуру, разработка программ популяризации здорового образа жизни и финансирование образовательных инициатив для тренеров и инструкторов – важные направления работы государственных органов. В России осуществляется ряд федеральных программ, таких как «Комплекс ГТО», направленных на массовое вовлечение населения в физическую активность.

Массовый спорт и оздоровительная физическая культура сталкиваются с рядом вызовов, связанных с изменениями в социальных и экономических условиях, но внедрение инновационных технологий открывает новые перспективы для их развития. Интеграция цифровых решений, таких как мобильные приложения, биометрические системы и технологии виртуальной реальности, уже сегодня повышает вовлеченность населения в занятия спортом и улучшает качество предоставляемых услуг. Однако для успешной реализации этих решений необходима поддержка со стороны государства, а также повышение квалификации специалистов и улучшение инфраструктуры.

**Список литературы**

1. Болозин А.А. Институциональные барьеры доступности массового спорта для современной российской молодежи / А. А. Болозин // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. – 2020.

2. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2007.

3. Самыгин С.И. Массовый спорт в современной России: новые вызовы и перспективные направления развития // Гуманитарий Юга России. − 2023.

4. Беспутчик, В. Г. Современные проблемы массового спорта молодежи / В. Г. Беспутчик, В. А. Ярмолюк // Современные проблемы спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры : материалы III междунар. науч.-практ. конф., Донецк, 9 февр. 2018 г. / под ред. Л. А. Деминской ; ДИФКС. - Донецк, 2018.

5. Тарасова Л.В., Панков В.А., Тарасов П.Ю., Гынинов Б.Б., Казбеков Т.Ш. Актуальные направления научных исследований в области физической культуры и спорта за 2020 год. Психология и педагогика служебной деятельности. 2/2021.

**УДК: 796.011.1**

# КОНТРОЛЬ В ПРОЦЕССЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

А.А. Ефимова, А.А. Сорокин
Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, г. Иваново, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются виды контроля при самостоятельных занятиях физической культурой, а также самоконтроль, содержание дневника самоконтроля.

**Ключевые слова:** физическая культура, педагогический контроль, врачебный контроль, самоконтроль, дневник самоконтроля.

Ни для кого не секрет, что физические упражнения оказывают оздоровительное воздействие на организм человека. Этот факт известен с древних времен, что спорт имеет огромное значение в борьбе с болезнями и продлевает нашу жизнь.

Занятия спортом – очень мощный инструмент улучшения здоровья. Правильная организация тренировочного процесса позволяет улучшить физическое развитие, повысить работоспособность и активизировать функционирование всех систем организма.

Однако средствами физического воспитания нельзя пользоваться бессистемно и бесконтрольно. В лучшем случае они станут просто неэффективными, а в худшем – нанесут непоправимый вред здоровью. Чтобы избежать негативных последствий занятий спортом, при выполнении упражнений требуются контроль и самоконтроль. Все эти действия сводятся к диагностике организма.

Существуют разные виды контроля – педагогический и медицинский. Конечно, они важны в спорте, но, тем не менее, самоконтроль во время физических упражнений занимает особое место.

Рассмотрим каждый из них на конкретном примере. Начнем с педагогического контроля. Данный вид контроля можно встретить в школах, колледжах, высших учебных заведениях и других.

Например, у нас в академии каждое занятие проводится в соответствии с тематическим планом, который составляется заранее в соответствии с требованиями. Кроме того, преподаватель проверяет наличие студентов на занятиях, тем самым контролируя посещение занятий. Даются определенные указания по упражнениям, а также времени их выполнения, количестве подходов и так далее. Перед началом нового вида упражнений преподаватель не только объясняет, но и показывает, как правильно нужно их выполнять, дабы не привести к травматизму на занятиях. Во время выполнения каждого упражнения преподаватель контролирует технику их выполнения, ведь занятия физическими упражнениями с неправильной техникой их

выполнения не дадут никакого положительного результата, а также могут привести к негативным последствиям.




Рисунок 1 – Пример педагогического контроля

Медицинский же контроль чаще встречается перед проведением каких-либо спортивных соревнований. А именно для участия в них требуется медицинская справка, которую дают после прохождения всех врачей, а без ее наличия вовсе не допустят к ним. Для начала врач расспрашивает пациента об общем состоянии его здоровья, есть ли какие-либо жалобы в той или иной сфере. После этого врач проводит осмотр, тем самым выявляя признаки возможных травм, заболеваний, а также для оценки общего состояния спортсмена. Методом ощупывания определяют физические свойства, величину, особенности поверхности, плотность, подвижность, чувствительность и так далее. Выслушивание легких, сердца помогает проводить исследования путем улавливания звуковых явлений, возникающих при работе органов.

Основное предназначение медицинского осмотра (врачебного контроля) в том, чтобы определить состояние здоровья студентов и распределить их по группам: основной, подготовительной, специальной. Кроме этого, часть студентов направляется на лечебную физкультуру (ЛФК), а некоторые совсем освобождаются от практических занятий на какое-то время.

Несмотря на наличие врачебного и педагогического контроля, немаловажным является именно самоконтроль, ведь каждый из спортсменов, особенно начинающих, должен знать основы самоконтроля при выполнении упражнений. Это привьет навыки самоанализа и дисциплины и сделает работу тренера, врача и преподавателя максимально эффективной.



Рисунок 2 – Пример врачебного контроля

При самостоятельных занятиях физическими упражнениями самоконтроль необходим. В качестве показателей самоконтроля используются субъективные и объективные признаки функционального состояния организма под влиянием физических нагрузок.

Например, при самостоятельных занятиях в спортивном зале человек всегда должен контролировать свое состояние. Делать это можно с помощью не только внешних признаков, но и внутренних. К внешним признакам относятся выделение пота, изменение цвета кожи, нарушения координации и ритма дыхания. Если нагрузка очень большая, то наблюдается обильное потоотделение, чрезмерное покраснение тела, посинение кожи вокруг губ, появляется отдышка, нарушается координация движений. Такие показатели самоконтроля как самочувствие, настроение, неприятные ощущения, аппетит- относятся к субъективным, а частота сердечных сокращений, масса тела, длина тела, функция кишечно-желудочного тракта, потоотделение, жизненная емкость легких, сила мышц, динамика развития двигательных качеств, спортивные результаты – к объективным. При самостоятельных занятиях также нужно контролировать свой пульс, а именно замерять его до, во время и после тренировок.

При появлении таких признаков надо прекратить выполнение упражнений и отдохнуть. К внутренним признакам утомления относят появление болевых ощущений в мышцах, подташнивание и даже головокружений. В таких случаях необходимо прекратить выполнение упражнения, отдохнуть и на этом закончить тренировку. Если после занятий физическими упражнениями самочувствие, настроение, аппетит, сон – хорошие, и есть желание заниматься дальше, то это показывает что ваш организм справляется с нагрузками.

Самоконтроль при самостоятельной проработке упражнений лучше всего осуществлять с помощью дневника. Он станет документом, в котором будут фиксироваться интенсивность и объем спортивных нагрузок,

полученные результаты. В дневнике также должны отражаться субъективные и объективные характеристики состояния организма во время тренировки.

| Показатели | Дата занятий | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| **Общее самочувствие:** вялость слабость раздражительность бодрость | | | | |
| **Сон:** хороший плохой | | | | |
| **Настроение:** хорошее плохое | | | | |
| **Аппетит:** хороший плохой | | | | |
| **Физ. упр-я выполняются:** с желанием без желания | | | | |
| **Пульс:** до сна после сна | | | | |
| **Частота дыхания за 1 мин.:** в течение дня | | | | |
| **Рост** | | | | |
| **Вес** | | | | |

Рисунок 3 – Пример оформления дневника самоконтроля

В заключение можно сказать, что самостоятельные занятия физической культурой и спортом нельзя проводить без врачебного, педагогического контроля, и, что еще более важно, самоконтроля. Кроме того, нельзя выделить какой-то один из видов контроля, ведь каждый из них играет немаловажную роль в развитии человека, его спортивных способностей, а также выносливости.

**Список литературы**

1. Физическая культура студента: учебное пособие/ Ю.Т. Ревякин, Г.Н. Попов, И.А. Зюбанова, О.В. Громова, А.В. Вакурин. Томск, 2013.

2. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом: методические указания/ Э.Н. Алексеева, В.С. Мельников. Оренбург 2003.

3. Роль и значение физической культуры и спорта в формировании личности Азимова Л.О., Чистов П.В., Сорокин А.А., Соколов Г.П. В сборнике: Пожарная и аварийная безопасность.

4. Самостоятельные занятия как средство развития физических качеств студентов образовательных организаций высшего образования ГПС МЧС России. Сорокин А.А., Кулагин А.В., Соколов Г.П., Тютюкина А.Ю. В сборнике: Пожарная аварийная безопасность.

**УДК: 796.071.4**

# ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ ПРИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ ТРЕНЕРОВ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ

В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, Т.А. Мосол
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Повышение качества функционирования образовательной среды в российских вузах физической культуры и спорта неизменно связанно с применением образовательных подходов, таких как системный, деятельностный, творческий и конечно же компетентностный, ориентирующих обучающихся на активное проявление самостоятельных результативных действий в самых сложных производственных ситуациях.

Материал статьи посвящен методике применения в практической образовательной деятельности Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма такого эффективного педагогического инструментария, как компетентностно-ориентированные задания, способствующие формированию дополнительных возможностей развития профессиональной компетентности у тренеров по спортивным играм, переподготавливающихся в вузе.

**Ключевые слова:** повышение квалификации, переподготовка, тренеры по спортивным играм, компетентностно-ориентированные задания

Применение компетентностно-ориентированных заданий (КОЗ), как интегральных дидактических единиц компетентностно-ориентированного образования с обязательным включением технологий, содержания педагогических воздействий, а также постоянного планирования качества обучения, направленно на результативное повышение уровня профессиональной компетентности тренеров по спортивным играм, работающих в спортивных школах и центрах спортивной подготовки Краснодарского края [2, 5].

Одним из проявлений применения КОЗ в практической педагогической деятельности с обучающимися является существенная активизация их самостоятельной учебно-исследовательской деятельности по формированию высокого уровня профессиональной компетентности, особенно востребованной в современных условиях [1, 3, 4].

Цель исследования – обоснование методики повышения уровня профессиональной компетентности тренеров по спортивным играм переподготавливающихся в условиях образовательной среды физкультурно-спортивного вуза и экспериментальная проверка ее эффективности.

Исследование проводилось в течение 2023–2024 учебного года на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма г. Краснодар с участием двух групп тренеров по спортивным играм в количестве 30 человек ( контрольная группа 15 человек, экспериментальная группа 15 человек).

При проведении исследования использовались такие методы, как изучение, анализ и обобщение сведений из специальной научно-методической литературы, педагогические наблюдение, тестирование и эксперименты, методы математической статистики.

Динамика уровня профессиональной компетентности тренеров по спортивным играм определялась по результатам сформированности двух универсальных компетенций – УК-3 (способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде) и УК-7 (способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности).

Алгоритм действий при разработке компетентностно-ориентированных заданий был следующим: сначала определяли важные для данного исследования компетенции; затем формулировались конкретные педагогические задачи, которые необходимо было решать; затем разрабатывались целевые достижения, как критерии составляющие содержательный и процессуальные компоненты анализируемых компетенций; и, наконец, разрабатывался комплекс контрольно-измерительных материалов для оценки степени сформированности изучаемых компетенций.

Результаты проведенного исследования приводятся в таблице.

Таблица – Результаты применения компетентностно-ориентированных заданий при реализации вузовской концепции комплексной подготовки кадров тренеры спортсмены по спортивным играм (экспериментальные (Эгр), контрольные (Кгр) группы, 2023–2024 уч. год)

| № п/п | Группы, тестирования<br>Компетенции | Кгр (M±m) | | Эгр (M±m) | | t3.5 | t4.6 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 2023 г октябрь | 2024 г. апрель | 2023 г. октябрь | 2024 г. апрель | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | Тренеры по спортивным играм | | | | | | |
| 2 | УК-3 (способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде) | 47,6±6,14 | 58,7±6,31 | 46,4±6,21 | 85,2±6,24 | 0,14 | 2,99 |
| 3 | УК-7 (способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | 46,8±6,31 | 65,3±6,40 | 47,3±6,24 | 83,4±6,17 | 0,06 | 2,04 |

Как следует из таблицы начальный уровень сформированности компетенций колебался в контрольной группе от 46,8 % (УК-7) до 47,6 % (УК-3). В экспериментальной группе начальные значения изучаемых параметров составляет 46,4 % (УК-3) и 47,3 % (УК-7). Незначительные отличия (1-2%) свидетельствуют об однородности групп участников исследования и легитимности их участия в исследовании.

Уровень профессиональной компетентности обследуемых за время эксперемента повысился в обеих группах, в экспериментальной группе более выражено, чем в контрольной.

Улучшения по УК-3 составили 23,8 %, что статистически достоверно ($t=2,99$; $p<0,05$).

Этот критерий профессиональной компетентности целесообразно применять при педагогическом контроле качества вузовского образовательного процесса.

Заключение. Результаты проведенного педагогического эксперимента подтвердили высокую эффективность методики повышения уровня профессиональной компетентности тренеров по спортивным играм на основе использования КОЗ и целесообразности ее применения в образовательной среде физкультурно-спортивного вуза.

Показатель профессиональной компетентности по которому выявлено достоверное улучшение ($t=2,99$ %; $p<0,05$) необходимо применять при педагогическом контроле качества вузовских образовательных процессов.

**Список литературы**

1. Дранюк О. И., Крафт Н. Н., Баева Т. Е. Компетентностно-ориентированное задание как средство достижения образовательных результатов у будущих специалистов по физической культуре и спорту. – Теория и практика физической культуры, 2024. – № 7. – С. 106-108.

2. Коровин В. М. Реализация основных положений компетентностного подхода в образовательной деятельности российских вузов – Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. – 2010. - № 1. – С. 105-110.

3. Прохорова В.В., Хашева З.М. Информатизация как один из важных механизмов становления системы опережающего образования // Междисциплинарность в современном социально-гуманитарном знании-2018. материалы Третьей международной научной конференции. Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2018. С. 428-435.

4. Сиротюк А. Л., Думиникэ Ю. С. Применение компетентностно-ориентированных заданий в образовательном процессе вуза // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2016. – № 4. – С. 115-118.

5. Kozlov A.V., Kankovskaya A.R., Teslya A.B., Khasheva Z.M. Motivating factors for university students to use digital technologies in educational process // Atlantis Highlights in Computer Sciences. Proceedings of the International Conference on Digital Technologies in Logistics and Infrastructure (ICDTLI 2019). 2019. С. 89-94.

**УДК: 796**

# ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.А. Левченко, О.Н. Костюкова, А.В. Юдакова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы организации работы школьных спортивных клубов, мотивы и потребности обучающихся в организованных занятиях различными видами спорта, мнения учителей физической культуры и родителей по вопросам повышения двигательной активности детей в условиях школьного спортивного клуба.

**Ключевые слова:** школьный спортивный клуб, образовательные организации, обучающиеся, родители, учителя физической культуры, виды спорта.

В настоящее время особую актуальность приобретают вопросы повышения двигательной активности различных групп населения нашей страны и, в частности подрастающего поколения. Вовлечение в занятия физической культурой и спортом занимающихся и их родителей к 2030 году должно быть приближено к 70 % от их общего числа, согласно указу Президента Российской Федерации.

Особое значение в этой связи приобретает работа по созданию и организации работы школьных спортивных клубов [1, 2].

Нормативно-правовое регулирование и методическое сопровождение этой деятельности осуществляется под руководством ГКУ КК «Центр развития физической культуры и спорта системы образования», функционирования которого осуществляется во всех 44 муниципальных образованиях Краснодарского края и направлено на формирование гармонично развитой личности в условиях школьного физического воспитания подрастающего поколения.

Итоги организованной работы школьных спортивных клубов, были представлены на первом Всероссийском форуме в Республике Крым на базе ФГБОУ «Международный детский центр «Артек». Участниками форума, которого стали представители 89 субъектов Российской Федерации. В очном формате приняло участие более 300 участников, в формате онлайн более - 10000 человек.

Были рассмотрены вопросы развития школьных спортивных клубов с учетом опыта по интеграции связей общего и дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, а также механизмов управления, идей, технологий наиболее успешных проектов, представленных в системе школьного и детско-юношеского спорта клубов [3, 4].

В данном направлении большую работу осуществляет кафедра теории и методики спортивных игр Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма, коллектив которой принимает активное участие в организации и проведении спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий различного уровня.

Ведущими специалистами кафедры были разработаны анкеты-опросники: для учащихся (12 вопросов), родителей (15 вопросов), а также учителей физической культуры (17 вопросов). Яндекс формы позволили в кратчайшие сроки получить результаты анкетного опроса и сформировать представление о деятельности школьных спортивных клубов в крае.

Данная работа осуществлялась в начале 2024 учебного года. Всего в анкетировании приняли участие 1378 человек. Из них обучающихся – 778 человек, родителей – 538 человек, учителей физической культуры – 62 специалиста, из МО Ленинградский район – 13 школ, МО Отрадненский район – 1 школа, МО Гулькевический район – 6 школ, МО Калининский район – 1 школа, МО Каневской район – 2, МО город Краснодар – 3 школы.

В результате проведенного опроса родителей было установлено, что 40,2 % из них узнали о деятельности школьного спортивного клуба от классного руководителя, 25,8 % из сайта школы, 16,4 % – в результате общения детей друг с другом, 7,6 % из СМИ или интернета, 3,8 % на родительских собраниях, 2,9 % от знакомых и родителей учеников, 2 % – получили информацию от учителя физической культуры. На вопрос, каким видом спорта занимается ваш ребенок в ШСК, значительная часть родителей (31 %) ответила что «не занимается», футболом занимаются 17,7 %, преимущественно волейболом – 15 %, баскетболом – 12 %, гандболом – 4,5 %, единоборствами – более 2,9 %, самбо – 2,4 %, туризмом, плаванием – 2,1 %, танцами, рукопашным боем – 1,8 %, шахматами и шашками, карате – 1,33 %, легкой атлетикой, гимнастикой, настольным теннисом, бадминтоном – 1 % респондентов.

Родители отметили, что бесплатные занятия посещают 90,1 % обучающихся, платные – 9,9 %. Также родители отметили, что в ШСК 76,2 % занятий ведут учителя физической культуры, а 23,8 % – тренеры спортивных школ.

Благодаря организованным занятиям в школьном спортивном клубе 61,5 % обучающихся принимают активное участие в школьных соревнованиях по различным видам спорта, в городских – 21 % из числа опрошенных, в краевых – 14,3 %, во всероссийских – 3,3 % респондентов.

Учителем физической культуры был задан вопрос: Какие формы Вы используете для информативности о работе спортивного клуба школы? Ответы были следующие: сайт школы – 34,7 % опрошенных; выступления на общешкольных, классных родительских собраниях – 26,5 %, выступления на методических объединениях, заседаниях учителей школ 21,4 % респондентов; личный опыт, выстроенный в систему физического воспитания учащихся – 17,3 % опрошенных.

Учителя физической культуры Краснодарского края отмечают, что количество занятий в спортивном школьном клубе варьируются от 1 раза в неделю (15 %), 2 раза в неделю – 61 %, 3 раза – 15,4 %, до 6 раз в неделю – 3 %.

В основном (36,8 %) посещают занятия в спортивном школьном клубе обучающиеся 7–9 классов, 5–6 классов – 33,0 %, 10–11 классов – 30,2 %.

На базах образовательных организаций поводятся занятиях по видам спорта: волейбол (31 %), баскетбол (24 %), самбо (14 %), футбол (12 %), туризм (4 %), бадминтон(4 %), офп, настольный теннис, гандбол – (2 %).

На вопрос для обучающихся: Каким видом спорта вы хотели бы еще заниматься в школьном спортивном клубе? респонденты выбрали следующие виды спорта: волейбол – 21 %, баскетбол, футбол – 16 %, плавание – 8,5 %,настольный теннис – 7,9 %, самбо – 5,8 %, туризм – 4,8 %, бокс – 3,5 %, борьба – 3,3 %, гандбол – 2,9 %, легкую атлетику – 1,6 %, шахматы и шашки – 1,4 %, теннис – 1,2 %, зимние виды, дзюдо, рукопашный бой – 1 %.

На вопрос «Считаете ли вы, что учащиеся имеющие высокие достижения по своему виду спорта в ШСК, должны получать дополнительные баллы при поступлении в ссузы или вузы?» 82,9 % опрошенных ответили «да», 17,1 % – «нет».

Полученные результаты социологического исследования обсуждаются на курсах повышения квалификации для учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования, тренеров преподавателей спортивных организаций Краснодарского края, где информационной площадкой выступает факультет повышения квалификации и переподготовки кадров нашего университета. Обмен опытом, мастер классы, инновационные проекты, конференции позволяют нам стратегически сформировать алгоритм действий работников по организации деятельности школьных спортивных клубов на территории Краснодарского края.

**Список литературы**

1. Бурлак, В.С. Перспективы развития школьных спортивных клубов [Текст] / В.С. Бурлак // Физическая культура в школе. - 2022. - №2. - С. 53-55.

2. Губа, В.П. Организационно-управленческие условия оптимизации деятельности клуба по спортивно-прикладным единоборствам с учетом запросов родителей [Текст] / В.П. Губа, А.Г. Байхаджиев // Физическая культура в школе. - 2022. - №2. - С. 56-60.

3. Ефремова, Т.Г. Содержательно-методические основы управления деятельностью спортивного клуба [Текст] / Т.Г. Ефремова, Г.В. Пантелеев, Е.С. Бережная // Вестник спортивной науки. - 2015. - №6. - С. 7-12.

4. Управленческая деятельность в области физической культуры : монография / составители: С. С. Воеводина, Л. А. Гремина, Е. П. Гетман ; Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. - Краснодар : КГУФКСТ, 2021. - 109 с.

**УДК: 799.3**

# ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПРИМЕРЕ ЗАНЯТИЙ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБОЙ

А.А. Мартиросов[1], Л.А. Якимова[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный медицинский университет, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлены данные о влиянии современных технологий, в частности приложение интерактивного стрелкового тира Pro target constructor, на тренировочную деятельность спортсменов при занятиях практической стрельбой, а также условий необходимых для работы этого приложения и факторов, выделяющих его основные возможности.

**Ключевые слова:** интерактивный стрелковый тир, практическая стрельба, тренировочная деятельность, спорт, инновационные технологии.

Введение. Практическая стрельба – набирающий в последнее время популярность, вид стрелкового спорта, совмещающий в себе такие характеристики как: точность, скорость и безопасность [3]. Однако тренировки в этом в том виде спорта очень дорогостоящие и требовательные к местности, не в каждом городе возможна организация тренировок в данном виде спорта. Помочь с решением данной проблемы может внедрение информационных технологий в тренировочную деятельность. В связи с этим была проведена актуальная работа по направлению изучения цифровых технологий в практике для занятий по виду спорта практическая стрельба. Цель исследования – изучение возможностей применения системы интерактивного тира Pro target constructor, на тренировочных занятиях практической стрельбой.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели нами был проведены анализ научно-методической и справочной литературы, обобщение статистических данных [4].

Результаты исследования и их обсуждение. Изучив труды разных авторов, мы выяснили, что в практической стрельбе применимы современные технологии, работающие по следующему принципу [1, 2, 5]:

1. Компьютер с помощью системы вывода изображения с экрана монитора образует перед спортсменом стрелковое упражнение.

2. Знаимающейся выполняет упражнение согласно плану с помощью лазерного оружия.

3. Когда стрелок поражает спроецированную мишень, сигнал лазера, передающийся в инфракрасном диапазоне, передается на компьютер с помощью камеры-улавливателя.

4. Данный сигнал обрабатывается, после чего программа рассчитывает положение точки и отображает ее на экране в режиме реального времени.

Помимо теоретических источников нами был рассмотрен опыт практической работы программы для интерактивного тира Pro target constructor [1]. Мы выяснили, что организация и проведение тренировочной деятельности в практической стрельбе весьма специфична, и в этих условиях очень тяжело отслеживать динамику большого количества занимающихся. Но российская компания Шутинг Софт в 2021 году разработала уникальное приложения для занятия спортом с помощью современных технологий - Pro target constructor. Эта программа представляет собой многопрофильный конструктор стрелковых упражнений, имеющий в своей базе более 1000 различных мишеней, объектов препятсвующих ведению огня стрелковом рубеже, ведение статистики каждого стрелка индивидуально и группы в целом. Данная программа отображает мишенную обстановку как на одном экране, так и в панорамном режиме на трех или пяти экранах. Pro target constructor позволяет проводить занятия по всем видам практической стрельбы (пистолеты, карабины полуавтоматические, карабины с ручным перезаряжанием и т.д.)

Программа включает в себя базу из 200 пользовательских упражнений, основу которых составляют упражнения подготовительных, учебных и контрольных стрельб из курсов, таких как: 1) ККС-2017 МВД РФ; 2) КС СО, БМ и Т ВС РФ – 2003; 3) КС-2006 МЮ РФ; 4) IPSC; 5) IDPA; 6) Спортивная стрельба; 7) Зачет ГТО [1, 4].

По отзывам стрелков (77 человек), использующих Pro target constructor для тренировок в практической стрельбе, данное приложение позволило разнообразить тренировочную деятельность, возможность воссоздать различные погодные условия для усложнения тренировок позволила стрелкам высокого уровня совершенствовать свои навыки в любое время. Более 85,8% опрошенных оставили положительный отзыв об одной из важнейших функций данного приложения – индивидуальная и групповая статистика результатов. Они отметили, что любой стрелок, используя данную технологию, в любое время может увидеть не просто свой лучший результат, но и каждую свою попытку, каждую мишень, место, куда он попал, сколько было потрачено выстрелов за попытку и на каждую мишень, промахи, штрафы, время и самое главное – результат, который тоже автоматически рассчитывается в программе.

Заключение. Спортивная деятельность в практической стрельбе имеет большой инновационный потенциал. Различные инновационные технологии могут значительно упростить реализацию тренировочного процесса стрелков различного уровня, повысить эффективность занятий за счет увеличения количества стрелковых рубежей, что увеличивает общую и моторную плотность тренировки, а также дает возможность внедрить данный вид спорта в тех населенных пунктах, где нет возможности занимать базовым видом спорта.

**Список литературы**

1. Кондрух, А. А. Базовый курс практической стрельбы из пистолета / А. А. Кондрух. – Москва: ФиС. 2010. – 301 с.

2. Крючин, В. А. Практическая стрельба / В. А. Крючин. – Москва: Аркаим. 2009. – 264 стр.

3. Официальный сайт компании Шутинг Софт. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://shooting–soft.ru/products/pro–target–constructor (05.11.2024).

4. Якимова, Л. А. Методология научных исследований в области физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Л. А. Якимова, Т.Х. Емтыль. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 61 с.

5. Якимова, Л. А. Применение цифровых устройств в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом / Л. А. Якимова, М. Ю. Карпенко, А. А. Раздина, Т. С. Давудов // Проблемы управления качеством подготовки специалистов в медицинском вузе: Сборник материалов Всероссийской научно–практической конференции с международным участием, Махачкала, 23 мая 2024 года. – Махачкала: Издательство АЛЕФ, 2024. – С. 247–250.

**УДК 796:004.9**

# СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕНДЫ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В.Г. Минченко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В представленной статье подробно анализируются современные тренды цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта. Исследованы преимущества цифровизации отрасли физической культуры и спорта, а также имеющиеся проблемы. Рассмотрены основные преимущества повышения эффективности цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта, учитывающие все современные тренды.

**Ключевые слова:** тренд, цифровая трансформация, спорт, физическая культура, маркетинг, цифровизация.

Современные тренды цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта подразумевают, прежде всего, учет интересов всех заинтересованных сторон, а именно спортсменов, тренеров, болельщиков, спортивных объектов. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта предоставляет в настоящий момент следующие возможности:

– экономия времени при поиске информации о спортивных объектах, секциях, проводимых соревнованиях и т.п;

– реализация услуг физкультурно-спортивных организаций;

– обмен опытом в цифровой среде, например, тренеры могут сравнивать программы подготовки спортсменов;

– подбор необходимых сервисов, исходя из индивидуальных потребностей;

– получение физкультурно-оздоровительных услуг в удобном месте, в удобное время;

– защита персональной информации [8].

Процесс цифровизации отрасли физической культуры и спорта предоставляет очень широкие возможности, в результате чего вся спортивная общественность уже не представляет возможности существования без цифровых технологий как в профессиональной деятельности, так и в бытовой. При этом стоит отметить, что отрасль физической культуры и спорта Российской Федерации еще не до конца воспринимает и использует все возможности цифровой трансформации [9]. В качестве наглядного примера в данном контексте можно указать на следующие отрасли:

– финансовый сектор, прежде всего страхование, фондовые рынки;

– телекоммуникационный сегмент;

– торговля, прежде всего, сегмент ритейла.

Также активно проникает цифровая трансформация в сферу сервиса в целом и туризма в частности [2, 3, 4, 5]. В вышеуказанных отраслях экономики Российской Федерации цифровая трансформация уже стала неотъемлемым условием не просто существования на рынке, но и повышения конкурентоспособности как в региональном, так и в глобальном масштабах.

Что же служит препятствием на пути цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта? Прежде всего, это изначально меньшие финансовые возможности по сравнению с ритейлом, финансовым сектором и телекоммуникационными компаниями. Также стоит отметить и достаточно запутанную структуру профессиональных спортивных клубов, особенно в части источников финансирования и расходования средств [9]. Для примера здесь можно привести футбольные клубы, которые, за очень небольшим исключением, абсолютно «непрозрачны». Еще одним сдерживающим фактором является широкая вовлеченность государства в процесс руководства спортивными организациями.

В настоящее время можно выделить ряд преимуществ повышения эффективности цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта, учитывающих все современные тренды. Рассмотрим их более подробно.

1. Снижение издержек. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта предоставляет возможность значительно нивелировать рутинизацию процесса организации как проведения спортивных мероприятий, так и управления спортивными организациями.

2. Повышение прибыльности. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта обусловливает увеличение количества болельщиков на спортивных мероприятиях, что, в свою очередь, приводит к их прямым (билеты) и косвенным расходам (еда, напитки, атрибутика, match-day).

3. Увеличение целевой аудитории. Данный аспект касается как массового спорта, так и профессионального. В первом случае мы получаем увеличение числа людей, занимающихся физической культурой и спортом на постоянной основе, что является основной задачей государства. Касаемо профессионального спорта, то здесь цифровая трансформация отрасли предоставляет огромные маркетинговые возможности в плане монетизации своей фан-базы. В качестве примера здесь можно привести футбольный клуб «Реал Мадрид», активно использующим цифровые технологии для продвижения на рынках Азии. В качестве отечественного примера можно привести использование спортивной инфраструктуры Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт.

4. Повышение эффективности менеджмента. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта предоставляет возможность спортивным школам осуществлять учёт детей, комплектовать спортивные группы с учетом различных факторов и многие другие возможности. Цифровизация существенно повышает эффективность контроля государственных регуляторов как на федеральном, так и на региональном уровне в части сбора, мониторинга, анализа и обработки больших массивов информации о процессе функционирования всех спортивных объектов [1, 6].

5. Рост спортивных результатов. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта затрагивает сегодня не только маркетинговые аспекты, но и сугубо спортивные, например, тренировочный процесс. Ведущие спортивные организации на постоянной основе используют все передовые цифровые разработки в сфере анализа действий спортсменов, а также их функционального состояния. Полученные данные обрабатываются в том числе и с использованием алгоритмов искусственного интеллекта.

К маркетинговым трендам цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта можно отнести следующие:

1. XaaS (Anything as a Service). Данный тренд цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта подразумевает предоставление чего-либо, предоставляющего определенную ценность для целевой аудитории как услуги, например, просмотра спортивной трансляции. Сегодня очень популярна модель «pay-as-you-go», то есть оплата не всего пакета трансляций, а конкретного события. Например, вы не хотите смотреть весь месяц матчи чемпионата по футболу по подписке, а хотите посмотреть только конкретный матч. Наиболее популярна данная модель сегодня в сфере единоборств.

2. Data Driven Marketing. Данный тренд цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта подразумевает использование Интернет-технологий для поиска целевой аудитории.

3. Омниканальный (бесшовный) маркетинг. Данный тренд цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта позволяет использовать единую цифровую среду для взаимодействия между спортивной организацией и болельщиками.

Приведенная выше информация позволяет сделать вывод о том, что современные тренды цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта подразумевают необходимость наличия многосторонней коммуникации С одной стороны находится бизнес, который хочет монетизировать свои инвестиции в отрасль физической культуры и спорта. С другой стороны находятся болельщики, которые хотят в удобной форме получать качественный спортивный продукт. С третьей стороны находится государство, которое хочет контролировать, во-первых, финансовые потоки, а, во-вторых, развивать, прежде всего, физическую культуру, массовый и детский спорт. Соответственно, необходима организация цифрового взаимодействия между всеми заинтересованными сторонами.

**Список литературы**

1. Коренева, М. В. Использование объектов наследия XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт / М. В. Коренева, Е. А. Еремина, О. В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2(26). – С. 108-114.

2. Сервисная деятельность / Е. В. Ползикова, Т. Н. Поддубная, Е. Л. Заднепровская, О.В. Шпырня. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – 100 с.

3. Хашева З.М. Информатизация экономического пространства региона: этапы, барьеры и перспективы // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 301-304.

4. Хашева З.М. Сущностно-содержательная характеристика информационной экономики // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 156-160.

5. Шпырня, О. В. Содержание процесса взаимодействия с потребителями услуг внутреннего туризма в цифровой среде / О. В. Шпырня // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2024. – № 1. – С. 223-226.

6. Шпырня, О. В. Перспективы цифровой трансформации отрасли туризма / О. В. Шпырня // Современные тенденции, проблемы и пути развития физической культуры, спорта, туризма и гостеприимства: Сборник материалов XVII Международной научно-практической конференции, Москва, 21–22 ноября 2023 года. – Москва: Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования города Москвы "Московский государственный университет спорта и туризма", ООО «НКЦ Образование», 2023. – С. 227-231.

7. Шпырня, О. В. К вопросу о цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта / О. В. Шпырня, М. А. Абу // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 26-29.

8. Шпырня, О. В. Современные тренды цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта / О. В. Шпырня, М. А. Абу // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 29-33.

9. Экономические аспекты олимпийского спорта: учебно-методическое пособие. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – 70 с.

**УДК: 796:004.9**

# ГОСУДАРСТВЕННОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СКВОЗНЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В.Г. Минченко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В представленной статье подробно анализируется процесс государственное регулирования процесса использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта. Основной упор делается на изучении возможностей государственно-частного партнёрства в процессе использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта.

**Ключевые слова:** государственное регулирование, физическая культура, спорт, государственно-частное партнёрство, сквозные цифровые технологии, цифровая инфраструктура.

Содержание процесса цифровой трансформации является сегодня очень актуальным вопросом развития как экономики в целом, так и отдельных отраслей, в том числе, физической культуры, спорта, образования, а также туризма [2, 4, 5, 6, 7]. Государственное регулирование процесса использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта подразумевает активное содействие регулятора в формировании соответствующей инфраструктуры для обеспечения доступности для населения Российской Федерации занятий спортом и физкультурно-оздоровительной деятельностью. Важным трендом данного процесса сегодня является строительство так называемых smart площадок для занятий физической культурой и спортом [8]. Для этого государство разрабатывает соответствующие целевые программы с распределением государственных субсидий бюджетам всех уровней, прежде всего, региональным и муниципальным, с целью строительства по всей стране smart площадок для занятий физической культурой и спортом. Стоит отметить, что в 2023 году на эти цели было потрачено более трех миллиардов рублей средств федерального бюджета. В перспективном планировании на 2024 год также из средств федерального бюджета уже зарезервировано чуть более трех миллиардов рублей, а на 2025 год уже около четырех миллиардов рублей [10].

В определенной степени дискуссионным можно считать определение smart площадки для занятий физической культурой и спортом. В контексте деятельности Правительства Российский Федерации по этому вопросу, можно под smart площадкой для занятий физической культурой и спортом

подразумевать оборудованное место для занятий физической культурой и спортом с соответствующим оборудованием, имеющим возможность подключения к широкополосному с доступом к Интернет, в том числе и посредством беспроводных технологий [9]. Это предоставляет возможность спортсмену или просто любителю спланировать свою тренировку или занятие физкультурно-оздоровительной деятельностью и отследить их посредством цифровых платформ посредством синхронизации со смарт устройствами, например, умными часами, фитнес-треккерами и т.п. Государство, отводя физической культуре и спорту, прежде всего, социальную функцию, стимулирует граждан страны к ведению здорового образа жизни посредством использования современных цифровых технологий. Это, кстати, отражено и в сфере использования наследия различных спортивных мероприятий, например, Олимпийских игр [1].

В настоящее время можно привести очень много примеров процесса государственного регулирования процесса использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта [3]. Например, можно отметить интересный проект федерального масштаба «Бизнес-спринт», который, в свою очередь, является составным элементом федеральной программы «Развитие физической культуры и спорта». Данные программы функционируют в полном соответствии с распоряжением Правительства РФ «Об утверждении стратегического направления в области цифровой трансформации физической культуры и спорта на период до 2030 года», подразумевающего формирование соответствующей smart инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом, прежде всего, в регионах с уделением приоритета сельской местности.

В контексте государственного регулирования процесса использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта очень важно использовать такую форму взаимодействия как государственно-частное партнёрство. В качестве одного из удачных примеров в данной области можно отметить взаимодействие администрации Калужской области и АО «Мой спорт», совместно планирующих формирование цифровой инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом. Особое внимание в данном государственно-частное партнёрство отводится цифровое сопровождение развития детско-юношеского спорта в регионе. Стоит отметить, что данный проект осуществляется при поддержке фонда «Сколково».

Что касается использования сквозных цифровых технологий в сфере физической культуры и спорта, то здесь большие перспективы у блокчейна. Здесь мы можем уже отметить определенную коллаборацию нескольких цифровых платформ, а именно платформы «Мой спорт», сервиса «Госключ» и блокчейн-платформы «Мастерчейн». Именно данными цифровыми платформами был осуществлен пилотный запуск блокчейн-проекта по полному обобщению результатов всех спортивных мероприятий в электронном формате, что потребовало создание огромного массива данных

в виде распределенных реестров. Данная форма государственно-частного партнёрства потребовала, помимо собственно технологии блокчейн, использовать машинные методы обработки данных на основе применения алгоритмов искусственного интеллекта.

Стоит отметить, что данный пилотный проект уже функционирует в тестовом формате. В частности, он уже использовался на некоторых соревнованиях. Суть данной технологии в рамках проведения соревнования муниципального уровня заключалась в том, что судейские протоколы, где были представлены результаты спортсменов по той или иной программе транспортировались с помощью электронного протокола передачи данных на цифровую платформу «Мой спорт». Далее указанные судейские протоколы подписываются защищенной квалифицированной электронной подписью сервисе «Госключ», далее на платформе «Мастерчейн» все результаты сохраняются посредством smart контракта.

Тем самым обеспечивается защищенность информации от внешних воздействий, в том числе мошеннического характера, а также прозрачность судейских решений с возможностью оперативного ознакомлений с ними.

**Список литературы**

1. Коренева, М. В. Использование объектов наследия XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт / М. В. Коренева, Е. А. Еремина, О. В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2(26). – С. 108-114.

2. Прохорова В.В., Хашева З.М. Информатизация как один из важных механизмов становления системы опережающего образования // Междисциплинарность в современном социально-гуманитарном знании-2018. материалы Третьей международной научной конференции. Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2018. С. 428-435.

3. Сервисная деятельность / Е. В. Ползикова, Т. Н. Поддубная, Е. Л. Заднепровская, О.В. Шпырня. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – 100 с.

4. Хашева З.М. Информатизация экономического пространства региона: этапы, барьеры и перспективы // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 301-304.

5. Хашева З.М. Сущностно-содержательная характеристика информационной экономики // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 156-160.

6. Шпырня, О. В. Содержание процесса взаимодействия с потребителями услуг внутреннего туризма в цифровой среде / О. В. Шпырня // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2024. – № 1. – С. 223-226.

7. Шпырня, О. В. Перспективы цифровой трансформации отрасли туризма / О. В. Шпырня // Современные тенденции, проблемы и пути развития физической культуры, спорта, туризма и гостеприимства: Сборник материалов XVII Международной научно-практической конференции, Москва, 21–22 ноября 2023 года. – Москва: Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования города Москвы «Московский государственный университет спорта и туризма», ООО «НКЦ Образование», 2023. – С. 227-231.

8. Шпырня, О. В. К вопросу о цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта / О. В. Шпырня, М. А. Абу // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 26-29.

9. Шпырня, О. В. Современные тренды цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта / О. В. Шпырня, М. А. Абу // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 29-33.

10. Экономические аспекты олимпийского спорта: учебно-методическое пособие. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – 70 с.

**УДК 378.147**

# ПРЕПОДАВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИСТОРИЯ РОССИИ» В ВУЗЕ – РЕГИОНАЛЬНЫЙ И ОТРАСЛЕВОЙ КОМПОНЕНТЫ

Е.Л. Мишустина
Кубанский государственный университет
физической культуры спорта и туризма, Краснодар, Россия

**Аннотация**. В данной работе проанализированы некоторые изменения в содержании рабочих программ дисциплины «История России», согласно новой Концепции преподавания дисциплины.

**Ключевые слова:** концепция преподавания истории, патриотизм, региональный компонент, профессиональная ориентация, История Кубани, развитие спорта.

Сегодня на государственном уровне ставится вопрос о необходимости воспитания личности в духе гражданственности и патриотизма. Залогом выполнения этой задачи является овладение историческими знаниями, которые призваны сформировать понимание пути, по которому идет развитие страны, понимание тех трудностей, с которыми она сталкивается и осмысление возможностей преодоления этих трудностей.

С 1 сентября 2023 года преподавание курса «История России» является обязательным для всех вузов и должно соответствовать Концепции преподавания данной дисциплины для неисторических специальностей и направлений подготовки, созданной экспертами Российского исторического общества (РИО), с целью обеспечения единства «исторического образования в университетах страны» и направленную на формирование общегражданской идентичности российского общества, российского патриотизма». [1]

Концепция определяет содержание курса «История России» и методологические принципы его преподавания. «особое внимание на периоды, когда Россия сталкивалась с серьезными историческими вызовами или переживала кризисы, рассмотреть причины и предпосылки их вызвавшие, а также пути преодоления».

Изменения коснулись увеличения количества часов курса (не менее 144 часов) географических и хронологических рамок изложения материала (российская истории от Древней Руси до 2022 года), содержания курсов тем (расширения НАТО, специальной военной операции на территории Украины, объявления антироссийских санкций и др). Также был создан новый единый учебник.

Концепция преподавания истории ориентирует на включение в рабочую программу курса изучение региональной и отраслевой истории.

Историю региона, в котором находится тот или иной вуз, необходимо интегрировать и синхронизировать с общим курсом истории России. «Внимание к прошлому своего региона также важно для формирования исторического сознания, воспитания общегражданской идентичности и патриотизма».

Для нашего вуза, КГУФКСТ, который готовит специалистов физической культуры, спорта и туризма преподавание истории с учетом регионального и отраслевого компонентов дает широкие возможности обучения и воспитания.

В истории Кубани, как ни в одном другом регионе, отразилась история всей нашей страны на всех этапах ее развития, от древности до современности. Студенты могут изучать древнейшую историю, начиная от стоянок древнего человека, прослеживая археологические эпохи, поселения древние греков, волны набегов гуннов, хазар, печенегов, половцев, монголо-татар. Здесь основывали свои города-колонии итальянские купцы. Первое славянское поселение появилось в X веке на Таманском полуострове был основан русский город Тмутаракань. На Кубани происходил сплав многих народов. Планомерное заселение Кубани российскими подданными началось после двух русско-турецких воин XVIII века.

В истории нашей страны большую роль сыграло казачество. История кубанского казачества в полной мере раскрывает особый статус казачества в России, особенности формирования его традиций и культуры. Кубанское казачье войско – уникальное явление в истории и развитии казачьих войск России, его уникальность определилась государственным статусом в момент образования». Служение кубанского казачества своей Родине было всегда особо выделялось, как в Российской империи, так и современной России [2].

В Концепции определено, что особое внимание при изучении истории должно быть направлено «на изучение героических страниц борьбы России за свободу и независимость против иноземных захватчиков, за обеспечение общенациональных интересов и безопасности».

Кубань прошла через страшные события и во время Гражданской, во время Великой Отечественной войн. Эмоциональное восприятие этих событий через героические и трагические страницы истории своих городов, станиц и поселков, своих семей, историю подвигов своих родных, должно способствовать более глубокому усвоению исторического материала. Что может лучше научить патриотизму и мужеству, чем знание истории подвига своего прадеда, его награды, понимание величия его подвига, военного, трудового?! [3].

Составление конкретных программ по истории регионов должно осуществляться вузами, поскольку предметом курса является история субъекта Российской Федерации (республики, края, области и т. д.), в котором расположен тот или иной вуз.

Актуальной проблемой является «профессиональная ориентация» курса «Истории России» в непрофильных вузах. При изучении курса

необходимо уделять внимание так называемому «отраслевому компоненту». Концепция определяет, «что до 30 % времени возможно уделить развитию отрасли» по направлению которой ведется подготовка студентов.

То есть, применительно к специфике КГУФКСТ, возможно рассматривать историю страны через призму развития спорта, который с самого начала советской истории встраивается в политическое, экономическое и социальное развитие.

Изучение возникновения и развития советского спорта, дает возможность понимания политики молодого государства, его идеологии, составной частью которой была цель создания нового человека, являющегося опорой советской власти, и политической, и физической. Уже 9 ноября 1917 г. декретом СНК была учреждена Государственная Комиссия по народному просвещению, которую возглавил А.В. Луначарский. Один из ее отделов занимался вопросами медицинского обслуживания, организацией питания детей, а также физического воспитания в школе. Это видно из опубликованного в газете «Известия» 24 ноября 1917 г. обращения, в котором говорилось: «В школах должны производиться наблюдения за физическим и умственным развитием детей и должны проводиться гимнастика, спорт, игры, купанье, прогулки…содействовать полному и всестороннему развитию всех духовных и физических сил учащейся молодежи».

В стране, изнуренной и истощенной I Мировой, революционными событиями, Гражданской войной, иностранной интервенцией, складывалась система физического воспитания. Да, можно говорить о том, что она была отражением политической системы. Но сегодня мы понимаем, что спорт, очевидно, и не может быть вне политики.

Студентам «важно показать, как те или иные тенденции общероссийского исторического развития проявились в истории края, а также отразить и особенности истории края, его вклад в развитие страны». На Кубани в это время тоже складывались новые формы спортивной работы, в основном, через общественные организации (комсомол, профсоюзы, спортивные клубы и общества), так и государственные органы (Всевобуч, Высший Совет физической культуры).

В 30-40-х годах XX века в СССР продолжалась работа по укреплению массового спорта. Комплекс ГТО стал символом времени, основой физического воспитания и патриотизма [4].

В годы Великой Отечественной войны первостепенное внимание было направлено на военно-физическую подготовку. Для этого были привлечены

инструкторы спорта, тренеры, преподаватели физического воспитания и физкультурный актив. Перед ними ставились задачи подготовки резервов Красной Армии, проведение массовой военно-физической подготовки среди населения, готовить кадры специалистов по лечебной физической культуре для работы в госпиталях. Много имен знаменитых спортсменов вписаны в историю нашей Победы.

После войны спорт становится все более политизированным. Советский спорт должен был демонстрировать преимущества социалистической системы. Необходимо отметить, что профессиональный советский спорт рождался из массового любительского спорта. Миллионы советских детей, подростков и молодежи занимались в школьных секциях, спортивных школах, клубах.

Международные отношения также можно рассматривать через призму спорта. Олимпиада в Москве 1980 г., которую байкотировали западные державы, Олимпиада 1984 г. в Лос-Анджелосе, от участия в которой отказался Советский Союз, Олимпиада 2018 в Корее, от которой отстранили наших спортсменов, Олимпиада в Париже 2024, в которой также не участвовала Россия. Изучая причины и обстоятельства данных событий, студенты смогут более детально воспринимать и усваивать информацию. Многие из них являются действующими спортсменами, некоторые высокой квалификации, поэтому это для них близко и актуально.

Таким образом, встраивание в изучение курса «История России» регионального и профессионального компонентов, позволяет надеяться положительно повлияет на усвоение студентами исторического материала, позволит избежать теоретизирования, так как будет приближено к их интересам, позволит определить личностные смысловые ориентиры. Сухая история оживает, когда входишь в нее через историю своей малой родины, места, где родился. Такую любовь к Отечеству Карамзин называл «физической» [3].

**Список литературы**

1. Концепция преподавания истории России для неисторических специальностей и направлений подготовки, реализуемых в образовательных организациях высшего образования М., 2023. URL: https://minobrnauki.gov.ru/Концепция1.

2. Бондарь Н.И. Воины и хлеборобы // Вопросы казачьей истории и культуры. Майкоп, 2002.

3. Бич Ю.Г., Самсоненко Т.А., Мишустина Е.Л. Нарративные источники о событиях Великой Отечественной войны на Кубани // Научный вестник Южного института менеджмента. 2020. № 1. С. 88-93. https://doi.org/10.31775/2305-3100-2020-1-88-93.

4. Бич Ю.Г. История физкультуры и спорта на Кубани: очерки / Ю.Г. Бич. – Краснодар: Традиция, 2011. – 192 с.: ил.

5. Сочинения Карамзина. - 4-е изд. Т. 1-9. - Санкт-Петербург: Тип. А. Смирдина, 1834-1835. / Т. 7. - 1834. - 303 с. / О любви к отечеству и народной гордости. 112-123 с.

**УДК 378.037.1**

# ПУТИ И СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

А.Г. Пахомов
Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого,
г. Великий Новгород, Россия

**Аннотация.** Физическая культура в жизни каждого человека играет очень важную роль, так как она является залогом нашего здоровья. Физкультура развивает наши физические способности, положительно влияет на психологическое и эмоциональное состояние, но также она способна влиять на формирование устойчивой мотивации к регулярным занятиям спортом. В данной статье представлены методы и средства формирования мотивационного процесса на занятиях по физической культуре и их воздействие на результаты физического воспитания школьников и студентов.

**Ключевые слова:** Мотивационный процесс, физическая культура, здоровье, здоровый образ жизни, физическая активность.

Для студентов мотивация к занятиям по физической культуре занимает значимое место, так как это влияет на активность в процессе обучения и успешность усвоения знаний и навыков [1]. В учебных заведениях важность физической активности становиться более значимой в связи с наблюдаемым снижением физической подготовленности молодежи. Следовательно, актуальность поиска эффективных мотивационных моделей возрастает.

Понятие мотивации в физической культуре

Мотивация – это процесс, который запускает, направляет и поддерживает цель поведения. В контексте физической подготовки мотивация может быть внутренней и внешней. Внутренняя мотивация связана с личными увлечениями и интересами, в то время как внешняя мотивация связана с такими факторами, как оценка, поддержка и социальное признание [2].

Теории мотивации

Существует несколько теорий, объясняющих мотивацию. К ним относятся:

Теория потребностей А. Маслоу – предполагает, что людьми движет иерархия потребностей. От физиологических потребностей до самореализации.

Теория самоопределения Д. Райана и Э. Дези – данная теория фокусируется на важности автономии, компетентности и взаимосвязи с мотивацией.

Теория ожиданий В. Врума – основывается на предположении, что мотивация состоит из ожиданий успеха и ценности результата.

Пути и средства формирования мотивационного процесса на занятиях по физической культуре

Создание комфортной атмосферы на занятии

Повысить мотивацию на занятиях по физической культуре можно с помощью комфортной и поддерживающей атмосферы. Этого можно достичь через доверительные и доброжелательные отношения между студентами и преподавателями, использования групповых упражнений, способствующих взаимодействию и повышению командного духа, позитивное подкрепление успехов каждого студента, независимо от уровня подготовки [3].

Целевая направленность

Четкие цели помогут студентам понять, чего им нужно достичь. Постепенное усложнение задач и предоставление возможностей для самоконтроля помогают поддерживать высокий уровень мотивации. Индивидуальное и групповое планирование занятий. Учет интересов учащихся при выборе физических нагрузок

Индивидуальный подход

Каждый студент уникален и поэтому мотивация может быть разной. Преподавателю необходимо найти индивидуальный подход к каждому ребенку/ студенту, так как это позволит учитывать их интересы и способности. Для этого необходимо провести анализ физической подготовки для определения зон развития и выбора подходящих упражнений [4]. Если у ребенка что - то не получается, то преподавателю необходимо дать ему рекомендации для того, чтобы у него получилось выполнить / сдать какой-нибудь норматив.

Информация и просвещение

Важным аспектом мотивации является повышение осведомленности студентов о влиянии физической активности на здоровье и качество жизни. Этого можно достичь с помощью лекций, семинаров о важности занятия спортом, информационных материалов (брошюры, картинки, буклеты), предоставлений информации о пользе регулярных физических упражнений, применение современных информационных технологий, таких как онлайн-курсы, вебинары и мобильные приложения, для популяризации физической активности и здоровья.

Использование инновационных технологий

Современные технологии, такие как мобильные приложения и носимые устройства, могут значительно повысить интерес к физическим упражнениям. Эти технологии помогают отслеживать результаты и отслеживать прогресс.

Использование приложений для мониторинга физической активности (например, шагомеров, фитнес-трекеров).

Включение соревновательного процесса на занятиях по физической культуре.

Чувство соперничества оказывает достаточно сильное влияние на заинтересованность обучающихся. Именно поэтому важно использовать

соревновательные элементы на уроках. С помощью проведений турниров и спартакиад, как среди команд, так и в личном зачете [5].

Заключение. Проанализировав различные отечественные и зарубежные источники, позволяют сказать о том, что включение в образовательный процесс разнообразные пути и средства, а именно: комфортной атмосферы, целевой направленности, индивидуального подхода, информации и просвещения, инновационных технологий, соревновательного процесса, которые при всестороннем и взаимосвязанном взаимодействием могут положительно воздействовать на формирование мотивационного процесса.

**Список литературы**

1. Божович А. И. Лесенка побуждений / А. И. Божович, И. К. Маркова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://testoteka.narod.ru/ms/1/17.html (дата обращения 20.09.2024).

2. Кулагина И. Ю. Развитие мотивации в младшем школьном возрасте / И. Ю. Кулагина, С. В. Гани // Психологическая наука и образование. – 2011. – Т. 16, № 2. – С. 102–111.

3. Повышение эффективности занятия физической культуры студентов специальной медицинской группы // научное обозрение. Педагогические науки. 2019. Т. 2, № 1. С. 17–20.

4. Подходы повышения мотивации студентов к элективной дисциплине «Атлетическая гимнастика» / Е. Е. Юдашкина, Т. Н. Шутова, Н. А. Зайцев, Т. В. Буянова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2020. № 4. С. 40–46.

5. Тертычный А. В. Педагогические условия повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой / А. В. Тертычный, А. П. Кизько // ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 5. С. 398-405. ISSN 1994-4683.

**УДК: 378:796**

# ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИИ У БАКАЛАВРОВ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Т.В. Пономарева, С.А. Хазова, В.В. Положаева
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данная статья посвящена проблеме формирования профессионально значимых ценностных ориентации у бакалавров в области адаптивной физической культуры и ее влияния на основные аспекты профессионального мировоззрения, а также рассматриваются возможности становления профессиональных ценностей в процессе обучения в вузе.

**Ключевые слова:** ценностные ориентации, ценности, ценностная сфера, студенты, профессиональные ценности, профессиональное мировоззрение.

Современное образование в России находится на пороге нового этапа развития, который связан с изменением ценностных ориентаций и менталитета общества и личности. В поиске новых приоритетов мы можем выделить два основных направления. С одной стороны, происходит формирование и укрепление традиционных ценностей, которые имеют важное значение для всех членов общества. С другой стороны, активно развиваются ценности, связанные с расширением и улучшением качества жизни человека. Система образования в России, как социокультурный и духовный феномен, продолжает оставаться жизнеспособной и актуальной благодаря гуманистическим ценностям, которые заложены в ее содержании. Она не только передает знания и навыки, но и формирует мировоззрение и ценностные ориентации учащихся [8].

Важным аспектом нового этапа развития образования является его соответствие современным вызовам и потребностям общества. В условиях быстрого технологического прогресса и глобализации, система образования должна быть гибкой и адаптивной, способной обеспечить подготовку квалифицированных специалистов и развитие личности в целом [1]. Современное образование является одним из ключевых факторов в формировании личности и социальной мобильности студентов. Однако, несмотря на значительные достижения в этой области, оно не всегда отвечает ожиданиям и потребностям современного общества. Стремительное развитие технологий и изменение ценностных ориентаций общества требуют от системы образования, в частности, высшего профессионального образования, постоянной модернизации и адаптации к новым реалиям. Важнейшим направлением такой модернизации представляется обеспечение максимально

полного соответствия результатов образования актуальным и перспективным требованиям государства, общества, профессии. В числе данных требований фундаментальная роль отводится ценностным ориентациям выпускников вузов, включая их профессионально значимые ценностные ориентации. Они являются основой адекватного целеполагания личности, детерминантами непрерывного саморазвития и самосовершенствования в профессиональной сфере.

С другой стороны, сегодняшние студенты ожидают от образования не только получения знаний и навыков, но и развития своих личностных качеств. Они стремятся к самореализации, конкурентоспособности и успешной адаптации в современном мире. Однако, существующая образовательная практика не всегда удовлетворяет эти ожидания, не обеспечивая достаточного уровня развития личности и социальной адаптации. В связи с этим, необходимо модернизировать современное образование, учитывая ценностные ориентации и потребности обучающихся, которые позволят ему успешно реализовывать себя в современном обществе и быть конкурентоспособными на рынке труда. От того, какой ценностный фундамент будет сформирован у молодого поколения, во многом зависит будущее состояние общества [3, 4].

Наиболее эффективное формирование профессионально значимых ценностных ориентаций происходит в период активного личностно-профессионального развития, который приходится на время обучения в вузе. [6]. Данный процесс – неотъемлемая часть профессионального и жизненного самоопределения студентов, при котором «оформляются» и объективируются личностные интересы и мотивы, установки и убеждения. Сформированные в денный период ценностные ориентации будут направлять активность субъектов в различных сферах жизни, способствовать формированию гражданской и профессиональной идентичности, что является важным фактором для успешной адаптации в обществе и достижения личностного и профессионального роста [7]. Сформированная позитивная динамическая система ценностных ориентаций обеспечивает конструктивное профессиональное становление и личностный рост в целом [6].

Ценностные ориентации личности в первую очередь зависят от жизненного опыта человека, его воспитания и образования, персональных взглядов, условий жизни и общественного окружения [2, 4, 5] Они направляют и корректируют процесс целеполагания человека, определяя взаимоотношения личности с окружающей действительностью и, тем самым, в определенной мере детерминируют особенности ее поведения, осуществляя психическую регуляцию социальной деятельности и поведения субъекта в социальной среде [4, 13].

Актуальность изучения данной проблематики очевидна, так как по существующей системе ценностных ориентаций можно сформулировать основные аспекты профессионального мировоззрения, а также возможностях

его развития. В связи с этим целью нашего исследования явился анализ характера изменений ценностных ориентаций студентов за период обучения в вузе. Сравнение результатов диагностики, полученных у обучающихся первого и четвертого курса, заочной и очной форм обучения, позволяет определить трансформацию структуры и содержания ценностных ориентаций обучающихся, в том числе, выявить, каким образом актуализируются профессиональные ценностные ориентации и установки под влиянием образовательной среды вуза и при условии совмещения учебной и профессиональной деятельности.

Для проведения диагностики использовалась методика «Ценностные ориентации» М. Рокича (модифицирована), которая позволяет выявить отношение испытуемых: к ряду значимых явлений окружающего миру, включая профессиональную среду; к себе как к личности и представителю профессионального сообщества; а также, на этой основе, гипотетировать ключевые мотивы поступков.

База исследования – ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма». Контингент респондентов составили обучающиеся 1 и 4 курсов очной и заочной форм обучения по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) в количестве 129 человек. Детальное распределение количества участников эксперимента представлено на рисунке 1.

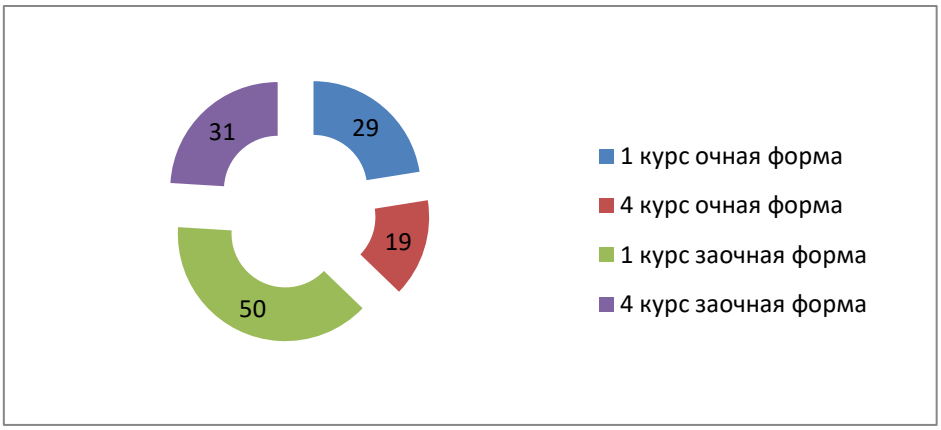



Рисунок 1 – Численность участников эксперимента

Анализ и обработка данных тестирования позволил определить количество респондентов, выбравших в качестве наиболее значимых те или иные ценности. Детальное представление результатов, зафиксированных у студентов разных курсов и форм обучения, представлено в таблице 1.

Очевидно, что относительно некоторых ценностей респонденты достаточно единодушны в плане их высокой значимости (здоровье), по поводу других – мнение серьезно отличается у представителей разных групп (любовь, воспитанность, независимость); ряд ценностей воспринимаются как

важные лишь отдельными группами респондентов (интересная работа, чистая совесть, рационализм). В целом можно сказать, что неоспоримой ценностью студентов правомерно считать только здоровье (названа всеми группами респондентов) и материально обеспеченную жизнь (названа тремя группами опрошенных).

Таблица 1 – Распределение студентов разных курсов и форм обучения по основанию выбора доминантных терминальных и инструментальных ценностей

| Значимые ценностные ориентации | | 1 курс очная форма | 1 курс заочная форма | 4 курс очная форма | 4 курс заочная форма |
|---|---|---|---|---|---|
| терминальные | здоровье | 21 (72%) | 40 (80%) | 16 (84%) | 28 (90%) |
| | материально обеспеченная жизнь | 17 (59%) | 25 (50%) | 13 (68%) | |
| | интересная работа | | | | 22 (71%) |
| | любовь | 16 (55%) | 22 (44%) | | |
| | счастливая семейная жизнь | | | 9 (47%) | 21 (68%) |
| инструментальные | воспитанность | 15 (52%) | 14 (28%) | | |
| | расширение спектра профессиональных умений | | 19 (38%) | | |
| | чистая совесть | | | 7 (37%) | |
| | новые знания, умения | | | | 12 (39%) |
| | независимость | 9 (31%) | | | 9 (29%) |
| | образованность | | | 6 (32%) | 10 (32%) |
| | жизнерадостность | 8 (28%) | 12 (24%) | | |
| | рационализм | | | 4 (21%) | |

В процессе обобщения результатов тестирования в каждой группе ценностей (терминальные, инструментальные) были отобраны по три позиции, наиболее часто выбираемых обучающимися разных курсов и форм обучения (таблица 2).

Таблица 2 – Ранжирование значимых ценностных ориентаций в зависимости от выбора обучающимися

| Ранг | Ценностные ориентации | 1 курс очная форма | 1 курс заочная форма | 4 курс очная форма | 4 курс заочная форма |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | терминальные ценности | здоровье | | | |
| 2 | | материально обеспеченная жизнь | | | интересная работа |
| 3 | | любовь | | счастливая семейная жизнь | |
| 1 | инструментальные ценности | воспитанность | расширение спектра профессиональных умений | чистая совесть | новые знания, умения |
| 2 | | независимость | воспитанность | образованность | |
| 3 | | жизнерадостность | | рационализм | независимость |

Можно видеть, что мнение респондентов по поводу терминальных ценностей является более однородным, чем по вопросу инструментальных ценностей. Так, для представителей разных курсов и форм обучения, на первом месте оказались ценности здоровья. Вторую рейтинговую позицию у трех групп респондентов из четырех занимает материально обеспеченная жизнь, и только студенты выпускного курса заочной формы обучения в данном аспекте выбрали ценности интересной работы. Можно предположить, что именно наличие существенно большего опыта профессиональной деятельности являются фактором такого выбора. Но, в любом случае вторую позицию занимают ценности, связанные с трудом. Аналогично, у всех студентов на третьем месте объективированы ценности личной жизни: у студентов первых курсов – любовь, у выпускников – счастливая семейная жизнь. Представляется, что подобный результат объясняется различиями в возрасте и семейном статусе респондентов первого и четвертого курсов.

Инструментальные ценности по своему составу в меньшей степени совпадают у разных групп респондентов. Так, на первых рейтинговых позициях у каждой из групп представлены ценности, не только различные, но и относящиеся к разным содержательным блокам: у первокурсников это морально-нравственные характеристики личности (воспитанность, чистая совесть), у выпускников – когнитивно-интеллектуальные (знания и умения, их приращение). Общим студентов первых курсов является значимость эмоционального настроя (жизнерадостность как элемент совокупности доминирующих ценностей, занимающий третью рейтинговую позицию), а у выпускников – важность в данном контексте образованности (вторая рейтинговая позиция).

Таким образом, можно сделать следующие выводы относительно особенностей становления профессионально значимых ценностей у студентов в процессе обучения в вузе:

- в целом профессионально значимые ценности за период обучения в вузе не становятся для обучающихся важными в той степени, которая необходима для высококачественной работы, для становления должного уровня профессиональной ответственности, формирования готовности к непрерывному профессиональному самосовершенствованию; это определяет актуальность специального проектирования образовательного процесса с ориентацией на целенаправленное воспитание как ценностных ориентаций, так и иных составляющих профессионального мировоззрения студентов;

- при совмещении учебной и профессиональной деятельности формирование адекватных представлений о важности профессионального труда, качественной деятельности происходит более эффективно, о чем свидетельствуют более высокие рейтинговые позиции соответствующих терминальных и инструментальных ценностей у студентов заочной формы обучения; это позволяет рассматривать контекстность, практико-

ориентированность образования как важнейшие принципы организации и воспитательного процесса, а не только учебного, процесса в вузе.

**Список литературы**

1. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М., 1991. – 303 с.

2. Андреева, Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. - М.: Аспект Пресс, 2009. – 363 с.

3. Белинская Е.П. Социальная психология личности / Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая – М.: Аспект Пресс, 2001. – 301 с.

4. Буравлева Н.А. Ценностные ориентации студентов / Н.А. Буравлева // Вестник ТГПУ. 2011. Выпуск 6 (108). – С. 124-129.

5. Григорьев О.А. Ценностные ориентации магистров по профилю "образование в области физической культуры и спорта" / О.А. Григорьев, Е.А. Стеблецов, К.В. Туманцев, С.К. Валиев // Культура физическая и здоровье. – 2019. - № 4 (72) - С. 36-39

6. Рудакова О.В. Формирование ценностных ориентаций российских студентов в процессе профессионализации в высшем учебном заведении / О.В. РУДАКОВА // Российская наука и образование сегодня: проблемы и перспективы. – 2014. - № 3. – С. 41–43.

7. Руднева Е.Л. Теоретические основы формирования жизненных и профессиональных ценностных ориентаций студентов – Кемерово: Изд-во КРИП-КиПРО, 2002. – 302 с.

8. Савина Н.А. Формирование ценностных ориентаций у студентов вузов физической культуры, спорта и туризма . – Автореферат 13.00.08 теория и методика профессионального образования. – Краснодар, 2006. – 23 с.

9. Тихомандрицкая О.А. Особенности социально-психологического изучения ценностей как элементов когнитивной и мотивационно-потребностной сферы. (Методические аспекты) // Мир психологии. 1999. Т. 3. С. 80–90.

**УДК: 796.322.2**

# РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ БРОСКОВ ГАНДБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПОЗИЦИОННОМ И БЫСТРОМ НАПАДЕНИИ

Е.В. Протасовская, А.В. Проскура
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье приводятся данные результативности бросков в быстром и позиционном нападении гандболисток высокой квалификации в соревновательном периоде подготовки.

**Ключевые слова:** гандбол, результативность бросков, быстрое нападение, позиционное нападение.

Одним из основных показателей, определяющих исход гандбольного матча является результативность бросков [2, 3]. Этот показатель характеризует количественное отношение успешно завершенных бросков к общему числу атак ворот соперника. Нападение в гандболе подразделяется на быстрое и позиционное. Быстрое нападение – это организация атакующих действий против не успевших организовать или частично организовавших защиту команды соперника. Позиционное нападение – это нападение против полностью организованной защиты у команды соперника [4]. Как правило, соревновательный период у гандболистов длится около 9 месяцев. Естественно, что на протяжении такого длительного периода игровые показатели не могут быть идеально стабильными. В связи с этим большой интерес представляет изучение отличий результативности бросков в быстром и позиционном нападении, а также их динамики на протяжении длительного соревновательного периода [1, 5].

В исследовании мы сравнили вышеперечисленные параметры у гандболисток двух команд суперлиги – «Кубань» (г. Краснодар) и ЦСКА (г. Москва) в ходе игр Чемпионата России 2023–2024 г.

Женская гандбольная команда «Кубань» (г. Краснодар) в этом чемпионате заняла 5 место в рейтинговой таблице, а команда ЦСКА (г. Москва) – 1 место, поэтому сравнение их игровых показателей позволит выявить отличия, учитывая которые в дальнейшей подготовке, команда «Кубань» г. Краснодар возможно сможет выйти на более высокие места в следующем чемпионате.

Обе команды сыграли по 39 матчей, из них 22 матча относились к первой части предварительного этапа, 11 игр – ко второй части предварительного этапа и 6 игр относились к финальной части соревнований.

На рисунке 1 представлена динамика результативности всех бросков, бросков в позиционной атаке и в быстром нападении.

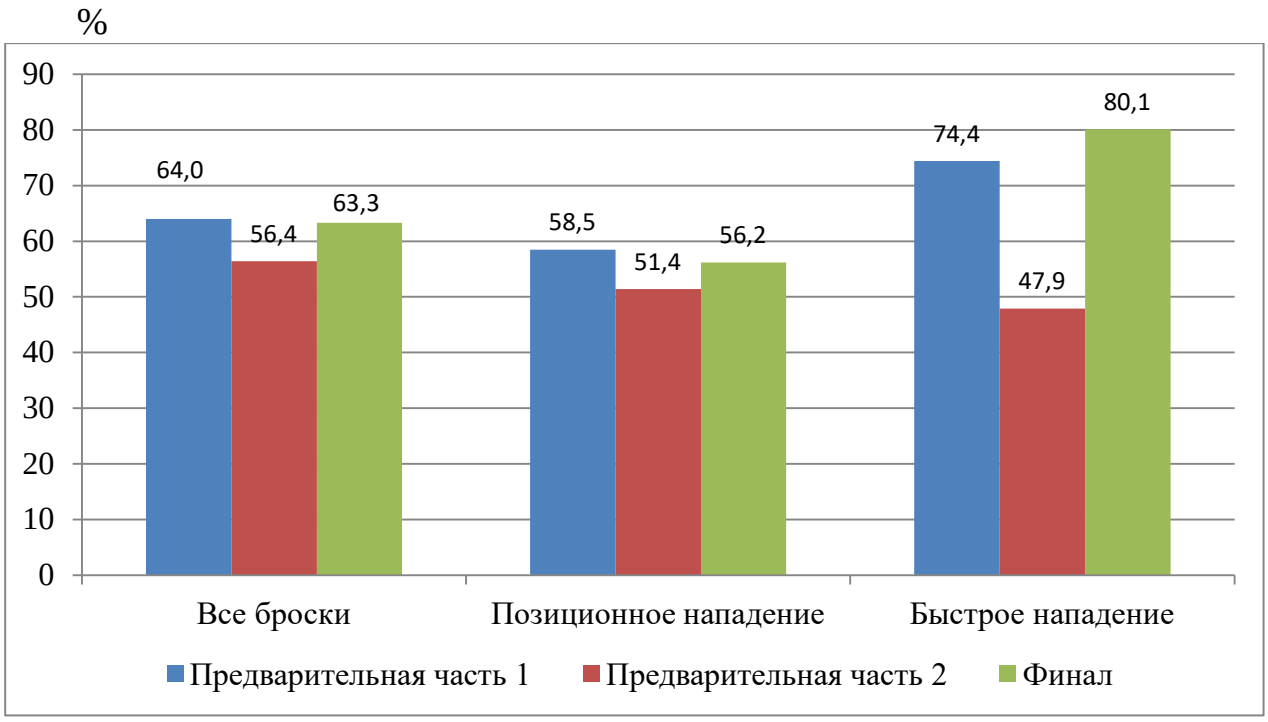



Рисунок 1 – Динамика результативности всех бросков, бросков в позиционном и быстром нападении гандболисток команды «Кубань» (г. Краснодар) в ходе Чемпионата России 2023–2024 г.

Результаты всех рассматриваемых показателей во втором этапе чемпионата снижаются. Больше всего снизилась результативность бросков в быстром нападении – на 26,5 %, далее – на 7,6 % снизилась общая результативность бросков и наименьшее снижение отмечено при бросках в позиционной атаке – на 7,1 %. В финальных играх показатели снова повышаются практически до исходных значений. Результативность бросков в быстром нападении даже стал выше начальных результатов, но прирост не значительный – на 5,7 %.

Следует отметить, что снижение результативности рассматриваемых показателей после 1 предварительного этапа, весьма значительное и статистически доказанное при $p<0,05$ (Таблица 1).

Математически обоснованный прирост результатов от 2 предварительного этапа к финальным играм произошел только в бросках в быстром нападении ($p<0,05$).

Таблица 1 – Сравнение результативности всех атак, результативности позиционного и быстрого нападения гандболисток команды «Кубань» (г. Краснодар) на разных этапах Чемпионата России 2023–2024 г.

| Параметры (%) | Этапы Чемпионата России M±m | | | T | T | T |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 часть ПЭ | 2 часть ПЭ | Финал | p | p | p |
| | 1 | 2 | 3 | 1-2 | 2-3 | 1-3 |
| Результативность всех бросков | 64,0±1,7 | 56,4±2,2 | 63,3±2,7 | **2,65** | 1,93 | 0,20 |
| | | | | **<0,05** | >0,05 | >0,05 |
| Результативность бросков в позиционном нападении | 58,5±1,9 | 51,4±2,0 | 56,2±2,6 | **2,31** | 1,45 | 0,58 |
| | | | | **<0,05** | >0,05 | >0,05 |
| Результативность бросков в быстром нападении | 74,4±4,0 | 47,9±8,6 | 80,1±8,8 | **3,23** | **2,43** | 0,65 |
| | | | | **<0,05** | **<0,05** | >0,05 |
| Примечание: ПЭ – предварительный этап | | | | | | |

На рисунке 2 представлена динамика игровых показателей нападения команды ЦСКА (г. Москва): результативности всех бросков, бросков в позиционном и в быстром нападении.

У всех показателей результативность во втором этапе чемпионата снижается, а затем в финальном этапе снова повышается.

Наибольшее снижение результативности во втором этапе соревнований отмечено в реализации атак в быстром нападении (на 15,9 %), а наименьшее – в позиционном нападении (на 4,3 %).

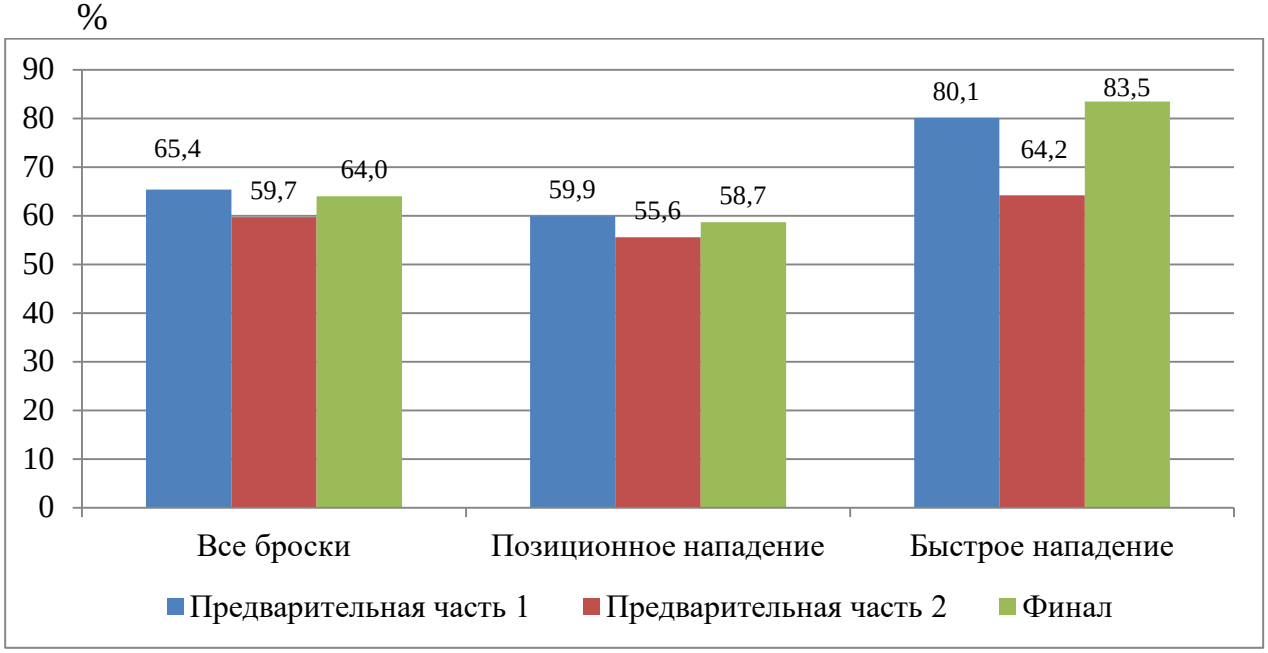



Рисунок 2 – Динамика результативности всех бросков, бросков в позиционном и в быстром нападении гандболисток команды ЦСКА (г. Москва) в ходе Чемпионата России 2023–2024 г.

В финальных играх увеличилась результативность всех параметров с превалированием исходных значений только при реализации атак в быстром нападении (в целом к заключительному этапу соревнований результативность бросков увеличилась на 3,4 %). В остальных показателях в финальном этапе значения увеличились, но остались ниже, чем на 1 этапе чемпионата.

В команде ЦСКА (Таблица 2), в отличие от Краснодарской команды, математически доказанное (при $p<0,05$) снижение результативности бросков отмечено только в единичном случае – при завершении атак в быстром нападении во втором этапе предварительных игр чемпионата (с 80,1 % до 64,2 %). В дальнейшем, в финале этот показатель снова увеличился до 83,5 %.

Таблица 2 – Сравнение результативности бросков, результативности позиционного и быстрого нападения гандболисток команды ЦСКА (г. Москва) на разных этапах Чемпионата России 2023–2024 г.

| Параметры (%) | Этапы Чемпионата России M±m | | | T | T | T |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 часть ПЭ | 2 часть ПЭ | Финал | p | p | p |
| | 1 | 2 | 3 | 1-2 | 2-3 | 1-3 |
| Результативность всех бросков | 65,4±1,7 | 59,4±1,9 | 64,0±2,5 | 2,02 | 1,36 | 0,41 |
| | | | | >0,05 | >0,05 | >0,05 |
| Результативность бросков в позиционном нападении | 59,9±2,0 | 55,6±3,0 | 58,7±3,1 | 1,18 | 0,67 | 0,28 |
| | | | | >0,05 | >0,05 | >0,05 |
| Результативность бросков в быстром нападении | 80,1±3,8 | 64,2±7,9 | 83,5±3,9 | **2,05** | 1,79 | 0,44 |
| | | | | **<0,05** | >0,05 | >0,05 |
| Примечание: ПЭ – предварительный этап | | | | | | |

На рисунке 3 представлена динамика результативности всех бросков, бросков в позиционном и быстром нападении гандблисток команд «Кубань» (г. Краснодар) и ЦСКА (г. Москва).

Можно отметить, что и результативность все видов бросков, и в позиционном и в быстром нападении практически на всех этапах чемпионата у команды ЦСКА выше, чем у команды «Кубань».

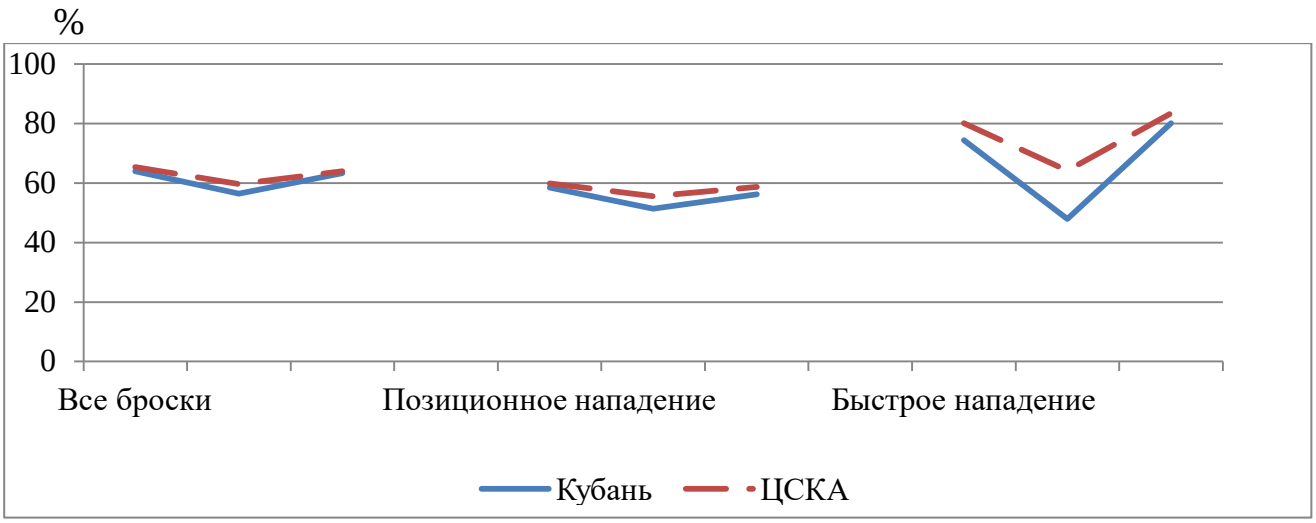



Рисунок 3 – Сравнение динамики результативности всех бросков, бросков в позиционном и быстром нападении гандболисток команд «Кубань» г. Краснодар и ЦСКА г. Москва в ходе Чемпионата России 2023-2024 г.

Таким образом, можно отметить, что выявленные отличия игровых параметров послужат направлениями для составления программ подготовки на следующий игровой период.

**Список литературы**

1. Игнатьева, В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учебное пособие / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, И.В. Петрачева; под общ. ред. В.Я. Игнатьевой. – М.: Физическая культура, 2005. – 276 с.

2. Игнатьева, В.Я. Теория и методика гандбола / В.Я. Игнатьева. // Учебник. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.

3. Кашкаров, Е.К. Структура микроциклов различного типа в тренировочном процессе гандболистов высокой квалификации / Е.К. Кашкаров, В.И. Тхорев // Физ. культура, спорт - наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 88–92.

4. Колесникова Е.А. Структура и содержание подготовки баскетболисток 15-16 лет к соревнованиям стритболу / Е.А. Колесникова // Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. - Краснодар, 2006. – 15 с.

5. Тхорев, В.И. Параметры атакующей деятельности в современном мужском гандболе и степень их достижения сборной России: (по результатам 14 чемпионата Европы-2020) / В.И. Тхорев, Е.К. Кашкаров // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 1. – С. 49–53.

**УДК 796:004.9**

# ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ

Русанова М.О.
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья рассматривает вызовы и преимущества цифровой трансформации в образовании в сфере физической культуры и спорта, подчеркивая педагогические и социально-психологические аспекты, а также потенциал геймификации и анализа данных.

**Ключевые слова:** образование; физическая культура; спорт; цифровизация; педагогические изменения; индивидуализация; психологическая поддержка; геймификация; анализ данных; инновации.

Современное образование в сфере физической культуры и спорта сталкивается с рядом сложностей, как педагогического, так и социально-психологического характера. Одновременно с этим, цифровые технологии приносят изменения, воздействуя на процессыи требуя новых подходов.

Стремительное развитие научных и методических достижений, а также новых технологий, требует постоянного обновления учебных программ и методик обучения. Дошкольники, школьники и спортсмены должны получать актуальные знания и навыки, чтобы успешно конкурировать в современном мире.

Преимущества цифровой трансформации в сфере физической культуры и спорта включают доступность и гибкость обучения. Цифровые технологии позволяют учиться и тренироваться в любое время , в любом месте. Это очень важно для жителей удаленных регионов или тех, у кого мало свободного времени. Индивидуализация обучения – еще одно преимущество цифровой трансформации. Этот подход учитывает индивидуальные потребности и уровень подготовки каждого студента или спортсмена, способствуя более эффективному обучению и тренировкам. Средства коммуникации и обучения в сети позволяют студентам и спортсменам общаться и консультироваться с экспертами и тренерами из разных уголков мира. Это создает возможность получения более широкого круга знаний и опыта.

Цифровые технологии позволяют более точно отслеживать прогресс дошкольников, школьников, студентов и спортсменов, что помогает тренерам и преподавателям адаптировать занятия и тренировки в реальном времени.

Преимущества цифровой трансформации для решения социально-психологических проблем включают в себя предоставление психологической поддержки и консультаций через интернет . Кроме того, цифровые платформы могут обучать навыкам саморегуляции и управлению стрессом. Это помогает детям и спортсменам лучше справляться с давлением и достигать высоких результатов.

Цифровые платформы могут способствовать созданию мотиваций. Онлайн-сообществ поддерживают друг друга и делятся своими достижениями. Это повышает мотивации к обучению и тренировкам.

В перспективе цифровой трансформации можно выделить геймификацию обучения. Использование элементов игрового дизайна в образовании стимулирует интерес студентов и спортсменов к инновациям в тренировках. Создание интерактивных обучающих игр и приложений способствует более эффективному усвоению материала. Ведь можно проводить тренировки и занятия с виртуальными звездами спорта, кино и героями любимых фильмов.

Инновации в анализе данных, также имеют большой потенциал для совершенствования обучения и тренировок. Эти технологии позволяют оптимизировать навыки, проводя анализ и сравнивая с лучшими результатами.

Несмотря на многочисленные преимущества, цифровая трансформация также имеет недостатками. Потеря личного общения является одним из недостатков цифровой трансформации. Так же не возможность повсеместно выйти в интернет является одним из недостатков.

В заключении можно сказать, что современное профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта играет важную роль в развитии этой отрасли с учетом цифровой трансформации. Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта должно быть гибким и адаптированным, чтобы обеспечить студентам и спортсменам актуальные и современные знания и навыки, необходимые для успешной карьеры в этой области.

**Список литературы**

1. Локтев С.А. Проблемы и перспективы развития дополнительного образования всфере физической культуры и спорта.

2. Электронный ресурс. URL: https://infourok.ru/problemi- i-perspektivi-razvitiya-dopolnitelnogo-obrazovaniya-v-sfere-fizicheskoy-kulturi-i-sporta- 580564.html

**УДК 796:004.9**

# ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ

И.В. Саенко
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Материалы, приведенные в статье, характеризуют перспективы использования цифровых средств в сфере физической культуры и спорта с целью повышения их эффективности и результативности.

**Ключевые слова:** цифровая трансформация, образовательный процесс, специалисты физической культуры и спорта.

Цифровая трансформация в образовании является одной из ключевых тенденций современного общества, влияя на все уровни образовательного процесса. Она представляет интеграцию цифровых технологий в учебную деятельность, что позволяет улучшить качество образования, обеспечить доступ к новейшим ресурсам и методам, а также адаптировать программы к требованиям современной экономики и рынка труда.[4, с. 47.] В сфере физической культуры и спорта цифровая трансформация особенно актуальна, так как она предлагает новые методы обучения, развивает инновационные подходы к тренировкам.

Одним из наиболее значимых педагогических аспектов цифровизации является использование смешанного обучения, сочетающие традиционные подходы с современными цифровыми инструментами. Мультимедийные презентации, виртуальные тренировки, онлайн-курсы позволяют обучающимся взаимодействовать с материалом более интерактивно, а это способствует лучшему усвоению знаний.

Например, применение технологий дополненной и виртуальной реальности в обучении физической культуре и спорту открывает новые возможности для имитации реальных тренировочных ситуаций, позволяя студентам практиковаться в условиях, близких к реальным, но без риска получения травм. Виртуальные тренировки и симуляции могут использоваться для изучения сложных движений и техник, которые трудно воспроизвести в традиционном учебном процессе [2, с. 26]. Это способствует развитию мотивации студентов и их интереса к учебе, повышая уровень вовлеченности в образовательный процесс.

Другим важным аспектом является индивидуализация образовательного процесса с помощью цифровых технологий. Платформы дистанционного и электронного обучения дают возможность адаптировать учебные программы под конкретные потребности учащихся, учитывая их уровень подготовки, скорость освоения материала и личные интересы. Преподаватели могут предоставлять учащимся персонализированные

задания, отслеживать их прогресс и корректировать образовательную траекторию, что в итоге ведет к более эффективному обучению.

Кроме того, цифровые технологии способствуют развитию самостоятельности студентов в образовательном процессе. Возможность доступа к огромному количеству онлайн-ресурсов позволяет учащимся самостоятельно искать информацию, изучать новые материалы и совершенствовать свои профессиональные навыки.

Одним из ключевых изменений является развитие цифровой грамотности как неотъемлемой составляющей профессиональной подготовки специалистов. Цифровая грамотность подразумевает не только умение пользоваться современными устройствами и программным обеспечением, но и способность критически оценивать информацию, взаимодействовать в цифровой среде, защищать свои данные и соблюдать этические нормы в интернете.

Так же онлайн-платформы позволяют студентам взаимодействовать с преподавателями и коллегами из других регионов или стран, участвовать в международных проектах и конференциях, что способствует расширению их кругозора и развитию межкультурной компетенции. Таким образом, цифровые технологии помогают формировать более глобализированное и гибкое образовательное пространство, способствуя развитию профессиональных и социальных навыков у студентов.

Одним из примеров успешной цифровой трансформации в образовании специалистов по физической культуре и спорту является использование виртуальных тренажеров, трекеров и симуляторов для обучения технике выполнения упражнений. Эти технологии позволяют студентам практиковаться в безопасной и контролируемой среде, что способствует более быстрому и эффективному освоению навыков [3, с. 18].

Еще одним примером является использование онлайн-платформ для проведения занятий и тренингов. Такие платформы позволяют студентам получать доступ к образовательным материалам в любое время и из любого места, что делает процесс обучения более гибким и удобным. Кроме того, онлайн-платформы предоставляют возможности для проведения вебинаров и онлайн-конференций, что способствует обмену опытом и знаниями между специалистами из разных регионов и стран.

Существует множество систем для анализа техники выполнения упражнений. Они позволяет записывать и анализировать движения спортсменов, предоставляя подробные отчеты и рекомендации по улучшению техники.

Платформы, такие как Coursera и Udemy, предлагают курсы по спортивной науке, физиологии и методике тренировок. Эти курсы позволяют студентам получать доступ к лекциям и учебным материалам от ведущих специалистов в области физической культуры и спорта. Эти платформы способствуют расширению знаний и навыков студентов, что повышает их конкурентоспособность на рынке труда [3, с. 56].

Цифровая трансформация в профессиональном образовании специалистов по физической культуре и спорту является важным и необходимым процессом, который способствует повышению качества образования и адаптации студентов к современным требованиям. Внедрение цифровых технологий позволяет улучшить педагогические методы и развить социально-психологические навыки студентов, что в конечном итоге способствует их успешной профессиональной деятельности.

**Список литературы**

1. Минспорта РФ : официальный сайт. – Москва, 2023. – URL: https://www.minsport.gov.ru/activity/digital-transformation/ (дата обращения: 04.10.2024).

2. Тенденции и перспективы применения цифровых технологий в образовании в области физической культуры и спорта // Российская академия естествознания : [сайт]. – 2023. – URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=33044 (дата обращения: 03.10.2024).

3. Федоров А.И. Информатизация высшего физкультурного образования: проблемы и пути решения // Физическая культура: состояние, перспективы, проблемы, 2015.

4. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П.К. Петров. – Саратов: Вузовское образование, 2020. – ISBN 978-5-4487-0737-7.

5. Петров П.К. Особенности создания и использования дистанционных курсов по спортивно-педагогическим дисциплинам в системе электронного обучения / П.К. Петров // Теория и практика физ. культуры. – 2018. – № 12.

**УДК37.015.3:057.875**

# ПРИЗНАКИ ФОРМИРОВАНИЯ АДДИКЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Л.Г. Самоходкина, А.Ю. Никитина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматривается вопрос об особенностях формировании аддикции в подростковом возрасте. Подростковый возраст – это период значительных изменений, как физиологических, так и психологических, он сопровождается поиском идентичности, экспериментированием с поведением и стремлением к независимости.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, подростки, аддикция, зависимости.

Подростковый возраст – это уникальный период, который охватывает время между 12 и 18 годами. В психологии подростковый возраст обычно делят на три стадии:

- ранний подростковый возраст (12–14 лет). В этот период происходят значительные изменения в физическом и эмоциональном плане у ребенка. Подростки начинают активно исследовать свою идентичность, проявляя независимость от взрослых. Интересы и самооценка становятся важными аспектами их жизни.

- средний подростковый возраст (15–17 лет). Здесь проявляется потребность в социальной принадлежности и идентификации с группой сверстников. Подростки начинают формировать более сложные социальные взаимоотношения, и часто переживают конфликты с родителями и другими взрослыми.

- поздний подростковый возраст (18–19 лет). Этот период включает переход к взрослой жизни. Подростки начинают принимать более осознанные решения относительно будущего, включая выбор карьеры и развитие личных отношений [2].

Подростковый возраст имеет ряд психологических особенностей таких как эмоциональная лабильность, поиск идентичности, социальная зависимость, желание пробовать новое и иногда отклоняться от норм [4, с. 67].

Рассматриваемый возрастной диапазон не только сложен, но и полон возможностей роста и самопознания.

Аддикция или зависимость в подростковом возрасте является серьезной проблемой, которая может иметь долгосрочные негативные последствия для физического и психического здоровья, а также для социального развития подростка. Существует ряд причин возникновения аддикции в подростковом возрасте: генетическая предрасположенность; психологические факторы (такие как стресс, тревога, депрессия и др.);

социальные факторы (неблагополучные семьи, дезадаптация в коллективе сверстников); доступность веществ, приводящих к зависимости; отсутствие навыков совладания со стрессом; поиск новых ощущений; неуверенность в себе и низкая самооценка [3, с. 146].

Выявляя причину возникновения аддикции можно разработать действенный путь к решению данной проблемы. Исходя из выводов психологов, психотерапевтов, наркологов методики работы также будут зависеть от степени тяжести, типологии признаков и причин. Зачастую они включают в себя:

- психотерапию, что в целом помогает осознать причину своего поведения, научиться справляться со стрессом и эмоциями, развивать навыки совладания с трудностями и изменить отношение к себе и окружающим;
- семейная терапия – работа с семьей помогает улучшить взаимоотношения, разрешить конфликты, создать атмосферу поддержки, тепла и уюта;
- групповая терапия, а именно работа в группе сверстников, также позволяющая поддерживать друг друга, делиться опытом и понимать, что в данной проблеме ты не одинок;
- медикаментозное лечение, реабилитационные программы, а также профилактика рецидивов [1, с. 24].

В заключении отметим, что данная проблематика носит серьезный характер и является актуальной в наше время. Подростки сталкиваются с различными вызовами и проблемами, поэтому важно оказывать им поддержку и помощь в преодолении этих проблем [5, с. 42]. Аддикции – это сложное явление, которое требует внимательного подхода как в диагностике, так и в лечении. Говоря о лечении важно помнить, что каждый человек уникален и подход к лечению аддикции должен быть индивидуальным. Специалисты могут помочь выбрать наиболее эффективные методы лечения в каждом конкретном случае.

**Список литературы**

1. Казин, Э.М. Педагогическая профилактика употребления психоактивных веществ старшими подростками/ Э.М. Казин, Т.И. Шерер// Отечественная и зарубежная педагогика, 2018. – № 2. – С. 22–34.

2. Казин, Э.М. Теоретические и прикладные аспекты формирования здоровьесберегающего и социально–адаптивного образовательного пространства / Э.М. Казин, Н.Э. Касаткина, О.Г. Красношлыкова. – М.: Изд–во ФГБУ ДПО «УМЦ ЖДТ», 2017. – 363 с.

3. Сперанская, Н.С. Предупреждение развития виртуальной аддикции у старших школьников/ Н.С. Сперанская, И.В. Шабашева// Образовательный процесс. – Москва, 2023. – № 1. – С. 145–159.

4. Шиляева, И.Ф. Коммуникативные установки подростков, склонных к игровой компьютерной аддикции/ И.Ф. Шиляева // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы, 2022. – № 4. – С. 66–69.

5. Ястребова, А.В. Взаимосвязь социальной поддержки и уровня интернет-аддикции у подростков / А.В. Ястребова // Вестник ПГГПУ. Психологические и педагогические науки, 2023. – № 1. – С. 40–52.

**УДК 378:796**

# ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: СОСТОЯНИЕ, ОПЫТ, ПЕРСПЕКТИВЫ

И.В. Стародубцева, Д.Н. Макаридин
Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы дополнительного профессионального образования педагогов. Обосновываются организационные, содержательные, методические аспекты программы повышения квалификации для специалистов по физической культуре и спорту. Обобщается опыт реализации программы в условиях конкурса профессионального мастерства. Рассматриваются три направления реализации дополнительного профессионального физкультурного образования: внедрение форм и средств дополнительного профессионального образования педагогов на основе деятельностного подхода; работа со студентами выпускных курсов; внедрение информационно-коммуникационных технологий.

**Ключевые слова:** дополнительное профессиональное образование, педагоги по физической культуре, студенты.

Повышение квалификации – процесс, давно ставший неотъемлемой частью профессиональной деятельности каждого педагога. Однако сложившаяся ранее система дополнительного профессионального образования становится все менее эффективнойв новых, стремительно изменяющихся условиях. В связи с этимактуализируетсяпоиск более действенных способов повышения квалификации специалистов, в том числе в области физической культуры и спорта. В тюменском регионе решением этой задачи занимаются на базе Института физической культуры Тюменского государственного университета (ИФК ТюмГУ). Накопленный за последние годы опыт позволяет подвести промежуточные итоги и обозначить перспективные, на наш взгляд, направления развития дополнительного профессионального образованияпедагогов в сфере физической культуры и спорта.

Первым направлением является ***внедрение форм и средств дополнительного профессионального образования педагогов на основе деятельностного подхода***.

Не секрет, что традиционные формы повышения квалификации в виде лекционных и семинарских занятий слабо стимулируют активность слушателей. В современных условиях все чаще становятся востребованными практики, мотивирующие участников выступать субъектами профессионально-личностного развития, сознательно обращаться к

внутренним потенциальным ресурсам, определять препятствия ипути их преодоления для дальнейшего самосовершенствования. Хорошо зарекомендовали себя в этом отношении форматы, основанные на интеграции с другими развивающими, образовательными, научными формами.

Так, например, *конкурсы профессионального мастерства* 50,6 % педагогов сферы физической культуры и спортасчитают хорошим способом повышения профессиональной квалификации даже в том случае, когда в рамках конкурса не предусмотрена выдача соответствующего документа [1]. По данным проведенного нами опроса, наиболее значимыми мотивами участия в конкурсах у педагогов физической культуры и спорта являются:развитие профессиональных компетенций, приобретение новых знаний и умений, получение опыта новой деятельности. При этом педагоги отмечают, что в процессе конкурсных мероприятий у них, прежде всего, сформировался опыт публичных выступлений и работы с документами; сложились умения обобщать и представлять личный опыт; совершенствовались специально-педагогические навыки. То есть в конкурсах профессионального мастерства заложен большой потенциал, который может быть использован как в неформальном, так и в формальном дополнительном образовании. В ИФК ТюмГУ была разработана программа повышения квалификации педагогов по физической культуре и спорту в условиях Областного конкурса профессионального мастерства [6, 7]. Она показала высокую эффективность возможность вариативного использования для повышения качества дополнительного профессионального образования педагогов различных специализаций (тренеров, учителей физкультуры, инструкторов дошкольных образовательных учреждений).

Не менее значимым средством развития профессиональных компетенций и дополнительного образования педагогов может стать *научно-практическая конференция* [5]. Опыт реализации такой деятельности в условиях ежегодной международной научно-практической конференции «Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта» позволяет говорить о ее эффективности. Однако конференция в таком случае должна предусматривать широкий диапазон форматов участия и возможность их выбора для педагогов (подготовка тезисов, выступление с докладом, участие в дискуссии, экспертная оценка и т.д.).

Вторым направлением развития дополнительного профессионального образования является ***работа со студентами выпускных курсов***. Данная деятельность редко становится предметом научно-практического интереса, хотя дополнительное профессиональное образование этой категории обучающихся и предусмотрено нормативными документами.

По результатам нашего исследования, значительное число выпускников бакалавриата ИФК ТюмГУ по направлению «Физическая

культура» понимает, что для будущей профессиональной деятельности им не хватает каких-то умений и навыков (рис. 1).

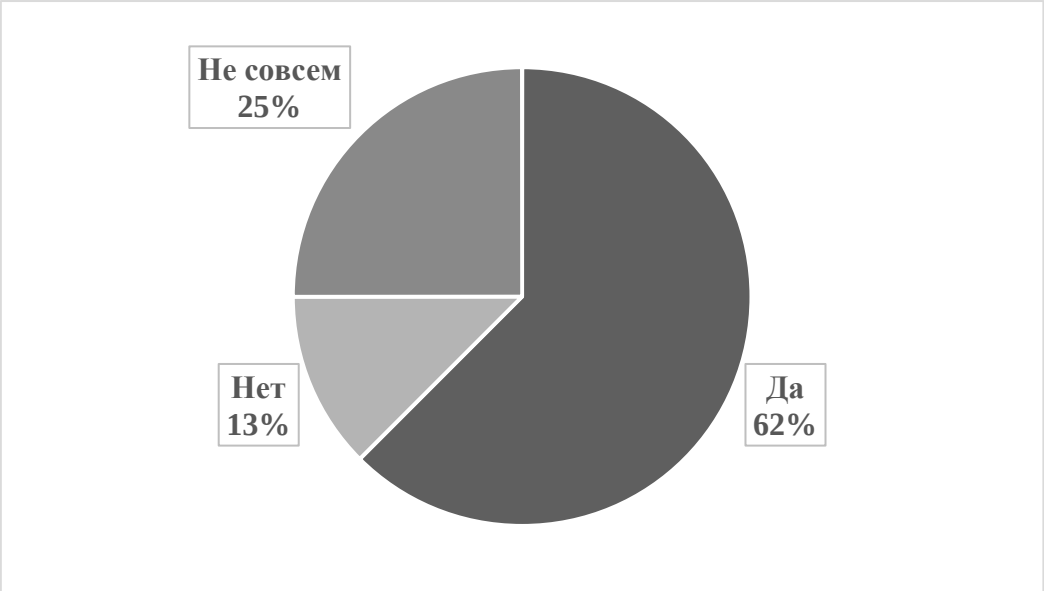



Рисунок 1 – Распределение ответов на вопрос
«Считаете ли вы, что в рамках обучения получили все необходимые для профессиональной деятельности умения и навыки?», в %

Подавляющее число студентов (78,2 %) хотели бы пройти дополнительное профессиональное обучение и получить вместе с дипломом соответствующее свидетельство (рис. 2)

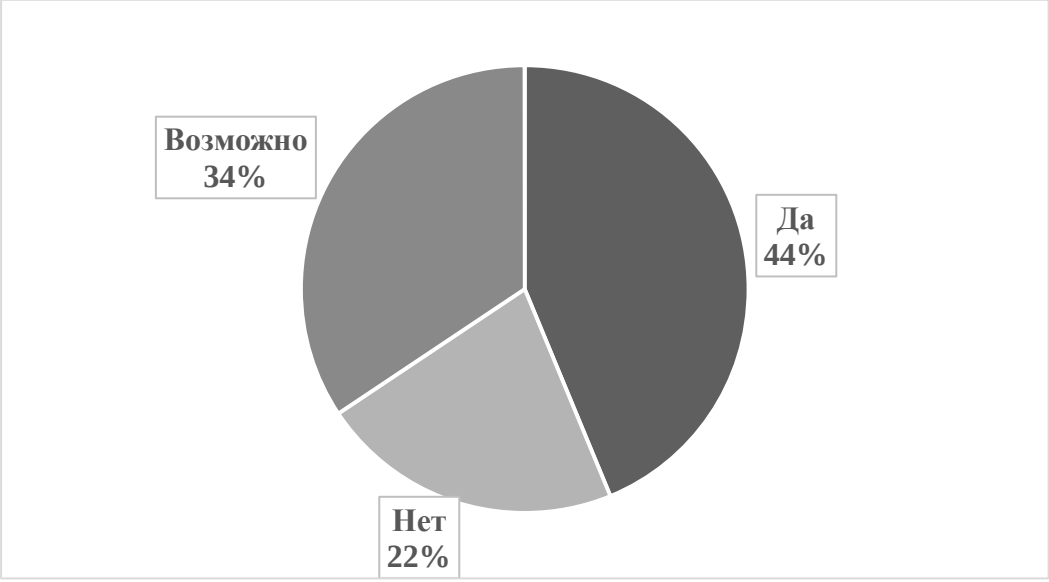



Рисунок 2 – Распределение ответов на вопрос «Хотели бы вы до конца учебного года пройти дополнительное профессиональное обучение и получить вместе с дипломом соответствующее свидетельство?», в %

При этом большая часть студентов готова оплатить свое дополнительное профессиональное образование (рис. 3).

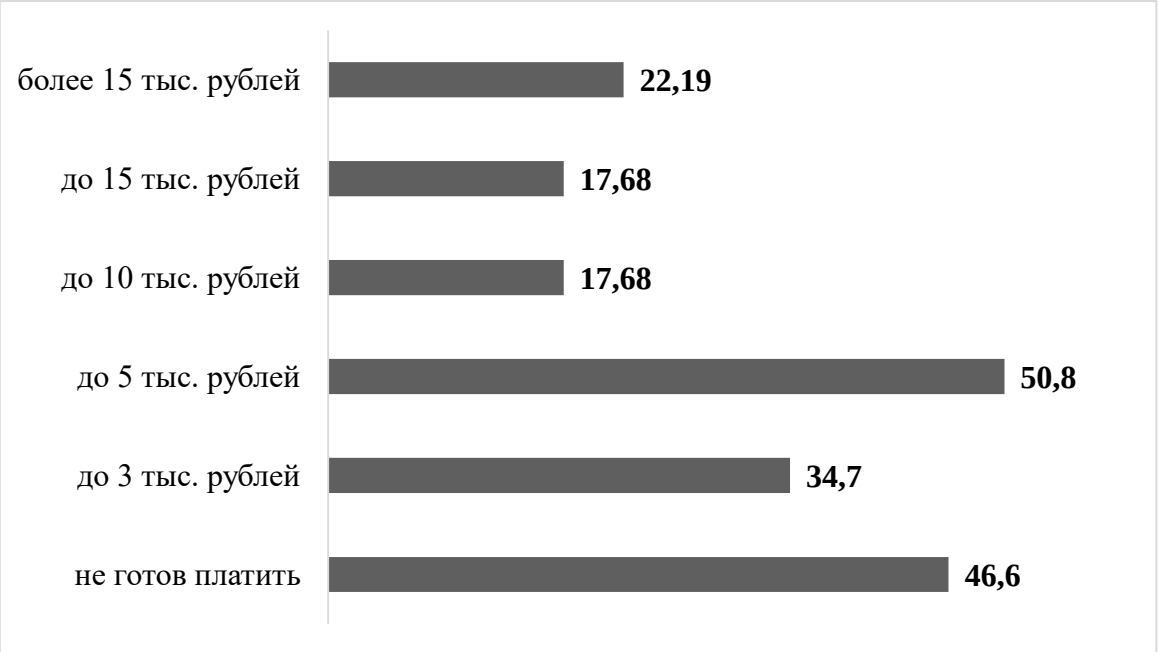



Рисунок 3 – Распределение ответов на вопрос
«Если бы вам предложили пройти обучение за дополнительную плату, сколько вы готовы были бы заплатить?», в %

Третьим направлением является ***внедрение информационно-коммуникационных технологий***. В контексте дополнительного профессионального образования они приобретают большое значение, т.к. позволяют: обратиться к накопленным информационным ресурсам, которые дают возможность получить ответы на широкий круг профессиональных вопросов; оптимизировать временной и пространственный ресурс, то есть пройти обучение в удобное время в любом месте;дистанционно получить профессиональную консультацию высококвалифицированного специалиста в сфере физической культуры и т.д.При этом неоправданная целями образования экспансия информационно-коммуникационных технологий в сфере физической культуры и спорта имеет явные недостатки и может приводить к негативным образовательным эффектам. Примером такого рода являются: отсутствие полноценной контактной работы; дискретная обратная связь преподавателя и обучающегося; частый формализм при проверке полученных знаний, когда обучающийся фактически проходит тестирование, извлекая ответы на вопросы из ресурсов интернета. Все это, несомненно, требует определенных решений и является дальнейшей перспективой развития данного направления дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта.

Таким образом, вопросы развития дополнительного профессионального образования педагогов в сфере физической культуры и

спорта остаются перспективными как для области научных исследований, так и для современной образовательной практики. Их решение является важным направлением деятельности вузаи требует дальнейшего продолжения, прежде всего, в направлении разработки форм и средств дополнительного образования на основе деятельностного подхода, работы со студентами выпускных курсов, внедрения информационно-коммуникационных технологий.

**Список литературы**


1. Макаридин, Д. Н. Отношение специалистов сферы физической культуры и спорта к конкурсам профессионального мастерства / Д.Н. Макаридин, И.В. Стародубцева, Т.П. Завьялова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 2(216). С. 277–283.
2. Нескреба, Т.А. Методика повышения уровня профессиональной компетентности учителя физической культуры в системе дополнительного педагогического образования / Т.А. Нескреба, Д.А. Чернышев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 10(164). – С. 247–252.
3. Овчинников, А.Ю. Применение мультимедийных технологий в подготовке студентов по дисциплинам профессионального цикла в вузах физической культуры / А.Ю. Овчинников, Н.Ю. Иванова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 10(116). С. 99–103.
4. Пружинин, К.Н. Внедрение многоуровневых педагогических технологий в программы повышения квалификаций педагогических работников в области физической культуры и спорта / К. Н. Пружинин, Е. В. Бахарева, М. В. Пружинина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 11(153). – С. 200–203.
5. Стародубцева, И. В. Значение научно–практической конференции в повышении профессиональной компетентности педагогов дошкольного образования / И.В. Стародубцева, Т.П. Завьялова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. 2022. № 2. С. 110–115.
6. Стародубцева, И. В. Интегративная модель обучения студентов и педагогов по физической культуре в условиях конкурса профессионального мастерства / И.В. Стародубцева, Т.П. Завьялова, Д.Н. Макаридин // Вестник Томского государственного университета. – 2023. – № 487. – С. 176–187.
7. Стародубцева, И. В. Повышение квалификации педагогов по физической культуре и спорту в условиях конкурса профессионального мастерства / И.В. Стародубцева, Д.Н. Макаридин, Т.П. Завьялова // Вестник Томского государственного университета. – 2024. – № 505. – С. 217–225.
8. Черкасов, В.В.Практико–ориентированная технология формирования профессиональных компетенций будущих учителей физической культуры / В.В. Черкасов, И.И. Черкасова // Вестник Томского государственного университета. 2021. № 462. С. 209–217.

**УДК 378:796**

# ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ НА ПРИМЕРЕ КНР

А.Ю. Частоедова[1], Ю.А. Прокопчук[1], Н.Г. Гончарова[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Детский сад № 60, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В связи с тем, что спортивная подготовка спортсменов высокой квалификации на современном этапе развития спорта занимает значительное время их жизнедеятельности, возникаю определенные проблемы в получении ими высшего образования. В ходе данного исследования на основании научных источников был изучен опыт Китайской Народной Республики в интеграции спорта высших достижений и высшего образования, который может быть полезен в решении аналогичных проблем в России.

**Ключевые слова:** профессионализация спорта, спорт высших достижений, высшее образование, интеграция спорта и образования.

Несколько последних десятилетий развития спорта охарактеризовались стиранием границ между понятиями «любительский спорт» и «профессиональный». Если на заре Олимпийского движения в конце XIX – начале XX веков эти понятия строго разграничивались вплоть до ограничения в участии в Олимпийских Играх, то сейчас современный этап развития спорта высших достижений ознаменован тенденцией к профессионализации. По мнению ряда исследователей именно то обстоятельство обуславливает прогресс результатов в мировом спортивном движении [6].

По большей части профессионализация спорта высших достижений обусловлена тем фактом, что спортсмен, стремящийся к достижению наивысших результатов вынужден тратить значительное время на спортивную подготовку – о 6 до 9 часов в день [1]. Таким образом, занятия спортом становятся основным видом деятельности в противовес любительству. Однако чем больше внимания и своего времени молодой человек отдает спортивной карьере, тем сложнее ему социализироваться в обществе по окончании спортивной карьеры.

В связи с обозначенной дилеммой актуальным становится вопрос построения «двойной карьеры», как залога успешной жизнедеятельности после окончания занятий «большим» спортом [2].

Однако этот вопрос остается слабо рассмотренным российскими специалистами, что определяет актуальность данного исследования.

Традиционно в российском обществе построение карьеры молодого человека связано с получением образования в высшем учебном заведении. Однако, в ходе получения высшего образования студентами, являющимися одновременно спортсменами высокой квалификации, связано с определенными трудностями, такими как

- систематические пропуски, связанные с тренировочной и соревновательной деятельностью, что ведет к не усвоению профессиональных компетенций;
- неумение правильно распределить время и расставить приоритеты между спортивной деятельностью и учебой;
- несовместимость требований профессорско-преподавательского и тренерского состава [2].

Все это зачастую приводит к затруднениям в получении высшего образования спортсменами высокой квалификации.

Для решения данной проблемы вузами российской федерации предпринимаются определенные шаги – например, внедрение гибких графиков обучения, дистанционного формата обучения и т.д. В ходе поисков оптимальных решений было бы интересно изучить опыт других стран в решении данной проблемы.

Цель данного исследования – рассмотреть опыт Китайской Народной Республики в обеспечении возможности получения высшего образования спортсменам высокой квалификации.

Для достижения поставленной цели был использован метод контент-анализа научной литературы по изучаемому вопросу.

В рамках спортивной реформы, проводимой правительством Китайской Народной Республики, осуществляется интеграция спорта и образования [3]. При приеме абитуриентов в высшие учебные заведения осуществляется специальный набор спортсменов высокой квалификации. Правительство Китая стимулирует вузы к выделению специальных квот для приема таких категорий абитуриентов. Таким образом, правительство КНР решает с одной стороны вопрос развития студенческого спорта и создания университетский спортивных команд, с другой - вопрос трудоустройства лиц, закончивших спортивную карьеру.

Однако интеграция спорта и высшего образования в КНР не избежала тех же проблем, которые присущи российским студентам - спортсменам высокой квалификации, получающим образование в высших учебных заведениях – неуспеваемость, трудности с окончанием вузов и дальнейшим трудоустройством. Кроме того, китайские исследователи отмечают возникающие у обучающихся на этом фоне психологические проблемы, вплоть до формирования комплекса неполноценности.

Основными причинами возникающих проблем в получении высшего образования спортсменами в КНР в научных работах отмечены:

- слабое базовое образование спортсменов, связанное с тем, что они уделяют значительное время тренировочному процессу и пренебрегают процессом получения образования в школах;

- приоритет спортивных достижений ставится выше получения образования, причем не только самими спортсменами, но и в некоторых случаях и руководством некоторых образовательных учреждений, в результате студенты тратят большую часть своего времени на спортивную подготовку, не оставляя его на отдых и даже обучение, усугубляя таким образом проблемы получения качественного образования и, как следствие, дальнейшего трудоустройства;

- отсутствие в некоторых вузах гибких программ обучения для спортсменов, что становиться препятствием для получения ими качественного образования. Кроме того время тренировочных занятий спортсменов высокой квалификации зачастую совпадает с временем проведения занятий в вузах, что ставит спортсмена перед выбором посещения учебных и тренировочных занятий;

- также в изученных нами научных источниках отмечается низкий уровень мотивации спортсменов высокой квалификации к получению высшего образования, которая связана с изначально слабо академической базой, что приводит к потере интереса и уверенности в возможности освоения учебного материала.

Одной из важных задач развития спорта в Китае руководство республики обозначило повышение уровня образованности спортсменов высокой квалификации. В ходе реализации спортивной реформы необходимым условием подготовки спортсменов высокой квалификации обозначено достижение ими высокого уровня образованности, культуры и научной подготовленности [5].

С целью преодоления академических сложностей с получением высшего образования в Китае в первую очередь уделяется внимание повышению мотивации к образованию у спортсменов. В этой целью была разработана концепция по подготовке спортсменов высокой квалификации, согласно которой тренировочные планы по подготовке спортсменов высокой квалификации должны сочетаться с учебными планами образовательного учреждения.

Значительная разница в базовой подготовленности обычных студентов и студентов-спортсменов требует от вузов коррекции учебных программ и дифференцированного подхода к обучению. Для таких студентов вузы разрабатывают гибридные учебные планы с учетом их тренировочной программы, одновременно повышая требования к процессу их обучения, связывая зачетные единицы образовательных программ и результаты спортивной подготовки иерархическим и дифференцированным образом и создавая механизмы отбора и отчисления [4]. Также корректируется соотношение обязательных и факультативных курсов в учебных программах для студентов-спортсменов. при этом составляется гибкое расписание, что

способствует повышению посещаемости и успеваемости таких обучающихся.

Для студентов-спортсменов допускается разумное снижение сложности образовательных программ с гибкой дифференцировкой баллов за успеваемость, а также предусматривается частичное преобразование рейтингов соревновательной деятельности в образовательные кредиты, что также способно повысить мотивацию студентов-спортсменов и решить вопросы возникновения психологических комплексов неполноценности.

Отдельной задаче выделен вопрос управления процессом обучения и спортивной подготовки таких студентов. Хотя в разрезе всех обучающихся в университетах количество спортсменов-студентов не велико и они объединяются отдельные группы, уровень их успеваемости способен оказывать влияние на рейтинг вуза в целом [7]. Поэтому важным является вопрос управления процессом обучения таких студентов. В данном аспекте в КНР осуществляется интеграция деятельности профессорско-преподавательского и тренерского составов на уровне департаментов образования и спорта с целью командной работы, позволяющей спортсмену эффективно тренироваться и успешно справляться с вопросами обучения. Такая интеграция позволяет своевременно решать проблемы, возникающие в процессе обучения и контролировать посещаемость как спортивных, так и академических занятий.

Следующим шагом, предназначенным для решения проблемы обучения спортсменов высокой квалификации в КНР, стало создание платформы, направленной на поддержку студентов-спортсменов. Эта платформа объединяет деятельность тренеров, преподавателей и руководство вузов, тьюторов и родителей. Деятельность платформы ориентирована не только на процесс спортивной подготовки, но и заботится о жизни, учебе, физическом и психическом здоровье студентов-спортсменов, помогает им правильно расставлять приоритеты в отношениях между обучением и тренировкой.

Подводя итог, можно сказать, что только создание системы, способной в равно мере учесть требования спортивной подготовки и высшего образования способно решить проблемы получения качественного образования спортсменами высокой квалификации.

**Список литературы**

1. Афанасьева, В.М. Спортивная карьера или высшее образование? к вопросу об интеграции образовательного процесса и спортивной подготовки / В.М. Афанасьева, Ф.Р. Зотова // Наука и спорт: современные тенденции. – 2014 г. – № 3 (Том 4). – С. 115–119

2. Бабина, А.А. Проблема реализации "двойной карьеры" в восприятии студентами–спортсменами / А.А. Бабина, М.Н. Саламатин, И.В. Толстоухова // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2019. – № 8. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/problema–realizatsii–dvoynoy–kariery–v–vospriyatii–studentami–sportsmenami (дата обращения: 28.10.2024)

3. Прокопчук, Ю.А. Анализ приоритетных направлений и государственной политики Китайской Народной Республики в области профессионального спорта на современном этапе / Ю. А. Прокопчук, А. Ю. Частоедова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2024. – № 6(232). – С. 191–194.

4. [8] Сюн, Цзюнь. Проблемы и меры противодействия в развитии студентов со спортивными талантами в научных и инженерных колледжах/ Сюн Цзюнь // Современная спортивная наука и технология. – 2013 – № 26. – С. 150–151.

5. [6] Тан, Лян. Исследование и исследование текущего положения спортивных студентов с особыми талантами в обычных колледжах и университетах города Чанчунь/ Тан Лян // Журнал Института физического воспитания Цзилинь. – 2012. – №6. – С. 27–131.

6. Фомин, Ю.А. Профессионализация современного большого спорта / Ю.А. Фомин // Теория и практика физ. культуры. – 1989. – № 4. – С. 2–4.

7. [9] Хуан, Лу. Новая политика экзаменов и набора спортивных команд высокого уровня в колледжи и университеты моей страны: Концептуальное руководство, практические проблемы и стратегии продвижения / Хуан Лу и др. // Журнал Шанхайский институт спорта. – 2022. – № 46(11). – С. 28–41.

**УДК 796:004.9**

# ЦИФРОВЫЕ МЕДИА-ИНСТРУМЕНТЫ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Н.Н. Черевишник, Н.А. Ерохина, О.И. Певзнер
Саратовский государственный технический университет имени Ю.А. Гагарина,
г. Саратов, Россия

**Аннотация.** Сегодня все большую значимость в жизни людей имеет активный образ жизни и занятия спортом, так как такая деятельность положительно воздействует на организм и способствует его укреплению.

Домашние тренировки становятся все более доступными, так как существует множество видео с подробным разбором тренировок, где рассказывается о том, как качественно и правильно выполнять упражнения, не навредив собственному здоровью неправильной техникой. В статье рассмотрены медиа-инструменты связанные с физической культурой и спортом.

**Ключевые слова:** физическая культура, спорт, цифровизация, здоровье, технологии.

Цифровизация предоставляет разнообразные решения для занятия спортом в любом месте и в любое время.

Сегодня все больше людей начинают заниматься спортом, и не последняя заслуга в этом активной пропаганды здорового образа жизни в современном обществе. Люди могут в процессе занятий спортом развиваться не только физически, но и духовно. Многие люди поддерживают мнение, что любовь к спорту и активности должна прививаться людям с самого детства и быть частью жизни людей всех возрастов и профессий.

Цифровые технологии в последние годы начали активно внедряться в спорт, что значительным образом изменило уже существующие процессы и поспособствовало повышению эффективности выполнения физических упражнений. Цифровые инструменты активно используются в сфере физической культуры и спорта в целях улучшения качества и результативности тренировок. Информационные и коммуникационные технологии помогают лучше усваивать информацию о качестве тренировки, контролировать процесс тренировки и обучения новым упражнениям, производить оценку здоровья и уровня физической подготовки студентов и спортсменов.

Направления применения информационных технологий в спорте следующие: создание и использование инструментов, позволяющие эффективно проводить занятия как в очном, так и в дистанционном формате.

Удовлетворить потребности в улучшении собственной физической формы и увеличения спортивной активно могут помочь различные методики, применяемые сегодня в спорте и физической культуре.

Информационные технологии в современном обществе занимают большое значение в процессе обучения физической культуре, так как делают процесс обучения более доступным, увлекательным для каждого обучающегося.

Особенно остро необходимость во внедрении информационных технологий стала понятна в период пандемии Covid-19, когда школы и высшие учебные заведения были вынуждены уйти на дистанционное обучение.

Сегодня выделяют несколько тенденций развития цифровых технологий в спорте и физической культуре. Основной тенденцией, которая является трендом с 2021 года, считают интеграцию в обыденную жизнь разнообразных фитнес-гаджетов, к которым относятся умные часы, мониторы сердечного ритма и др. Особая востребованность в информационных технологиях отмечается среди профессиональных тренеров, а также у организаторов спортивных мероприятий и соревнований. Итак, необходимо рассмотреть, какие инновации в индустрии спорта сейчас активно используются:

Сервисы видеоаналитики представляют собой комплексные программно-аппаратные решения, которые позволяют тренеру оценивать индивидуальные показатели спортсменов и результаты командной работы, а также предлагают ему на основе собранной информации советы по улучшению программы тренировок. Данная система представляет собой конструкцию из нескольких видеокамер, записывающих происходящее во время тренировки. Видеокамеры, в которые внедрена нейросеть, способны распознавать действия людей, а также траектории движения предметов.

Затем ею проводится анализ тренировки и она может предложить комплекс мер по улучшению эффективности тренировок, так как тренер не всегда может выявить в процессе тренировок причины неудач спортсменов, а видеокамеры же распознают видео с высокой точностью и могут показать тренеру, например, что стало причиной потери мяча или промаха.

Видеоаналитика показывает, в какой момент допущена ошибка и как можно было ее избежать.

Отличным примером внедрения данной инновации в физической культуре и спорте является система HPE (Human Pose Estimation). Данный инструмент способен распознавать скелет и суставы человека на видео, быстро реагируют на изменения положения тела в пространстве в процессе тренировки. Данная система позволяет отслеживать соблюдение правильной техники выполнения упражнений и на основе анализа давать советы об улучшении результатов тренировки.

Системы поддержки принятия решений. Данная система представляет возможность анализировать данные и принимать решения на основе ИИ. Они

получают информацию по разным каналам и затем работают с ней. Аналитика проводится при помощи использования уже записанных матчей, записи, полученных с видеокамер, показания датчиков носимых устройств и т.д. Так, например, в спорте используют такую систему поддержки принятия решений, как Catapult, которая включает в себя датчики и специализированное программное обеспечение, которое собирает данные о показателях спортсменов во время тренировок и создает аналитические отчеты на основе этих данных. Собранная информация позволяет тренерам на основе полученных данных разрабатывать выигрышные стратегии игры, программы тренировок и диеты для спортсменов. Также информация, полученная при использовании данной системы, позволяет более быстро развивать спортивные навыки, способствует улучшению командного взаимодействия и снижает риски получения травм.

ИИ-арбитр. Искусственный интеллект пока не способен судить спортивные матчи, но уже сегодня предоставляет арбитрам альтернативное независимое мнение. Подобную технологию в судействе протестировали на Чемпионате мира по футболу 2018 года.

Дополненная реальность представляет собой технику наложения различных виртуальных объектов на реальный мир. Данная технология позволяет создавать более зрелищные матчи и различные спортивные мероприятия, предоставляя болельщикам возможность видеть дополнительную информацию о матче (например, текущий счет, время матча и т.д.), а также в процессе просмотра изучать информацию про игроков, видеть талисманы команд и т.д. Также данный инструмент используется для совершенствования процесса обучения, а конкретно для создания интерактивные программ обучения. Примером дополненной реальности является возможность при ее помощи показывать обучающимся и спортсменам правильной техники выполнения упражнений. Так, мы можем говорить об особой важности данного цифрового инструмента в целях улучшения спортивного опыта как спортсменов, так и зрителей, а также повысить эффективность тренировок и обезопасить людей на массовых спортивных мероприятиях.

Интернет вещей (IoT) – технология, которая объединяет различные объекты с интернетом, что предоставляет возможность собирать данные и проводить анализ тренировок, состояния здоровья спортсменов и других аспектов физической активности. Такая возможность появляется из-за того, что датчики, которые могут находиться на разных частях тела, собирают информацию о состоянии спортсмена в процессе тренировок и предоставляют статистику, а также способны подавать сигнал тревоги в случае обнаружения критических показателей. Данный инструмент может подать сигнал тренеру о том, что спортсмену может быть необходима помощь еще до того, как она правда понадобится. Цифровые системы способны прогнозировать риски и своевременно рекомендовать снизить

нагрузку. Если предотвратить болезнь или травму не удастся, искусственный интеллект предложит варианты лечения и реабилитации.

Также сейчас активное распространение получает умная спортивная одежда, в которую встроены сенсоры и технологии. Так, например, существуют футболки с встроенными датчиками, которые умеют отслеживать температуру тела и сердечный ритм, предоставляя спортсменам и тренерам ценную информацию для корректировки тренировочного процесса.

BigData представляет собой технологии сбора и обработки больших данных, использующихся в основном аналитиками. Данный инструмент позволяет безопасно хранить большие объемы информации, в которых хранятся личные данные спортсменов, болельщиков и др. Поэтому данная технология очень важна для владельцев клубов и организаторов соревнований, так как вопрос кибербезопасности участвующих в данных мероприятиях очень важна, иначе, в случае утечки данных, они могут потерять лояльность аудитории, а соответственно и прибыль.

Блокчейн и криптовалюта. Некоторые страны предоставляют возможность болельщикам оплачивать билеты на матчи криптовалютой. Так, в 2018 году все билеты на один из матчей Суперкубка УЕФА были проданы с помощью блокчейн-технологии.

NFT. Не взаимозаменяемые токены используются для перевода в них электронных билетов. Данные токены представляют собой уникальные изображения, на которых предоставлена информация о том, что данный человек является ее владельцем.

Технологии 5G предоставляют возможность транслировать спортивные соревнования и матчи в прямом эфире в высоком качестве, без задержек. Также данная технология позволяет зрителям ощутить себя на месте событий.

Цифровизация стадионов. Сейчас в процессе строительства новых стадионов прибегают к использованию цифровых технологий, а именно внедряют технику для обеспечения корректной работы с электронными билетами и для возможности входа по биометрии, а также внедряют системы видеоаналитики для обеспечения контроля за порядком на трибунах.

Так, основываясь на всем вышесказанном, мы можем сделать вывод, что данные цифровые инструменты значительно упрощают получение доступа людей всех возрастов и профессий к физической культуре и спорту, способствует повышению эффективности тренировок, а также привлекают все больше людей в спорт.

Таким образом, мы может заявить о том, что внедрение различных цифровых инструментов в процесс занятий физической культурой и спортом просто необходимо. Необходимость заключается в том, что данные системы положительно влияют на эффективность тренировок, снижают риск травматизации спортсмена, способствуют улучшению организации и проведения спортивных мероприятий и упрощают коммуникацию между

всеми участниками спортивной деятельности. Данные системы собирают и проводят анализ всех показателей во время тренировок, на основе полученных данных предлагают комплекс мер для улучшения результатов тренерам. Однако не стоит забывать о том, что всегда есть риск ошибки системы, что может привести к травмам или утечке конфиденциальной информации участников спортивной деятельности, что может негативно сказаться на отношении населения к дальнейшему внедрению подобных инноваций. Поэтому очень важно взвесить все плюсы и минусы и ответственно подойти к внедрению цифровых инструментов в процесс физической активности.

**Список литературы**

1. Биндусов Е.Е., Крикун Е.Н., Перетокина В.С., Янкина Е.А. Опыт использования цифровых инструментов в преподавании профильной гимнастической дисциплины студентам спортивного ВУЗа // Культура физическая и здоровье. 2022. № 3 (83). С. 58-62.
2. Кадушина В.А., Гарина О.Г. Современные инновационные технологии здоровьесбережения в цифровом обществе // В сборнике: Бенцманские чтения. Развитие управления качеством продукции и конкурентоспособностью предприятий в условиях цифровых трансформаций экономики. Материалы VIII международной научно-практической конференции. 2020. С. 168-172.
3. Кадушина В.А., Гарина О.Г., Ерохина Н.А., Черевишник Н.Н. Цифровые трансформации в организации эффективных занятий физической культурой в дистанционном формате // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2022. № 4 (206). С. 184-187.
4. Орлова Е.Ю., Митрофанов В.С. Развитие образовательного процесса по физической культуре в университете в условиях цифровизации // В сборнике: Научные дискуссии в эпоху мировой нестабильности: пути совершенствования. Материалы IV международной научно-практической конференции. Ростов-на-Дону, 2022. С. 177-179. Черевишник Н.Н., Ерохина Н.А., Коновалова М.П. Цифровая трансформация игровых видов спорта // В сборнике: Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки. Сборник материалов III Международной научно-практической конференции. Редколлегия: Е.Н. Летягина, А.В. Гутко, В.Г. Кузьмин, К.Ю. Хаченкова. Нижний Новгород, 2022. С. 841-846.

**УДК: 796:004.9**

# ЦИФРОВИЗАЦИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ОСНОВНЫЕ ВОПРОСЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ОТРАСЛИ И ГОСУДАРСТВА

О.В. Шпырня[1], Ш.У.У. Бобоматов[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Ташкент, Республика Узбекистан

**Аннотация.** В представленной статье подробно анализируется процесс цифровизации сферы физической культуры и спорта с уделением особенного внимания основным вопросам взаимодействия отрасли и государства. Обоснована взаимосвязь между принципами информатизации современного общества и цифровизацией сферы физической культуры и спорта. Рассмотрены основные варианты взаимодействия отрасли физической культуры и спорта и государства

**Ключевые слова:** цифровизация, физическая культура, спорт, государство, физкультурно-оздоровительная деятельность.

Базовым ориентиром процесса взаимодействия отрасли физической культуры и спорта и государства в нашей стране является создание массивов информации и работа с ними, в том числе на основе использования алгоритмов искусственного интеллекта [6, 7]. В результате формируется определенные цифровые сервисы и платформы, предназначенные, прежде всего, для упрощения процесса взаимодействия граждан Российской Федерации с государственными органами власти в сфере физической культуры и спорта. Подобную задачу в области цифровизации процесса отрасли физической культуры и спорта и государства задекларировал Президент Российской Федерации Владимир Путин в 2024 г.

Цифровизация сферы физической культуры и спорта предоставляет возможность гражданам Российской Федерации осуществить обдуманный выбор тех или иных спортивных секций или организаций физкультурно-оздоровительной деятельности, записать туда ребенка или купить абонемент. Посредством цифровизации сферы физической культуры и спорта реализуется основной принцип информатизации современного общества, а именно предоставление релевантной и актуальный информации об объектах физической культуры и спорта, а также о проводимых там мероприятиях. Процесс взаимодействия отрасли физической культуры и спорта и государства посредством цифровизации подразумевает формирование определенных баз данных (реестров) федерального, регионального и муниципального значения, куда заносятся как профессиональные

спортивные организации, федерации, школы, так и физкультурно-оздоровительные организации [5]. Формирование подобных баз данных (реестров) предоставит возможность осуществлять эффективные управленческие решения как стороны упомянутых выше организаций, так и со стороны органов государственной власти, регулирующих данную сферу. Особенно актуально это при развитии спортивной инфраструктуры, прежде всего в регионах, ориентированной на массовые занятия физической культурой и спортом, что является основной задачей государства (повышение доли людей, занимающихся регулярно той или иной формой физкультурно-оздоровительной деятельности, до 70 % к 2030 году) [1]. При этом формирование упомянутых баз данных (реестров) предоставляет серьезные возможности и для профессионального спорта, прежде всего, для профессиональных атлетов, и для органов власти как помощь в выборе спортивных федераций и спортивных клубов. Здесь просматривается серьезный потенциал использования цифровых технологий формирования календарей соревнований самого различного уровня, а также осуществление финансирования со стороны государства тех или иных мероприятий [4].

При этом не стоит забывать и про развитие частно-государственного партнерства, а именно для обеспечения эффективности цифровизации отрасли физической культуры и спорта в нашей стране очень важно сформировать эффективную электронную коммуникацию между государственными органами власти (регуляторами), спортивными федерациями коммерческими предприятиями. Именно в этой плоскости сегодня лежит процесс разработки и внедрения цифровых платформ. Задачи у них могут быть самые разные: от реестра спортивных объектов до определения степени удовлетворенности конкретного гражданина условиями для занятий физической культурой и спортом в его муниципалитете [3].

Государство пытается решить указанные вопросы посредством совершенствования цифровой государственной платформы «Физическая культура и спорт», в том числе и для упорядочивания физкультурно-спортивной деятельности в нашей стране, например, через формирование реестра цифровых спортивных паспортов. Также цифровая государственная платформа «Физическая культура и спорт» содержит реестр (который, конечно, не охватывает всю отрасль) спортивных объектов, физкультурно-оздоровительных организаций.

Но государство очень активно работает в плане цифровизации отрасли физической культуры и спорта, в результате чего в 2024 году было разработано и утверждено Распоряжение Правительства РФ «Об утверждении стратегического направления в области цифровой трансформации физической культуры и спорта на период до 2030 года» [2]. В рамках реализации данного распоряжение планируется реализация следующих мероприятий:

– использование Единого портала государственных и муниципальных услуг (функций) (ЕПГУ) для принятия заявлений о приеме детей в различные

спортивные секции, школы олимпийского резерва, а также иных организаций физкультурно-оздоровительной направленности (срок исполнения данного мероприятия – 2028 год);

– внедрение цифровых спортивных паспортов (электронных паспортов) для повышения эффективности учета профессиональных спортсменов и их подготовки к соревнованиям (срок исполнения данного мероприятия – 2027 год);

– автоматизация процесса присвоения спортивных разрядов по результатам демонстрации соответствующих результатов на официальных соревнованиях (срок исполнения данного мероприятия – 2030 год);

– интеграция цифровой государственной платформы «Физическая культура и спорт» с муниципальными и региональными цифровыми платформами, а также электронными ресурсами спортивных и физкультурно-оздоровительных организаций (срок исполнения данного мероприятия – 2030 год);

– использование Единого портала государственных и муниципальных услуг (функций) (ЕПГУ) для принятия заявлений на сдачу ГТО (срок исполнения данного мероприятия – 2024 год) [2].

Реализация вышеуказанного Распоряжения подразумевает, что все заявленные государством ориентиры цифровизации сферы физической культуры и спорта будут согласованы с имеющимися или планируемыми к внедрению государственными программами федерального, регионального и муниципального значения. При этом процесс цифровизации отрасли физической культуры и спорта вошел в число приоритетных направлений развития экономики и социальной сферы Российской Федерации.

Перспективным видится организация электронного коммуникационного взаимодействия цифровой государственной платформы «Физическая культура и спорт» с еще одной цифровой платформой – «Мой спорт». Это уже коснется сферы спорта высших достижений, так как она ориентирована, прежде всего, на обмен тренерским опытом в масштабах страны. Здесь перспективным видится организация информационного обмена с системой цифровых спортивных паспортов (электронных паспортов).

При этом очень важно помнить, что для государства сфера физической культуры и спорта несет, прежде всего, социальную функцию. Именно поэтому процесс взаимодействия отрасли и государства в плане цифровизации должен в основной своей массе ориентироваться на любительский спорт и массовые занятия населением физической культурой.

**Список литературы**

1. Рапопорт, Л. А. Цифровизация отрасли физической культуры и спорта на региональном уровне / Л. А. Рапопорт, С. В. Томилова, Ю. В. Энгин // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 5. – С. 9-11.

2. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2024 N 264-р «Об утверждении стратегического направления в области цифровой трансформации физической культуры и спорта на период до 2030 года».

3. Селиванов, О. И. Цифровизация в сфере физической культуры и спорта на современном этапе / О. И. Селиванов, В. В. Прядченко // Фундаментальные научные исследования: теория и практика: Сборник научных трудов по материалам XXVII Международной научно-практической конференции, Анапа, 15 июля 2024 года. – Анапа: ООО "Научно-исследовательский центр экономических и социальных процессов" в Южном Федеральном округе, 2024. – С. 42-46.

4. Сомова, А. Е. Цифровизация физической культуры и спорта / А. Е. Сомова // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2022. – Т. 3, № 4. – С. 30-35.

5. Харлинская, В. Ю. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта, цифровизация общества / В. Ю. Харлинская, Н. О. Салахова, Е. А. Усманова // Физическая культура, патриотическое воспитание и спорт: Сборник научных трудов по материалам Всероссийской научно-практической конференции, Саратов, 07 февраля 2024 года. – Саратов: Саратовский государственный технический университет им. Гагарина Ю.А., 2024. – С. 829-834.

6. Хашева З.М. Информатизация экономического пространства региона: этапы, барьеры и перспективы // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 301-304.

7. Хашева З.М. Сущностно-содержательная характеристика информационной экономики // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 156-160.

**УДК 796:004.9**

# ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

О.В. Шпырня
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В представленной статье подробно анализируются проблемы и перспективы цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта. Рассматривается роль государства в развитии процессов цифровизации отрасли физической культуры и спорта. Отмечена неравномерность развития процесса цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта относительно регионов и спортивных федераций.

**Ключевые слова:** цифровая трансформация, физическая культура, спорт, цифровизация, физкультурно-оздоровительная деятельность.

Проблемы и перспективы цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта в настоящее время напрямую отображают ту глубинную дифференциацию происходящих организационных процессов как в самой отрасли, так и в спортивных клубах, физкультурно-спортивных организациях в регионах. Как итог, необходимо обеспечить механизмы интенсификации, прежде всего, самого процесса цифровизации сферы физической культуры и спорта, что, в сою очередь, должно упростить задачу использования результатов цифровизации для рядовых пользователей [1, 4].

Государство в лице Президента Российской Федерации и Правительства Российской Федерации активно поддерживает процессы цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта. При этом необходимо помнить, что любые, даже самые необходимые трансформационные процессы, должны согласовываться с основными задачами, а именно, ростом качества жизни населения Российской Федерации, а также увеличением продолжительности жизни [2]. В контексте решения указанных задач, Правительство Российской Федерации задало достаточно высокую планку: к 2030 году 70 % граждан России должны, во-первых, иметь все возможности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью и систематически ею заниматься[1]. Именно цифровая трансформация сферы физической культуры и

[1] Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2024 N 264-р «Об утверждении стратегического направления в области цифровой трансформации физической культуры и спорта на период до 2030 года».

спорта может наиболее быстро и эффективно решить указанную задачу, определенную Правительством Российской Федерации, что должно выразиться в разработке, апробации, продвижении и внедрении соответствующих онлайн сервисов.

Организация процесса цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта предоставляет наиболее широкие возможности в сфере стимулирования населения Российской Федерации к занятиям спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельностью. Внедрение современных цифровых сервисов предоставляет сегодня для пользователей наиболее простой и удобный вариант к приобщиться к занятиям физической культурой и спортом [5]. Например, существующие уже сегодня цифровые онлайн сервисы предоставляют возможность родителям максимально просто и быстро записать ребенка в спортивную секцию, самостоятельно получить информацию о возможности купить карту в близлежащий фитнес-клуб и многие другие возможности.

Еще одним важнейшим элементом процесса цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта является, как уже отмечалось выше, снижение сложности управленческих и организационных процессов, происходящих в отрасли в целом. Именно цифровая трансформация сферы физической культуры и спорта предоставляет возможность формирования простых и интуитивно понятных интерфейсов различных приложений и онлайн платформ для спортсменов, тренеров, любителей физической культуры, административных работников и др. Например, сегодня очень актуальной является проблема четкости и быстроты процесса присвоения спортивного разряда. Современные цифровые сервисы, интегрируясь с государственными ресурсами, могут максимально упростить, автоматизировать и ускорить данный процесс. Тоже самое можно сказать и про организацию как спортивных мероприятий в рамках утвержденного соответствующей федерацией календаря, так и массовых мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности. Цифровая трансформация сферы физической культуры и спорта позволяет перенести эти процессы в онлайн.

Также цифровая трансформация сферы физической культуры и спорта предоставляет возможность кардинальным образом повысить «прозрачность» всех организационных и управленческих процессов в отрасли [6,7]. Это обеспечивается, прежде всего, в результате наличия машинной обработки больших массивов структурированных и неструктурированных данных, поступающих из самых разнообразных источников, например, протоколы соревнований, судейские оценки, фиксация рекордов различных уровней, присвоение спортивных разрядов на основании продемонстрированного результата, рейтинг регионов и многое другое.

«Прозрачность» всех организационных и управленческих процессов в отрасли физической культуры и спорта, обусловленная использованием

современных цифровых технологий, также, как правило, предоставляет возможность отбора и мотивации наиболее квалифицированных кадров, например, тренеров, инструкторов-методистов и, конечно, спортсменов. Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта также несет очень важную социальную составляющую, что, прежде всего, учитывается государством, а именно увеличение граждан Российской Федерации, вовлеченных в массовые формы физкультурно-оздоровительной деятельности. Здесь имеется очень большой потенциал для внедрения цифровых технологий. Например, большую значимость приобретает в настоящее время цифровая паспортизация объектов физкультурно-оздоровительной деятельности с привязкой к геопозиционированию для простых любителей занятий физической культурой.

В качестве одной из основных проблем цифровой трансформации отрасли физической культуры и спорта является неравномерность проникновения данного процесса относительно всех субъектов Российской Федерации. Это, прежде всего, обусловливается как неравномерностью развития отрасли физической культуры и спорта в регионах в целом, и процесс использования цифровых технологий в частности [3]. Можно констатировать факт, что наилучшие позиции здесь имеют регионы, где серьезно развивают как отрасль физической культуры и спорта, так и цифровые технологии. В качестве примера можно привести республику Татарстан.

К сожалению, не все субъекты Российской Федерации сегодня имеют развитую информационно-телекоммуникационную инфраструктуру, даже при наличии хорошего материально-технического снабжения отрасли физической культуры и спорта и наоборот. Выходом здесь видится разработка и внедрение ведомственных программ, в том числе Министерств спорта Российской Федерации, а именно различие гранты, субсидии, позволяющие использовать весь потенциал современных цифровых технологий для развития отрасли. Но первоначальным шагом для начала процесса цифровизации должно стать формирование базовой цифровой инфраструктуры, обеспеченной кадрами соответствующей квалификации. Интересным вариантом стала межведомственная Федеральная программа, разработанная совместно Министерством спорта Российской Федерации и Министерством цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации.

Еще одной проблемой, схожей с региональной, является неравномерность цифрового развития спортивных федераций. Например, с положительной стороны здесь выделяется Континентальная хоккейная лига, выстроившая эффективную систему цифрового взаимодействия как внутри лига, так и при маркетинговой работе с болельщиками. Активно работает в этом направлении и Российский футбольный союз. С точки зрения перспектив, которые открывает цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта, важнейшим элементом является монетизация

популярности того или иного вида спорта, а также тех или иных форматов соревнований. Именно в плоскости маркетинга сегодня лежат основные возможности для популяризации отрасли физической культуры и спорта.

**Список литературы**

1. Алексеюк, Я. В. Современные тенденции цифровизации спорта / Я. В. Алексеюк // Физическая культура и спорт в современном социуме: Материалы II Международной научно-практической конференции, Витебск, 16 мая 2024 года. – Витебск: Витебская государственная академия ветеринарной медицины, 2024. – С. 161-165.

2. Ларкина, Ю. В. Предпосылки цифровизации массового спорта / Ю. В. Ларкина // Мир спорта. – 2023. – № 3(92). – С. 113-117.

3. Курлыков, О. И. Проблема цифровизации в массовом спорте / О. И. Курлыков // Развитие агропромышленного комплекса в условиях цифровой экономики: Сборник научных трудов V Национальной научно-практической конференции, Самара, 25 апреля 2023 года. – Кинель: ИБЦ Самарского ГАУ, 2023. – С. 55-58.

4. Прохорова В.В., Хашева З.М. Информатизация как один из важных механизмов становления системы опережающего образования // Междисциплинарность в современном социально-гуманитарном знании-2018. материалы Третьей международной научной конференции. Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2018. С. 428-435.

5. Серебрякова, И. В. Проблемы цифровизации сферы физической культуры и спорта / И. В. Серебрякова // Педагогический менеджмент в здоровьесберегающем образовании: Тематический сборник научных трудов. – Челябинск: Уральский государственный университет физической культуры, 2024. – С. 127-137.

6. Хашева З.М. Информатизация экономического пространства региона: этапы, барьеры и перспективы // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 301-304.

7. Хашева З.М. Сущностно-содержательная характеристика информационной экономики // Экономика и предпринимательство. 2014. № 11-4 (52). С. 156-160.

**УДК: 796.071.4**

# О РОЛИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТА ВУЗА В ПЕРИОД ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ

Н.Г. Шубина[1], М.С. Шубин[1], Е.Ю. Клочкова[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Спортивная школа олимпийского резерва по легкой атлетике, г. Волгоград, Россия

**Аннотация.** В публикации отражены основные вопросы деятельности тренера-преподавателя спортивной школы, выполняющего обязанности руководителя практики от профильной организации в период тренерской практики обучающихся спортивного вуза.

**Ключевые слова:** тренерская практика, тренер-преподаватель, практикант, умения, навыки.

В настоящее время в рамках реализации учебного плана по направлению подготовки 49.01.04 Спорт, направленность (профиль) «Тренерско-преподавательская деятельность в сфере образования и спортивной тренировки» предусмотрено проведение двух разновидностей практики в учреждениях спортивной направленности: на 2 курсе Учебной практики: тренерской и на 4 курсе Производственной практики: тренерской. Согласно рабочей программе по данным видам практик на 2 курсе обучающийся выступает в роли практиканта и является помощником тренера, то на 4 курсе выполняет функции тренера или тренера-преподавателя.

Важность практической деятельности в становлении профессионального мастерства выпускников спортивного вуза нельзя недооценивать. В рамках лекционных и семинарских занятий обучающиеся чаще всего получают теоретические знания, а в период тренерской практики формируют практические умения и навыки работы со спортсменами [1].

В учебном заведении организатором тренерской практики является руководитель практики профиля, в обязанности которого входит подготовка необходимой рабочей и отчетной документации обучающегося, контроль своевременного заключения договоров с профильной организацией, проверка и оценка отчетной документации по итогам практики. Также в рамках вуза назначается руководитель практики от университета, как правило представитель «выпускающей» кафедры, который осуществляет контроль обучающихся в период прохождения тренерской практики, оказывает помощь в составлении планирующей документации.

Однако, в период прохождения обучающимися тренерской практики, большая роль отводится тренеру-преподавателю спортивной школы, который является руководителем практики от профильной организации. Именно с

данным сотрудником спортивной школы обучающийся-практикант будет работать в течение всего периода практики. Как правило, руководителями практики от профильной организации назначаются специалисты высокого класса, имеющие значительный опыт тренерско-преподавательской деятельности.

В чем же конкретно заключается деятельность тренера-преподавателя спортивной школы в процессе руководства обучающимся вуза в период тренерской практики?

В первую очередь тренер-преподаватель «заочно» знакомит практиканта с группой спортсменов, с которой обучающийся будет проводить учебно-тренировочные занятия, характеризуя каждого воспитанника: его отношение к занятиям, дисциплину, уровень физической подготовленности, особенности взаимоотношений в коллективе, отражает лидерские качества, способности преодолевать большие нагрузки и др., что поможет практиканту при первом контакте с группой воспитанников построить взаимоотношения с ними. Практикант должен запомнить имена спортсменов, каждому человеку нравится, когда его называют по имени. Важно обратить внимание практиканта на стиль общения с воспитанниками спортивной школы: он не должен быть «доминирующим авторитарным руководителем» в задачи которого входит только выдать тренировочные задания и контролировать их [2]. Сегодня спортсмен активно проявляет свою причастность к тренировочному процессу и задает много вопросов. Главное, чтобы практикант не принял слова «почему» и «зачем» как вызов его знаниям со стороны спортсмена, а реально сформировал для себя вариант работы, который можно назвать не «авторитарным», а «сообща». Тренер-преподаватель спортивной школы, работающий с практикантом, должен научить его выслушать спортсмена, проявить доверие к его мнению, и создать представление о том, что решение принято совместно (если оно кардинально не противоречит принципам спортивной тренировки), при участии и тренера и спортсмена, что явно повысит авторитет практиканта. Общение – это не просто умение говорить и слушать. Очень важна в общении тренера вербальная форма общения: каков его внешний вид; наличие спортивной формы; выражение лица; интонации голоса; правильная речь; поза, которую он принимает в момент общения со спортсменами или тренерами.

Тренер-преподаватель за короткий период практики должен передать обучающемуся основные навыки, которые тот, в свою очередь, должен развивать. Первичным из навыков, который должен постичь практикант, как начинающий тренер, – это построение и развитие взаимоотношений со спортсменами. Что для этого нужно? В процессе общения спортсменами учитывается все: и уверенность практиканта в себе, и его уверенность в своих знаниях, манера общения с тренерами спортивной школы, даже то, как практикант стоит перед группой воспитанников. Очень важен зрительный

контакт, при первом знакомстве нужно улыбаться, чтобы завоевать расположение спортсменов к себе.

Очень важно не выделять в группе занимающихся отдельных спортсменов, если они успешны в выполнении того или иного упражнения, либо не могут правильно его выполнить. Без определенной критики в адрес спортсмена не обойтись в тренировочном процессе, и делать это нужно, но критика должна быть направлена на «выполнение упражнения спортсменом, а не на его личность» [3].

Тренер-преподаватель спортивной школы при знакомстве с практикантом должен оценить его умения демонстрировать различные упражнения, и в случае недостаточной подготовленности в исполнении отдельных технических действий, определить способ обеспечения их демонстрации. Конечно, если практикант сам показывает упражнение, это повышает его авторитет среди спортсменов, но можно порекомендовать использование различных видеоматериалов. Технику выполнения упражнений в исполнении квалифицированных спортсменов можно показать обучающимся, используя видеозапись на планшете, в замедленном темпе, сопровождая словесными комментариями, акцентируя внимание на конкретные движения или позы. Конечно, данный способ демонстрации имеет свои недостатки: двухмерность изображения, изображение только относительно ракурса камеры. Но в любом случае, это лучше, чем некачественное реальное исполнение.

Тренер-преподаватель должен научить практиканта наблюдать за действиями спортсменов, причем наблюдать неоднократно и из разных ракурсов, и анализировать. Как правило, практикант в течение первых тренировочных занятий, не всегда имеет навыки наблюдения: испытывает трудности в делении движения на отдельные фазы; не может определить распределение сил спортсмена в отдельных движениях из-за слабых знаний биомеханики.

В процессе работы тренера-преподавателя очень важен процесс «обратной связи». Нужно научить практиканта понаблюдать за спортсменов при неоднократном выполнении им упражнения, научить выделять ошибки и задавать вопросы спортсменам. Практиканты зачастую начинают анализировать многие элементы упражнения, важно научиться определять один или два наиболее ключевых моментов и сконцентрироваться на их анализе. Главное в процессе обратной связи – позитивное отношение к спортсмену. Это не значит, что спортсмена нужно постоянно хвалить, используя такие слова, как «хорошо», «отлично», «нормально», даже, если выполнение упражнения не совсем эффективно и технически верно. Если спортсмен совершил ошибки в исполнении упражнения, можно похвалить его за старание. В то же время нужно обратить внимание на исправление определенных действий в следующем повторе. В этом случае позитив будет сочетаться с критикой более эффективно.

Нужно научить практиканта «поощрять развитие внутренней реакции спортсменов». Для этого следует применять в процессе учебно-тренировочных занятий, например, такие вопросы, как «что ты почувствовал в момент отрыва стоп от стартовых колодок», «скажи, видел ли ты что-нибудь во время преодоления барьера» и т.п. Тренер-преподаватель должен научить практиканта правильно формулировать и задавать вопросы и реже использовать «закрытые» вопросы, когда спортсмен отвечает на них однозначно «да» или «нет», так как знает на них ответ. Более предпочтительны так называемые «открытые вопросы». В ответе на них спортсмен сможет выразить свое мнение, также они позволяют задуматься над ответом. Очень важно определить с каких слов начинать тот или иной вопрос. Вопрос, начинающийся со слова «что», заставляет занимающихся задуматься, а вопрос, начинающийся со слова «почему», может вызвать защитную реакцию спортсмена. Поэтому желательно слово «почему» заменить на слова «как», «где», «скажи мне». Выражаться нужно простым языком, и не говорить слишком много, иначе ученики не смогут выделить в речи тренера-преподавателя главное [4].

У начинающего тренера в силу недостаточного практического опыта и знаний, возникают трудности в отличии главного от второстепенного. Практиканту нужно предложить обсудить спорный вопрос, обратиться к научной и научно-методической литературе.

Для рационального составления практикантом планов учебно-тренировочных занятий, руководителю практики от профильной организации необходимо ознакомить его с планированием учебно-тренировочного процесса в спортивной школе и конкретно с собственными планами: годичным планом, планами подготовки на различные периоды годичного цикла. И в дальнейшем в течение всего периода практики направлять действия практиканта в нужные рамки. Научить сопоставлять тренировочную нагрузку с уровнем подготовленности спортсменов, контролировать подбор упражнений, их влияние на развитие тех или иных физических качеств.

Производственная практика: тренерская практика, в соответствии с учебным планом проводится в период сентября-октября месяцев. Это позволяет практиканту принять активное участие в процессе отбора детей для занятий в группах начальной подготовки. Очень важно научить практиканта правильно вести себя при посещении уроков физической культуры в образовательных учреждениях в рамках проведения отбора детей для занятий спортом, проявлять уважение к педагогическому составу учреждения.

Роль тренера-преподавателя, являющегося руководителем тренерской практики обучающихся вузов сложна и многогранна, требует ответственного отношения к профессиональной подготовке будущих специалистов, высокого уровня компетентности в вопросах спортивной тренировки. Главное не подавить инициативу практиканта, во многом ограничиваться

предложениями в организации его деятельности, разрешать самому принимать решения, это означает, что практикант будет брать на себя ответственность за свои действия и готовность осознавать их последствия. Желание обучающегося-практиканта в дальнейшем продолжать свою деятельность в роли тренера-преподавателя во многом будет зависеть от того, насколько профессионально поведет себя руководитель практики от профильной организации, как сумеет повысить его мотивацию к работе со спортсменами.

**Список литературы**

1. Мартынова, В. А. Разработка модуля «Дисциплины профессионального цикла базовой подготовки» основной профессиональной образовательной программы / В. А. Мартынова, Р. Ф. Ахтариева, Н. Г. Мокшина // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1-1. – С. 915. – EDN VIEPZL.

2. Томпсон, П. Введение в теорию тренировки: официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике [Электронный ресурс] / П. Томпсон. – М.: Человек, 2013. – 191 с. – Режим доступа: http: //biblioclub.ru/index. php?page=book&id= 298255.

3. Федоров, В.В. Интеграция профессиональных компетенций спортивного тренера в высшем образовании / В.В. Федоров, Л.В. Блинов // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 7. – С. 14.

4. Хантер, Д. Построение правильной тренерской философии / Д. Хантер // Легкоатлетический вестник ИААФ. – 2010. – № 1. С. 23–26.

**УДК:796.071.4**

# ПРОФЕССИОГРАММА ТРЕНЕРА ПО ФИДЖИТАЛ СПОРТУ КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Л.А. Якимова[1,2], Н.В. Тютюнникова[1]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный медицинский университет, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Современные цифровые технологии повсеместно внедряются в разные территории нашей жизнедеятельности, одной из которых в последние годы становится область спорта; и данная работа посвящена изучению профессиональным компетенциям тренера по фиджитал спорту, работающему на стыке двух отраслей – виртуальной и реальной; предпринята классификация умений и навыков в соответствии со структурой педагога по физической культуре и спорту.

**Ключевые слова:** фиджитал спорт, тренер по виду спорта, профессиограмма, компетенции, умения, навыки.

Введение. Набирающие популярность в современном мире цифровые технологии обусловили развитие всех областей, в том числе и спортивной. В контексте появления и стремительного развития такого вида спорта как «фиджитал», сочетающего в себе игровое виртуальное пространство с рядом специальных физических упражнений, необходимо обращать внимание и на подготовку специалистов, готовых работать с подрастающим поколением, выводить их на максимальную точку спортивного успеха. А для решения подобных задач самому педагогу необходимо освоить должный уровень профессионально значимых знаний, умений и навыков, иметь личностный потенциал. Однако, изучив образовательные траектории направления подготовки 49.03.01 Физическая культура «Физическая культура» выявляется, что ряд компетенций изложен согласно «эталонной модели» спортивного педагога, больше ориентированной для работы со спортсменами базовых видов спорта [1, 2, 4]. Тренеру же по фиджитал спорту необходимо адаптировать свою деятельность в синергии интерактивных действий с реальными техническими характеристиками той или иной спортивной дисциплиной. В связи с чем, целью данной работы стало изучить квалификационные характеристики профессиограммы труда именно тренера по фиджитал спорту.

Методы и организация исследования. Анализ научно-методической литературы, документальных источников, опрос, наблюдение за тренировочным процессом кибер спортсменов и тренеров позволил

смоделировать профессионально обусловленные требования к личности педагога по фиджитал спорту [5].

Результаты исследования и их обсуждение. Характеризуя основные понятия профессиограммы педагога ученые отмечают, что в модели его деятельности должны отмечаться качества личности, знания, умения и навыки, обеспечивающие функционал профессионального труда [1, 2, 3, 6]. На основе этих данных и изучения первостепенных обязанностей тренера в соответствии со спецификой фиджитал спорта нами были изложены следующие функции:

- информационная (передача знаний по теории и методике спортивной тренировки базовых и экстремальных видов спорта (футбол, баскетбол, гонки, скетбординг и другие), соответственно интсрукции по правилам киберспортивных игр (FIFA, NBA 2K, симуляторы гонок));

- развивающая (развивает у занимающихся физические качества в реальных видах спорта, формирует логическое мышление, тактику и стратегию в виртуальном пространстве игр);

- мобилизационная (активизирует к сознательному выполнению не только виртуальных, но и реальных физических упражнений);

- конструктивная (проектирует учебно-тренировочные занятия согласно нормативным требованиям того или иного вида спорта, внедряя при этом в тренировочный процесс компьютерные игры);

- коммуникативная (создает положительные коммуникативные взаимоотношения с родителями детей и воспитанниками);

Познавая труды специалистов по спортивной педагогике и наблюдая за работой практиков данной спортивной области, мы отметили, что из основных профессионально значимых умений он должен освоить:

- умение разрабатывать комбинированные тренировки;

- умение мотивировать, управлять стрессом и создавать комфортную атмосферу в команде;

- умение проводить аналитику, то есть изучать игровые данные, анализировать тактики соперников, использовать специализированное программное обеспечение для отслеживания прогресса спортсменов;

- умение разбираться в современных цифровых технологиях (работать с VR/AR оборудованием, игровыми платформами, симуляторами);

Для изучения состава личностных качеств мы опросили специалистов и инструкторов по фиджитал спорту в количестве 136 человек. И они отметили, что помимо профессиональных компетенций для тренера по фиджитал спорту важны:

- адаптивность к методикам будущего в спортивной тренировке (16,9 %);

- гибкость мышления, проявляющаяся к построению занятий и проведению соревнований согласно оперативной обстановке в фиджитал пространстве (16,2 %);

- креативность при сочетании средств и методов реального и виртуального мира (15,4 %);

- инициативность в мотивации и вдохновении своих спортсменов (15,4 %);

- стрессоустойчивость и способность работать под давлением (22,2 %);

- лидерские качества (13,9 %).

Заключение. Проведенный аналитический обзор квалификационных характеристик дает понимание об основных значимых показателях профессиограммы тренера по фиджитал спорту. Полученный материл рекомендован для проектов учебных планов и стандартов профессионального образования.

**Список литературы**

1. Дерка, А. А. Акмеология в вопросах и вопросах / А. А. Деркач, Е.В. Селезнева, Москва: МПСИ. – 2007. – 248 с.

2. Леднев, В. А. Цифровые виды спорта: ожидания, реальность и перспективы / В. А. Леднев, М. О. Чарыева, Е. Н. Скаржинская. – М.: Синергия, 2024. – 152 с.

3. Официальный сайт Всероссийской федерации фиджитал спорта : [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https:// https://phygitalsport.ru/ (13.04.2024).

4. Частоедова, А. Ю. Аналитический обзор отношения к современным направлениям в развитии киберспорта среди молодежи / А. Ю. Частоедова, М.В. Махинова // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма сборник материалов XXVII Всероссийской научно-практической конференции. - Ростов н/Д: РИНХ, 2024. – С. 278–281.

5. Якимова, Л. А. История и методология научных исследований в области спорта: учебное пособие / Л. А. Якимова, Ю. А. Прокопчук. – Краснодар : Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – 76 с.

6. Якимова, Л. А. Применение цифровых устройств в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом / Л. А. Якимова, М. Ю. Карпенко, А. А. Раздина, Т. С. Давудов // Проблемы управления качеством подготовки специалистов в медицинском вузе: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Махачкала, 23 мая 2024 года. – Махачкала: Издательство АЛЕФ, 2024. – С. 247–250.

# Р А З Д Е Л  2
# ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**УДК 796.035**

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ КАК ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЙ ФАКТОР ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

О.В. Акопьянц[1], А.Г. Негреева[1], А.В. Деговцева[2]
[1]Детский сад комбинированного вида № 103, г. Краснодар, Россия
[2]Детский сад комбинированного вида № 123, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В настоящее время перед дошкольными образовательными организациями стоит задача по сохранению и улучшению здоровья детей. Эффективным инструментом в решении этой задачи являются здоровьесберегающие технологии, которые, по нашему мнению, должны стать одним из основных направлений в работе всех дошкольных образовательных организаций.

**Ключевые слова:** здоровьесбережение, дети дошкольного возраста, здоровьесберегающие технологии.

В последние годы такие понятия, как «здоровьесбережение» и «здоровьесберегающие технологии», активно используются в сфере образования, воспитания и здравоохранения детей, включая детские сады. Значение раннего детства в формировании личности и воспитании здорового ребенка невозможно переоценить. Система дошкольного образования в нашей стране накопила богатый опыт в области физического воспитания, но ухудшение здоровья детей и современные социальные реалии диктуют необходимость внедрения новых подходов к формированию привычек здорового образа жизни [3, 5].

На сегодняшний день усилия сотрудников дошкольных образовательных организаций (ДОО) должны быть направлены на укрепление здоровья детей и развитие у них здоровых привычек. Поэтому задачи по укреплению здоровья занимают ведущие позиции в рамках модернизации отечественного образования. Эффективным инструментом на этом пути выступают здоровьесберегающие технологии [1].

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние физического, психического и социального благополучия. В современном подходе здоровье воспринимается как целостное состояние, включающее физическое,

эмоциональное, интеллектуальное, социальное и духовное благополучие. Такой подход к пониманию здоровья позволяет человеку вести активную и гармоничную жизнь, соблюдая принципы экологичности и естественности. Поэтому проблема здоровья требует системного социального подхода [4].

Исследования состояния здоровья дошкольников показывают, что за последние 10 лет количество полностью здоровых детей сократилось с 23 % до 15 %, а число детей с хроническими заболеваниями заметно увеличилось. Примерно 20–27 % детей часто и долго болеют, а почти 90 % имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата. У детей раннего возраста снижена физическая активность и ослаблен иммунитет, что связано с объективными факторами: недостатком времени для активных игр на свежем воздухе и акцентом родителей на интеллектуальное развитие [2].

Эти данные подчеркивают важность задач, стоящих перед педагогами дошкольных организаций, которые должны способствовать физическому и психическому здоровью детей. Понятие «здоровьесбережение» появилось в педагогике в 1990-х годах и представляет собой систему мероприятий, включающих физкультурные, образовательные и профилактические подходы.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на решение важной задачи – сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса, включая детей, воспитателей и родителей. Эти технологии помогают детям развивать самостоятельные навыки по сохранению здоровья, а взрослым – формировать культуру здорового образа жизни.

В детских садах может быть внедрена программа «здоровьесберегающих технологий», включающая следующие задачи:

1. Поддержание и укрепление здоровья детей через физическую активность на свежем воздухе.

2. Формирование у детей интереса к основам здорового образа жизни.

3. Сотрудничество между семьей, педагогами и детьми в вопросах здоровья.

Здоровьесберегающие технологии в образовательной деятельности предполагают проведение занятий и бесед с детьми по темам режима дня, гигиены, двигательной активности и основ укрепления здоровья. Создание здоровьесберегающей среды – важный шаг для укрепления здоровья всех участников педагогического процесса в дошкольных учреждениях, и использование таких технологий должно стать приоритетом в их деятельности.

**Список литературы**

1. Влияние подвижных игр на интенсивность и объем двигательной активности детей 5–6 лет различного пола в зале и на улице / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова, С.Х. Абид, Н.В. Андрусенко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2021. – № 6. – С. 70–71.

2. Дворкина, Н. И. Проблемы сохранения здоровья детей дошкольного возраста / Н. И. Дворкина, М. А. Маринович // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы VIII Всероссийской научно–практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2018 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 75–76.

3. Манакова, Я. А. Организация физкультурных занятий с девочками 5–6 лет на основе средств фитнеса / Я. А. Манакова, М. А. Маринович // Право, история, педагогика и современность : Сборник статей V Международной научно–практической конференции, Пенза, 30–31 января 2024 года. – Пенза: Пензенский государственный университет, 2024. – С. 146–151.

4. Маринович, М.А. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей среды дошкольной образовательной организации / М.А. Маринович, О. С. Трофимова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 9(211). – С. 286–290.

5. Сударь, В.В. Влияние занятий ритмической гимнастикой на показатели физического развития и физической подготовленности детей 4–5 лет / В.В. Сударь, И.В. Голикова, Н.И. Романенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 374–377.

**УДК 796**

# ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ

Е.А. Алешин
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описаны подходы к понятию физической культуры, проанализированы цели и задачи физического воспитания. Внимание в статье уделено анализу потенциала физкультурно-оздоровительных технологий. Было отмечено, что понятие физкультурно-оздоровительных технологий нельзя сводить только к непосредственной реализации физической нагрузки.

**Ключевые слова:** физическая культура, физическая нагрузка, оздоровительные технологии, Изотон, иммунитет.

Понятие и структура физической культуры эволюционировали со временем, но за весь период этот феномен не потерял своей актуальности. Сегодня в научной литературе существует множество подходов к понятию физической культуры, отразим основные из них в таблице 1.

Таблица 1 – Подходы к понятию физической культуры личности

| Автор | Определение |
|---|---|
| Я.Г. Григорьян [1] | Физическая культура – часть культуры, которая представляет собой совокупность ценностей и норм, связанных с физической и двигательной активностью человека |
| С.С. Коровин [3] | Физическая культура – система дисциплины спортивной деятельности, которая направлена на всестороннее развитие, включая духовное и физическое воспитание личности |
| Гуманитарный справочник [4] | Физическая культура – часть общей культуры человека, отражающая уровень целенаправленного применения физических упражнений и спортивных элементов для укрепления здоровья и самочувствия личности, ее гармоничного развития |

Анализируя подходы, представленные в таблице 1, можно с уверенностью сказать, что физическая культура представляет собой важный элемент в формировании здоровой личности. Целями физического воспитания можно назвать:

– физическое и интеллектуальное развитие способностей человека;

– активизация и совершенствование двигательной активности;

– развитие основных физических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость и т.п.);

– формирование и поддержание здорового образа жизни на основе физической активности, соблюдения здоровых привычек, правильного питания и т.д.

В некоторых случаях физическая культура способствует социальной адаптации за счет приобщения индивида к физически активной группе.

Успешное достижение целей и задач физического воспитания невозможно без физкультурно-оздоровительных технологий. Под физкультурно-оздоровительными технологиями понимают совокупность взаимодействий и действий участников тренировочного процесса на основе различной двигательной активности, цель которых заключена в получении максимально возможного оздоровительного эффекта. Физкультурно-оздоровительные технологии реализуют важные потребности индивида, например: хорошее самочувствие, постоянно движение, бережное отношение к здоровью, регулирование физической активности и т.д. [2]

По своей сущности физкультурно-оздоровительные технологии являются средством разнообразия физкультурно-оздоровительной деятельности. Сюда входит не только физическая активность, но и соблюдение режима питания, нормализация условий учебы или трудовой деятельности, разминки, питьевой режим, прогулки на свежем воздухе, график проветривания помещений, график тренировок (график физической нагрузки), прием витаминов и т.д.

Одной из самых известных систем оздоровительной физической культуры является Изотон. Ее разработали российские ученые и адаптировали под образовательную программу. Потенциал этой системы заключен в улучшении самочувствия учащихся, в повышении их работоспособности, в формировании эстетичного внешнего вида (формы тела, рельеф, состав тела), в расширении социальной и трудовой деятельности учащихся.

Кроме того, физкультурно-оздоровительные технологии решают следующие задачи:

– нормализация органов пищеварения и других жизненно важных систем организма;

– повышение/укрепление иммунитета;

– улучшение психо-эмоциональной сферы личности;

– поддержание хорошего физического состояния, физической формы (при относительно небольшом количестве затрат по времени).

Многочисленны исследования доказывают что регулярная физическая активность вместе с комплексом оздоровительных и поддерживающих средств способствует снижению заболеваемости организма за счет укрепления иммунной системы организма. А.А. Трофимова и Е.О. Литвинова провели исследование состояния противоинфекционного иммунитета у спортсменов обычных людей и пришли к выводу, что полное отсутствие

физической нагрузки губительно отражается на здоровье и иммунитете организма [5, с. 134].

Если человек ведет здоровый образ жизни, есть сбалансированную пищу (получает необходимое количество белков, жиров и углеводов), устраняет вредные привычки, то у него улучшается кровообращение головного мозга, повышается эффективность вегетативной нервной системы, не развивается гипотрофия мышц, не теряется вес (или не набирается быстрыми темпами), не уменьшается размер легких, не возникают нарушения механизмов терморегуляции и т.д. Спортсмены легче переносят грипп и ОРВИ, по сравнению с обычными людьми (у обычных людей симптомы проявляются дольше, есть последствия заболеваний).

Изотон включает в себя комбинированную систему тренировок (стретчинг, аэробная, дыхательная, непосредственно физическая нагрузка). На занятиях с оздоровительными элементами обязательно добавляют элементы психологической коррекции, физиотерапию, расслабляющие процедуры (массаж, сауна), закаливание, оздоровительные бьюти-процедуры (очищение организма, специальные массажи).

Чтобы повысить эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий, требуется организация рационального сбалансированного питания и постоянный контроль функционального состояния организма (сердцебиение, частота дыхания, вес, процент жировых отложений и т.д.).

К современным актуальным оздоровительным технологиям, обладающим высоким потенциалом в укреплении здоровья, можно отнести: музыкальная терапия, катарсис (эмоциональная разрядка), психологическое консультирование, социальная активность с элементами трудовой деятельности, регулярные тренировки с умеренной нагрузкой (с постепенным увеличением нагрузки).

В целом потенциал таких программ дополняется формированием общих мотивационных приоритетов в сфере физической активности, развитием основ самостоятельной оздоровительной деятельности и полноценной вовлеченностью в концепцию ЗОЖ.

Таким образом, физическая культура укрепляет здоровье человека, его иммунитет и способствует развитию физических и интеллектуальных способностей человека. Физкультурно-оздоровительные технологии необходимы для улучшения физической формы, для нормализации анатомо-физиологических показателей, для психического здоровья человека, что в целом способствует укреплению здоровья и поддержанию хорошего самочувствия, снижению частоты заболеваемости, формированию иммунитета к инфекционным заболеваниям.

**Список литературы**

1. Григорьян Я.Г., Богатырева К.В., Панова Е.Л., Старостина Ю.В. Понятие «физическая культура»: эволюция представлений // ТиПФК. 2021. № 11. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-fizicheskaya-kultura-evolyutsiya-predstavleniy

2. Зайцева А.Р., Плетцер С.В., Серженко Е.В. Новые инновационные технологии в физическом воспитании // Наука-2020. 2022. №3 (57). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/novye-innovatsionnye-tehnologii-v-fizicheskom-vospitanii

3. Коровин С.С. Структура и содержание профессиональной физической культуры личности // СНВ. 2016. №1 (14). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/struktura-i-soderzhanie-professionalnoy-fizicheskoy-kultury-lichnosti

4. Современный гуманитарный словарь-справочник : Философия, психология, социология, культурология / П. С. Гуревич. – Москва : АСТ : Олимп, 1999. – 525 с.

5. Трофимова А.А., Литвинова Е.О. Оценка состояния противоинфекционного иммунитета у профессиональных спортсменов и обычных людей // Юный ученый. – 2023. – № 2 (65). – С. 133–139.

**УДК 796.31**

# СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОВ ПО ДАННЫМ ФЕДЕРАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Н.Ю. Анисимова[1], С.П. Аршинник[2], В.И. Тхорев[2]
[1]Спортивная школа «Академия гандбола», г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данное исследование было проведено с целью определения ранговой значимости и рациональной процентной доли основных компонентов процесса спортивной подготовки гандболистов. Полученные в процессе изысканий данные свидетельствуют о том, что количество видов подготовки в стандартах различных поколений изменяется. Приоритетными видами спортивной подготовки гандболистов в ФССП всех трех поколений являются: физическая и техническая; значимость остальных видов подготовки в стандартах разных поколений различна.

**Ключевые слова:** структура подготовки гандболистов, нормативный документ, ранговая значимость видов подготовки.

Эффективное управление спортивной подготовкой в любом из современных видов спорта в обязательном порядке предполагает наличие информации о структуре и значимости базовых компонентов данного процесса. Существующие с 2012 года по настоящее время федеральные стандарты спортивной подготовки (ФССП) являются нормативной базой таких сведений, в которой в соответствующем приложении указаны рекомендованные процентные диапазоны базовых составляющих данного процесса.

Целью настоящего исследования послужило стремление определить ранговую значимость и процентную долю основных компонентов процесса спортивной подготовки гандболистов, а также проследить их динамику в формате трех поколений ФССП.

Рассмотрению подверглось содержание приложения № 3 «Соотношение видов спортивной подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «гандбол» ФССП 2013 [1], 2021 [2] и 2022 [3] гг. (табл. 1).

Таблица 1 – Значимость видов спортивной подготовки в ФССП по виду спорта «гандбол» трех поколений

| № | Вид подготовки | Год издания ФССП | | | | | | $X_{ср.}$ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 2013 | | 2021 | | 2022 | | | |
| | | % | Ранг | % | Ранг | % | Ранг | % | Ранг |
| 1 | Физическая | 36,7 | 1 | 39,0 | 1 | 39,2 | 1 | 38,3 | 1 |
| 2 | Техническая | 17,7 | 2 | 26,0 | 2 | 22,7 | 2 | 22,1 | 2 |
| 3 | Тактическая | 5,8 | 6 | 14,5 | 3 | 6,3 | 4 | 8,9 | 3 |
| 4 | Теоретическая | 5,8 | 6 | 6,3 | 5 | 6,2 | 5,5 | 6,1 | 5 |
| 5 | Психологическая | 5,8 | 6 | 9,0 | 4 | 6,2 | 5,5 | 7,0 | 4 |
| 6 | Интегральная | 16,7 | 3 | - | - | - | - | 5,6 | 6 |
| 7 | Соревнования | 4,1 | 8 | - | - | 11,1 | 3 | 5,1 | 7 |
| 8 | Контрольные испытания | - | - | - | - | 1,8 | 9 | 0,6 | 10 |
| 9 | Инструкторская и судейская практика | 7,4 | 4 | - | - | 2,7 | 8 | 3,4 | 8 |
| 10 | Медицинские и восстановительные мероприятия | - | - | - | - | 3,5 | 7 | 1,2 | 9 |

Установлено:

1. Варьирование числа видов подготовки в стандартах различного поколения. Так, в стандарте первого поколения их количество соответствует восьми; второго – только пяти; а третьего – уже десяти.

2. Приоритетными видами спортивной подготовки гандболистов в ФССП всех трех поколений являются: физическая и техническая.

3. Значимость всех остальных видов спортивной подготовки в ФССП трех поколений различна.

4. В соответствии с усредненным процентом отводимого времени в ФССП трех поколений виды спортивной подготовки гандболистов по степени значимости следует распределить в последовательности: физическая, техническая, тактическая, психологическая, теоретическая, интегральная, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика, медицинские и восстановительные мероприятия, контрольные испытания.

Одновременно определено, что в целом общий объем времени, затрачиваемый на физическую подготовку гандболистов, должен составлять не менее 38,3 % тренировочного времени. Причем, двигательные задания, относящиеся к общей ее части должны незначительно превалировать над специальной в соотношении 0,53:0,47 (табл. 2).

Таблица 2 – Доля базовых разделов физической подготовки в ФССП по виду спорта гандбол разных поколений (%)

| Раздел физической подготовки | Год издания ФССП | | | $X_{ср.}$ |
|---|---|---|---|---|
| | 2013 | 2021 | 2022 | |
| Общая | 51,0 | 56,9 | 50,6 | 52,8 |
| Специальная | 49,0 | 43,1 | 49,4 | 47,2 |

Доля же двигательных заданий, относящихся к технической подготовке, должна составлять не менее 22,1 % совокупного тренировочного времени. Рекомендуемый объем тренировочных заданий тактической направленности составляет 8,9 %; психологической – 7,0 %; теоретической – 6,1 %; интегральной – 5,6 %. Доля соревнований, согласно материалам трех поколений ФССП должна составлять не менее 5,1 % общего времени спортивной подготовки.

Естественно, что рассмотренная значимость различных видов спортивной подготовки гандболистов и их усредненная доля в анализируемом процессе носят преимущественно информационно-рекомендательный характер, т.к. не учитывают конкретный этап такой подготовки. В тоже время, представленный материал, на наш взгляд, позволит тренеру в определенной степени оптимизировать реализуемое содержание спортивной подготовки в таком виде спорта, как гандбол.

**Список литературы**

1. Приказ Минспорта РФ № 679 от 30.08.2013 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «гандбол».

2. Приказ Минспорта РФ № 485 от 30.06.2021 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «гандбол».

3. Приказ Минспорта РФ № 902 от 2.11.2022 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «гандбол».

**УДК 376**

# ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ РЕБЕНКА (ПО ТЕОРИИ «ФИЗИОЛОГИЯ АКТИВНОСТИ» Н.А. БЕРНШТЕЙНА)

Г.А. Баранова[1], Э.В. Балашова[2], В.В. Иванова[2]
[1]Институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования Тульской области, г. Тула, Россия
[2]«Новомосковский центр», г. Новомосковск, Тульская область, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются уровни управления движениями A, B, C, D, E по теории «физиология активности» Н.А.Бернштейна, предлагаются методические рекомендации по развитию двигательной активности ребенка.

**Ключевые слова:** уровни мозга (управления) A, B, C, D, E, развитие двигательной активности ребенка.

В современных условиях в ходе реализации различных адаптированных программ образования, вне зависимости от нозологии необходимо понимать, что мозг любого ребенка отличается от мозга взрослого человека. Кора головного мозга имеет свои особенности развития, так, например: теменные доли, объединяющие слуховые, зрительные и тактильные сигналы достигают зрелости к 16 годам. Мозолистое тело, которое объединяет два полушария, достигает полной зрелости после 20 лет. Височные доли, обеспечивающие эмоциональную зрелость к 16 годам. Лобные (префронтальные) доли, отвечающие за самоконтроль, планирование, эмоциональную регуляцию, перестраиваются в период юности.

По другим данным, префронтальные зоны коры головного мозга у некоторых взрослых могут и вообще не созреть. А в случаях проблем в развитии, это созревание затягивается еще дольше и до этого в психическом отражении и в познании огромную роль играют подкорковые структуры. Структуры головного мозга, которые чаще всего считаются виновниками возникновения учебных затруднений: ствол головного мозга, мозжечок, базальные ганглии.

Нужно отметить, что нарушения в работе субкортикальных структур и их связей с корой являются самыми распространенными в возрасте 5–7 лет. В отечественной науке, в начале XX в. ученые физиологи разработали «вертикальный» взгляд на работу мозга. Николай Александрович Бернштейн создал направление «физиология активности». В основе его теории лежит представление о том, что в управлении любым видом активности человека участвуют одновременно несколько уровней мозга. Чем сложнее деятельность, тем большее количество уровней принимает участие в

управлении этой деятельностью. Мозг постоянно стремится к тому, чтобы перевести управление движениями в автоматический режим.

Н.А. Бернштейн, строя свою «вертикальную» модель работы мозга, выделял пять уровней управления: A, B, C, D, E [1]. Созревание разных структур мозга происходит не одновременно, а к определенному возрасту. Процесс начинается еще во внутриутробной жизни и продолжается практически до взрослого состояния. Особенно долго созревают уровни D и E, а так же есть индивидуальные различия.

Н.А. Бернштейн описывает сроки созревания разных структур мозга [1]. Уровень А («мозг рыбы») – становиться достаточно зрелым со второго полугодия жизни. После 6 месяцев ребенок учиться переворачиваться, сидеть, а затем ползать и ходить, то есть возникает поза – до этого он мог только лежать. Чтобы мозг дозревал и формировался уровень А, необходимо укачивать ребенка, тискать, пеленать. Уровень А является фоном для всех видов активности, а так же он помогает удерживать тело в определенном положении, сохранять равновесие, реагировать на звуки, получать удовольствие от крепких объятий.

Уровень В («мозг лягушки») – приобретает зрелость на втором году жизни. Важный этап этого уровня – овладение ходьбой. Автоматическими движениями управляет уровень В (работа базальных ганглиев) орган последовательности, так их назвал Нобелевский лауреат Г. Эдельман. Уровень В, «боец» невидимого фронта. Все движения, которые мы осуществляем без привлечения осознанного контроля регулируются уровнем В. Внешне слабость уровня В проявляется, как моторная неловкость, неуклюжесть. При участии нижних уровней А, В он обеспечивает то, что мы обычно называем координацией движений. Для тренировки уровня В возможно использование упражнений на сериацию, отработка различных ритмических структур, чистоговорок. А также бег, ходьба, письмо.

Уровень С («мозг птицы») – включает два подуровня. Подуровень С1 начинает созревать в возрасте от 3 до 7 лет, но еще долго остается функционально слабым. В этот период налаживаются связи между всеми имеющимися уровнями. Ребенок может быть совершенно неутомим в игре, но он быстро устает, если вынужден долго заниматься работой, требующей высокой точности движений.

Подуровень С2 развивается примерно в возрасте от 7–10 лет. В этот период движения детей становятся быстрыми и точными. Эти изменения отражаются на почерке ребенка. Сначала ребенок пишет буквы слишком крупные и нажим у него неровный, постепенно буквы начинают приближаться к «взрослому» размеру и ребенок учится регулировать нажим. По мнению Н.А. Бернштейна, именно в это период ребенку нужно осваивать виды деятельности, требующие точных движений [1], например, начинать учиться игре на музыкальных инструментах.

После 10–11 лет начинается определенная «ломка», связанная с половым созреванием, связь между уровнями может временно разладиться.

В этом возрасте необходимо обучать детей всем видам деятельности, которые связаны с работой руками. Для тренировки этого уровня, возможно, использовать упражнения в пространстве, взаимодействуя с изменяемым пространством, различными типами опор и покрытий, меняя помещение, положение в пространстве, вводя дополнительные элементы пространства и изменяющиеся факторы. Ходьба по ровной поверхности, под наклоном, траве, гравию, лестнице вверх и вниз, перешагивание препятствий, выбор направления, остановки, изменение скорости в зависимости от изменения окружения – все это осваивается на уровне С. Однако для многих новых двигательных задач может потребоваться тренировка и развитие уровней А и В. Детям с плохо работающим уровнем С необходимы занятия по сенсорной интеграции.

Уровень D («мозг обезьяны») – на третьем году жизни начинает созревать уровень предметных действий, так же ребенок начинает проявлять речевые навыки и попытки что – то изображать карандашом (зачатки письменной речи). Этот уровень продолжает созревать на протяжении всей жизни, он практически человеческий, есть лишь у попугаев и ворон и высших млекопитающих. Созревает к 7–8 годам. Дефицит уровня D не позволяет работать с информацией, которая представлена в виде последовательности – ряда. Ведущая рука определяется на этом уровне. Например нахождение буквы на компьютере или обводка буквы – это уровень С, а самостоятельное написание буквы – это уровень D.

Дефицит уровня D проявляется в затруднениях при составлении устного рассказа по серии картинок. Любая цепочка действий выполнения любой задачи, это уровень D. Но, поза, с которой начинается любое целенаправленное действие – это уровень А. При проблемах предметных действий, надо быть уверенным, что другие уровни функционируют нормально. То есть начинать нужно с тела. Мы можем вмешиваться и развивать уровень D, используя предметы различных форм, веса и текстур, взаимодействовать с тренажером, планировать задания, состоящие из серии движений, вместе приводящим к определенному планируемому результату. Огромное значение для данного уровня является планирование результата самим занимающимся.

Уровень Е («мозг человека») – вступает в силу, со второго десятилетия жизни человека. Но это при норме. Часто у детей задерживается не только созревание уровня Е, но и созревание других уровней, которые являются фундаментом для функционирования мозга. Многие взрослые люди вполне обходятся без этого уровня. Вмешательство на этом уровне объединяет физические и психологические аспекты движения. Дети могут показать учителю, маме или близким, что они что-то могут делать сами, донести до них какую-то информацию, эмоцию или идею, заставить зрителей переживать эмоции, наблюдая за танцем, пантомимой или эмоциями на лице актера. Смысл выполняемых движений, речь, социальное взаимодействие не только являются одной из целей развития, но и обычно являются

мощнейшим мотивирующим стимулом. Сложности в развитии данного уровня заключаются именно в мотивации.

Образование новых внутренних связей в головном мозге – это долгая работа. Она всегда приводит к успеху, потому что является поддержкой естественных механизмов развития и функционирования мозга. Теория Н.А. Бернштейна помогает понять, как двигательная активность влияет на развитие ребенка, и это возможно учитывать при разработке программного материала во взаимодействии различных специалистов образовательных учреждений, реализующих адаптированные программы образования с учетом нозологии обучающихся.

**Список литературы**

1. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность / под ред. О.Г. Газенко. – М.: Наука, 1990. 494 с.

2. Газенко О.Г., Фейгенберг И.М. Николай Александрович Бернштейн // Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность. М., 1990. С. 463–479.

3. Лебединский В.В. О научном творчестве выдающегося советского ученого Н.А. Бернштейна // Вопросы философии. М, 1967. № 6. С. 144–149.

4. Ефимова В.Л. Без часов в голове. СПб: «Издательство «ДИЛЯ», 2022. 256 с.

5. Фаликман М.В., Печенкова Е.В. Принципы физиологии активности Н.А. Бернштейна в психологии восприятия и внимания: проблемы и перспективы // Культурно-историческая психология. М., 2016. Том 12. № 4. С. 48–66.

**УДК 373.2**

# ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.В. Бойко, Н.И. Дворкина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Внедрение подвижных игр во все формы физического воспитания дошкольной образовательной организации, в частности утреннюю зарядку, физкультурное занятие, зарядку после сна, развлечения и праздники приводит к существенному повышению прироста показателей двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** старший дошкольный возраст, двигательная активность, подвижные игры, шагометрия.

Формирование личности дошкольника обеспечивается такими институтами как семья, образовательными и медицинскими организациями, важнейшей задачей которых является сохранность и безопасность жизни детей.

Однако, влияние всевозможных отрицательных факторов внешней среды, в том числе и возникающий дефицит движений негативно отражаются на перманентном состоянии здоровья дошкольников.

Для устранения негативных влияний и повышения двигательной активности Н.И. Дворкина предлагает, включать подвижные игры во все формы образовательного процесса дошкольников имеющих высокий воспитательный потенциал [1, 4]. Игры способствуют развитию физических, интеллектуальных и нравственных качеств, необходимых для дальнейшей адаптации во взрослой жизни человека [2]. Оказывают положительное воздействие на функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также на опорно-двигательный аппарат детей дошкольного возраста [3].

Цель работы – выявить влияние подвижных игр используемых в процессе физического воспитания дошкольной образовательной организации на уровень двигательной активности детей 5-6 лет.

В течение шести месяцев на базе МБДОУ № 103 г. Краснодара проводился педагогический эксперимент с детьми старшей группы (5–6 лет), которые были разделены на девочек (n=16) и мальчиков (n=14) в отдельности. Планирование подвижных игр классифицированных по видам движений и направленных на гармоничное развитие физических качеств проводилось во всех известных формах физического воспитания: утренней зарядке, физкультурных занятиях, на прогулке, праздниках и развлечениях. Первые три месяца педагогического эксперимента подвижные игры

составляли не менее 20 %, в следующие три добавлялись еще 10 % от общего времени занятий физическим воспитанием.

Двигательная активность каждого ребенка измерялась с помощью «шагомера», который крепился на его запястье. Подсчитывалось количество выполненых шагов в организаванной двигательной активности с использованием подвижных игр. Было проведено два среза вышеуказанных показателей, отдельно для девочек и мальчиков. Первый срез (исходный) выполнялся в сентябре 2023 года, второй срез данных (итоговый) проводился в марте 2024 года.

Рассмотрим полученные результаты исследования. На диаграмме 1 представлены показатели прироста объема двигательной активности мальчиков и девочек 5–6 лет. Из диаграммы видно, что количество движений выполняемых в различных формах физического воспитания без системного включения подвижных игр у мальчиков в начале эксперимента было равно 670 шагов, через шесть месяцев показатель возрос до 1600 шагов, при включении подвижных игр во все режимные моменты.

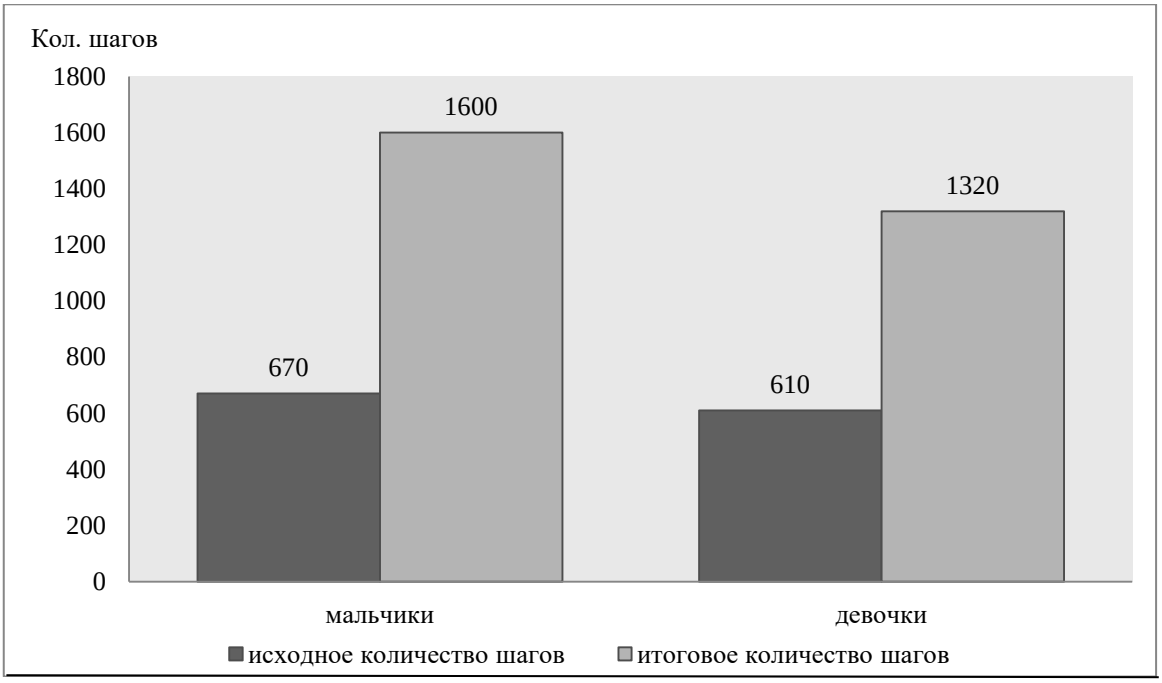



Диаграмма 1 – Показатели прироста двигательной активности мальчиков и девочек в возрасте 5–6 лет

Анализ двигательной активнсоти у девочек показал соответственно следующие результаты, исходный уровень 610 шагов, в конце педагогического эксперимента количество шагов значительно увеличилось до 1320 шагов. При сревнении исходных данных объема двигательной активности мальчиков и девочек, видно, что мальчики лидируют, на целых 60 шагов по сравнению с девочками, такая же тенденция наблюдается и при сравнении итоговых исследований, результат у девочек на 280 выполненых шагов меньше по сравнению с мальчиками.

В заключении можно отметить, что от количества подвижных игр применяемых в процессе всех форм физического воспитания в ДОО, в значительной степени зависит и объем двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.

**Список литературы**

1. Дворкина, Н. И. Система формирования базовой личностной физической культуры ребенка на этапах дошкольного онтогенеза : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Дворкина Наталья Ивановна. – Майкоп, 2015. – 22 с.

2. Дворкина, Н. И. Развитие физических качеств и психических процессов у детей дошкольного возраста на основе подвижных игр / Н. И. Дворкина // Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровления различных категорий населения : Сборник материалов 5-й Всероссийской научной конференции / Под ред. С.И. Логинова. – Сургут : Сургутский государственный университет, 2006. – С. 68–70.

3. Маринович, М. А. Оптимизация двигательного режима старших дошкольников средствами физкультурно-оздоровительных занятий игровой направленности / М. А. Маринович, В. В. Гадицкая, Н. А. Кузнецова // ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРИЗВАНИЕ : Сборник статей III Международного профессионально-методического конкурса. В 6 частях, Петрозаводск, 28 февраля 2021 года. Часть 6. – Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука», 2021. – С. 227–231.

4. Фролкова, В. Ю. Мотивация старших дошкольников к занятиям физической культурой / В. Ю. Фролкова, Н. И. Романенко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 10 февраля – 23 2017 года / Редколегия: Г.Д. Алексанянц и [и др.]. Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2017. – С. 129–131.

**УДК 378.147**

# СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ КАК ФУНДАМЕНТАЛЬНОЕ СВОЙСТВО ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Т.В. Бушма, Е.Г. Зуйкова
Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого,
г. Санкт-Петербург, Россия

**Аннотация.** Данная работа посвящена комплексному исследованию факторов, влияющих на вовлечение студентов в физкультурно-оздоровительную деятельность и разработке эффективных педагогических подходов к повышению их мотивации к занятиям. Авторы не только определяют педагогические условия, стимулирующие интерес к физическим упражнениям, но и анализируют сложную картину отношения студенческой молодежи к физической культуре и спорту. В работе доказывается необходимость комплексного подхода в продвижении двигательной активности среди студентов.

**Ключевые слова:** мотивация к занятиям, оздоровительная аэробика, студенты, физические упражнения.

Здоровье молодого поколения – это барометр, отражающий общественное благополучие и будущие перспективы развития страны. Физическая активность играет в этом вопросе ключевую роль, формируя фундамент крепкого здоровья человека и устойчивости к различным заболеваниям. Систематические занятия физическими упражнениями и спортом – это инвестиция в будущее, позволяющая значительно улучшить качество жизни. Регулярные занятия укрепляют иммунитет, повышают выносливость, способствуют гармоничному развитию всех систем организма и создают резервы для противостояния стрессам и различным неблагоприятным факторам внешней среды [3, 4].

Физическая активность способствует улучшению памяти, концентрации внимания, скорости реакции и способствует более эффективному обучению. Несмотря на очевидные преимущества, проблема низкой физической активности среди молодежи является крайне актуальной. Многие молодые люди, осознавая важность физической культуры и спорта, не могут или не хотят регулярно заниматься физическими упражнениями. Эта проблема требует комплексного подхода к решению. Традиционные методы физического воспитания в школе и вузе часто оказываются малоэффективными. Жесткие стандарты, навязанные программы тренировок и отсутствие индивидуального подхода приводят к снижению мотивации и интереса к занятиям [1, 6].

Цель исследования заключается в формировании у студентов мотивационно-потребностного отношения к занятиям физической культурой и спортом.

Для достижения поставленной цели был использован комплекс методов, среди которых анализ научной литературы по вопросам мотивации к физической активности, анкетирование студентов и статистический анализ данных, включая построение диаграмм и выявление взаимосвязей между различными факторами.

Согласно анализу педагогической литературы стимулирование устойчивого интереса и потребности у студентов в регулярных занятиях физической культурой возможно за счет создания следующих педагогических условий:

- Структурирование учебного процесса, применение различных методов и форм обучения, особенности спортивной деятельности.
- Уровень сложности учебной программы, соответствие ее личностным особенностям и интересам студента.
- Разработка индивидуальных программ тренировок с учетом физических возможностей и уровня подготовленности студентов, с возможностью оценивания своих способностей.
- Создание атмосферы доверия и взаимопонимания между участниками образовательного процесса.
- Личность преподавателя, его заинтересованность в успехе студентов.
- Развитие познавательного интереса и потенциала творчества студентов.
- Развитие самостоятельности студентов с формированием внутренней мотивации и ответственности за собственное здоровье.
- Правильное планирование самостоятельных занятий и самоконтроль физических нагрузок.
- Поощрение коллективных занятий спортом, которые способствуют развитию коммуникативных способностей, формированию чувства команды и взаимопомощи.
- Создание информационной образовательной среды, с использованием новейших компьютерных технологий.
- Использование современных гаджетов и приложений, отслеживающих физическую активность и позволяющих анализировать результаты тренировочного процесса [1, 2, 6].

Анонимность анкетирования обеспечила честность и объективность ответов. Анкета содержала как вопросы с вариантами ответов, так и позволяющие свободно выразить свое мнение и описать личные обстоятельства.

Участвовали в исследовании 289 студентов, занимающихся оздоровительной аэробикой, что позволило создать относительно однородную выборку.

Опрос показал неоднозначное отношение студентов к занятиям физической культурой. Если в свободное от учебы в школе время в различных спортивных секциях занимались 64,7 % респондентов, то в настоящее время по-прежнему продолжают активные тренировки лишь 33,9 % студентов, причем 12,8 % из них делают это нерегулярно. Такая низкая степень вовлеченности требует глубокого анализа причин и разработки эффективных стратегий для повышения мотивации.

Анкета включала раздел, который был направлен на выявление препятствий для систематических тренировок. Ответы были отсортированы по степени важности (по 10-балльной системе), что дало возможность выделить ключевые факторы, влияющие на снижение мотивации (рис. 1).




Рисунок 1 – Факторы, снижающие мотивацию студентов к занятиям физической культурой и спортом во внеучебное время

Среди наиболее часто упоминаемых причин были: нехватка времени, напряженное расписание, финансовые ограничения. Учебная нагрузка в вузе, подработка, социальная жизнь занимают значительную часть времени студентов, оставляя мало возможностей для занятий спортом. Стоимость абонементов в фитнес-клубы, бассейны и другие спортивные секции может быть высокой, что ограничивает доступ к занятиям для многих студентов с ограниченным бюджетом.

Недостаток оборудованных спортивных площадок, отсутствие комфортных условий для занятий также может снижать мотивацию. Решение этой проблемы требует развития инфраструктуры на территории университетов и общежитий.

Важно понимать, что мотивация – это многокомпонентная система, включающая в себя внешние стимулы и внутренние стимулы (поощрение, соревнование, удовольствие от процесса, достижения, улучшение самочувствия). Важно развивать у студентов положительное отношение к

регулярным занятиям физическими упражнениями, искать новые, более интересные для молодежи формы физической активности и интегрировать их в учебный процесс [6].

Возможность осознанного выбора вида двигательной активности с учетом индивидуальных потребностей позволяет установить положительные взаимоотношения между субъектами образовательного процесса и сформировать устойчивую мотивацию к занятиям физической культурой [5]. В этом, согласно опросу, уверены 93,1 % респондентов. Кроме того, студенты понимают важность учебных занятий, 75,8 % участников опроса отмечают необходимость дисциплины «Элективная физическая культура и спорт» в вузе. Они активно участвуют в образовательном процессе и стремятся улучшить свои знания, навыки и умения в сфере физической культуры для использования их в дальнейшей жизнедеятельности. У большинства опрошенных в настоящий момент существует потребность в продолжении занятий физической культурой после окончания университета (рис. 2).

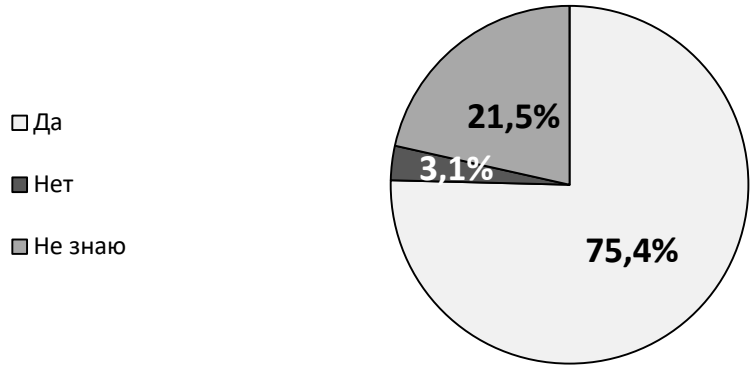



Рисунок 2 – Сформированная потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями у студентов после окончания вуза

Формирование у студентов стремления к регулярным физическим нагрузкам является сложным и многоступенчатым процессом, который требует комплексного подхода [2]. Это включает в себя совершенствование системы физического воспитания в образовательных учреждениях, популяризацию здорового образа жизни и поддержку самостоятельности студентов в выборе видов физической активности. Успешное решение этой проблемы будет способствовать укреплению здоровья молодого поколения и повышению качества жизни в целом.

Однако, исследование также показало необходимость дальнейшей разработки эффективных методик, учитывающих индивидуальные особенности студентов и изучения влияния социальных сетей и цифровых технологий на формирование мотивации к физической активности у молодежи.

**Список литературы**

1. Данилов А.В., Юламанова Г.М. Организация процесса физического воспитания с учетом личных предпочтений студентов // Педагогический журнал Башкортостана. - Уфа: Изд-во: БГПУ им. М. Акмуллы, 2018. – С. 46–49.

2. Зуйкова, Е. Г. Потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями как системное качество личности студента / Е.Г. Зуйкова, Т.В. Бушма // Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: Сборник материалов II Международной научно-практической интернет-конференции, Санкт-Петербург, 5 апреля 2021 года / Сост. С.А. Медведева. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет технологий управления и экономики, 2021. – С. 311–320.

3. Ковшура, Е.О. Использование нетрадиционных видов физической культуры для подготовки студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО / Е.О. Ковшура, Т.Е. Ковшура, З.Н. Власова // Культура физическая и здоровье. – 2019. – № 1 (69). – С. 46–49.

4. Некоторые аспекты формирования здорового образа жизни на основе физкультурной грамотности студенток-медиков / В. П. Иващенко, Т. В. Бушма, Л. И. Халилова [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4(182). – С. 185–189.

5. Федорова, М. Д. Формирование устойчивой мотивации у студентов к занятиям физической культурой / М. Д. Федорова, Е. Г. Зуйкова, Т. В. Бушма // Неделя науки СПбПУ : Материалы научной конференции с международным участием. Лучшие доклады, Санкт-Петербург, 14–19 ноября 2016 года. – Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2016. – С. 447–450.

6. Щадилова, И.С. Разнообразие форм повышения интереса к занятиям физической культурой в вузе / И.С. Щадилова // Подготовка олимпийского резерва: спортивно-педагогические, медико-биологические и управленческие аспекты : сборник материалов I Международной научно-практической конференции, Волгоград, 14 июня 2023 года. Часть 1. – Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2023. – С. 250–253.

**УДК 796.034**

# КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА

А.Н. Волков, С.В. Кузнецов
Нижегородская академия МВД России, г. Нижний Новгород, Россия

**Аннотация.** В современном быстром темпе жизни занятия физической культурой и спортом становятся все более важными для поддержания здоровья и общего благополучия. В статье мы рассмотрим актуальность занятий физической культурой и спортом, выделим основные проблемы этой деятельности и рассмотрим ее значение для современного общества.

**Ключевые слова:** физическая культура и спорт, массовый спорт, здоровый образ жизни, спортивная инфраструктура, мотивация.

Не требует доказательства, что развитие в современных условиях массового спорта имеет огромную значимость для развития общества. В первую очередь это связано с тем, что он способствует поддержанию здоровья населения, снижению уровня заболеваемости и увеличению продолжительности здоровой жизни. Участие в массовых спортивных мероприятиях также укрепляет социальные связи, формирует дружеские отношения и солидарность в обществе. Кроме того, массовый спорт способствует воспитанию молодого поколения, формирует дисциплину, целеустремленность. Важным аспектом выступает также и экономический эффект, так как развитие массового спорта способствует созданию новых рабочих мест, развитию туризма, спортивной индустрии и других смежных отраслей экономики. Другими словами, развитие массового спорта играет ключевую роль в формировании здорового, активного и гармоничного общества, способствуя социальному, экономическому и культурному прогрессу.

Сначала необходимо раскрыть понятие «массовый спорт». Анализ доступной информации позволил нам дать такое определение: массовый спорт – это вид спортивной деятельности, ориентированный на широкие массы населения и направленный на физическое развитие, укрепление здоровья, социализацию и активный образ жизни [1, 2, 3, 4, 5]. При этом его основная цель заключается в том, чтобы сделать спорт доступным и привлекательным для всех категорий населения, независимо от возраста, пола, уровня подготовленности или физических способностей. В своей сути массовый спорт включает в себя большое многообразие видов физической активности: от регулярных занятий фитнесом и групповыми упражнениями до участия в спортивных соревнованиях и мероприятиях.

В чем же заключается актуальность развития массового в нашей стране в настоящее время. Во-первых, массовый спорт способствует формированию

здорового образа жизни, что снижает риск развития различных заболеваний, повышает уровень общего здоровья и сопротивляемость вирусам, позволяет поддерживать высокую работоспособность [4, 5]. Во-вторых, участие в массовых спортивных мероприятиях способствует укреплению социальных связей, содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми разных возрастов, профессий и культур. В-третьих, развитие массового спорта способствует предотвращению негативных явлений в обществе, таких как алкоголизм, наркомания, агрессивное поведение и др., предлагая здоровые и позитивные альтернативы. В-четвертых, спортивная индустрия приносит значительные экономические выгоды, способствуя развитию туризма, сферы услуг, медиа и других отраслей. И в-пятых, участие в массовых спортивных соревнованиях способствует формированию патриотических чувств, укрепляет международные отношения, не дает развиваться расовой ненависти, укрепляет дружбу между различными народами.

Однако на пути развития массового спорта встречается ряд проблем, влияющих на его эффективность и распространение в массах. Одной из основных проблем является недостаток финансирования и инвестиций в массовый спорт, что ограничивает доступность спортивных мероприятий и развитие спортивной инфраструктуры, а также приводит к ограничению возможностей для занятий спортом широких масс населения.

Другой проблемой является, на наш взгляд, недостаток мотивации у населения для занятий физической культурой и спортом. Современный образ жизни, с насыщенным графиком работы и стрессом, часто мешает людям уделять время занятиям физическими упражнениями. Недостаток мотивации и интереса обязательно приводит к снижению активности населения и конечно общего уровня здоровья [1]. Это является следствием другой проблемы – недостаточного развития спортивной культуры, культуры здоровья и осведомленности в обществе о важности занятий физическими упражнениями. Недостаточное просвещение населения препятствует их широкому распространению и снижает популярность.

Несомненно, развитие массового спорта требует комплексного подхода со стороны государства, общественных организаций и частных инвесторов для решения финансовых, мотивационных и культурных проблем.

Из всего сказанного выше можно сформулировать концептуальные подходы к решению этих проблем:

1. Улучшение финансовой поддержки по средству увеличения финансирования спортивных программ, создания и обновления спортивной инфраструктуры, предоставления грантов и стипендий для спортсменов и спортивных организаций.

2. Развитие спортивной инфраструктуры через строительство и модернизацию спортивных объектов, массовое создание универсальных и малобюджетных спортивных комплексов, тренажерных залов и открытых площадок.

3. Внедрение мотивационных программ для населения, в которых включены проведение спортивных мероприятий, конкурсов, программ поощрения и стимулирования активности населения.

4. Внедрение дополнительных образовательных программ физкультурной и спортивной напрвленности в общеобразовательную систему и систему высшего образования.

5. Расширение и укрепление партнерства и сотрудничества между государственными органами, спортивными организациями, образовательными учреждениями, бизнес-сектором и общественными организациями.

Подведя итог, можно утверждать, что развитие массового спорта имеет огромное значение для общества, влияя на здоровье нации, социальную интеграцию, воспитание молодежи, экономический рост и международный престиж страны. Преодоление проблем и реализация перспектив развития массового спорта требует системного подхода, финансовой поддержки, мотивации населения и партнерства между различными секторами общества. Развитие массового спорта не только способствует улучшению физического и психического здоровья людей, но и способствует созданию здорового, активного и гармоничного общества в целом.

**Список литературы**

1. Бадардинов, И.К., Рыкова, Н.Ф. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом /Наука через призму времени. – 2017. № 3(3). С. 166–168.

2. Гречишников, А.Л. Понятие «массовый спорт» как объект рассмотрения социологии управления // Современные проблемы науки и образования. – 2014. № 6. С. 1583.

3. Доци, Т. Спорт для всех // Наука о спорте. Энциклопедия систем жизнеобеспечения / под ред. А.Д. Жукова. – М., 2011. С. 422–442.

4. Зюкин, Д.А., Матушанская, Е.Е. Массовый спорт как неотъемлемый элемент реализации концепции здорового образа жизни населения //Региональный вестник. – 2018. № 6 (15). С. 11–13.

5. Сахарова, А.А. Физическая культура и спорт как важнейшие социальные факторы, способствующие оздоровлению населения // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. № 6-4. С. 139–141.

**УДК 796.011**

# СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕХОЧКОВОГО БРОСКА У ОБУЧАЮЩИХСЯ 16–17 ЛЕТ В СЕКЦИИ ПО БАСКЕТБОЛУ

Е.А. Егорова, Е.И. Павлова
Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого,
Великий Новгород, Россия

**Аннотация.** Работа посвящена технической подготовке трехочкового броска у обучающихся 16-17 лет в секции по баскетболу. Рассмотрено применение и влияние разработанных комплексов упражнений для совершенствования трехочкового броска у данной категории спортсменов.

**Ключевые слова:** баскетбол, техника, трехочковый бросок, обучающиеся, комплексы упражнений.

В настоящее время баскетбол является одним из самых динамично развивающихся видов спорта. Существует постоянный поиск новых способов улучшения зрелищности игры, баланса между нападением и защитой

Особое значение здесь имеют дальние трехочковые броски, которые повышают напряженность соревновательной борьбы и активность защиты противников, являются определяющим элементом эффективности игрового процесса. Возможность набрать 3-4 очка за одну атаку стала целью для поиска новых технических приемов и совершенствования существующих.

Это привело к тому, что при отборе спортсменов в команды, тренеры обращают внимание не только на умение выполнять базовые технические приемы, но и на способность с максимальной эффективностью совершать трехочковые броски.

Гомельския А.Я [6], Белов С.А. [2] и другие методисты обращают внимание на необходимость более пристального внимания к данной подготовке баскетболистов. Авторы указывают, что одним из факторов снижения результативности бросков в ходе соревнований является противодействие противника. Так, точность бросков, выполняемых с ближних дистанций без противодействия, в играх мужских и женских команд составляет 81,1%, а при активном противодействии точность снижается на 29%. В связи с этим рекомендуется совершенствовать точность бросков в условиях игровой обстановки с обязательным противодействием защитника, с введением психологических соревновательных моментов, регистрацией процента попадания и др.

Цель нашего исследования - совершенствовать трехочковый бросок в секции по баскетболу у обучающихся 16-17 лет.

Для реализации цели нами были разработаны и экспериментально обоснованы комплексы упражнений. При разработке этих комплексов мы

использовали упражнения в усложненных условиях и моделировали игровые ситуации, а также, учитывали индивидуальные особенности броска при выборе траектории, угла броска и т.д.

Анализ научно-методической литературы привел нас к выводу, что для успешной и результативной игры баскетболисту необходимо овладеть в полной мере не только различными техническими, тактическими приемами, но и точно атаковать кольцо с дальней дистанции, так как он является самым результативным броском. От этого и вырастают требования к точности трехочковых бросков.

На точность выполнения броска в свою очередь влияют следующие факторы:

- непосредственно техника выполнения броска;
- траектория полета мяча;
- угол вылета;
- начальная скорость броска.

Также необходимо уделяться внимание вращению мяча при броске. Стабильность трехочкового броска во время игры также имеет ценность в совершенствовании дальней атаки.

Проанализировав особенности использования различных комплексов упражнений для совершенствования трехочкового броска, мы пришли к выводу о необходимом применении многократных повторений бросков, различных упражнений с взаимодействием игроков, комбинационных упражнений, упражнений на стабильность техники и броска, упражнений с элементом соревнований и совершенствование физических качеств в тренировочном процессе.

Базами для нашего эксперимента были ГОАОУ «СОСШ «Спарта» и МАОУ «СОСШ № 31» г. Великий Новгород.

В состав экспериментальной группы вошли обучающиеся 16-17 лет секции по баскетболу ГОАОУ СОСШ «Спарта» в количестве 12 человек, которые занимались по экспериментальным комплексам. В состав контрольной – МАОУ «СОСШ № 31» также в количестве 12 человек, которые продолжали заниматься по программе дополнительного образования ГОАОУ «СОСШ «Спарта».

Педагогический эксперимент проходил с октября 2022 года по май 2023 года.

На начальном этапе эксперимента были проведены контрольные испытания, которые включали в себя три тестовых упражнения:

а) Тест №1 «Пять точек на 6-метровой линии»
б) Тест №2 «Три точки на 6-тиметровой линии с набеганием»
в) Тест №3 «Трехочковые броски за 5 минут,

и показательный дружеский матч среди групп, результаты которых дали понять, что уровень попаданий трехочковых бросков в обеих группах приблизительно равен.

Основной задачей второго этапа исследования являлось повышение результативности трехочковых бросков за счет комплексов, направленных на совершенствование технической составляющей специальной подготовки спортсменов.

Главным содержанием второго этапа были упражнения на совершенствование техники с пассивным и активным сопротивлением защитников. Различные упражнения, приближенные к игровым условиям и также с активным взаимодействием с соперниками. Также были использованы прыжковые упражнения.

Разработанные нами комплексы выполнялись как в движении и на месте:

1. Комбинационные упражнения, приближенные к игровым ситуациям;
2. С использованием различных ориентиров, например «квадрат» в зоне броска;
3. Различные бросковые соревнования между игроками;
4. Активное взаимодействие игроков между собой.

Совершенствование технических приемов осуществлялось в следующих направлениях: совершенствование техники броска в статике, стабилизация броска во время игровой ситуации с активной и пассивной защитой соперника, развитие скоростно-силовых способностей, в частности прыгучести баскетболистов. Использовались упражнения с небольшими отягощениями, и упражнения с преодолением собственного веса. Активно использовались упражнения с серийными бросками с дальней дистанции, различные комбинационные упражнения.

По окончании эксперимента мы провели заключительные контрольные тесты и показательный дружеский матч между контрольной и экспериментальной группами. Это позволило нам увидеть и оценить в полной мере эффективность разработанных и внедренных комплексов в учебно-тренировочный процесс обучающихся.

Для оценки эффективности педагогического воздействия мы

использовали t-критерий Вилкоксона для связанной выборки «до» и «после».

Результаты тестирования на начальном этапе исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты тестирования до эксперимента

| | 5 точек на 6-метровой линии (кол-во очков) | | 3 точки на 6-метровой линии с набеганием (кол-во очков) | | Трехочковые броски за 5 минут (кол-во очков) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| 1. | 30 | 18 | 18 | 21 | 21 | 18 |
| 2. | 24 | 15 | 18 | 24 | 30 | 21 |
| 3. | 30 | 21 | 21 | 15 | 9 | 21 |
| 4. | 27 | 27 | 24 | 14 | 21 | 12 |

*Продолжение табл. 1*

| | 5 точек на 6-метровой линии (кол-во очков) | | 3 точки на 6-метровой линии с набеганием (кол-во очков) | | Трехочковые броски за 5 минут (кол-во очков) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| 5. | 15 | 24 | 21 | 21 | 15 | 18 |
| 6. | 24 | 24 | 15 | 18 | 15 | 18 |
| 7. | 18 | 30 | 18 | 18 | 36 | 24 |
| 8. | 21 | 27 | 24 | 21 | 15 | 30 |
| 9. | 30 | 15 | 24 | 21 | 24 | 27 |
| 10. | 27 | 27 | 15 | 15 | 21 | 30 |
| 11. | 15 | 21 | 18 | 24 | 36 | 21 |
| 12. | 24 | 33 | 21 | 18 | 27 | 27 |
| $X_{ср}$ | **23,75** | **23,5** | **19,75** | **19,17** | **22,75** | **22,25** |

Расчеты дали нам следующие результаты: экспериментальная группа (тест № 1 – 23,75; тест № 2 – 19,75; тест № 3 – 22,75), контрольная группа (тест № 1 – 23,5; тест № 2 – 19,17; тест № 3 – 22,25).

Наглядно можно увидеть результаты на представленном ниже рис.1:

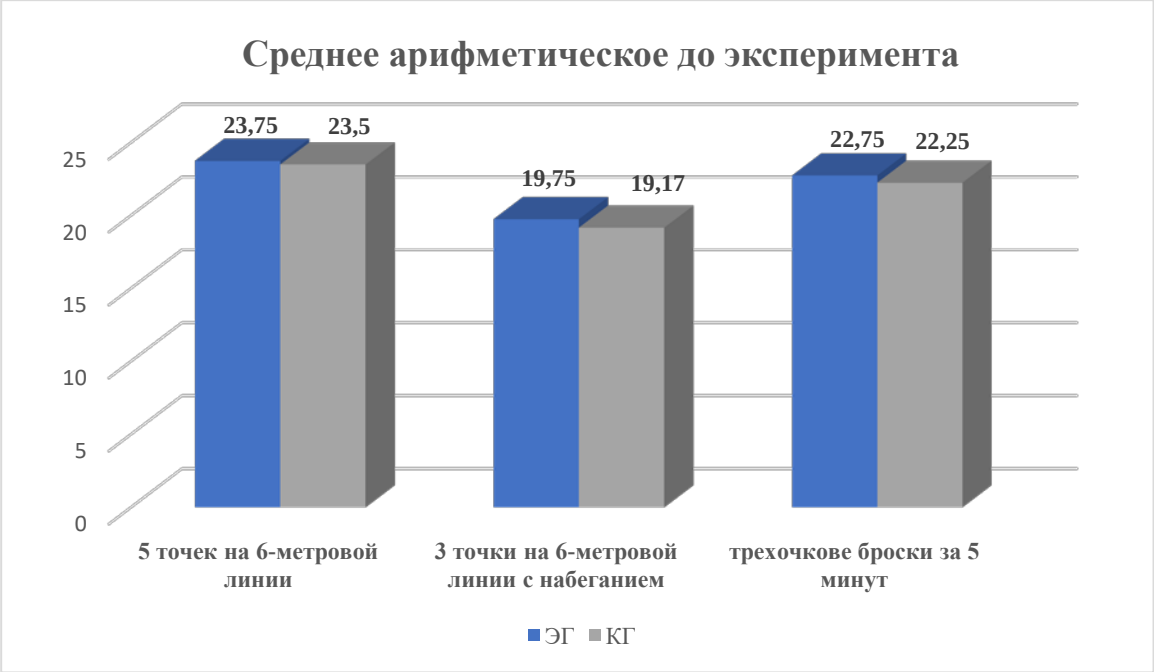



Рисунок 1 – Результаты тестирования до эксперимента

Ниже, в таблице 2, представлен пример протокола с показательного матча между экспериментальной и контрольной группами. Оценка осуществлялась экспертами визуально и по 3-балльной шкале, где «1» – неудовлетворительно, «2» – удовлетворительно, «3» – хорошо.

Таблица 2 – Протокол экспертного оценивания техники броска в экспериментальной группе до эксперимента

| | Положение кисти | Положение рук | Положение ног |
|---|---|---|---|
| Испытуемый 1 | 2 | 2 | 1 |
| Испытуемый 2 | 3 | 2 | 3 |
| Испытуемый 3 | 2 | 1 | 3 |
| Испытуемый 4 | 3 | 2 | 1 |
| Испытуемый 5 | 1 | 1 | 1 |
| Испытуемый 6 | 2 | 3 | 1 |
| Испытуемый 7 | 2 | 1 | 1 |
| Испытуемый 8 | 1 | 2 | 1 |
| Испытуемый 9 | 1 | 2 | 1 |
| Испытуемый 10 | 2 | 1 | 2 |
| Испытуемый 11 | 2 | 2 | 1 |
| Испытуемый 12 | 1 | 1 | 1 |

После проведения эксперимента, мы провели контрольные тесты. Данные представлены ниже в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты тестирования после эксперимента

| | 5 точек на 6-метровой линии (кол-во очков) | | 2 точки на 6-метровой линии с набеганием (кол-во очков) | | Трехочковые броски за 5 минут (кол-во очков) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| 1. | 30 | 18 | 21 | 18 | 21 | 15 |
| 2. | 33 | 21 | 18 | 27 | 27 | 24 |
| 3. | 27 | 27 | 24 | 18 | 15 | 27 |
| 4. | 30 | 15 | 21 | 15 | 24 | 18 |
| 5. | 24 | 24 | 30 | 18 | 18 | 15 |
| 6. | 33 | 18 | 15 | 24 | 18 | 21 |
| 7. | 27 | 30 | 18 | 15 | 42 | 21 |
| 8. | 21 | 33 | 21 | 21 | 15 | 27 |
| 9. | 21 | 24 | 18 | 15 | 27 | 30 |
| 10. | 30 | 24 | 15 | 21 | 21 | 30 |
| 11. | 24 | 33 | 21 | 18 | 33 | 18 |
| 12. | 21 | 18 | 24 | 18 | 27 | 21 |
| $X_{ср}$ | **26,75** | **23,75** | **20,50** | **19** | **24** | **22,25** |

В таблице 3 представлены итоговые результаты всех трех тестовых упражнений. Здесь мы можем увидеть, что все три контрольных теста имеют прирост по среднему значению.

Также наглядные результаты можно увидеть на рис. 2.

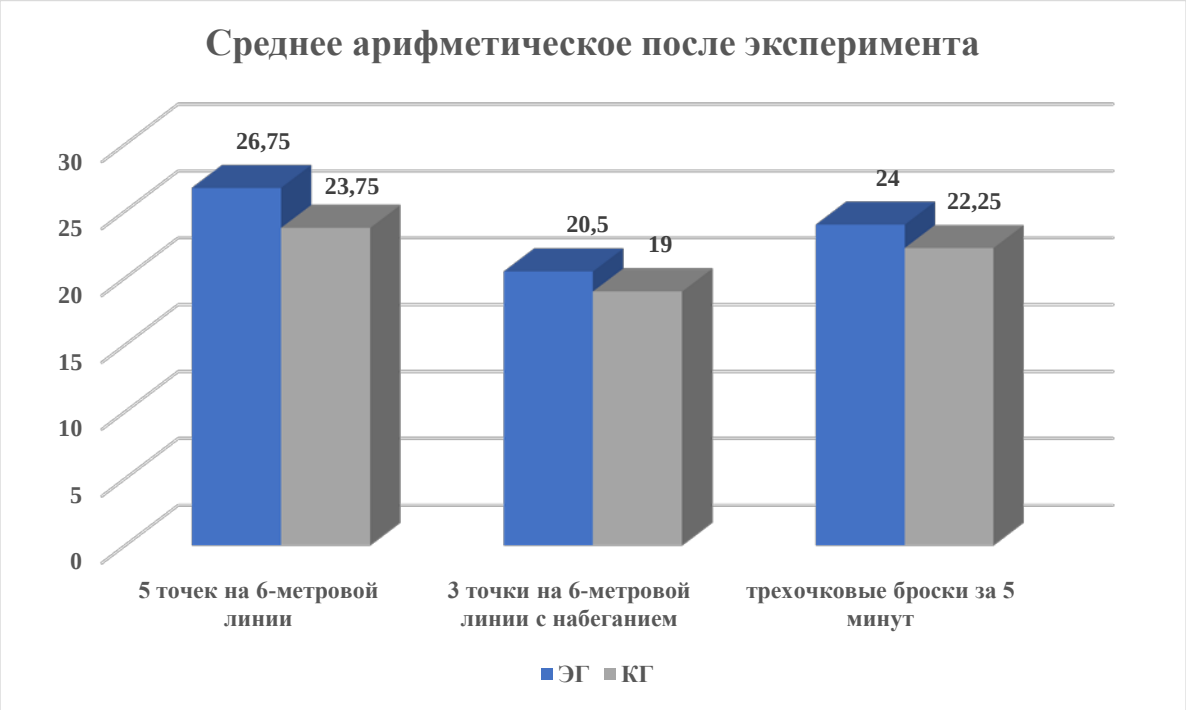



Рисунок 2 – Результаты тестирования после эксперимента

Протокол показательного матча, где представлены результаты после проведения эксперимента.

Таблица 4 – Протокол экспертного оценивания техники трехочкового броска в экспериментальной группе после эксперимента

| | Положение кисти | Положение рук | Положение ног |
|---|---|---|---|
| Испытуемый 1 | 2 | 2 | 3 |
| Испытуемый 2 | 2 | 3 | 3 |
| Испытуемый 3 | 3 | 3 | 2 |
| Испытуемый 4 | 2 | 2 | 3 |
| Испытуемый 5 | 3 | 2 | 2 |
| Испытуемый 6 | 3 | 2 | 2 |
| Испытуемый 7 | 3 | 3 | 3 |
| Испытуемый 8 | 1 | 3 | 2 |
| Испытуемый 9 | 2 | 3 | 3 |
| Испытуемый 10 | 3 | 1 | 3 |
| Испытуемый 11 | 2 | 3 | 3 |
| Испытуемый 12 | 2 | 3 | 2 |

Для вычисления достоверности экспертного оценивания техники выполнения трехочкового броска испытуемых во время показательного матча мы использовали Т-критерий Вилкоксона для зависимых выборок. Результаты представлены в таблицах 5, 6, 7, 8.

Таблица 5 – Результаты математического анализа по критерию «Положение кисти»

| «Положение кисти» | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | № испытуемых | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| «До» | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| «После» | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 |
| D | 0 | –1 | 1 | –1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 |
| \|D\| | – | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | – | 1 | 1 | – | 1 |
| Ранжирование \|D\| | – | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 9 | 4,5 | 4,5 | – | 4,5 | 4,5 | – | 4,5 |
| Ранги | – | – 4,5 | +4,5 | – 4,5 | +9 | +4,5 | +4,5 | – | +4,5 | +4,5 | – | +4, 5 |
| Сумма (+) | 4,5 + 9 + 4,5 + 4,5 + 4,5 + 4,5 + 4,5 = 36 | | | | | | | | | | | |
| Сумма (-) | 4,5 + 4,5 = 9 | | | | | | | | | | | |
| ИТОГ | 36 + 9 = 45; $T_{расч} = 9$; $T_{табл} = 7$<br>9>7 | | | | | | | | | | | |

Таблица 6 – Результаты математического анализа по критерию «Положение рук»

| «Положение рук» | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | № испытуемых | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| «До» | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| «После» | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 |
| D | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | –1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 2 |
| \|D\| | – | 1 | 2 | – | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | – | 1 | 2 |
| Ранжирование \|D\| | – | 3,5 | 8 | – | 3,5 | 3,5 | 8 | 3,5 | 3,5 | – | 3,5 | 8 |
| Ранги | – | +3,5 | +8 | – | +3,5 | –3,5 | +8 | +3,5 | +3,5 | – | +3,5 | +8 |
| Сумма (+) | 3,5+8+3,5+8+3,5+3,5+3,5+8=41,5 | | | | | | | | | | | |
| Сумма (-) | 3,5 | | | | | | | | | | | |
| ИТОГ | 41,5+3,5=45; $T_{расч} = 3,5$; $T_{табл} = 7$<br>3,5<7 | | | | | | | | | | | |

Таблица 7 – Результаты математического анализа по критерию «Положение ног»

| «Положение ног» | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | № испытуемых | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| «До» | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| «После» | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 |
| D | 2 | 0 | –1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| \|D\| | 2 | – | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |

*Продолжение табл. 7*

| Ранжирование | 7,5 | – | 3 | 7,5 | 3 | 3 | 7,5 | 3 | 7,5 | 3 | 7,5 | 3 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Ранги | +7,5 | – | –3 | +7,5 | +3 | +3 | +7,5 | +3 | +7,5 | +3 | +7,5 | +3 |
| Сумма (+) | 7,5+7,5+3+3+7,5+3+7,5+3+7,5+3=52,5 | | | | | | | | | | | |
| Сумма (–) | 3 | | | | | | | | | | | |
| ИТОГ | 52,5+3=55,5; $T_{расч} = 3$; $T_{табл} = 12$<br>3<12 | | | | | | | | | | | |

Таблица 8 – Итоговая таблица по трем критериям

| Критерий | Результаты |
|---|---|
| «Положение кисти» | 9 > 7 |
| «Положение рук» | 3,5 < 7 |
| «Положение ног» | 3 < 12 |

Опираясь на результаты, представленные в итоговой таблице, можно сказать, что по двум критериям из трех мы имеем достоверность результатов.

Рассматривая вычисления t-критерия Вилкоксона можно сказать, что разработанные нами комплексы оказали положительное влияние на технику игроков.

Таким образом, полученные нами результаты доказывают достоверность нашей работы, а именно, разработанные и апробированные нами комплексы оказали положительное влияние на совершенствование трехочкового броска у обучающихся 16–17 лет в секции по баскетболу.

**Список литературы**

1. Баскетбол: [Учеб. для ин-тов физ. культуры / Львов Ю. И., Портнов Ю. М., Преображенский И. Н. и др.]; Под общ. ред. Ю. М. Портнова. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 287, [1] с. : ил.; 20 см

2. Белов Ю., С. А. Баскетбол. Броски по кольцу / С. А. Белов // Физическая культура в школе. – 1990. – № 6(7). – С. 17–18.

3. Гомельский, А. Я. Фундамент мастерства / А. Я. Гомельский, В. Г. Луничкин // Спортивные игры. – 1984. – № 6. – С. 4–5.

4. Гомельский А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского. – М.: Гранд-Фаир, 2002. – 205 с.

5. Гомельский А.Я. Три очка в конце встречи / А. Я. Гомельский // Спортивные игры. – 1986. – № 8. – С. 12.

6. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. 1000 баскетбольных упражнений – М., А Генетю «ФАИР»/ 1997. – С. 38.

7. Голомазов С.В. Теоретические основы и методика совершенствования целевой точности двигательных действий: дис. … д-ра пед. наук / С. В. Голомазов. – М., 1996.– 316 с.

**УДК 159.922**

# ПРОБЛЕМА СОПРОВОЖДЕНИЯ И ПОДДЕРЖКИ ЗДОРОВЬЯ ОДАРЕННОГО РЕБЕНКА

Н.В. Иванова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье актуализируется проблематика сопровождения и поддержки здоровья одаренного ребенка. В результате проведения аналитического обобщения и рассуждения, было выявлено, что систематизация и обобщение основных критериальных показателей здоровья у одаренных детей, является первостепенным, так как именно от данных критериев, зависит результативность всей выстроенной учителем образовательной, личностно-ориентированной и индивидуализированной траектории.

**Ключевые слова:** сопровождение, поддержка одаренных детей, здоровье одаренных детей, валеологический компонент формирования личности, здоровьесберегающий потенциал.

Новое, философско-реалистичное понимание современной действительности, сложившейся из-за субъективно-объективных факторов геополитической ситуации, а также изменений сознания современного человека, в связи с научным прогрессом и вхождением в обывательскую жизнь нейросетей, предопределило коренные изменения во всех сферах жизни российского гражданина. Изменения коснулись всех сфер жизнедеятельности, и, в первую очередь системообразующей сферы: образования [5, с. 92–95]. На всех этапах развития ребенка происходит внедрение инновационных компонентов, способствующих формированию у ребенка способностей к организованной и плодотворной профессиональной жизни и будущего [3, с. 144–147].

Погружаясь в мир современного образования, все участники установления образовательных отношений сталкиваются с новыми подходами в построении, моделировании и проектировании образовательных маршрутов, которые реализуются посредствам использования традиционных и инновационных средств, методов, технологий, создающих условия для векторного, личностного роста каждого ребенка. Идейная составляющая этих преобразований заложена в индивидуализации образовательных подходов [6, с. 90–91].

Анализируя современные образовательные тенденции, представленные в документах, следует отметить их планомерность и результативность в связи с гибким и вариативным построением образовательной траектории, учитывающих индивидуальные особенности и способности, мотивы и потребности каждого участника образовательного процесса.

Е.В. Булычева с соавт. отмечают, что изменения, носящие фундаментальный характер в подходах к образовательной парадигме призваны сформировать у детей не только устойчивые предметные знания, умения и навыки, но и акцентировать внимание на развитие нового типа мышления, основанного на креативности, социальной ответственности молодых граждан [1].

Использование образовательной индивидуальности, основанной на применении новых, разнообразных методических приемов, позволяющих создать условия для реализации жизненного, творческого потенциала ребенка, в конечном счете, приведут к его личностному, значимому росту.

А.А. Закиров, С.С. Берман отмечают, что основная целевая установка данных преобразований, заложена в формировании способности ребенка противостоять и адаптироваться к быстро меняющимся условиям социальной жизни, а также к вырабатыванию способности аккумулировать полученные ЗУН в профессиональные компетентности, позволяющие формировать уверенность в завтрашнем дне, не только личности, но и общества в целом, что приведет к стабилизации жизни в современном государстве [2].

Каждый ребенок уникален, самобытен, неповторим и индивидуален [6, с. 90–91]. В современном образовательном учреждении педагог выступает не только в качестве репродуктолога знаний. Его главная составляющая заключается в сопровождении и поддержки ребенка в образовательной среде, в мире, где полученные знания применяются в практической, трудовой деятельности.

Проблема организации эффективной работы с одаренными детьми в образовательных учреждениях ставится, в научном сообществе, неоднократно. Педагоги и их подопечные, имеющие одаренные способности в той или иной отрасли наук, понимают, важность актуализации вопросов о необходимости построения особых образовательных отношений, в ходе которых, реализуются целевые установки всех участников образовательного процесса. При этом, успешность данной работы зависит от способности педагогов использовать образовательные механизмы с учетом поддержки, уважения и тьютерского сопровождения.

Построение гибкой образовательной среды для одаренного ребенка позволит координировать индивидуальные темпы развития, обучения и воспитания, посредствам внедрения индивидуально-направленных образовательных маршрутов, в основу которых заложены программы формирования универсальных, предметных и метапредметных учебных действий.

Проведенный анализ, позволяет констатировать, что «…формирование системы поддержки одаренных детей должно стать приоритетом для образовательной политики, направленной на создание условий, способствующих их всестороннему развитию и социальной адаптации» [2].

Одаренность, как способность ребенка, не является показателем успеха или успешности в избранном виде деятельности [4]. Зачастую, одаренные люди и дети в частности, имеют отклонения в здоровье, что, по мнению В.В.

Левченко, И.В. Макрушиной в будущем, может приводить к проявлению и стабилизации рисков девиантного поведения [3, с. 144–147].

Следует отметить, что «…показатели здоровья у детей, являются важным компонентом и показателем качества, предоставляемых образовательных услуг, наряду с уровнем сформированности критериев социокультурных, межличностных» и др. [3, с. 144–147].

Проведенный анализ научно-методической литературы по проблеме, позволил актуализировать дальнейшее исследование, а также заключить, что систематизация и обобщение основных критериальных показателей здоровья у одаренных детей, является первостепенным, так как именно от данных критериев, в первую очередь зависит результативность всей выстроенной учителем образовательной, личностно-ориентированной и индивидуализированной траектории.

**Список литературы**


1. Булычева Е. В., Жданова О. М., Сетко И. А. Качество жизни подростков как интегральная характеристика донозологического состояния здоровья // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2021. №5. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/kachestvo-zhizni-podrostkov-kak-integralnaya-harakteristika-donozologicheskogo-sostoyaniya-zdorovya (дата обращения: 11.04.2024).
2. Закиров А.А., Берман С.С. Формирование государственной политики в области работы с одаренными детьми и талантливой молодежью в условиях инновационного развития России // Вестник Казанского технологического университета. 2014. №16. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-gosudarstvennoy-politiki-v-oblasti-raboty-s-odarennymi-detmi-i-talantlivoy-molodezhyu-v-usloviyah-innovatsionnogo (дата обращения: 11.04.2024).
3. Левченко, В. В. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании / В.В. Левченко, И.В. Макрушина // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 144-147. – EDN QFBKWO.
4. Павлова С.А. Компенсированное обучение одаренных детей с ограниченными возможностями здоровья и развития // Вестник БГУ. 2016. №1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/kompensirovannoe-obuchenie-odarennyh-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-i-razvitiya (дата обращения: 11.04.2024).
5. Пономарева, И.Е. Системная работа классного руководителя по формированию у обучающихся культуры здоровья / И.Е. Пономарева, И.В. Макрушина // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 92–95. – EDN EWZLXN.
6. Содиков, С. Целевые установки эстетического воспитанияв процессе формирования личности ребенка / С. Содиков // Тезисы докладов LI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 30 2024 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2024. – С. 90–91. – EDN EMYFNG.

**УДК 159.973**

# ОБОГАЩЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ОДАРЕННОСТИ

Н.В. Иванова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются факторы качественного и количественного аспектов развития одаренности ребенка. Проведенный критический анализ синергетического взаимодействия всех участников образовательного процесса, позволил сформулировать заключение о целесообразности использовании двухэтапного подхода который представлен стратегиями ускорения и интенсификации. Также было определено, что сбалансированное взаимодействие позволяет повышать качество образовательного процесса в работе с одаренными детьми.

**Ключевые слова:** одаренный ребенок, факторы качественного и количественного аспектов развития, стратегия ускорения, стратегия интенсификации, обогащение содержания образования.

Основные положения Новой дидактики рассматривают проблему одаренных детей с позиций качественного и количественного анализа. При этом содержание образования выступает главенствующим аспектом развития и формирования одаренного обучающегося.

Изучая данную образовательную категорию О.И. Кочурова, О.А. Синюк [2] акцентируют внимание на ее многогранности и многоаспектности, связывая данную педагогическую категорию с ее внутренними характеристиками, которые представлены качественно-количественными положениями, выступающими основными аспектами формирования и развития личности одаренного ребенка.

Анализируя качественно-количественные положения посредствам установления аналитических связей Г.Л. Парфенова с соавт. [5] под качественными понимают «…объем образовательного материала, темп в котором осуществляется образовательная деятельность, а под количественными характеристиками понимают «…особенности, возникающие во время установления взаимодействия между количественными критериальными показателями» [5].

И.А. Мушкина с соавт. [4] отмечают, что «…изменения количественных характеристик в процессе образовательно-воспитательной деятельности осуществляется посредствам использования педагогическим составом двух путей, в результате которых реализуются основные задачи формирования детской одаренности».

В педагогическом сообществе, на сегодняшний момент, ярко обсуждаются вопросы, с целью определения наиболее эффективных «…инновационно-

модификационных стратегических вариантов» [7, с. 90–91] и путей формирования и развития личности одаренного ребенка, при этом акцентируется внимание на установлении наиболее оптимального алгоритма действий, позволяющего учитывать влияние количественных характеристик на «…уровень и интенсификацию формирования позиций одаренности» [6, с. 92–95].

Для решения поставленной задачи появилась необходимость пересмотра традиционных моделей развития одаренности с акцентом на установление новых связей взаимодействия [4].

Н.А. Алексеев как и другие сторонники данного концептуального подхода к формированию и развитию одаренности, полагают, что модификационные процессы в содержании образования, позволят ускорить синергетически взаимосвязанные механизмы традиционного образования и катализаторы сформированного потенциала одаренной личности в условиях специально-организованной образовательно-развивающей среды [1].

Иными словами успех модификационных изменений, которые вносятся в содержание образовательной деятельности, напрямую зависит от взаимообусловленной деятельности со стороны основных образовательных категорий: обучающихся (их внутреннего интеллектуально-творческого потенциала), специально-организованной образовательно-развивающей среды, ориентированного педагогического сообщества, родителей, администрации образовательного учреждения.

В результате синергетического взаимодействия всех участников образовательного процесса формируется устойчивый механизм построения успеха, рассматриваемого в контексте формирования и развития одаренного ребенка.

В.В. Левченко, И.В. Макрушина отмечают, что при реализации основного алгоритмического механизма модификационных изменений в содержательной части образовательной деятельности наиболее благоприятно использовать двухэтапный подход, который представлен стратегиями ускорения и интенсификации [3, с. 144–147].

Критический анализ, который, в силу решения поставленных задач, нами был проведен, выявил, что мнение ученых по вопросу эффективности и результативности представленных стратегий ведения образовательной деятельности неоднозначен и не един.

Так, сторонники внедрения в традиционный процесс стратегии ускорения, считают, что основа успеха реализации данной стратегии в образовательное пространство ООО, заложена в увеличении объема за счет увеличения темпа освоения программно-предметного материала [6, с. 92–95].

И.А. Мушкина с соавт. отмечают, что личностные характеристики одаренного ребенка, способствуют качественному выстраиванию процесса в получение эффективного продукта образовательной работы [7, с. 90–91].

Проведенный анализ позволил выявить мнения не только ярых сторонников реализации данной стратегии, но и их противников, которые считают, что у одаренных детей при таком формате построения образовательной среды, возникает ряд проблем.

О.И. Кочурова, О.А. Синюк [2] отмечают, что приоритетом являются объем приобретаемых одаренным ребенком предметных, универсальных и метапредметных учебных действий, форма подачи и восприятия в процессе взаимодействия педагог-обучающийся, а также первостепенной, по мнению ученых, является организационная форма образовательной стратегии ускорения.

Рассматривая стратегию интенсификации, которая может характеризоваться как стратегия «…количественного преобразования образования» [1], следует отметить ее популярность среди психолого-педагогического сообщества. Такая популярность выявляется из-за основополагающего механизма, который предполагает увеличение объема познаваемых учебных действий.

Ученые-гигиенисты отмечают прогрессирующую зависимость, которая актуализируется как проблема здоровья и здоровьесбережения подрастающего поколения [3, с. 144–147]. Так, Н.А. Алексеев [1] отмечает, что показатели здоровья находятся в прямой зависимости от повышающихся объемных требований, увеличения времени, отводимых на выполнение образовательных задач. Все это приводит к резкому снижению показателей жизненного благополучия ребенка, которое рассматривается как один из аспектов здоровья.

В связи с вышеизложенным многие специалисты педагогической области, актуализируют важность введения перестроечных механизмов, цель которых заключается в использовании концепции обогащения содержания образования, особенно с детьми, относящихся к категории одаренных. Анализируя идейную составляющую механизма обогащения содержания образования, ученые отмечают ее факторность.

Таким образом, в результате проведенного анализа следует, что горизонтальное обогащение осуществляется за счет долгосрочного планирования и моделирования содержания предметной области, вертикальное обогащение эффективно посредствам установления баланса между использованием авторских, инновационных и традиционных программ, учитывающих уровень сформированности когнитивно-творческой, аффективной и организационно-педагогической сфер развития и формирования личности. Только сбалансированное взаимодействие позволяет повышать качество образовательного процесса в работе с одаренными детьми.

**Список литературы**

1. Алексеев Н.А. Содержательные основы организации работы с одаренными детьми // Universum: психология и образование. 2017. №2 (32). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhatelnye-osnovy-organizatsii-raboty-s-odarennymi-detmi (дата обращения: 18.10.2024).

2. Кочурова О.И., Синюк О.А. Развитие одаренных детей в условиях общеобразовательной школы // Эксперимент и инновации в школе. 2012. №3. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-odarennyh-detey-v-usloviyah-obscheobrazovatelnoy-

shkoly (дата обращения: 11.09.2024).

3. Левченко В. В. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании / В. В. Левченко, И. В. Макрушина // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 144-147. – EDN QFBKWO.

4. Мушкина И.А., Мазниченко М.А., Садилова О.П., Михалькова О.А. Психолого-педагогическое сопровождение и поддержка спортивно одаренных детей: научные исследования и мнение тренеров // ТиПФК. 2022. №6. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-i-podderzhka-sportivno-odarennyh-detey-nauchnye-issledovaniya-i-mnenie-trenerov (дата обращения: 22.10.2024).

5. Парфенова Г.Л., Холодкова О.Г., Мельникова Ю.А, Комплексное научное психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей в социально-образовательном пространстве: обоснование модели // Вестник НГПУ. 2019. №6. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/kompleksnoe-nauchnoe-psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-odarennyh-detey-v-sotsialno-obrazovatelnom-prostranstve-obosnovanie (дата обращения: 18.10.2024).

6. Пономарева И.Е. Системная работа классного руководителя по формированию у обучающихся культуры здоровья / И.Е. Пономарева, И.В. Макрушина // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 92-95. – EDN EWZLXN.

7. Содиков С. Целевые установки эстетического воспитанияв процессе формирования личности ребенка / С. Содиков // Тезисы докладов LI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 30 2024 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2024. – С. 90–91. – EDN EMYFNG.

**УДК 159.96**

# РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВОЧЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Е.В. Карданова, А.Н. Коноплева
Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова,
г. Нальчик, Россия

**Аннотация.** Развитие координационных способностей девочек, занимающихся эстетической гимнастикой, является одной из составляющих результативности их спортивной деятельности. В статье предложена методика развития координационных способностей девочек, занимающихся эстетической гимнастикой на начальном этапе спортивной подготовки, описаны отличия от традиционной методики обучения; доказана эффективность предложенной методики, подкрепленная результатами педагогического эксперимента.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, координация, координационные способности, начальный этап спортивной подготовки; методика развития.

Координационная подготовка в эстетической гимнастике является залогом качественного выполнения сложных упражнений юных спортсменок [2; 3; 4]. Различного рода прыжки и движения тела, повороты, удержание равновесий – все это говорит о высоком уровне развития координационных качеств и требует целенаправленной методики развития особенно в такой важный период как начальный этап спортивной подготовки [1; 5].

*Цель работы*: разработка и обоснование эффективности методики развития координационных способностей на начальном этапе спортивной подготовки девочек 7–9 лет, занимающихся эстетической гимнастикой.

*Гипотеза исследования*: внедрение в учебно-тренировочный процесс экспериментальной методики развития координационных способностей на начальном этапе спортивной подготовки у девочек 7–9 лет занимающихся эстетической гимнастикой, будет способствовать повышению их уровня и отразится на развитии: способности к динамическому и статическому равновесию, к пространственной ориентации, ритму, приспособлению и перестроению двигательных действий.

*Организация исследования*. Исследование проводилось на базе МКУДО спортивной школы «Нальчик». Выборка испытуемых – 24 спортсменки, занимающиеся эстетической гимнастикой в возрастном диапазоне от 7 до 9 лет. В процессе экспериментальной работы были сформированы две группы: экспериментальная (12 спортсменок) и контрольная (12 спортсменок). В экспериментальной группе в программу подготовки спортсменок была внедрена методика развития координационных способностей. В контрольной

группе спортсменки занимались по типовой программе, без внесения каких-либо коррекционных воздействий.

*Особенности экспериментальной методики развития координационных способностей гимнасток.* Структура занятия по эстетической гимнастике не изменялась и имела трехчастное строение. Занятия проводились по 1,5–2 часа три раза в неделю. Поскольку кардинально менять содержание программы мы не имели право, то мы внесли ряд коррекционных воздействий:

Во-первых, комплексы упражнений на координационные способности применялись на всех частях учебно-тренировочного занятия в следующем процентном соотношении: подготовительная часть (10%) от общего времени развития координационных способностей, основная часть (80%), заключительная часть (10%). Это позволяло расширить запас двигательных умений и навыков и одновременно совершенствовать саму способность к их быстрому освоению.

Во-вторых, в отличие от традиционной методики обучения, где упражнения на развитие необходимых специальных двигательных навыков (координацию движений, ориентацию в пространстве, чувства баланса и т.д.), проводят в конце тренировочного занятия, мы предложили специально составленные комплексы упражнений проводить в начале основной части занятия, до наступления признаков утомления у спортсменок.

В-третьих, сами комплексы упражнений на координацию были сгруппированы по следующим направлениям: упражнения на динамическое и статическое равновесие; упражнения на развитие пространственной ориентации; упражнения на согласование разными частями тела; координационно-акробатические упражнения. Причем сами комплексы упражнений мы постоянно видоизменяли, привносили элементы сложности и новизны, вносили изменения в пространственные, временные и динамические характеристики исполнения.

В процессе реализации экспериментальной методики применялись следующие методы обучения: в подготовительной части – словесные (объяснение, рассказ), наглядные (показ), целостно-конструктивного упражнения (при выполнении структурно не сложных упражнений); в основной части – словесные (объяснение, рассказ), наглядные (показ), метод целостного упражнения в сочетании с расчленено-конструктивным (задания со сложной структурой); в заключительной части – словесные (указания, команды, разъяснения), наглядные (показ отдельных упражнений или их элементов).

Организационные особенности: во-первых, занятия проводились в хорошем психофизическом состоянии спортсменок, с целью повышения активности и мотивации к решению заданных двигательных задач; во-вторых, применяли принцип систематичности: гимнастки не должны были пропускать учебно-тренировочные занятия, так как это могло привести к потере мышечных ощущений и их тонких дифференцировок при

напряжениях и расслаблениях; в-третьих, упражнения на координационные способности были органично включены во все части учебно-тренировочного занятия, однако, целенаправленное развитие определенных координационных способностей, происходило в начале основной части занятия, до наступления признаков утомления у гимнасток; в-четвертых, развитие координационных способностей происходило интегрировано с развитием других физических качеств (сила, гибкость, специальная выносливость), необходимых для правильного выполнения и исполнения соревновательных упражнений; в-пятых, занятия организовывались с учетом нагрузки 60-85% от максимальной частоты сердечных сокращений в целях не допустить значительного утомления, что могло привести к снижению четкости мышечных ощущений.

*Результаты исследования*. Судить об эффективности реализации вышеописанной методики нам позволят результаты формирующего эксперимента, отраженных в таблицах 1 и 2.

Таблица 1 – Динамика развития координационных способностей у гимнасток

| Контрольные тесты на координационные способности | Показатели | | | | Достоверность различий при P<0,05 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | x ± m | | x ± m | | | | | |
| | Первичная диагностика | | Итоговая диагностика | | | | | |
| | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | 1-2 | 1-3 | 2-4 | 3-4 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| Статическое равновесие (сек) | 13,5±0,2 | 13,8±0,3 | 14,4±0,4 | 16,9±0,3 | > | > | < | < |
| Динамическое равновесие (сек) | 13,2±0,3 | 13,9±0,2 | 12,8±0,2 | 11,4±0,4 | > | > | < | < |
| Пространственная ориентация (сек) | 13,4±0,2 | 13,1±0,1 | 12,8±0,3 | 11,3±0,2 | > | > | < | < |
| Способность к ритму (сек) | 10,8±0,3 | 10,4±0,2 | 10,1±0,4 | 8,9±0,3 | > | > | < | < |
| Приспособление и перестроение двигательных действий (сек) | 11,2±0,1 | 10,9±0,3 | 10,7±0,2 | 9,8±0,3 | > | > | < | < |

Обобщая весь экспериментальный материал, хочется заключить, что у спортсменок экспериментальной группы улучшились результаты по контрольным тестам на координационные способности. Так, девочки-спортсменки имели достоверно различимые результаты к статическому и

динамическому равновесию, пространственной ориентации, способности к ритму и приспособлению и перестроению двигательных действий.

Еще одним критерием, который мы использовали в качестве подтверждения эффективности предложенной нами методики, был критерий результативности деятельности спортсменок, как в условиях учебно-тренировочного процесса, так и соревновательной деятельности. Так, методом включенного наблюдения была оценена техника обязательных элементов, касательно координационных способностей, входящих в соревновательную программу юных гимнасток. Оценка действий спортсменок осуществлялась во время соревнований по пятибалльной шкале. Результаты отображены в таблице 2.

Таблица 2 – Оценивание техники обязательных элементов соревновательной программы по эстетической гимнастике у девочек 7–9 лет

| № | Обязательные элементы программы | Контрольная группа (баллы) | Экспериментальная группа (баллы) |
|---|---|---|---|
| 1 | Статические равновесия | | |
| | – трудности А | 4,2 | 4,8 |
| | – трудности В | 3,9 | 4,5 |
| 2 | Динамические равновесия | | |
| | – трудности А | 4,1 | 4,7 |
| | – трудности В | 3,8 | 4,4 |
| 3 | Комбинации элементов из различных групп движений | | |
| | – прыжок + равновесие | 4,0 | 4,8 |
| | – равновесие + прыжок | 4,3 | 4,9 |
| | – равновесие + серия движений тела | 3,8 | 4,4 |
| | – серия движений тела + равновесие | 3,9 | 4,3 |
| 4 | Артистическая ценность композиции (ритм, синхронность, способность к приспособлению и перестроению двигательных действий) | 4,3 | 4,9 |

Так, визуальная оценка техники исполнения обязательных элементов соревновательной программы компетентными лицами, позволяет зафиксировать у участниц экспериментальной группы, следующие позитивные изменения: хороший контроль тела в течение и после прыжка, с четким приземлением без помех и отступов; при выполнении базовых движений тела завершение движения в хорошо контролируемой и уравновешенной позиции; отсутствие потери равновесия во время или после элемента равновесия; четкую форму при исполнении статического равновесия, вращения в повороте или «турляне».

*Заключение.* В целом, проведенное нами экспериментальное исследование позволяет заключить, что методика развития координационных способностей на этапе начальной подготовки девочек 7–9 лет,

способствовала развитию способности к статическому и динамическому равновесию, к пространственной ориентации, ритму, приспособлению и перестроению двигательных действий.

**Список литературы**

1. Береславская Н.В. Компоненты техники соревновательной деятельности в эстетической гимнастике // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 64–70.

2. Вишнякова С.В. Эстетическая гимнастика: учебное пособие / С.В. Вишнякова, А.И. Исаева. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2009. – 124 с.

3. Карпенко Л.А. Современное состояние эстетической гимнастики / Л.А. Карпенко, Л.П. Морозова // Гимнастический мир Санкт–Петербурга. – 2009. – № 10. – С. 15–21.

4. Лалаева Ю.Л., Вишнякова С.В. Особенности совершенствования координационной подготовленности в эстетической гимнастике // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – СПб, 2018. – №4(158). – С. 182–189.

5. Новокщенова, О.И. Анализ композиционной подготовки в эстетической гимнастике на начальном этапе тренировки // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2019. – № 3(29). – С. 145–150.

**УДК 796.011**

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПОСТРОЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА

Е.Н. Копенская, Н.В. Югова, А.М. Пожилых
Детский сад № 356, г. Волгоград, Россия

**Аннотация.** В статье приводятся результаты обобщения и систематизации данных научно-методической литературы, обосновывающие возможность построения физического воспитания дошкольников на основе кинезиологического подхода. Авторы статьи приводят обоснования общенаучного и частнонаучного уровня, дают ведущие характеристики кинезиологии. Приводятся ее характеристики как интеграционной науки, рассматривается функционал в различных предметных областях.

**Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, физическое воспитание, кинезиологический подход.

Актуальной проблемой современной системы образования является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. В настоящее время специалистами различных областей отмечается резкое ухудшение состояния здоровья детей дошкольного возраста как на физическом, так и на психическом уровне [6]. Необходимость применения наиболее эффективных мер для нивелирования этой ситуации обуславливается их предстоящим обучением в школе. Важное место здесь занимает правильно организованный процесс физического воспитания. Двигательная деятельность является естественной природосообразной потребностью для данного возраста, дети всегда легко и с удовольствием двигаются, что позволяет рассматривать движение как одно из эффективных средств их всестороннего развития. Является вполне логичным предположение о том, что рационально организованная двигательная деятельность может не только укреплять здоровье детей и развивать их двигательные способности, но формировать психическую сферу [7].

Теоретические предпосылки построения физического воспитания детей дошкольного возраста с этих позиций задают общефилософский, общенаучный и частнонаучный уровни.

Так лежащий в основе общефилософского подхода гносиологический подход позволяет рассматривать движение как практическую деятельность человека, являющуюся источником познавательного развития. Ведущей практической деятельностью ребенка дошкольного возраста является движение, следовательно, именно оно может выступать как ведущий канал его познавательного развития. Аксиологический подход (философское движение о природе ценностей), позволяет рассматривать здоровье ребенка

как самую главную ценность его жизни, и актуализирует обоснование двигательной подготовки в этом направлении.

Важные ориентиры физического воспитания задают положения теорий общенаучного уровня – системного и синергетического подхода. Так системный подход ориентирует видеть целостную картину развития ребенка, взаимосвязь этого процесса с окружающей средой, внутренними закономерностями взаимодействия. Единство физического и психического развития ребенка обусловлено системным видением, его целостным восприятием. Синергетический подход обуславливает междисциплинарность педагогического процесса, возможность прогнозирования вероятностного хода его развития.

Весьма актуальны для физического воспитания детей дошкольного возраста и положения теорий частнонаучного уровня. Так теория деятельности А.Н. Леонтьева указывает на то, что психика и сознание, формируясь в деятельности, в ней же и проявляются. Этот подход ориентирует строить процесс развития ребенка дошкольного возраста в рамках его ведущей деятельности, а именно сюжетно-ролевой игры. В арсенал физического воспитания входит большое количество спортивных, сюжетно-ролевых игр, двигательных игровых заданий дидактического плана. Это обуславливает высокую функциональность физкультурного образования детей дошкольного возраста.

Положения теории о природосообразности воспитательного процесса Я.А. Коменского раскрывают возможность использования движения, игровой деятельности как средства всестороннего развития дошкольников, поскольку они соответствуют природе развития ребенка.

Личностный подход ориентирует строить процесс физической подготовки ребенка с учетом характеристик его индивидуального развития.

Антропологический подход означает системное использование данных всех наук о человеке как предмете воспитания и их учет при построении и осуществлении педагогического процесса. Это обуславливает обращение физического воспитания к данным смежных научных дисциплин: физиологии, медицины, психологии, нейропсихологии и т.д.

Важнейшие ориентиры задают теория функциональных систем П.К. Анохина и теория уровневого построения движений Н.А. Бернштейна. Эти психофизиологические учения обосновывают возможность использования движения для развития головного мозга и высших психических функций ребенка.

Вместе с тем, при построении физического воспитания детей дошкольного возраста с целью оптимизации их психофизического развития необходимо опираться на какой-либо ведущий подход или теорию. Нам видится, что в данных условиях будет вполне оправданной опора на кинезиологический подход.

Кинезиология – это наука о движении человека, научная и практическая дисциплина, изучающая мышечное движение во всех его

проявлениях [7]. Данная научная дисциплина активно развивается как самостоятельно, так и с позиции интеграции с различными смежными дисциплинами. На основе этого взаимного дополнения и проникновения выделяют несколько видов кинезиологии (рисунок 1).

Анализ рисунка показывает, что на основе этого дополнения как отдельная научная дисциплина выделяется спортивная кинезиология, предметом изучения которой является спортивная и двигательная активность человека с позиции оценки его психической деятельности [3].




Рисунок 1 – Виды кинезиологии,
встречающиеся в современной научной практике

Педагогическая кинезиология в целом обосновывает процесс организации двигательного акта [4].

Как отдельное научное направление выделяется прикладная кинезиология, обосновывающая на мультидисциплинарном подходе возможности укрепления физического и психического здоровья человека при помощи движений [1].

Возможность раскрытия телесного потенциала человека обосновывает биомеханическая кинезиология [8].

Практику использования движений для развития эмоциональной и интеллектуальной сфер человека обосновывает психотерапевтическая кинезиология [2].

В области физического воспитания кинезиология рассматривается как наука, расположенная на стыке психологии, психотерапии, нейропсихологии и телесных практик. И в спортивной и в образовательной деятельности используется большое количество упражнений сенсомоторного, психомоторного плана, координационной подготовки. И ученые и практики отмечают большую эффективность использования данных упражнений для подготовки спортсменов, учащихся школ, воспитанников коррекционных образовательных учреждений.

Необходимо отметить, что на сегодняшний день в предметном поле физического воспитания подрастающего поколения имеются работы, доказывающие его эффективность с позиции кинезиологического подхода [5].

В данном направлении кинезиология включает в себя два больших направления:

– формирование двигательных действий у ребенка;

– развитие интеллекта и психической сферы ребенка.

В работе В.С. Сосуновского [5] введено понятие «кинезиологический потенциал», отражающее интегральное единство психо-телесно-двигательных качеств и способностей человека.

Нам видится, что построение процесса физического воспитания детей дошкольного возраста с опорой на кинезиологический подход обусловит несколько иные ориентиры его целевых установок. Так они будут ориентированы не только на развитие физических качеств дошкольников, но и на формирование его кинезиологического потенциала, который включает в себя характеристики его здоровья, психической сферы.

**Список литературы**

1. Амурская О.В., Комарова И. Г., Арсеенко Е. А., Чуканова Е. К. Теоретико-практические основы использования средств образовательной кинезиологии в физкультурно-оздоровительной деятельности учителя физической культуры / О.В. Амурская // Культура физическая и здоровье. – 2021. – № 2(78). – С. 22-25. – DOI 10.47438/1999-3455_2021_2_22. – EDN ULHCTE.

2. Байтамирова Э. Р. Помощь в преодолении паники и стресса средствами нейроэнергетической кинезиологии // Научные исследования: фундаментальные и прикладные аспекты - 2023 : СБОРНИК НАУЧНЫХ ТРУДОВ. – Казань: Издательство "Познание", 2023. – С. 71-73. – EDN ODHTAR.

3. Визитей Н. Н. О концептуальных основах спортивной кинезиологии // Спортивный психолог. – 2010. – № 1(19). – С. 18-24. – EDN PGEKFT.

4. Галенко Е. Н. Кинезиология в коррекционно-педагогическом сопровождении лиц с выраженными нарушениями интеллекта // Коррекционная педагогика: теория и практика. – 2022. – № 2(92). – С. 61-64. – EDN SOHPUG.

5. Загревская А. И., Сосуновский В. С., Зальмеж Т. Н. Психомоторные особенности детей старшего дошкольного возраста / А. И. Загревская // Психологическая наука и образование. – 2018. – Т. 23, № 5. – С. 13-21. – DOI 10.17759/pse.2018230502. – EDN YWTXHF.

6. Максимова С. Ю. Технология адаптивного физического воспитания, направленная на коррекцию психофизической сферы детей с задержкой психического развития. – Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2018. – 165 с. – EDN XXXGVV.

7. Максимова С. Ю. Методические приемы формирования способности подражать движениям у детей с расстройством аутистического спектра / С. Ю. Максимова // Адаптивная физическая культура. – 2024. – Т. 98, № 2. – С. 6-7. – EDN HAXUFV.

8. Темерева В. Е. Кинезиология: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров и магистров 49.03.02 и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)». – Малаховка: Московская государственная академия физической культуры, 2022 – 172 с. – ISBN 978-5-00063-086-0. – EDN KLLUXN.

**УДК 796.035**

# АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИЛОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В УСЛОВИЯХ ОГРАНИЧЕННОСТИ ВРЕМЕНИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

О.Г. Лызарь, Е.И. Островская
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Материалы, представленные в статье посвящены рассмотрению проблемы поддержания уровня развития основных силовых способностей, включая изометрическую силу, максимальную силу и силовую выносливость в процессе силовой тренировки. В работе предлагается анализ данных исследований, подтверждающих успешность использования ряда методических приемов в целях поддержания эффективности силовой тренировки в условиях ограниченности времени на полноформатные тренировочные занятия.

**Ключевые слова:** силовые тренировки, влияние прекращения тренировок, минимальная эффективная доза физической нагрузки, условия дефицита времени.

На определенном этапе тренировочного процесса многие посетители фитнес-клубов сталкиваются с проблемой нехватки времени для полноценных тренировочных занятий. Причины этого самые разнообразные, включая и загруженность на работе, частые командировки, отсутствие свободного времени, а также расширение семьи, связанное с рождением ребенка, в связи с чем силовые тренировки смещаются на второй план, а тренировочный процесс перестает быть оптимальным. Складывающаяся ситуация не приводит к полному отказу от занятий, но формирует проблемную ситуацию в реализации привычного тренировочного плана и проведении длительных силовых тренировок, что требует от фитнес-тренера во взаимодействии с занимающимся адаптировать программу занятий под новые условия жизнедеятельности [1].

Цель исследования – определить степень эффективности силовых тренировок, проводимых с минимальными затратами времени путем анализа исследований основных тренировочных компонентов, минимальной эффективной тренировочной дозы нагрузки и передовых методов силовых тренировок.

В исследованиях ряда авторов показано, что максимальная сила, как правило, хорошо сохраняется при небольшом перерыве в силовых тренировках. Так, Travis S. et al. (2022) обнаружили, что спортсмены, занимающиеся пауэрлифтингом, отдыхавшие по три или пять дней после четырех недель выполнения силовой программы занятий, сохранили достигнутый уровень изометрической силы в целом ряде тестовых

упражнений. Хотя в группе, которая отдыхала пять дней, наблюдалось статистически значимое снижение изометрической силы в жиме штанги лежа [6].

В перекрестном исследовании мужчин, тренирующихся с отягощениями, программировалось прекращение тренировок на 3,5 или 5,5 дней после четырех недель выполнения силовой программы. Пиковое усилие в изометрическом жиме лежа после прекращения тренировок увеличилось по сравнению с состоянием до тренировок, при этом сила нижней части тела не снизилась, и различий между рамками 3,5 и 5,5 дней не отмечалось. В качестве подтверждения представленных данных выступают и результаты исследований Weiss L. et al. (2014) где зафиксировано, что у мужчин после четырех недель выполнения силовой программы и прекративших тренировки на 2, 3, 4 или 5 дней, существенных изменений в показателях силы верхней части тела в жиме лежа или изокинетическом жиме лежа выявлено не было. Таким образом, полученные данные по мужчинам, тренирующимся в условиях тренажерного зала, свидетельствуют о том, что несколько дней перерыва в тренировках не оказывают негативного влияния на максимальные силовые показатели [7].

Однако, нельзя не учитывать тот факт, что значительное сокращение тренировочного занятия или вынужденное их отсутствие дольше недели, способствует риску формирования негативного влияния на уровень силовых показателей, что в последующем можно охарактеризовать как детренированность.

Вероятно, наиболее информативным исследованием в этом направлении является работа Bosquet L. et al. (2013) в рамках которой рассматривалось влияние прекращения регулярных тренировок на показатели максимальной силы и силовой выносливости. Основным выводом по результатам исследования стало то, что длительность перерыва в тренировках влияет на величину снижения максимальной силы. Авторы обнаружили незначительное снижение силовых показателей в течение первых четырех недель отсутствия тренировок. В тоже время, после истечения этого периода потери становятся более выраженными и уже в течение нескольких месяцев они превращаются в небольшие и средние по величине эффекты детренировакнности [3].

Отдельная группа факторов, снижающих активность тренировочной деятельности связана не столько с отсутствием свободного времени, а в большей мере с тем, что накопленный в повседневной жизни стресс мешает эффективно проводить в тренировках по несколько часов в неделю. В тоже время, в целом ряде исследований представлены данные, акцентированные на адаптации тренировочного процесса и построения тренировок в укороченном формате без снижения продуктивности.

Так, в условиях дефицита времени результативность тренировки считается важнейшим приоритетом. Поэтому прежде чем переходить на минимальную тренировочную дозу, необходимо учесть рекомендации,

предлагаемые Iversen V. et al. (2021) и раскрывающие особенности построения занятий в ограниченное время [4].

Первостепенное внимание предлагается уделять разминке. Если на разминку тратится значительная часть занятия, то это время уже невозможно посвятить продуктивным тренировочным подходам. В таком случае рекомендуется применять специальную разминку, которая должна быть направлена на выполнение серии краткосрочных сетов перед рабочими, постепенно увеличивая интенсивность по мере приближения к целевым нагрузкам тренировки. Несмотря на то, что существуют примеры общей разминки, основанной на минимальной аэробной активности на гребном или велотренажере, упражнений на развитие гибкости и подвижности в суставах, доказательств положительного эффекта от такой разминки в дополнение к специфической не выявлено. Поэтому в условиях дефицита времени рекомендуется сразу приступить к специальной разминке, которая должна быть короткой и сфокусированной на своей основной цели - подготовке к выполнению основных силовых упражнений.

Следующим важным компонентом является продолжительность отдыха. Основным вопросом здесь является необходимость в том количестве времени, которое вы используете, отдыхая между подходами в условиях полноценной, длительной тренировки. Известным фактом считают эмпирическое правило отдыха – 3-5 минут для силовых подходов с высокой интенсивностью и 1-2 минуты для менее интенсивных сетов. Если вы отдыхаете намного дольше, чем указано в этих рекомендациях, рекомендуется уложиться в вышеуказанные диапазоны. Также, предлагается обратить внимание, что переходить к обозначенному интервалу можно постепенно, небольшими шагами.

Еще один значимый компонент – это выбор упражнений. Как правило, это не относится к основным силовым упражнениям. Однако при выборе вспомогательных или дополнительных упражнений следует подумать об их результативности. Так, комплексное планирование тренировки и применение комбинированных упражнений, позволяет задействовать целевые мышечные группы и (или) наименее развитые мышцы и при этом минимизировать временные затраты.

Суперсеты являются еще одним полезным способом сократить время выполнения упражнений. Методически, предлагается выполнить два упражнения подряд, а затем осуществить отдых между подходами. Чтобы свести к минимуму влияние усталости, рекомендуется объединять в пары упражнения для разных групп мышц, например, тяга в наклоне и жим сидя. Обычно такую стратегию лучше всего использовать для второстепенных или вспомогательных движений.

Круговые тренировки и комплексы упражнений также могут быть полезны при выполнении дополнительной работы. Подобно суперсетам, рекомендуется выполнять запланированные упражнения без пауз отдыха между ними. Занимающиеся выполняют три или четыре упражнения подряд,

с акцентированным переходом от одной части тела к другой. Этот подход достаточно результативен, при условии, что тренер планирует сохранить в программе изолирующую работу, при этом сделать ее эффективной. Так, после выполнения жима штанги лежа рекомендуется добавить круг, состоящий из следующих упражнений - сведение рук с гантелями лежа, разгибание рук с гантелями для треглавой мышцы плеча и фронтальных подъемов гантелей, отдыхая лишь после завершения раунда [2,5].

Заключение. Дефицит свободного времени является одним из наиболее распространенных препятствий к занятиям силовыми тренировками. Если, перерыв в тренировках длится всего неделю или около того, рекомендуется использовать это время как возможность отдохнуть и восстановиться. Как показывают исследования, максимальная сила обычно хорошо сохраняется в течение не продолжительных периодов времени.

Для поддержания показателей силы эффективными стратегиями, в течение нескольких месяцев, могут быть высокоинтенсивные тренировки с очень низким объемом (например, всего несколько тяжелых подходов с интенсивностью 9-9,5 по шкале воспринимаемого усилия Rating of perceived exertion (RPE) в течение тренировочной недели) или значительно сниженные на 50 % тренировочные объемы.

Минимальную эффективную тренировочную дозу для повышения максимальной силы составляет несколько рабочих подходов по 1–5 повторений в неделю с усилием от 7,5 до 9,5 RPE. Если позволяет время, можно также добавить непродолжительную работу в дополнительных упражнениях.

В целях повышения эффективности тренировок рекомендуется использовать и другие стратегии, включая более короткие и специфические разминки, регулирование периодов отдыха, выбор упражнений, приносящих максимальную пользу, а также включение суперсетов или круговых тренировок. Это поможет поддерживать высокую тренировочную нагрузку в условиях дефицита время.

**Список литературы**

1. Макарова Г.А. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Настольная книга тренера / Коллектив авторов под редакцией Г.А. Макаровой. – М.: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2022. – 512 с.

2. Androulakis-Korakakis, P. The minimum effective training dose required for 1RM strength in powerlifters / P. Androulakis-Korakakis, N. Michalopoulos, J. Fisher, et al. // Frontiers in Sports and Active Living. - 2021. - №28(3). – P. 248-256.

3. Bosquet, L. / L. Bosquet, N. Berryman, O. Dupuy et al.//Effect of training cessation on muscular performance: A meta-analysis. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports. – 2013. - № 23(3). – P. 140-149

4. Iversen, V. No time to lift? Designing time-efficient training programs for strength and hypertrophy: A narrative review / V. Iversen, M. Norum, B. Schoenfeld, M. Fimland// Sports Medicine. - 2021. - №51(10). – P. 2079-2095

5. Tavares, L. Effects of different strength training frequencies during reduced training period on strength and muscle cross-sectional area / L. Tavares, E. Souza, C. Ugrinowitsch, et al.//European Journal of Sport Science. – 2017. -№ 17(6). –P. 665-672

6. Travis, S. The effects of 3 vs. 5 days of training cessation on maximal strength / S. Travis, I. Mujika, K. Zwetsloot et al.//The Journal of Strength and Conditioning Research. - 2022. - № 36(3). – P. 633-640.

7. Weiss, L. Strength/power augmentation subsequent to short-term training abstinence / L. Weiss, L. Wood, A. Fry et al.//The Journal of Strength & Conditioning Research. -2014. - № 18(4). –P. 765-772.

**УДК 796.011.1**

# ФОРМИРОВАНИЕ РЕКРЕАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Е.А. Магдич
Московский государственный университет спорта и туризма, г. Москва, Россия

**Аннотация.** К важным государственным проблемам относится ухудшение физического и духовного здоровья подрастающего поколения. Поэтому перед педагогическим сообществом поставлена задача – выстроить образовательно-воспитательный процесс таким образом, чтобы обеспечивалось решение задач укрепления здоровья и развития необходимых социальных компетенций у подростков. В качестве механизма достижения обозначенных результатов обосновано формирование рекреационной физической культуры личности обучающихся. Итогом научной работы, изложенным в данной статье, выступает структурно-содержательная характеристика деятельности школы, обеспечивающей формирование рекреационной физической культуры личности подростков.

**Ключевые слова:** рекреационная физическая культура личности, подростки, общеобразовательная школа, физической воспитание, формирование.

Образ жизни современных детей, подростков, учащейся молодежи не способствует поддержанию и укреплению их здоровья, обеспечению благоприятного психоэмоционального и физического состояния. Учеными и практиками фиксируются недостаточность уровня их двигательной активности, предпочтение пассивных форм организации досуга, неспособность и нежелание рационально использовать потенциал свободного времени для физического и духовного развития [3, 5, 7]. Это определяет важность формирования у детей, подростков, учащейся молодежи рекреационной физической культуры личности (РФКЛ). Данная характеристика человека определяет его способности в области культуро-сообразной здоровье-созидающей организации своего досуга с преимущественным использованием средств физической культуры [5]. Данный процесс эффективно может быть осуществлен в общеобразовательной школе, поскольку именно в данной образовательной организации существуют необходимые ценностно-целевые, содержательно-методические, кадровые ресурсы [2, 3, 4]. Именно общеобразовательная школа обладает необходимыми кадровыми, а также достаточными материальными и информационно-методическими ресурсами для интегрированного осуществления указанных видов воспитания [1, 3, 7]. Анализ теории и практики физического воспитания школьников, включая материалы диссертационных изысканий, позволил сформулировать и реализовать цель исследования – теоретически обосновать

деятельность общеобразовательной школы, направленную на формирование рекреационной физической культуры подростков.

В соответствии со спецификой педагогической миссии учителя физической культуры, именно он представляется организационным ядром проектируемой деятельности, выступающим руководителем физкультурно-рекреационно работы. При этом требуется некоторое расширение их стандартных задач и функций в направлении объединения усилий учителей-предметников, классных руководителей, родителей для решения задач формирования РФКЛ обучающихся. В наиболее полном виде эти задачи должны решаться в процессе:

- учебной и воспитательной деятельности, урочной и внеурочной работы учителя физической культуры – на уроках, в школьных физкультурно-спортивных кружках и секциях; предполагает привлечение подростков к участию в планируемых физкультурно-рекреационных мероприятиях, стимулирование посещения фитнес-клубов, мотивацию самостоятельной физкультурной активности в режиме дня и пр.;

- воспитательной деятельности классного руководителя – предполагает использование физкультурно-рекреационного контекста либо в целе-содержательном аспекте (как специально организованная воспитательная работа, непосредственно направленная на формирование элементов РФКЛ), либо в качестве организационных форм (походы, экскурсии, игры и пр.) для достижения иных воспитательных задач;

- учебной деятельности в процессе преподавания всех предметов, в работе учителей-предметников – предполагает освоение контекстных – предметно-ориентированных – знаний в области досуга, физической рекреации, здорового образа жизни; проведение физкульт-пауз, физкульт-минут и пр.

Важно также, что и учитель физической культуры, и, под его руководством, классный руководитель, в рамках решения воспитательных задач, обладают компетентностными ресурсами для приобщения родительской общественности к физкультурно-рекреационной работе.

Содержание работы общеобразовательной школы по формированию РФКЛ подростков раскрывается через характеристики основных компонентов процесса физического воспитания. Прежде всего в данном аспекте важно, что теоретическая информация, необходимая для становления полноценного когнитивного фундамента РФКЛ, может быть интегрирована в учебную программу по физическому воспитанию, представлено в содержании уроков физической культуры.

Очевидно, что традиционного содержания физического воспитания для решения инновационных задач не достаточно, оно требует обогащения. Это достижимо:

- за счет разработки и внедрения комплекса заданий для самостоятельного выполнения: подготовка докладов с презентациями по физкультурно-рекреационной тематике, разработка творческих мероприятий

для организации активного отдыха, составление соответствующих сценариев и т.д.;

- путем внедрения рекреационных физкультурно-оздоровительных мероприятий в режим учебного дня;

- включением рекреационно-оздоровительных элементов в работу школьных спортивных секций и кружков;

- специальной организацией агитационно-пропагандистских мероприятий в области здорового образа жизни, физкультурно-активного отдыха и т.д.;

- работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом (таблица 1).

Таблица 1 – Деятельность общеобразовательной школы в рамках процесса формирования рекреационной физической культуры подростков

| Вид деятельности | Содержание работы |
|---|---|
| Спортивная работа в классах и секциях | - комплектование физкультурно-спортивного и оздоровительно-рекреационного актива школы<br>- организационное планирование физкультурно-рекреационной работы в рамках спортивной секции<br>- проектирование работы в режиме недели, учебной четверти, учебного года<br>- регулярное проведение рекреационно-оздоровительных занятий в режиме дня<br>- систематическое проведение просветительско-стимулирующих мероприятий в учебных классах, параллелях<br>- создание и функционирование группы по общей физической подготовке и оздоровительной физической культуре |
| Агитация и пропаганда | - проектирование и реализация просветительских бесед с общей тематикой «Здоровый образ жизни: значение, компоненты, способы организации»<br>- организация и внедрение в школьную жизнь комплекса спортивно-развлекательных мероприятий (вечер, праздник, соревнования и пр.) |
| Физкультурно-рекреационные мероприятия в режиме учебного дня | - беседы о рациональном режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток<br>- проведение подвижных игры, иных занятий физическими упражнениями на больших переменах<br>- проведение физкультминуток на общеобразовательных уроках |
| Внеурочная спортивно-массовая работа в школе | Футбольные соревнования<br>Осенний кросс<br>Туристический слет<br>Баскетбольные соревнования<br>«Зарница»<br>Легкоатлетический пробег<br>«Безопасное колесо»<br>Туристический поход<br>Соревнования внутри классов и спортивной секции |

*Продолжение табл. 1*

| Вид деятельности | Содержание работы |
|---|---|
| | Спортивно-массовая работа сопровождается системой школьных спортивных соревнований – *Спартакиад*, которые стимулируют учащихся к систематическим, регулярным занятиям физической культурой и спортом и являются эффективной формой пропаганды физической культуры и спорта, физкультурно-рекреационной активности среди школьников; они проводятся по разным видам спорта на протяжении всего учебного года в зависимости от погодных условий и прохождения учебного материала программы по физическому воспитанию. |
| Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом | Консультации для родителей по вопросам организации физкультурно-рекреационной активности детей, физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья. Приглашение родителей на спортивные мероприятия. Вовлечение учителей в участие в спортивных мероприятиях. |

Полагаем, что учет при построении процесса физического воспитания школы изложенных в статье организационных и содержательных характеристик педагогической деятельности обеспечит эффективное формирование РФКЛ у подростков. Проверка данного предположения составляет цель нашего дальнейшего исследования.

**Список литературы**

1. Магомедов, Р.М. Система социально-ориентированной физкультурно-спортивной работы в городе Дербенте / Р.М. Магомедов, И.В. Макрушина // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. «Педагогика и психология». 2012. Вып. 2. С. 250–257.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации. Основы оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] / В.С. Макеева, З.С. Тинькова // URL: http://gu-unpk.ru/file/chair/tris/study/Makeeva_V.S._Tinkova_Z.s._Office_Word.docx.

3. Османов, Р.З. Формирование физической культуры личности обучающихся на основе соуправления процессом физического воспитания : дисс. … канд. пед. наук : 13.00.04 / Руслан Заманович Османов. – Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2013. – 174 с.

4. Стенкина, С.Л. Формирование личностной физической культуры подростков в здоровьесберегающей среде общеобразовательной школы : автореф.дисс…канд.пед.наук : 13.00.01 / Стенкина Светлана Леонидовна. – Воронеж: Воронежский государственный университет, 2012. – 26 с.

5. Степанова, Е.Н. Формирование рекреационной физической культуры у школьников : автореф. дисс. … канд. пед. наук : 13.00.04 / Степанова Елена Николаевна. – СПб.: Санкт-Петербургский военный институт внутренних войск МВД России, 2005. – 27 с.

6. Хазова С.А. Методика организации занятий оздоровительной физической культурой с юношами допризывного возраста / С.А.Хазова, В.А.Ваховский, Г.В.Лях // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия : Педагогика и психология. 2020. № 4(268). С. 124–130.

7. Хашханок, А.К. Основы организации физкультурно-рекреационной деятельности в микрорайоне на базе общеобразовательной школы / А.К. Хашханок // Новые технологии. Майкоп, 2011. № 3. С. 222–226.

**УДК 159.973**

# ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У ОДАРЕННОГО СТАРШЕКЛАССНИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ШКОЛЫ

И.В. Макрушина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье акцентируется внимание на переосмыслении контрольно-оценочных материалов, построении индивидуальных здоровье формирующих и здоровье сберегающих образовательно-физкультурных маршрутов с использованием и внедрением в физкультурно-образовательное пространство одаренного ребенка общепедагогических, специфических, инновационных методов и технологических путей, реализация которых позволит повысить личностный потенциал одаренного ребенка. Представлены эффективные пути взаимодействия, которые способствуют установлению связей, направленных на формирование здоровой личности одаренного ребенка.

**Ключевые слова:** интегративный подход, формирование культуры здоровья, одаренный старшеклассник, образовательный процесс.

Здоровье нации является приоритетной политикой государства, в связи с этим инновационные механизмы, происходящие в образовательной области, в первую очередь, коснулись модернизации целевых ориентиров, связанных с повышением значимости культуры здоровья у всех участников построения образовательной траектории [6, с. 45–46].

Формулируется векторная прерогатива о формировании здоровой, физически культурной личности. Рассматривая категорию одаренных обучающихся, ученые акцентируют внимание, на уделение повышенного внимания к реализации целевых ориентиров, связанных с повышением уровня здоровья, посредствам сохранения и укрепления, а также мотивированной реализации основных задач здоровье формирования и здоровья сбережения [2, с. 43–49].

Реализация сформулированных векторных направлений возможна, по мнению Н.В. Ивановой, И.В. Макрушиной, Л. Н. Разгоновой, за счет повышенного внимания к данной категории обучающихся, со стороны педагогов физической культуры, в формате здоровья сбережения и здоровья формирования [1, с. 79–81].

Акцентируют внимание на переосмыслении контрольно-оценочных материалов, построении индивидуальных здоровье формирующих и здоровье сберегающих образовательно-физкультурных маршрутов с использованием и внедрением в физкультурно-образовательное пространство одаренного ребенка общепедагогических, специфических, инновационных методов и

технологических путей, реализация которых позволит повысить личностный потенциал одаренного ребенка [6, с. 45–46].

Практика показывает, что при построении образовательного пространства в школе, большое внимание уделяется предметной составляющей, связанной с углублением теоретико-практических знаний всех предметных областей наук. При этом предметам УГСН «Физическая культура», «ОБЗР» и другим уделяется мало внимание. Такая ситуация, по мнению А.Д. Ковтун, возникла не из-за нежелания ребенка повышать свой уровень сформированных физкультурных способностей, а из-за большого объема предметного материала по другим областям образовательного цикла [5, с. 34–35].

Педагогические исследования, проводимые Л.Н. Разгоновой с соавт. выявляют особенность, которая отмечает, что практически все обучающиеся в начальной школе выделяют предмет «Физическая культура» как самый любимый, самый интересный. При этом, в среднем звене ступени основного общего образования, прослеживается сильнейший регресс: дети не хотят ходить на урок физической культуры, дети отрицают его значимость и важность [1, с. 79–81].

С.С. Жарков с соавт. отмечают, что такое положение усугубляется с каждым годом. Тому виной, прослеживающиеся субъективные и объективные факторы: большая учебная загруженность в академическом пространстве школы и во внеурочное время, репетиторы по 3-4 предметам и т.д. [3, с. 77–79].

Все вышеперечисленное приводит к катастрофическому ухудшению здоровья всего молодого поколения. Особенно достаточно серьезная, негативная ситуация с обучающимися, которые относятся к категории одаренных детей.

С.С. Жарков с соавт. отмечают, что показатели здоровья у одаренного ребенка, в силу ускорения всех образовательных процессов, связанных с интенсификацией (темп и объем изучаемого материала не соответствует возрастным, морфофункциональным, психологическим характеристикам детей), находятся в пределах ниже средних величин, что в целом приводит к значительному ухудшению в состоянии здоровья подрастающего поколения. Одной из причин такого положения, ученые усматривают в повсеместной потере приоритетного понимания значимости здоровья, как фактора жизнедеятельности и благополучия [4, с. 84–87].

По мнению А.Д. Ковтун, только интеграционное воздействие на показатели здоровья подрастающего поколения, в частности одаренных детей, позволит повысить уровень общего состояния детей, показатели их физического, умственного развития [5, с. 34–35].

Углубленно рассматривая данный вопрос, нами были определены наиболее эффективные пути взаимодействия, которые способствуют установлению связей, направленных на формирование здоровой личности одаренного ребенка:

- разработка и систематическая корректировка индивидуализированных образовательно-оздоровительных векторных направлений, способствующих повышению не только показателей здоровья, но и формирующих их устойчивые мотивационные связи, а также понимание значимости формирования и сохранения здоровья, как высшей ценности благополучия ребенка и гражданина в целом;

- при построении работы акцентировать внимание на проявляющиеся виды одаренности у ребенка, и, на основе выявленных предрасположенностей, выстраивать личностно-ориентированные траектории, с использованием широкого спектра здоровье формирующих и здоровье сберегающих технологий;

- использовать сложную систему ранней и систематической диагностики основных показателей, формирующих целостное представление о результативности индивидуальной образовательно-оздоровительной программы формирования слагаемой культуры здоровой личности, с акцентированным анализом культурообразующих факторов интеллектуального, двигательного, мотивационного компонентов;

- использовать модельно-проектировочные технологии, способствующие долгосрочному воздействию на показатели, способствующие установлению успеха с учетом таланта одаренного ребенка;

- формировать и закреплять функциональные связи, способствующие ухода из зоны комфорта, посредствам реализации механизмов спортивно-значимой деятельности, в основу которых заложены процессы преодоления трудностей и побуждения к систематической здоровье формирующие и здоровье сберегающие деятельности;

- учитывать креативные способности одаренного ребенка, балансировать между использованием вербальных и невербальных способов и средств достижения результатов, систематическая рефлексия;

- привлекать и формировать навыки сотрудничества и командной работы, для достижения основных целевых установок при формировании культуры здоровья у одаренного ребенка в образовательно-развивающем формате школы, посредствам использования всех форм организации систематической здоровье формирующей и здоровье сберегающей деятельности.

В результате проведенного анализа, нами были выявлены наиболее эффективные интегративные пути к формированию культуры здоровья у одаренного старшеклассника в образовательном процессе школы.

**Список литературы**

1. Иванова, Н. В. Актуализация использования положений спортизации физического воспитания в образовательной школе / Н. В. Иванова, И. В. Макрушина, Л. Н. Разгонова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2024. – № 1. – С. 79-81. – EDN FMEZVY.

2. Иванова, Н. В. Методика формирования мотивации достижения успеха у школьников на занятиях физической культурой в процессе соревновательной

деятельности / Н. В. Иванова, И. В. Макрушина // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2023. – № 3. – С. 43-49. – DOI 10.53742/1999-6799/3_2023_43-49. – EDN ODAUKR.

3. Иванова, Н. В. Мониторинговое сопровождение одаренных детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности / Н. В. Иванова, С. С. Жарков, А. Авлиякулов // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2023. – № 1. – С. 77-79. – EDN HMANWI.

4. Иванова, Н. В. особенности педагогического сопровождения одаренных детей в рамках предмета «Физическая культура» / Н. В. Иванова, С. С. Жарков // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2023. – № 1. – С. 84-87. – EDN JLUTXS.

5. Ковтун, А. Д. Формирование метапредметных знаний обучающихся старшего школьного возраста в условиях профильного обучения / А. Д. Ковтун // Тезисы докладов XLIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 31 2022 года / Редколлегия И.Н. Калинина [и др.]. Том Часть 4. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 34-35. – EDN BFYNFA.

6. Разгонова, Л. Н. Методика оценки достижений результатов обучения двигательным действиям по предмету физическая культура / Л. Н. Разгонова // Тезисы докладов XLIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 31 2022 года / Редколлегия И.Н. Калинина [и др.]. Том Часть 4. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 45-46. – EDN SRBOIW.

**УДК 796.011.1**

# РЕЗУЛЬТАТЫ МОТИВАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ С УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖЬЮ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ В СФЕРЕ ПРИОБЩЕНИЯ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ

А.Х. Мамадиев
Грозненский государственный нефтяной технический университет
имени акад. М.Д. Миллионщикова, г. Грозный, Россия

**Аннотация.** В настоящее время серьезной социально-педагогической проблемой является низкая двигательная активность подрастающего поколения, как следствие – не оптимальные показатели их физической подготовленности, физического развития, характеристик образа жизни. В статье изложены результаты исследования, связанного с разработкой и реализацией системы мотивационно-просветительской работы с детьми, подростками, учащейся молодежью, ориентированной на широкое приобщение их к занятиям физической культурой и спортом.

**Ключевые слова:** физическая культура, приобщение к двигательной активности, учащаяся молодежь, мотивационно-просветительская работа, специалист по физической культуре, волонтер

**Введение.** Согласно положениям Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, важнейшим направлением государственной политики в данной сфере является привлечение широкого круга граждан к физкультурно-спортивной активности [4]. Особое внимание при этом уделяется детям, подросткам, учащейся молодежи, чей уровень физической подготовленности и физического развития сегодня признается не оптимальным [1, 3, 5, 6]. Главной причиной сложившейся ситуации является недостаточная двигательная активность подрастающего поколения ввиду их немотивированности к занятиям физической культурой и спортом, низкая компетентность в области значения указанной активности для жизни, а также относительно современных форм и способов ее организации. Это, в свою очередь, свидетельствует и о недостаточном качестве работы специалистов по приобщению учащейся молодежи к двигательной активности, подтвержденной эмпирическим путем (результаты соответствующего анкетирования представлены в других публикациях автора).

**Цель и методология исследования**. Исходя из зафиксированной проблемы и ее источников была поставлена цель – разработать систему мотивационно-просветительской деятельности специалистов сферы физической культуры и спорта (учителей физической культуры, спортивных тренеров, фитнес-инструкторов и др.), направленной на повышение

двигательной активности детей, подростков, учащейся молодежи. Выстроенная система деятельности базировалась на постулате о ключевой значимости мотивационной сферы личности для эффективности любого вида активности, а также на представлениях о фундаментальном потенциале контекстных знаний для формирования самих мотивов деятельности (знаний о сущности, содержании, видах деятельности, способах ее организации, а также – возможно, в первую очередь – о положительном влиянии выполнения этой деятельности на развитие определенных качеств и свойств личности) [1, 2, 7].

В качестве индикаторов эффективности деятельности были выбраны: количество детей и подростков, (1) занимающихся спортом, (2) с оптимальными уровнями физической подготовленности, (3) практикующих физкультурно-спортивные формы организации досуга; количество специалистов, в течение года повысивших квалификацию; количество физкультурно-спортивных волонтеров из числа школьников и студентов, трудящихся и пенсионеров. Экспериментальная работа проводитесь в период с 2022 по 2024 гг. в г. Грозном. На первом этапе (2022-2023 гг) осуществлялась работа со специалистами. Она включала стимулирование к повышению собственной профессиональной компетентности и к повышению профессиональной активности. На втором этапе (2023-2024 гг) подготовленные специалисты, на основе самостоятельно составленных индивидуальных и коллективных программ осуществляли просветительно-мотивационную работу с учащимися общеобразовательных школ, студентами колледжей и вузов.

До начала и по окончании экспериментальной работы проводилась диагностика показателей, соответствующим указанным выше индикаторам. Их сравнение являлось основанием для определения эффективности деятельности.

Во всех возрастных группах детей и учащейся молодежи выявлено достоверное увеличение показателей физической подготовленности в ЭГ при отсутствии таковых в КГ. Интересно отметить зафиксированную тенденцию КГ (то есть, естественную для текущего состояния физической культуры в регионе): доля учащихся с достаточным уровнем физической подготовленности в СПО выше, чем в СОШ, а в ВО – ниже. Можно предположить, что при обучении в старшей школе физическая активность обучающихся значительно снижается, что требует особого внимания к данному аспекту работы.

По показателю доли детей и подростков, занимающихся спортом, ЭГ и КГ достоверно увеличили свои результаты за экспериментальный период. Однако итоговые результаты ЭГ статистически значимо превосходят показатели КГ, что свидетельствует о большей динамичности данного процесса под воздействием экспериментальной работы.

Доля детей, подростков, учащейся молодежи, которые к окончанию эксперимента стали включать в спектр форм досуга участие (активное или

пассивное) в физкультурно-спортивных, спортивно-зрелищных и пр. мероприятий, ниже показателей приобщенности к занятиям физической культурой в целом. Это свидетельствует о важности продолжения просветительско-мотивационной работы – уже конкретно о физкультурно-рекреационному содержательному направлению.

Следующие индикаторы относятся к кадровым ресурсам физической культуры и спорта. По вопросу инициативного повышения квалификации исходные показатели были чрезвычайно низкими и в ЭГ, и в КГ, за исключением такой профессиональной группы, как инструкторы по физической культуре, работающие в физкультурно-оздоровительных центрах. К периоду итогового обследования в КГ ситуация достоверно не изменилась, тогда как в ЭГ у всех категорий специалистов повысились величины по данному индикатору.

Относительно волонтеров следует отметить, что на констатирующем этапе и в КГ, и в ЭГ в данную группу входили практически исключительно: дети и учащаяся молодежь, приобщенная к занятиям спортом; трудящиеся из сферы физической культуры и спорта; пенсионеры, ранее трудившиеся в сфере физической культуры и спорта. При проведении итогового обследования выяснилось, что в КГ указанная содержательная специфика волонтеров сохранилась, тогда как в ЭГ данную группу пополнили дети и взрослые, не связанные со спортивной деятельность, работой в сфере физической культурой и спортом.

**Заключение.** Анализ диагностических данных, полученных по завершению проведенной эксперимента, сравнение их с исходными показателями, зафиксированными по выбранным индикаторам, содержательная интерпретация статистического материала позволяет констатировать эффективность предложенной системы мотивационно-просветительской работы. При этом обработка данных объективировала ряд аспектов, требующих дальнейших мер, связанных с совершенствованием физического воспитания обучающихся старшей школы; усилением мотивированности детей к физкультурно-активной организации досуга. Однако в целом предложенная деятельность может быть тиражирована, что требует разработки соответствующих методических и практических рекомендаций.

**Список литературы**

1. Магомедов, Р.М. Реализация воспитательного потенциала физической культуры в социально нестабильных регионах (на примере Республики Дагестан): автореф. дисс. …канд. пед. наук / Р.М. Магомедов. – Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2013. – 26 с.

2. Миронов, А.О. Формирование мотивационной структуры стимулов для занятий физической культуры / А.О. Миронов, А.А. Шашков // Новая наука: проблемы и перспективы. 2016. № 67. С. 130–132.

3. Османов, Р.З. Формирование физической культуры личности обучающихся на основе соуправления процессом физического воспитания: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04 / Р.З.Османов. – Майкоп: АГУ, 2013. – 174 с.

4. Правительство Российской Федерации. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. Распоряжение от 24 ноября 2020 г. № 3081–р.

5. Сайфитова А.Т., Высотин С.А. Отрицательные стороны занятий физической культурой у детей и подростков / А.Т. Сайфитова, С.А. Высотин // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 1. – С. 30.

6. Селиванова, З.К. О современных трансформациях соотношения способов проведения свободного времени старшими подростками / З.К.Селиванова // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально–экономические науки. 2021. № 4. С. 100–110.

7. Соболева, А. В. Проблема мотивации при активном формировании интереса к занятиям спортом / Соболева А. В., Кремнева Н. Н., Румянцева Е. В. Проблема // Спортивный психолог. 2006. № 2 (8). С. 33–36.

**УДК 796.035**

# АЭРОЙОГА КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЖЕНЩИН 20–30 ЛЕТ

М.А. Маринович, А.А. Маркова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В последние десятилетия аэройога (антигравитационная йога) получила широкое распространение среди женщин молодого возраста благодаря своей уникальной методике, сочетающей элементы традиционной йоги, пилатеса и акробатики. Цель данной работы – изучить влияние аэройоги на организм девушек в возрасте 20–30 лет, изучить физические, психоэмоциональные и физиологические изменения, которые происходят при регулярной практике.

**Ключевые слова:** аэройога, физическое здоровье, психоэмоциональное состояние, женщины 20–30 лет.

Аэройога или антигравитационная йога – сравнительно новое направление в фитнесе, сочетающее элементы традиционной йоги, пилатеса и воздушной акробатики. Практика выполняется с использованием гамаков, подвешенных к потолку, что позволяет выполнять различные асаны (позы) с поддержкой и возможностью работы с гравитацией. Одной из основных целей аэройоги является укрепление мышечного корсета. Исследования показывают, что при выполнении упражнений с поддержкой гамака включаются в работу мышцы кора, мышцы рук, спины и ног, что способствует формированию гармоничного телосложения, улучшению мышечного тонуса и развитию силы, за счет работы с весом собственного тела [2,4].

Данное направление включает множество упражнений на растяжку, позволяющих повысить гибкость и мобильность суставов, что особенно важно для молодых женщин. Гамак поддерживает тело, обеспечивая дополнительную устойчивость при растяжении мышц, что снижает риск травм и позволяет выполнять более сложные элементы [6].

Учеными в области физической культуры, рассматриваются физиологические и психологические аспекты влияния аэройоги на организм женщин.В положении, когда тело висит в гамаке, гравитация оказывает противоположное действие на позвоночник, растягивая его и увеличивая пространство между позвонками. Этот эффект напоминает тракцию (растяжение), применяемую в физиотерапии для снятия боли и напряжения, он особенно полезен для поясничного отдела, который часто перегружен из-за длительного сидячего положения. Декомпрессия помогает уменьшить сдавливание нервных окончаний, что может облегчить боли, вызванные межпозвоночными грыжами и другими патологиями позвоночника [1].

Как и другие формы физической активности, аэройога оказывает положительное влияние на психоэмоциональное состояние, благодаря снижению уровня кортизола – гормона стресса. Исследования показывают, что занятия аэройогой способствуют увеличению уровня эндорфинов, что приводит к улучшению настроения и общему эмоциональному благополучию, помогают справляться с тревожностью и улучшают качество сна [3].

За счет увеличения кровообращения нормализуется работа сердечно-сосудистой системы, повышается уровня кислорода в тканях и улучшается общая выносливость. Хотя аэройога не является высокоинтенсивной кардионагрузкой, она позволяет улучшить общее состояние сердца и сосудов благодаря активной работе с мышцами и дыхательными практиками.

Занятия в подвешенном состоянии улучшают работу вестибулярного аппарата и координацию движений, так как тело постоянно адаптируется к нестабильному положению. Это способствует развитию равновесия и координации, что особенно важно для женщин, так как улучшение этих навыков снижает риск падений и травм в будущем. Несмотря на многочисленные положительные аспекты аэройоги, следует учитывать и возможные риски. Практика требует осторожности и начальной подготовки, особенно для женщин, ранее не занимавшихся физической культурой.

Таким образом, аэройога оказывает значительное положительное влияние на физическое и психоэмоциональное состояние женщин первого зрелого возраста. Она способствует укреплению мышц, улучшению гибкости, коррекции осанки, а также снижению уровня стресса и улучшению настроения. В перспективе аэройога может стать важным элементом комплексного подхода к поддержанию здоровья и улучшению качества жизни женщин молодого возраста.

**Список литературы**

1. Евтых С. А., Филимонова О. С. Сравнительный анализ влияния занятий фитнес-йогой и аэройогой на физическое состояние женщин 30-35 лет //Физическая культура, спорт-наука и практика. – 2023. – №. 1. – С. 3-7.

2. Кудяшева А. Н. и др. Влияние занятий аэройогой на физическую подготовленность девушек 20-25 лет //Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2022. – №. 6 (208). – С. 215-218.

3. Никитина, Я. А. Программа физкультурно-оздоровительных тренировок женщин 25-30 лет, направленная на профилактику нарушений функционирования опорно-двигательного аппарата / Я. А. Никитина, Е. Ф. Зайцева, А. Г. Гонежук // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2020. – № 4(268). – С. 88-95.

4. Селиверстова Г. С., Учасов Д. С. Аэройога как средство оздоровительной физической культуры //Наука-2020. – 2017. – №. 2 (13). – С. 112-117.

5. Сударь, В. В. Влияние функционального тренинга на физическую подготовленность девушек 18-20 лет / В. В. Сударь, А. С. Остапчук // Познание и деятельность: от прошлого к настоящему: Материалы III Всероссийской научной конференции, Омск, 11 ноября 2021 года. –2021. – С. 147-149.

**УДК 796.035**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАЛАНСБОРДА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

М.А. Маринович[1], А.В. Куча[1], А.В. Деговцева[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Детский сад комбинированного вида № 123, г. Краснодар

**Аннотация.** В статье рассматриваются преимущества использования балансборда как эффективного спортивного инструмента, используемого для развития координационных способностей у детей, включая дошкольников. Его уникальные свойства позволяют развивать равновесие, ориентацию в пространстве и быстроту реакции.

**Ключевые слова:** балансборд, дети дошкольного возраста, координационные способности.

Физическое развитие детей дошкольного возраста является основой формирования крепкого здоровья и успешной адаптации к активной деятельности. В этом периоде закладываются основные навыки координации, баланса и моторики. Развитие координационных способностей на раннем этапе жизни положительно влияет на физическую активность, самоконтроль и уверенность в себе у ребенка. Развитие координации движений, баланса и укрепление мышечного аппарата важно на этапе дошкольного детства, когда организм наиболее податлив для освоения новых навыков.

В 60-х годах XX века, прошлого столетия американский педагог Фрэнк Бильгоу выявил закономерность, заключающуюся в том, что школьники, на переменах выполнявшие физические упражнения, связанные с балансировкой, более успешны при изучении и прохождении школьной программы, а их коммуникативные навыки гораздо выше, чем у других сверстников. В дальнейшем, он придумал достаточно простое, но в тоже время эффективное приспособление, которое в дальнейшем было названо «Доска для мозжечковой стимуляции Бильгоу».

Балансборд – это уникальный инструмент, который позволяет активно развивать баланс, улучшая при этом концентрацию внимания и способность к быстрой координации движений. Он представляет собой плоскую платформу с неустойчивым полукруглым основанием.

Выполняя упражнения на балансборде, дети учатся контролировать положение тела в пространстве, развивают устойчивость и точность движений. Постоянная работа над удержанием баланса помогает улучшить вестибулярную систему, что снижает вероятность укачивания и улучшает ориентацию в пространстве. При выполнении упражнений на нестабильно платформе, задействуются как основные группы мышц, в том числе мышцы спины, живота и ног, так и мелкие мышцы-стабилизаторы.

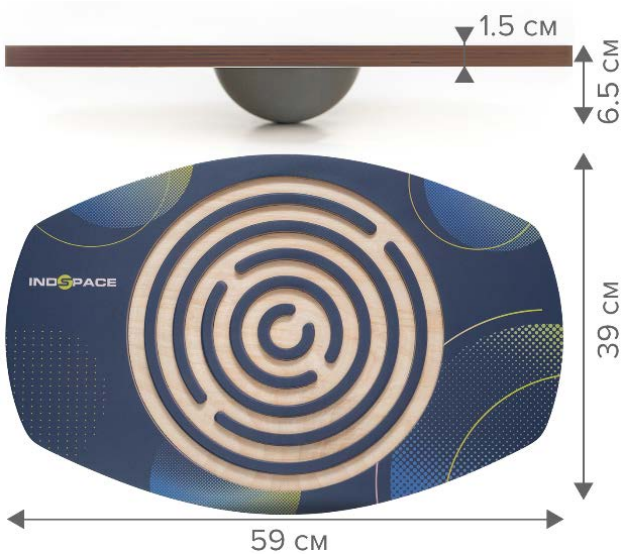


Рис. Устройство балансборда

Уже с раннего дошкольного возраста у детей развивается способность удерживать равновесие, точность движений и пространственное восприятие. Однако, для достижения этого необходимы упражнения, которые стимулируют одновременно несколько сенсомоторных систем:

- зрительная и слуховая координация;
- проприоцепция (чувство положения тела);
- работа вестибулярного аппарата.

Упражнения на балансборде требуют постоянного удержания центра тяжести, что развивает устойчивость и баланс. Дети учатся быстро реагировать на изменения положения тела, поддерживая равновесие, что положительно влияет на каждую из этих систем, способствуя их комплексному развитию.

Работа на балансборде требует быстрого реагирования на движения доски, что способствует развитию реакции. Дошкольники, занимающиеся на балансборде, учатся быстрее корректировать свое положение, адаптироваться к изменениям и мгновенно выполнять требуемые действия, что способствует улучшению пространственного восприятия и ориентации, помогая ребенку понять свое положение относительно окружающих объектов.

Балансборд требует от ребенка работы сразу нескольких мышечных групп, что способствует координации движений рук и ног, а также синхронизации работы мышц тела.

Использование балансборда в физическом воспитании дошкольников является эффективным средством для развития координационных способностей и улучшения равновесия. Регулярные занятия на балансборде способствуют укреплению мышечного тонуса, улучшению пространственной ориентации и развитию реакции, что является важным вкладом в общее физическое развитие ребенка.

**Список литературы**

1. Ларьков Р. Р., Пахнутова Л. В. Об использовании деревянных балансировочных досок //Редакционная коллегия. – 2022. – С. 343.

2. Манакова, Я. А. Организация физкультурных занятий с девочками 5-6 лет на основе средств фитнеса / Я. А. Манакова, М. А. Маринович // Право, история, педагогика и современность: Сборник статей V Международной научно-практической конференции, Пенза, 30–31 января 2024 года. – Пенза: Пензенский государственный университет, 2024. – С. 146-151.

3. Мельникова, Е. С. Оптимизация средств профилактики нарушений осанки на занятиях лечебной физической культурой с детьми дошкольного возраста / Е. С. Мельникова, А. С. Полубедова // Поиск (Волгоград). – 2023. – № 1(14). – С. 70-72.

4. Ончукова, Е. И. Содержание работы по повышению двигательной активности детей раннего возраста с использованием элементов детского фитнеса в условиях ДОУ / Е. И. Ончукова, О. С. Трофимова // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2019 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2019. – С. 243-244.

5. Романенко, Н. И. Развитие физических качеств детей 5-6 лет с использованием средств фитнеса / Н. И. Романенко, В. А. Михитарова // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – С. 299-300.

6. Сударь, В. В. Эффективность применения средств фитнеса в процессе подготовки к обучению в школе детей 6-7-летнего возраста / В. В. Сударь // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 11 апреля 2023 года / Редколлегия: Е.М. Бердичевская, Н.И. Дворкина, И.Н. Калинина, С.П. Лавриченко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 126-130.

**УДК 796.015.68(075)**

# ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ МОНИТОРИНГА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Е.Д. Митусова, Д.А. Чайченко
Государственный социально-гуманитарный университет, г. Коломна, Россия

**Аннотация.** Разработана информационно-аналитическая система сбора данных о физиологическом состоянии обучающихся.Результаты проведенного исследования позволили получить физиологический портрет и анализ мониторинга здоровья студенческой молодежи. В ходе обследования с помощью системы скрининга сердца «Кардиовизор» нами рассмотрены основные результаты замеров и определение уровня и особенностей характеристик вариабельность сердечного ритма (наличие или отсутствие аритмии, состояние проводящей системы сердца), функциональное состояние регуляторных систем организма.

**Ключевые слова:** кардиовизор, показатели, мониторинг, динамика, студенты, физическая культура, двигательная активность.

Цель исследования – провести мониторинг физического здоровья студентов педагогического вуза.

Задачи исследования. Разработать информационно-аналитическую систему сбора данных о физиологическом состоянии обучающихся.Оценить и описать с помощью системы скрининга сердца «Кардиовизор» показатели: ритм сердца (частота сердечных сокращений – ЧСС), вариабельность сердечного ритма (наличие или отсутствие аритмии, состояние проводящей системы сердца), функциональное состояние регуляторных систем организма.

Методика и организация исследования. Проводимое нами педагогическое исследование состояла из двух частей: измерительной – практико-ориентированной на выявление результатов морфофукциональных тестирований. Функциональная диагностика проводилась среди студентов ГСГУ (Государственного социально-гуманитарного универститета) г. Коломна, Московская область. В констатирующем педагогическом эксперименте приняли участие обучающиеся первого и второго курсов в общем количестве 240 человек (120 юношей и 120 девушек). Пилотный проект начался в 2023/24 учебного года. В основу методологии и методик разработанности легли методы :педагогического наблюдения, аппаратное тестирование на на InBody, кардиовизор, статистическая обработка полученных результатов. Исследование включало: динамометрию; спирометрию; аппаратное исследование на компьютеризированной системе скрининга сердца «Кардиовизор»; тест InBody 270 (InBody Test),

анкетирование; визуальная и пальпаторная оценка состояния опорно-двигательного аппарата (далее ОДА);плечевой индекс - оценка наличия или отсутствия кифотической осанки; определение глубины шейного лордоза (шейный лордоз в норме – от 1,5 до 2 см,гиполордоз (уплощение в шейном отделе позвоночника) – менее 1,5 см, гиперлордоз (усиление физиологического изгиба в шейном отделе позвоночника) – более 2 см); оценка поясничного лордоза (поясничный лордоз в норме – 5 см, сглаживание лордоза – менее 5 см, гиперлордоз – больше 5 см); оценка расположения пяточных костей относительно ахиллова сухожилия (норма – вертикальное положение (нейтральная позиция); завал стопы на внутренний край – вальгус; завал стопы на внешний край – варус).

*Результаты исследования и их обсуждение***.** В ходе обследования с помощью системы скрининга сердца «Кардиовизор» определены основные критериальные и оценочные данные: ритм сердца ЧСС, вариабельность сердечного ритма (наличие или отсутствие аритмии, состояние проводящей системы сердца), функциональное состояние регуляторных систем организма. В результате обследования получены данные:

- Частота сердечных сокращений находится в пределах нормы (60–80 уд/мин) у 27 % обследованных, отклонения наблюдаются в сторону уменьшения ЧСС (умеренная брадикардия) у 2,5 % обследованных и в сторону увеличения ЧСС (умеренная тахикардия, в среднем, 85 уд/мин) у 70,5 % обследованных. С учетом того, что средний возраст обследуемых составил 18–19 лет, высокий процент обучающихся с признаками тахикардии можно объяснить несовершенством симпато-адреналовой системы и продолжающимся периодом физиологического развития и совершенствования нервной и эндокринной систем.
- Вариабельность сердечного ритма в норме у 77 % и имеет умеренные отклонения у 23 % обследованных, что может носить функциональный характер и требует динамического наблюдения.
- Уровень морфофункциональных критериальных показателей регуляторных систем в состоянии норма – 3,8 % обследованных; ***донозологическое состояние*** наблюдается у одной четвертой процента 24 % студенческой молодежи, что обуславливается незначительным напряжением основных механизмов в организме, при этом трудоспособность сохраняется и не изменяется в нижний предел критериального показателя обследованных; ***преморбидное состояние*** у одной третьи обучающейся молодежи первого и второго курса педагогического вуза диагностировано у 37 % обследованных это состояние, между здоровьем и болезнью, для которой характерны повышенная вероятность развития заболевания с накоплением дезадаптационных изменений в организме в сочетании с мобилизацией его защитных реакций; срыв адаптации, для которого характерна недостаточность защитно-приспособительных механизмов, их неспособность обеспечить адекватную реакцию организма на воздействие факторов окружающей среды наблюдался в 25,6 % случаев. Результаты обследования и

заключения по итогу обследования на системе «Кардиовизор» были внесены в индивидуальные карты студентов (рис. 1).

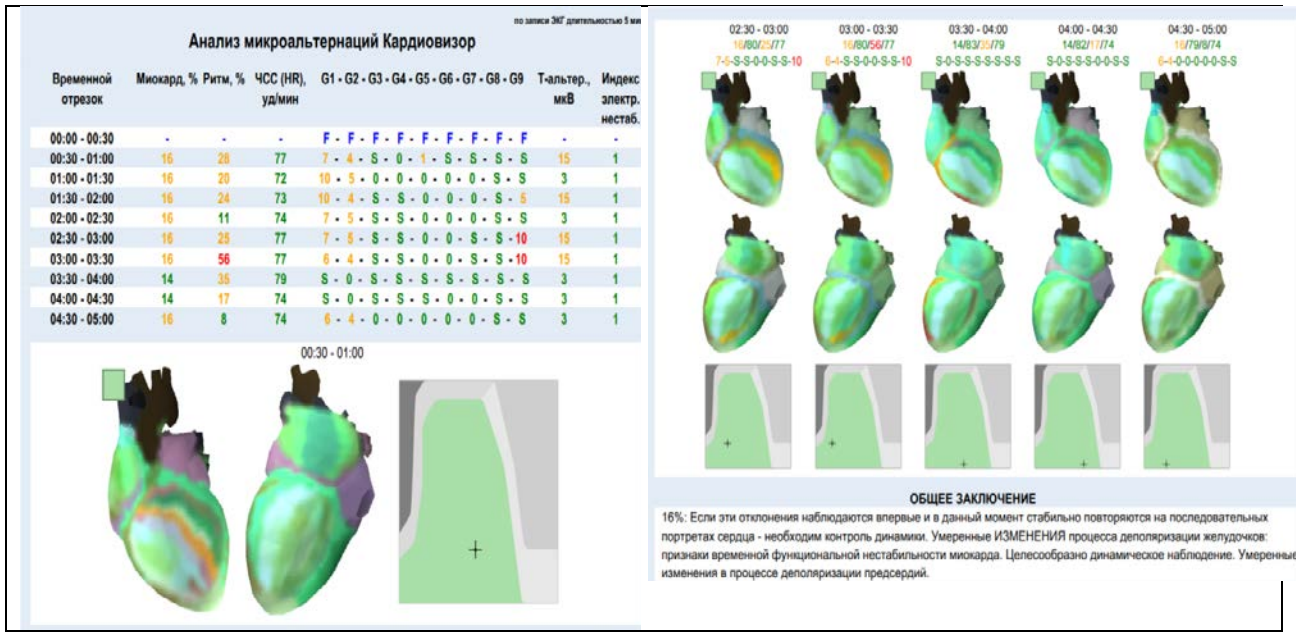



Рисунок 1 – Результаты обследования «Кардиовизора»

Динамика двигательной активности от первого курса ко второму, уменьшается. Если на первом курсе у юношей двигательная активность составляла 9700±3200, девушки 7650±2545., то на втором курсе произошло уменьшение 8500±2200, девушки 6500±1500. По предварительным итогам превышение массы тела наблюдается у одой пятой студентов – 23 %, и может рассматриваться как недостаточность активности жирового обмена. В этой связи показатель результативности в практических дисциплинах, при выполнении контрольных нормативов в разделе программ «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка» отрицательно сказывается на показателях выносливости и энергетического обмена. Этот параметр свидетельствует о неготовности студента испытывать постоянные или интенсивные физические нагрузки [2]. Обстоятельства сводятся к следующим выводам: «не хватает времени» (49,2 %); «нет желания» (27,3 %); «нет компании» (15,3 %); «затруднения по здоровью» (8,2 %).Функциональная диагностика жизненный объем легких (ЖЕЛ) – в норме 35 %, ниже нормы у 65 %. Результаты динамометрии – ниже нормы 45 %, норма – 53 %, выше нормы – 2 %. Плечевой индекс – наличие сутулости – 35 %, отсутствие кифозной сутулости – 65 %. Глубина шейного лордоза – норма – 59 %, уплощение в шейном отделе позвоночника 22 %, усиление в шейном отделе позвоночника – 19 %. Поясничный лордоз – в норме – 59 %, гиперлордоз – 11 %, сглаживание – 30 %. Расположение пяточных костей – плоскостопие – разной степени – 67 %, в норме – 33 %. По результатам тестирования на InBody студентам рекомендовано: соблюдение питьевого баланса воды, увеличение массы мышц (за счет физических упражнений) и снижение

уровня висцерального жира в организме;контроль уровня потребляемых калорий в день с помощью коллоризатора; из отчета по результатам теста обучающиеся узнали, сколько килограммов им нужно сбросить/набрать до идеального веса;в норме ли их метаболизм. Индивидуально, каждый студент подучил рекомендации по соблюдению режима сна и бодрствования, режима питания, профилактике стресса, регулярным умеренным физическим нагрузкам. Некоторым студентам (4 %) была дана дополнительная рекомендация – пройти полное обследование сердца и осуществлять динамическое наблюдение за его состоянием.

**Вывод.** Наличие у студентов первого и второго курсов физической активности только на учебных занятиях мало меняет уровень физических возможностей студентов. В этой связи рекомендованы регулярные занятия в секциях студенческого спортивного клуба. Вариабельность сердечного ритма в норме у 77 % и имеет умеренные отклонения у 23 % обследованных, что может носить функциональный характер и требует динамического наблюдения. По результатам индивидуальных карт студентов состоялась практическая консультация, показаны корригирующие упражнения для стоп, различные виды дыхательной гимнастики. По итогам проведенного исследования и мониторинга здоровья обучающейся молодежи разработаны индивидуальные карты программы оздоровительных занятий. Каждый из студентов после учебного процесса посещает элективные курсы, направленные на дыхательную гимнастику, занятия восточно-оздоровительными видами гимнастики, шейпинг, спортивные игры.

**Список литературы:**

1. Головина Е.А. Оценка физического состояния студентов первого курса / Е.А. Головина, Ю.В. Гуренко, О.Б. Томашевская, С.С. Романов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2020. – Вып. 9. – С. 14–20.

2. Грачев А.С. Изучение двигательной активности студентов различных специальностей / А.С. Грачев, Е.В. Гавришова // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 5. – С. 176.

3. Митусова Е.Д. Информационно-спортивные технологии, применяемые студенческой молодежью/ Е.Д. Митусова, Л.А. Симонян //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. –2023. – № 4. С. 24.

4. Шукаева А.В. Структура и содержание воспитательной работы вуза физической культуры /Шукаева А.В., Митусова Е.Д. Педагогическое образование и наука. 2023. № 6. С. 102–106.

**УДК 379.8: 796**

# ЭМПИРИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФАКТОРОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЫХ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ

Н.А. Михайлюк
Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации,
г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** На становление здорового образа жизни граждан влияет множество фактором, которые могут различаться для разных демографических групп. При проектировании системы физкультурно-оздоровительной работы с трудящимся населением необходимо учитывать все социально-демографические факторы, определяющие специфику образа жизни. Их выявление составило цель проведенного исследования. Результатом стало эмпирическое определение значимых субъективных и объективных параметров обза жизни молодых сотрудников правоохранительных органов, важных для проектирования их физкультурно-оздоровительной активности.

**Ключевые слова:** образ жизни, факторы здорового образа жизни, двигательная активность, трудящаяся молодежь, физкультурно-оздоровительные потребности, эмпирические данные.

Важность систематической двигательной активности личности для обеспечения устойчивой работоспособности, творческого трудового долголетия признана всеми учеными и подтверждена практикой [1, 2, 3]. Тем не менее, в настоящее время отмечается недостаточная вовлеченность трудящихся, включая трудящуюся молодежь, в физкультурно-оздоровительную деятельность практики [3, 6]. К числу причин относятся как объективные (особенности организации и условий труда и пр.), так и субъективные (двигательные интересы, традиционно сложившийся образ жизни и пр.) факторы [3, 4, 5]. Ввиду значительной специфики данных факторов и для индивидуумов, и для социально-демографических, профессионально-трудовых и пр. групп, важным представляется эмпирический анализ реальных характеристик образа жизни и физкультурно-оздоровительных интересов, как детерминантов становления здорового образа жизни (ЗОЖ) молодых сотрудников правоохранительных органов.

Эмпирическое исследование было организовано для специфической группы трудящейся молодежи – молодых (стаж работы до 10 лет) сотрудников правоохранительных органов (г. Краснодар). Респонденты (50 человек) были условно дифференцированы на социально-демографические групп по гендерному (мужчины – 32 чел., женщины – 18 чел.) и семейному (семейные – 28 чел., несемейные – 22 чел.) признакам.

Исследование проводилось в форме анкетирования, в ходе которого респондентам предлагалось оценить:

- параметры трудовой занятости и характер их влияния на образ жизни – среднегодовая величина дохода, стабильность дохода, нормированность рабочего графика, продолжительность рабочего времени, социальные гарантии, характер профессиональной ответственности (индивидуальная, групповая); варианты оценки – способствует, препятствует или не влияет на ведение ЗОЖ;

- индивидуальные индикаторы образа жизни – удобный режим труда, оптимальная длительность рабочего дня, систематичность отдыха (в течение дня, недели, года), характер досуга (эмоциональная насыщенность, физкультурно-оздоровительная активность), эффективность отдыха (в конце дня, недели, года); оценивались по 10-балльной шкале;

- структура и содержание досуга – объем личного свободного времени (в будние дни, в выходные дни), типичные занятия в свободное время (в будние дни, в выходные дни), субъекты бытовой заботы (в будние дни, в выходные дни), привлекательные формы физкультурно-оздоровительного отдыха, готовность оптимизировать содержание досуга, общения в его процессе и причины этого, степень развлекательности и эмоциональной позитивности досуга, готовность увеличить время физкультурно-активного отдыха; свободные ответы;

- мотивационные факторы здорового образа жизни и физической активности – цели физкультурно-оздоровительной активности, возможные побудители двигательной активности, привлекательные формы двигательной активности, привлекательное содержание физической рекреацией и фитнесом, источники физкультурно-оздоровительной информации, преимущественные способы коммуникации; свободные ответы.

Обработка результатов анкетирования, анализ данных относительно отдельных дихотомий позволила заключить следующее.

1) Параметры трудовой занятости и характер их влияния на образ жизни молодых сотрудников правоохранительных органов:

– мужчины более критично, чем женщины, оценивают оптимальность для ЗОЖ уровня доходов и режима труда; женщины чаще признают, что величины доходов практически не влияют на ведение ЗОЖ;

– несемейные респонденты чаще признают положительное влияние их уровня доходов и режима труда (продолжительности рабочего времени) на ведение ЗОЖ, семейные – соответственно, отрицательное влияние данных параметров, а также характера профессиональной ответственности.

2) Индивидуальные индикаторов здорового образа жизни молодых сотрудников правоохранительных органов:

– мужчины ниже, чем женщины, оценивают удобство режима труда для ведения ЗОЖ, женщины – ниже, чем мужчины, оценивают длительности рабочего времени с позиции возможностей ведения ЗОЖ; по обоим индикаторам семейные респонденты более критичны, чем несемейные;

– все дихотомии отмечают низкую систематичность отдыха в течение дня, невозможность полноценно восстановить силы;

– насыщенность и эффективность отдыха в течение недели и года выше оценили мужчины и несемейные респонденты, а его систематичность – женщины и семейные граждане;

– эмоциональная насыщенность и физкультурная активность досуга у представителей всех дихотомий оценена на среднем уровне, что определяет важность решения данной задачи.

3) Структура и содержание досуга молодых сотрудников правоохранительных органов:

– критичная недостаточность времени, отводимого на рационально организованный физкультурно-оздоровительный отдых, у всех дихотомных групп, особенно выраженная у женщин и несемейных респондентов;

– неудовлетворенность подавляющего большинства респондентов, безотносительно конкретных дихотомных групп, степенью разнообразия досуга, потребность в повышении его эмоциональной позитивности и насыщении физкультурно-оздоровительными практиками – при мотивационной неготовности к соответствующему изменению образа жизни;

– значительное варьирование социально-коммуникативных ожиданий и предпочтений, связанных с включением в физкультурно-оздоровительный отдых, у респондентов вне зависимости от принадлежности к конкретной дихотомной группе.

4) Мотивационные факторы здорового образа жизни и физической активности молодых сотрудников правоохранительных органов:

– общими для всех респондентов ключевыми мотиваторами включения в физкультурно-активный отдых являются удовольствие от содержания двигательной активности, достижение личных целей двигательной активности, возможность выбирать время и периодичность, формы и содержание занятий; удовольствие от физических нагрузок больше свойственно мужчинам, нежели женщинам, и несемейной молодежи по сравнению с семейной;

– наиболее привлекательными видами физической рекреации являются оздоровительные прогулки и подвижные игры (в первую очередь, для семейной молодежи, преимущественно, женщин); оздоровительные походы привлекают, преимущественно, несемейную молодежь, спортивные конкурсы/соревнования – семейных мужчин, а спортивные игры – несемейных женщин;

– разные демографические дихотомии демонстрируют различные предпочтения в области фитнес-программ: занятия на тренажерных устройствах и занятия в спортивных секциях более привлекательны для мужчин и для бессемейной молодежи, занятия йогой, пилатесом, стретчингом, аэробикой, каланэтикой и т.п. – только для женщин (как замужних, так и нет); занятия плаванием и аквааэробикой одинаково высоко популярны для всех;

– основные источники информации относительно содержания, значения и способов организации физкультурно-оздоровительного досуга и способы коммуникации для всех респондентов прочно связаны с использованием ИКТ, интернета.

Вышеприведенные данные позволяют заключить, что для обеспечения полноценного включения трудящейся молодежи (а именно, молодых сотрудников правоохранительных органов) в физкультурно-оздоровительный досуг необходимо:

– дифференцировать режимы организации физкультурной активности для разных подгрупп по семейному статусу;

– оптимизировать индивидуальные режимы труда и отдыха, специфические для мужчин и женщин, для семейных и несемейных граждан;

– особое внимание уделять организации эмоционально позитивного и содержательно насыщенного активного отдыха в течение дня;

– дифференцировать направления деятельности по обеспечению систематичности, насыщенности и эффективности отдыха для дихотомных групп (в течение недели – для женщин и семейных граждан, в течение года – для мужчин и несемейных граждан);

– дифференцировать и индивидуализировать организационные формы физкультурно-оздоровительного досуга в соответствии с варьирующими социально-коммуникативных ожиданиями и предпочтениями в сфере двигательной активности;

– обеспечить здоровье-поддерживающую эффективность двигательной активности в свободное время, способствовать сохранению хорошего настроения и хорошего внешнего вида, позитивного эмоционального состояния;

– использовать данные относительно общих и специфических мотивов и мотивационных факторов для проектирования как универсального, так и дифференцированного содержания физкультурно-оздоровительного досуга для молодых сотрудников правоохранительных органов.

**Список литературы**

1. Густомясова, Е.В. Обеспечение устойчивости профессиональной работоспособности трудящихся 35–45 лет средствами физической культуры: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.В. Густомясова. – Челябинск: Ур. гос. ун-т физкультуры, 2011. – 207 с.

2. Ермакова, Е.Г. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм / Е.Г.Ермакова, В.М.Паршакова, К.А.Романова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 3. С. 71–73.

3. Киреева, А.В. Инновационные технологии как основа организации физкультурно-оздоровительной деятельности работников современного предприятия / А.В.Киреева, И.В.Антипенкова // Состояние и перспективы технического обеспечения спортивной деятельности. Сборник материалов VII Международной научно-технической конференции. – Минск, 2021. – С. 47–50.

4. Корчагин, Ю.А. Российский человеческий капитал: фактор развития или деградации: монография / Ю.А.Корчагин. – Воронеж: ЦИРЭ, 2005. 252 с.

5. Курышова Л.Н., Федосеева М.В. Факторы социального самочувствия населения региона // Огарев–online. 2020. № 9. С. 1–8.

6. Хазова, С.А. Теоретический анализ современных проблем функционирования физической культуры в обществе / С.А.Хазова, А.Х. Мамадиев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2020. Вып. 1. С. 40–51.

**УДК 796.06**

# ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА ЭЛЕТРОМИОСТИМУЛЯЦИИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ

Н.В. Надежина, Н.Е. Поберий, П.Е. Поберий
Азово-Черноморский инженерный институт,
филиал Донского государственного аграрного университета, г. Зерноград, Россия

**Аннотация.** Выявлены пути перехода в сферу физической культуры и спорта инвентаря и оборудования из смежных здоровьесберегающих сфер жизни. Рассмотрено воздействие аппаратов электромиостимуляции на тренировочные эффекты при сочетанном использовании с упражнениями. Определено повышение интереса студентов к физкультурным занятиям при вовлечении их в научно-исследовательскую работу.

**Ключевые слова:** оздоровительная работа, силовые тренировки, студенты, научная работа, электромиостимуляция (ЭМС).

Темпы активности окружающего нас мира заставляют наших современников стремиться к получению эффективных итогов работы в минимальные промежутки времени. Это происходит во всех направлениях деятельности, в том числе в спортивной и оздоровительной тренировке. Если перефразировать олимпийский девиз применительно к сфере фитнеса, то все клиенты этой огромной индустрии хотят быть стройнее, сильнее и быстрее. Причем под словом «быстрее» они имеют в виду не свои скоростные способности, а скорость получения желаемых результатов. Исследователи спорта во всем мире постоянно ищут способы оптимизации тренировочного процесса, обращая внимание, в том числе, на все возможные новинки научно- технического прогресса. Так, например, в тренировочный арсенал попали механические тренажеры, дающие изолированную нагрузку на отдельные группы мышц. Хотя изначально они были разработаны для реабилитации военнослужащих после второй мировой войны. А сейчас в любом фитнес-центре это оборудование с успехом используется всеми желающими, и иногда оно даже более популярно сред занимающихся, чем так называемые «свободные веса» [2]. Примерно такой же путь из восстановительной медицины в спорт и фитнес прошли аппараты электромиостимуляции [1]. Изначально электромиостимуляция (ЭМС) использовалась как замена гимнастики для лежачих больных, у которых нет возможности получать активные физические нагрузки естественным способом, а также применялась для восстановления тонуса мускулатуры космонавтов после длительного пребывания в невесомости. Чуть позже аппараты ЭМС заняли свое место в спортивной медицине и индустрии

красоты [4] и приобрели большую популярность среди пользователей. На наш взгляд, все «чудо-свойства» этих несомненно полезных приборов условно можно разделить на две группы: лечебно-оздоровительные (тонизирование мышц при заболеваниях нервной системы, профилактика атрофии мышц при травмах, расслабление и восстановление после нагрузки, снятие болевого синдрома) и косметические (небольшой антицеллюлитный эффект, лимфодренаж, умеренное увеличение объема мышц, умеренный липолиз).

Из-за высокой стоимости и дефицита приборов некоторое время эти процедуры были доступны только в физиотерапевтических кабинетах. Однако начало активной эксплуатации полупроводников дало старт широкому распространению миостимуляции. Появилась возможность использовать ее в домашних условиях, на рынке появились удобные в использовании портативные миостимуляторы разных моделей. Некоторые из них крепятся на тело целиком, как знаменитая модель «бабочка», другие имеют 1-2 пары проводных электродов. Их плюсами являются простота в обращении и возможность использования в удобное время и в любом месте. Минусы – необходима частая замена элементов питания и небольшая мощность в сравнении с профессиональными стационарными аппаратами. Большие стационарные аппараты с питанием от сети, разумеется, мощнее и эффективнее, имеют по 10 пар электродов, настраиваемую силу воздействия, различные режимы работы. Их популярность определяется также использованием дополнительных функций, таких как высокочастотный вибрационный массаж, электролиполиз и лимфодренаж.

Не только большой спорт и фитнес требуют постоянного обновления и интенсификации своих процессов. В образовательных учреждениях перед учителями и преподавателями физической культуры также постоянно стоит целый ряд достаточно непростых применительно к современным подросткам и юношеству задач. От нас требуется тренировать, оздоравливать, формировать осознанное отношение, привлекать к науке, воспитывать патриотизм и целый ряд других положительных качеств личности [5, 6]. И все это существенно осложняется тем, что современная молодежь несколько избалована идеями так называемого бодипозитива, рекламой с идеями, что все достойны лучшего и идеями психологов принимать себя, как есть.

**Цель исследования** – ввести в образовательный процесс новое современное оборудование, доказать его оздоровительный эффект, оптимизировать интерес студентов к тренировкам и научной работе.

**Организация исследования**. Нашей исследовательской группой был проведен небольшой эксперимент, с целью выяснить, что эффективнее влияет на тонус мышц – упражнения или электростимуляция. В нашем исследовании мы использовали аппарат для миостимуляции и электролиполиза VY-1000 (производства ООО «ФОТОН», г. Санкт-Петербург), представлен на рисунке 1.



Рисунок 1 – Аппарат для миостимуляции и электролиполиза VY-1000

В исследовании приняли участие 12 человек, юноши в возрасте от 20 до 23 лет, практически здоровые, занимающиеся в основной физкультурной группе, не имеющие противопоказаний к процедуре ЭМС.

В течении трех учебно-тренировочных занятиях по элективной физической культуре испытуемые целенаправленно занимались тренировкой мышц туловища, в частности косых и прямой мышцы живота. Кроме этих групп мышц нагружали и другие, но различные в разные дни, только пресс и талию все три дня подряд. Нагрузка на эти мышцы давалась в течении двадцати минут. До и после нее измеряли окружность талии. Была выдвинута рабочая гипотеза, что мышцы после нагрузки приходят в состояние б*о*льшего тонуса, окружность талии становится меньше, нашей задачей было выяснить количественные показатели этих предполагаемых изменений.

На первом занятии нагрузка упражнениями целенаправленно на мышцы пресса не давалась, только электростимуляция в течение двадцати минут.

На втором занятии в течение того же времени выполнялся комплекс упражнений с собственным весом: подъемы прямых ног в упоре на брусьях, подъемы туловища на наклонной скамье, повороты туловища на наклонной скамье, подъемы согнутых ног со скручиванием в упоре на брусьях, «планка», имитация бега в положении упор лежа. Упражнения выполнялись методом круговой тренировки в таком режиме: 1 мин работы +30 сек. отдыха между упражнениями +2 мин. отдыха между кругами, два круга.

На третьем занятии было выполнено сочетание двух видов нагрузки: упражнениями в один круг, как на втором занятии, и миостимуляцией. Время работы составило девять и одиннадцать минут соответственно.

Результаты измерений представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Измерения в ходе эксперимента

| №№ | Только ЭМС | | Только упражнения | | ЭМС + упражнения | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | до | после | до | после | до | после |
| 1 | 74 | 72 | 74 | 73 | 75 | 73 |
| 2 | 73 | 72 | 72 | 72 | 73 | 72 |
| 3 | 84 | 83 | 85 | 84 | 85 | 84 |
| 4 | 75 | 73 | 75 | 74 | 75 | 74 |
| 5 | 72 | 71 | 72 | 72 | 72 | 71 |
| 6 | 84 | 82 | 83 | 82 | 80 | 79 |
| 7 | 76 | 74 | 76 | 75 | 76 | 75 |
| 8 | 73 | 72 | 73 | 73 | 73 | 73 |
| 9 | 74 | 72 | 74 | 73 | 73 | 72 |
| 10 | 82 | 81 | 82 | 81 | 81 | 80 |
| 11 | 79 | 78 | 79 | 79 | 78 | 77 |
| 12 | 75 | 73 | 75 | 74 | 74 | 73 |
| среднее | 76,75 | 75,25 | 76,67 | 76,00 | 76,25 | 75,25 |
| Δ | 1,50 | | 0,67 | | 1,0 | |

**Результаты исследования и их обсуждение**. Средняя величина окружности по самому узкому месту туловища по группе испытуемых после 1 занятия изменилась на 1,5 см, после 2 и 3 на 0,67 см и на 1 см соответственно. Суммарная эффективность всех трех занятий была различна для отдельных участников, кто-то потерял в талии 4 см, кто-то 1-2. Полученные нами результаты подтверждают информацию о высокой эффективности единичного воздействия ЭМС, в последствии мышцы привыкают и к этой нагрузке и не реагируют настолько активно, как в первый раз. Очевидно также, что в долговременной перспективе сочетание упражнений и ЭМС более эффективно, чем просто упражнения.

Полученный нами вывод совпадает с идеями создателей системы так называемых EMS-тренировок [3]. Отличительной особенностью этих занятий является выполнение физических упражнений по типу функционального тренинга с одновременной дополнительной электростимуляцией мышц. Для этого используется специальный костюм с электродами, который надевается на увлажненную одежду. Таким образом, мышцы работают с гораздо большей частотой сокращений и расслаблений, общий нагрузочный эффект от занятия увеличивается. По причине высокой стоимости оборудования данный вид тренировок пока не является повсеместно распространенным и легкодоступным по цене занятий. Но занимающиеся, опробовавшие на себе занятия с этим оборудованием, уверяют, что за 20–30 минут можно получить нагрузку как после полутора-двух часов обычной тренировки, проработать

самые «ленивые» и редко работающие мышцы. Достаточно одной-двух тренировок в неделю. В условиях современного дефицита времени это становится плюсом таких тренировок. Но такая работа требует от спортсменов хорошего соблюдения режима отдыха, так как с дефицитом сна и электровоздействием нервная система может испытывать непереносимый стресс.

**Заключение.** Участие в описываемом исследовании вызвало живой интерес у студентов, во время экспериментальных занятий была стопроцентная посещаемость, не было ни одного прогула, ни даже пропусков по уважительным причинам. Результаты были оформлены в доклад, с которым соавторы выступили на вузовской конференции и заняли 3 место. Организаторы конференции рекомендовали к публикации результаты вышеописанной работы.

**Список литературы**

1. Баклушина, Е. А. Электромиостимуляция в нейрореабилитации / Е.А. Баклушина, И. П. Ястребцева // Физиотерапия, бальнеология и реабилитация. – 2016. – Т. 15, № 1. – С. 49-54. – DOI 10.18821/1681-3456-2016-15-1-49-54. – EDN VKWREZ.

2. Блем, В. А. Спортивные технологии в совершенствовании силовых способностей / В. А. Блем, Б. А. Свиридов // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 18–19 мая 2023 года. – Москва: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2023. – С. 269-275. – EDN DFOPGL.

3. Воронкова, Е. В. Влияние EMS-тренировок на функциональное состояние организма девушек в возрасте 20-24 лет / Е. В. Воронкова, А. И. Осинин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2024. – № 5(231). – С. 230-232. – EDN CUDQKZ.

4. Использование сочетанных физиотерапевтических методик для лечения ожирения у девочек / Н. В. Болотова, С. Ю. Калинченко, С. В. Лазебникова [и др.] // Доктор.Ру. – 2010. – № 7-2(58). – С. 56-60. – EDN OKLTGT.

5. Надежина, Н. В. Роль физической культуры и спорта в духовном развитии личности / Н. В. Надежина, Н. Н. Кравченко, С. А. Ковалева // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в аграрных вузах России : Сборник научных трудов по материалам Национальной научно-практической конференции, Казань, 24–25 ноября 2022 года. – Казань: Казанский государственный аграрный университет, 2022. – С. 326-329. – EDN UCTMYK.

6. Средства оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата у студентов / С. М. Пятикопов, Н. В. Надежина, Н. Н. Кравченко [и др.] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2023. – № 1. – С. 46-49. – EDN QBPPCD.

**УДК 796.035**

# ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ БАРЕ-ФИТНЕСОМ С ЖЕНЩИНАМИ 40–45 ЛЕТ

Е.И. Ончукова, М.А. Серенко, А.С. Григорьева
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассмотрены особенности организации занятий баре-фитнесом с женщинами, учитывая их возрастные и физические особенности, а также методические подходы к эффективному проведению тренировок, так как в последние годы баре-фитнес приобретает все большую популярность среди женщин, благодаря своей способности сочетать элементы балетной техники, систему Пилатеса и йоги.

**Ключевые слова:** женщины 40–45 лет, баре-фитнес, оздоровительная физическая культура, физическое состояние.

Современные социально- экономические условия диктуют поиск новых средств при организации оздоровительных занятий с различными возрастными группами женщин. Особенно остро стоит вопрос при разработке содержания тренировочных занятий с женщинами в возрасте 40-45 лет [1, 2]. Это связанно с особенностями их трудовой деятельности, объемом социальных ролей и деструктивными изменениями в различных функциональных системах организма. В связи с этим для данного контингента рекомендуется выбирать такие средства оздоровительной культуры, которые бы способствовали улучшению всех показателей здоровья [4, 6].

Баре-фитнес – это направление, основой которого является сочетание балетных тренировками, которое адаптировано для широкого круга людей и не требует предварительного балетного опыта [3]. Основным инструментом в занятиях является балетный станок (barre), который используется для выполнения упражнений на развитие силы, гибкости и выносливости. Занятия баре-фитнесом часто включают элементы из йоги, системы Пилатеса и традиционной силовой подготовки, что делает их привлекательными для женщин всех возрастов, однако, преимущественно его выбирают в возрасте 40–45 лет. Этот выбор обоснован отсутствием в содержательной части занятий интенсивной ударной аэробной нагрузки, в связи с наличием в данном возрастном периоде различных нарушений опорно-двигательного аппарата.

Несмотря на отсутствие высокоинтенсивной нагрузки, данный вид фитнеса не только помогает укреплять мышечный корсет, улучшать осанку и координацию, но также способствует повышению показателей гибкости и выносливости. Цель работы рассмотреть особенности организации занятий баре-фитнесом с женщинами второго зрелого возраста, учитывая их

возрастные и физические особенности, а также методические подходы к эффективному проведению тренировок.

Именно женщины в возрасте 40–45 лет начинают рассматривать новые групповые программы фитнеса, которые исключают высокоинтенсивную ударную нагрузку, однако способные в значительной мере воздействовать на силовые показатели основных мышц стабилизаторов [5, 7]. Это связано с возрастными изменениями в организме, что требует корректировки интенсивности нагрузки и увеличения внимания к повышению показателей гибкости. Большинство этой возрастной категории хоть и не находится в постпартум-периоде, однако, одной из задач физических упражнений будет являться восстановление тонуса мышц живота, спины и тазового дна. Следовательно, содержание занятий должны включать в себя упражнения с низкой ударной нагрузкой и плавной амплитудой движения. Именно такие упражнения включают в себя занятий по программе баре-фитнес.

Содержание занятий баре-фитнес включает три основных компонента: укрепление мышц, развитие гибкости и повышение координации. В отличие от традиционных фитнес-программ, баре-фитнес делает акцент на работу с мышцами-стабилизаторами и развитие правильной осанки, что особенно важно для женщин, склонных к развитию проблем с позвоночником и суставами.

Классическое занятие состоит из следующих основных групп упражнений

1. Упражнения у станка – выполняются в статическом или динамическом режиме, включают приседания (плие), выпады, махи ногами, наклоны.

2. Силовые упражнения с собственным весом – направлены на укрепление корпуса, ягодичных мышц и мышц бедер.

3. Растяжка – после выполнения силовых упражнений уделяется время на глубокую растяжку мышц, что способствует улучшению гибкости и эластичности связок и подвижности крупных суставов.

Для реализации групповой программы с женщинами по направлению баре-фитнес следует придерживаться традиционной структуры построения занятий.

Для разминки рекомендуется использовать кардио-упражнения с низкой и средней интенсивностью, а также упражнения на растяжку в динамическом режиме. Длительность разминки 7-10 минут.

Основная часть занятия стоится по типу блочного содержания. Первый блок упражнений – работа у хореографического станка, который включает упражнения на баланс, силовую выносливость мышц нижних конечностей и ягодиц.

Второй блок упражнений – упражнения в партере, направлены на укрепление мышц пресса, спины и живота.

Третий блок упражнений – растяжка и повышение подвижности суставов. Упражнения подбираются с целью снижения напряжения с работающих мышц.

Заминку следует выполнять с применением элементов на расслабление и медленной растяжки, чтобы снизить мышечное напряжение. Медленное дыхание и концентрация на движениях помогут участницам завершить тренировку в спокойном, расслабленном состоянии.

При организации занятий следует использовать оборудование: балетный станок или его аналоги, легкие гантели для увеличения нагрузки на руки, резиновые ленты для работы с мышцами бедер и ягодиц, коврики для упражнений на полу.

На основе проведенного анализа литературных данных баре-фитнес является новой эффективной формой физической активности для женщин второго зрелого возраста. Организация занятий требует учета возрастных, физиологических и психологических особенностей занимаю, что позволит достичь высоких результатов в укреплении основных мышц, улучшении осанки, гибкости и силовой выносливости. Важно, чтобы тренер создавал поддерживающую и мотивирующую атмосферу, учитывая индивидуальные потребности каждой участницы.

**Список литература**

1. Влияние велнес-программ на физическое развитие и психоэмоциональное состояние женщин 25–35 лет / Н. И. Романенко, П. В. Головко, С. А. Горбунова [и др.] // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 1(43). – С. 101-107.

2. Деева, Д. А. Повышение уровня физического состояния женщин 36–40 лет средствами фитнеса аэробной направленности / Д. А. Деева // Тезисы докладов LI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 1 февраля – 31 марта 2024 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2024. – С. 29-30.

3. Дерягина, С. А. Реализация ценностных мотивов физического воспитания женщин второго зрелого возраста средствами балетного Barre-фитнеса / С. А. Дерягина, Н. И. Дворкина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 6–7 октября 2022 года / Редколлегия: А.И. Погребной, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Еремина, Т.А. Самсоненко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 472-477.

4. Манакова, Я. А. Повышение физического состояния женщин 40-45 лет на основе средств фитнеса / Я. А. Манакова, М. А. Маринович // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 197-199.

5. Маринович, М. А. Влияние занятий по системе Пилатес на физическое состояние женщин 40-45 лет / М. А. Маринович, О. С. Трофимова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 170-171.

6. Романенко, Н. И. Влияние занятий функциональной направленности на снижение избыточной массы тела женщин 30–35 лет / Н. И. Романенко, В. В. Сударь, Е. Д. Юркина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2021. – № 1. – С. 211-213.

7. Трофимова, О. С. Влияние занятий фитнес-йогой на физическое состояние женщин 30–35-летнего возраста / О. С. Трофимова, Е. И. Ончукова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 55-58.

**УДК 796.412**

# ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

Н.С. Панина[1], А.И. Иванова[1], А.А. Грабовик[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спортаи туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Республика Беларусь

**Аннотация.** Физкультурно-оздоровительные занятия на основе использования элементов эстетической гимнастики оказывают плодотворное влияние на уровень здоровья женщин, их физическое и функциональное состояние, соответствующую их возрасту работоспособность.

**Ключевые слова:** женщины зрелого возраста, физкультурно-оздоровительные занятия, эстетическая гимнастика.

В нашей стране утверждена «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», целью которой является реализация государственной политики в сфере физической культуры и спорта.

В 2023 году были достигнуты следующие целевые показатели:

- доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом – 56,8 %;

- доля граждан среднего возраста – 48,1 %.

Стратегия развития реализуется среди различных возрастных групп населения и направлена на формирование потребности в ЗОЖ и занятиям физической культурой и спортом.

В настоящее время уровень здоровья женщин зрелого возраста является актуальным вопросом государственного уровня. В этой связи, у них необходимо сформировать здоровый образ жизни и ценностное отношение к здоровью.

Физкультурно-оздоровительные занятия для женщин 36–55 лет оказывают положительные изменения функциональных систем организма, обеспечивают повышение умственной и физической работоспособности, адаптационные возможности организма, улучшение настроения, коррекцию массы тела, нормализацию артериального давления и т.д. Недостаточный уровень двигательной активности не позволяет человеку использовать заложенные природой способности в полном объеме [2].

В процессе занятий с женщинами используются разнообразные виды деятельности (Рисунок).




Рисунок – Виды деятельности, используемые на занятиях с женщинами

Наиболее перспективным направлением физкультурно-оздоровительной деятельности для женщин является эстетическая гимнастика.

Эстетическая гимнастика является видом спорта, развиваемым на общероссийском уровне, и получившим большое признание не только в России, но и в мире. Элементы данного спорта можно использовать как средство оздоровления женского населения [5].

В эстетической гимнастике приоритетным физическим качеством является гибкость. В физкультурно-оздоровительных занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста для развития гибкости и подвижности в суставах рекомендуется использовать следующие двигательные действия с элементами эстетической гимнастики: волны (прямые и обратные, туловищем и руками), взмахи (руками и ногами вперед, назад и в сторону), круговые движения (головой, руками, туловищем), наклоны (головы и туловища вперед, назад и в сторону), выпады, приседы и полуприседы и т.д. Их используют для укрепления связочного аппарата и эластичности связок. Риск получения травм практически отсутствует. Выполнение этих элементов делает тело более пластичным и гибким, увеличивая его двигательный арсенал [1].

Проблема избыточной массы тела в последнее время очень актуальна. Неправильное питание, малоподвижный образ жизни, стрессы приводят к уменьшению продолжительности жизни из-за развития сопутствующих заболеваний. Формирование культуры питания и здорового образа жизни являются необходимыми при проведении занятий с женским контингентом.

В физкультурно-оздоровительных занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста рекомендуется использовать элементы эстетической гимнастики – танцевальные движения и различные прыжки, которые должны выполняться синхронно и точно. Применение танцевальных упражнений способствует снижению массы тела женщин, улучшает показатели функционального состояния и физической подготовленности женщин [4].

При проведении физкультурно-оздоровительных занятий необходимо помнить, что подбор упражнений, их интенсивность и дозировка зависят от индивидуального состояния здоровья женщин.

По мнению Л.Н. Волошиной (2023): «… использование в процессе занятий двигательной активностью доступных цифровых продуктов (пульсометров, фитнес-браслетов, «умных» часов, мобильных приложений) позволяет на более качественном уровне вести самоконтроль динамики показателей организма непосредственно во время выполнения физических нагрузок и отслеживать информацию в период восстановления после занятий. В процессе самоконтроля создаются предпосылки по оценке и анализу своих действий, повышается мотивация к занятиям» [3].

На основании вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что эстетическая гимнастика оказывает положительное влияние на уровень здоровья женщин 36–55 лет. Систематические занятия эстетической гимнастикой обуславливают сохранение уровня развития всех физических качеств, соблюдение принципов здорового образа жизни, привлечение женщин к занятиям физической культурой и спортом.

**Список литературы**

1. Башта, Л.Ю. Использование комплекса средств аэробного тренинга на физкультурно-оздоровительных занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста / Л.Ю. Башта // Физкультурное образование Сибири. – 2015. – № 2(34). – С. 65-70.

2. Беспалова, Т.А. Оптимизация физического состояния организма женщин в ходе физкультурно-оздоровительных занятий / Т.А. Беспалова // Конференциум АСОУ: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. – 2022. – № 2. – С. 22-31.

3. Готовность женщин 36-55 лет к самоконтролю двигательной активности / Л.Н. Волошина, С.С. Гуляева, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 6. – С. 105-107.

4. Дворкина, Н.И. Актуализация современных направлений оздоровительных тренировок для женщин в фитнес-индустрии / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2024. – № 1. – С. 216-218.

5. Соревновательная композиция эстетической гимнастики и возможные ошибки ее исполнения / И.В. Тихонова, Г.М. Свистун, В.В. Тронев, А.И. Иванова // Символ науки: международный научный журнал. – 2021. – № 10-2. – С. 36-38.

**УДК 796.071.4:378**

# РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Панфилов Д.В.
Ростовский государственный университет путей сообщения,
г. Ростов-на-Дону, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается значимость физической культуры в современном обществе как основы для укрепления здоровья, формирования физической устойчивости и социальной адаптации, особенно среди молодежи и студентов. Приводится анализ эффективности оздоровительных и адаптивных программ физического воспитания в вузах. Подчеркивается роль системного подхода к организации физической подготовки для повышения жизнеспособности и профессиональной успешности будущих специалистов, на фоне статистических данных о росте заболеваемости среди молодежи.

**Ключевые слова:** физическая культура, оздоровительная физическая культура, адаптивная физическая культура, здоровье студентов.

Физическая культура, являясь важной частью общего здоровья и личностного развития, получила особое значение в условиях роста заболеваемости среди студентов. Согласно данным Минздрава России, более 60 % студентов к окончанию вуза имеют хронические заболевания, связанные с гиподинамией, стрессом и нарушением режима сна. Статистика показывает, что у 40 % студентов наблюдаются расстройства сна, а 35 % испытывают повышенную тревожность и депрессию, что негативно сказывается на их академической успеваемости и личностном развитии. Эти данные подчеркивают необходимость развития и поддержки физической культуры как эффективного средства профилактики заболеваний и укрепления здоровья в вузах.

Исследования показывают, что систематические занятия физкультурой способствуют снижению уровня заболеваемости среди молодежи на 20–30 %, а также улучшают общую физическую подготовленность, что особенно важно для адаптации к современным профессиональным условиям. Оздоровительная физическая культура в образовательных учреждениях включает программы, направленные на профилактику сердечно-сосудистых заболеваний, поддержание оптимального веса, укрепление мышечного корсета и развитие устойчивости к стрессу. Исследования В.И. Тюрина и В.Е. Лихачева указывают, что регулярные занятия физическими упражнениями среди студентов снижают частоту простудных заболеваний на 25 %, а у студентов, участвующих в адаптивных и оздоровительных

программах, уровень тревожности и стресса снижается на 15–20 % по сравнению с контрольной группой, не занимающейся физической культурой [1–2].

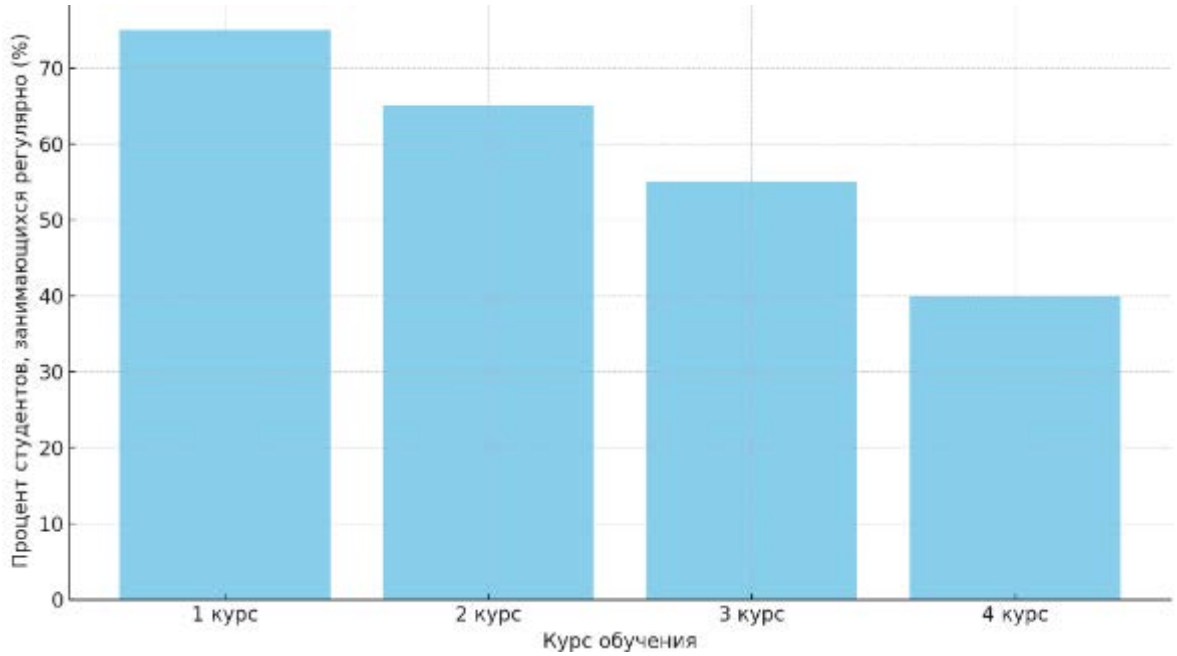



Рисунок 1 – Уровень физической активности студентов по курсам обучения

Для оценки эффективности программ физического воспитания в вузах использовался метод сравнительного анализа. Были рассмотрены две группы студентов – участвующие в программе оздоровительной физической культуры и не участвующие. Оценивались такие показатели, как уровень физической подготовки, частота заболеваний, наличие депрессивных и тревожных состояний, а также академическая успеваемость. Дополнительно были проанализированы данные о вовлечении студентов с ограниченными возможностями в адаптивные физические программы и их влияние на психологическую устойчивость.

Результаты показали, что студенты, регулярно занимающиеся оздоровительной физической культурой, демонстрируют улучшение физического и психологического состояния: у них уровень заболеваемости снижается на 20–25 %, наблюдается повышение стрессоустойчивости и уменьшение признаков депрессии [3–4]. Программы, включающие аэробные упражнения, гимнастику и легкую атлетику, способствуют укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшению физической выносливости [5]. Например, в ходе программы «Здоровый вуз» (2020) в одном из университетов России было выявлено, что после введения регулярных занятий физической культурой частота обращений студентов в медицинский центр университета снизилась на 22 %. В группе студентов, участвующих в адаптивной физической культуре, наблюдается повышение психологической устойчивости и снижение социальной изоляции на 30 %, что подтверждает эффективность таких программ [6].

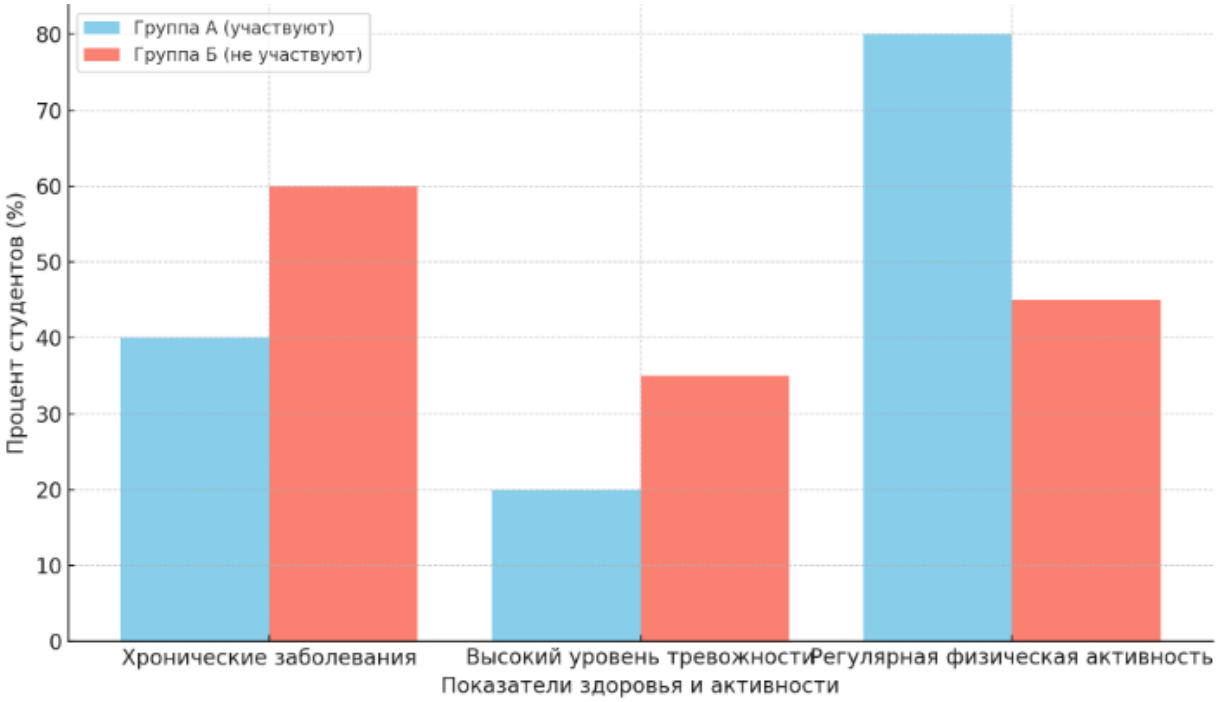



Рисунок 1 – Влияние оздоровительной физической культуры на здоровье студентов

Таким образом, физическая культура – это ключевой элемент укрепления здоровья и личностного роста среди студентов, а внедрение оздоровительных и адаптивных программ в вузах имеет значительные положительные результаты. Необходимы дальнейшие исследования для разработки цифровых инструментов и программ, позволяющих индивидуализировать подход к физической активности каждого студента, учитывая их состояние здоровья и интересы. Такой подход позволит повысить вовлеченность молодежи в занятия физической культурой, снизить заболеваемость и увеличить психофизическую устойчивость. Дальнейшее внедрение инновационных методик и систематизация физического воспитания могут привести к улучшению качества жизни студентов и снижению нагрузки на систему здравоохранения.

**Список литературы**

1. Смыслов, С.В. Физическая культура и общество. М.: Наука, 2019.
2. Тюрин, В.И. Оздоровительная физическая культура и здоровый образ жизни. СПб.: Питер, 2018.
3. Михайлова, Е.Г. Адаптивная физическая культура: учебное пособие. М.: Просвещение, 2020.
4. Кузьмин, Н.П. Психофизическая подготовка студенческой молодежи. Вестник здравоохранения, 2020, № 3, с. 40.
5. Лихачев, В.Е. Основы адаптивной физической культуры. М.: Наука, 2021.
6. Петров, И.В. Инновационные подходы к физическому воспитанию. Вестник физической культуры, 2020, № 6, с. 132.

**УДК 373.3.016**

# ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПРИЧИН И СОДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ШКОЛЫ

В.Б. Парамзин, Р.В. Жур , В.Н. Попов
Краснодарское высшее военное училище имени генерала армии С.М. Штеменко,
г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В работе проведен теоретический анализ состояния здоровья школьников и причины повышения патологических изменений в период обучения, а также акцентировано внимание на основных факторах здоровьсбережения и роли физического воспитания. Конкретизированы направления валеологического подхода к установлению основных причин «школьной» формы патологий, возникающих под влиянием образовательного пространства и критерии содержания здоровьесберегающих технологий.

**Ключевые слова:** школьник, образовательное пространство, валеологический подход, здоровьесберегающая технология.

Сегодня все чаще и чаще поднимается вопрос о том, что современная школа стала «школой болезней» (она формирует так называемые школьные формы патологии, возникающие под влиянием факторов школьной среды). Как никогда актуальной остается проблема сохранение и укрепления здоровья школьников. По данным института физиологии РАО и Минздрава России около 20 % детей приходящих в школу, имеют нарушения психического здоровья пограничного характера, но уже в первые годы школьного обучения их число увеличивается до 60–70 %, в начальной школе здоровы 11–12 % детей, в основной – 8 %, в средней – 5 %. В значительной степени это объясняется тем, что 70% времени ребенок находится в школе и за этот период у детей в пять раз возрастает частота нарушения зрения и осанки [2], в четыре раза – психоневрологических отклонений, в три раза – патология органов пищеварения, в два раза заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Специалисты занимающиеся вопросами здоровья школьников, акцентируют внимание на многовековой истории данной проблемы и по их мнению, увеличение патологий зависит от напряженности учебного процесса, что в свою очередь влечет к перегрузкам и переутомлению школьников.

Валеологический подход к определению основных причин «школьной» формы патологий, возникающих под влиянием образовательной среды, включает [1]: интегративный (системный) и холистический подход к ребенку и его здоровью; акцентирование переходных состояний между здоровьем и болезнью; количественную и качественную оценку здоровья и резерв

здоровья ребенка; изучение факторов, способствующие улучшению и ухудшению здоровья в образовательной среде школы.

Различные нарушения здоровья возникают на стадии подготовки к школе, то есть в дошкольном возрасте. Это связано с требованиями современных школ уровню знаний и умений предъявляемым к первоклассникам. По этой причине дети уже в старших группах садика и в домашних условиях вынуждены формировать первоначальные навыки и усваивать определенные знания для того, чтобы достаточно успешно вписаться в учебную программу школы, а это отнимает время от активной двигательной деятельности. которая свойственна этому возрасту.

В последнее время все больше обращают внимания на здоровьесохраняющий (здоровьесберегающий) характер обучения, целью которого должно быть сохранение, как минимум и развитие как максимум своего здоровья, а также приобретение знаний, умений и навыков здорового образа жизни. Одним из здоровьесберегающих факторов является удовлетворение биологической потребности детей в движении [5]. Достижение полного здоровья, или нормального, без каких-либо отклонений и расстройств функционирования органов и систем организма предполагает максимальное удовлетворение его биологических потребностей, среди которых одной из главных является потребность в активном движении. Абсолютное лидерство скелетной мышечной ткани среди других тканей по удельной массе в организме (45–60 % массы тела), количеству содержания в ней нервных окончаний и структур микроциркуляторного кровеносного русла, высокая интенсивность в ней процессов пластического и энергетического обменов, а также другие ее морфофизиологические особенности дают основание для признания ведущей роли двигательной функции скелетной мускулатуры в организме, обеспечении широкой нормы реакции остальных систем органов, достижении высокого уровня адаптируемости к природным и социальным условиям среды обитания современного человека и тем самым для максимального приближения к состоянию полного здоровья.

Перманентная двигательная гиподинамия не только ведет к атрофии мышечной ткани, но и с учетом уменьшения общего количество нервных окончаний в скелетах мышцах становится причиной постепенной разбалансировки нервно-регуляторных механизмов и, как следствие этого, нарушения функций всех систем и органов. Уменьшающаяся при гиподинамии интенсивность пластического и энергетического обменов в скелетной мышечной ткани ведет к снижению физиологических «требований», предъявляемых организмом к дыхательной, кровеносной и другим системам жизнеобеспечения организма, а следовательно, вызывает атрофию составляющих их структур.

Воспитание личности на протяжении одиннадцати лет – это и есть основная задача школы. В этот период в организме ребенка происходит ряд важнейших изменений. Вот почему одна из основных проблем в образовании –

это проблема сохранения здоровья детей [3]. Поэтому большая роль в решении этой проблемы принадлежит физической культуре. Но уроки физкультуры в школе не компенсируют этот недостаток [4]. Десятилетиями не претерпевшая существенных изменений система уроков физической культуры в средней школе представляет собой результаты внедрения в учебный процесс элементов спорта, не только не способствующих укреплению здоровья, но и зачастую разрушающих его из-за состязательного и нормативного подходов, отсутствие функциональной диагностики, мониторинга уровня здоровья и современной коррекции дозировки и интенсивности физических нагрузок, а также из-за нерегулярности занятий, группового (вместо индивидуального) подхода и, как следствие, изобилие стрессов и психосоматических расстройств. Несмотря на множество объективных и субъективных недостатков в научном и методическом обеспечении, организации, планировании и проведении физического воспитания в учебно-воспитательном процессе школы, процесс сохранение собственного здоровья носит субъективный характер. В связи с этим роль физкультуры, наряду с другими компонентами, состоит в формировании мотивации физического самосовершенствования, накоплении собственного здоровья через систему внешкольных и внеклассных мероприятий по физической культуре и спорту, пропаганде спортивных достижений учащихся школы, культивирования совершенствования физического развития [6, 7].

Валеологический подход к установлению основных причин ухудшения состояния здоровья школьников и конкретизации содержания здоровьесохраняющий технологий выявил следующие предпосылки: постепенное в начальной школе и достаточно объемно-интенсивное повышение учебной нагрузки в старших классах, требуют увеличения теоретических уроков и домашних заданий. В тоже время уроки физкультуры остались такими же, а уровень двигательной активности снижается за счет увеличения времени на домашнюю подготовку к урокам; не всегда сбалансированное и не для всех приемлемое питание; возникновение стрессовых ситуациях из-за влияния различных внутренних и внешних факторов образовательного пространства и зачастую несоответствующие санитарно-гигиенические требования к процессу обучения, в первую очередь – требований к школьной мебели.

Вышеизложенное обосновывает необходимость конкретизации и корректировки содержания и внедрения в образовательную среду школы здоровьесберегающих технологий, основанных на: создании оптимальных гигиенических, экологических и других условий для образовательного процесса; организации образовательного процесса, предотвращающего формирование у учащихся переутомления, гиподинамии, дистресса; обеспечении школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ; включение в учебные планы школы всех классов занятий, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по

сохранению и укреплению своего здоровья; обеспечении подготовки (повышение квалификации, переподготовка) всего педагогического коллектива по вопросам здоровья; обеспечение охраны здоровья педагогов и создание условий, позволяющих им грамотно укреплять свое здоровье; проведении мониторинга состояния здоровья учащихся; проведении тематической работы с родителями учащихся, направленной на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.

**Список литературы**

1. Билич Г.А., Назарова Л.В. Основы валеологии. – СПб.: Изд.-во «Фолиант», 2000. – 560 с.

2. Васильченко, О. С. К вопросу о нарушении осанки у детей младшего школьного возраста / О. С. Васильченко, В. Б. Парамзин, А. Ю. Степанова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2019. – № 1. – С. 170–171.

3. Дерецкий, А. А. Проблемы физической подготовки школьников, поступающих в военные училища / А. А. Дерецкий // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: Материалы конференции, Краснодар, 1 февраля – 31 марта 2020 года / Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. Часть 3. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – С. 245.

4. Парамзин, В. Б. Физическое состояние школьника - как основной компонент построения процесса физического воспитания / В. Б. Парамзин, М. Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: материалы конференции, Краснодар, 01 декабря 2013 года – 30 марта 2014 года / КГУФКСТ. Часть 1. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – С. 92.

5. Пугачев, И. Ю. Возможности физкультурно-оздоровительных технологий в здоровом образе жизни современного человека / И. Ю. Пугачев, В. Б. Парамзин, С. А. Захарова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной НПК, Краснодар, 18 февраля 2021 года. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – С. 298–300.

6. Разновская, С. В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной нервно-психической устойчивости обучаемых процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С. В. Разновская, В. Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты : Материалы II Всероссийской НПК, Петрозаводск, 23–24 ноября 2017 года. – Петрозаводск: ПГУ, 2018. – С. 229-233.

7. Яцык, В. З. Оперативный контроль на занятиях по лыжероллерной подготовке / В. З. Яцык, В. Б. Парамзин, И. И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 1. – С. 222–223.

**УДК 796.035**

# ИЗМЕНЕНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У УЧАСТНИКОВ МУЗЫКАЛЬНОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРЫ «BEATSABER» В ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Л.Г. Пащенко[1], А.Р. Галеев[1], Е.С. Пащенко[2]
[1]Нижневартовский государственный университет, г. Нижневартовск, Россия
[2]Тюменский государственный медицинский университет, г. Тюмень, Россия

**Аннотация.** В статье представлены показатели самочувствия, активности, настроения у участников музыкальной VR-игры «Beat Saber». Неоднородность полученных данных самооценки психоэмоционального состояния у студентов, принявших участие в музыкально-ритмической игре в виртуальной реальности во время соревнований и во время учебного занятия по элективной дисциплине (модулю) по физической культуре и спорту, требует дифференцированного подхода при использовании этих технологий в учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности.

**Ключевые слова:** эмоциональное реагирование, опросник САН, Beat Saber, VR-игра, студенты.

*Актуальность исследования.* Внедрение технологий спортизации в практику физического воспитания позволило повысить вовлеченность юношей и девушек в организованную физкультурно-спортивную деятельность [4]. Вместе с этим, отсутствие нововведений даже в самой совершенной системе приводит к ее застою и, в последующем, к потере интереса к ней со стороны участников процесса [6]. Требуетсяпостоянный поиск и внедрение новых видов физкультурно-спортивной деятельности, позволяющих поддерживать интерес студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и участию в спортивно-массовых мероприятиях [2, 7].

К числу инновационных и перспективных направлений совершенствования системы физического воспитания в вузе является продвижение физкультурно-спортивных фиджитал-технологий, набирающих все большую популярность в студенческой среде [1, 5]. Проведение международных игр «Фиджитал лайв» в формате проекта «Игры будущего» в Казани дало импульс к активному внедрению компьютерного спорта в учебную и внеучебную физкультурно-спортивную деятельность студенческой молодежи.

В вузах открываются студенческие центры фиджитал-спорта: проводятся фиджитал-соревнования, соединяющие виртуальную и реальную активность, компьютерные технологии и спортв его классическом проявлении. В научно-методической литературе представлен опыт

проведения состязаний среди студенческих команд по фиджитал-баскетболу, фиджитал-футболу, фиджитал-хоккею, фиджитал-танцам.

При этом, при решении вопроса об использовании фиджитал-технологий в учебном процессе по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту», а также при введении их в план физкультурно-спортивной работы вуза, следует учитывать факторы, которые оказывают влияние на отношение занимающихся к осуществляемой деятельности и на принятие решения об участии или неучастии в ней. Одним из таких факторов является эмоциональныйоткликна подобные мероприятия – испытав положительно окрашенные эмоции от участия в физкультурно-спортивном мероприятии, человек сознательно будет стремиться к тому, чтобы пережить их в очередной раз, и, наоборот, отрицательные эмоции снижают мотивацию и являются препятствием для дальнейшего использования подобной практики в дальнейшем [3]. Это актуализирует проведение исследований по изучению эмоциональной реакции студентов в ответ на использование фиджитал-спорта в учебной или внеучебной деятельности.

*Цель исследования* – изучение изменения психоэмоционального состояния (самочувствия, активности, настроения) у студентов-участников музыкальной компьютерной игры Beat Saber в виртуальной реальности, выполнявших задания в одиночном режиме, а также в условиях соревновательной борьбы с другими игроками.

*Методика и организация исследования.* Исследование проводилось на базе студенческой фиджитал-лаборатории Нижневартовского государственного университета в период с февраля по апрель 2024 года. В исследовании приняли участие 30 студентов НВГУ, из числа которых 16 человек вошли в состав участников внутривузовского соревнования VR «Beat Saber» и 14 человек выполняли задания музыкально-ритмической игры в одиночном режиме в рамках учебного занятия по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту». Все испытуемые дали письменное согласие на участие в исследовании. Исследование проводилось в период времени, свободный от сдачи зачетов и экзаменов.

VR «Beat Saber» – это музыкально-ритмическая игра в виртуальной реальности, для победы в которой требуется набрать максимальное количество очков при рассечении световым мечом летящих блоков и уклоняясь от возникающих препятствий. Соревнования проводились по плей-офф системе с выбыванием: в 1/8 финала участвовали 16 человек, в 1/4 были отобраны 8 человек, в 1/2 финала – 4 человека. Отдельно были проведены матчи за 1-2 место и за 3 место. Уровень сложности повышался от игры к игре: легкий уровень предусматривал выполнение игровых заданий, сопровождаемых медленными треками с простыми ритмами; экспертный включает сложные треки с быстрыми и сложными комбинациями блоков.

Уровень сложности и музыкальный трек игры, проводимойво время учебного занятия по элективной дисциплине (модулю) по физической культуре и спорту, выбирался студентом самостоятельно.

Для изучения изменения психоэмоциональногосостояния студентов в ответ на выполнение заданий виртуальной игры в одиночном режиме (во время учебного занятия) и при проведении соревнований респонденты заполняли опросник «Самочувствие. Активность. Настроение» (авторов В.А. Доскина, Н.А. Лаврентьевой, В.Б. Шарай, М.П. Мирошниковой, 1973) до начала мероприятий и сразу после его окончания. Для оценки различий между измерениями применялся непараметрический критерий Уилкоксона. Математико-статистическая обработка анализируемых результатов осуществлялась с использованием возможностей MSExcel 2013.

*Результаты исследования и их обсуждение.* В процессе исследования была дана оценка изменениям психоэмоционального состояния у участников музыкально-ритмической VR-игры.

Изменения субъективного показателя самочувствия, отражающего степень физиологической и психологическойкомфортности состояния человека, позволяют судить о появлении или, наоборот, исчезновении дискомфортных ощущений во время выполнения заданий игры «BeatSaber». В таблице 1 представлены изменения, произошедшие с показателем «самочувствие» опросника САН, у студентов, принявших участие в музыкальной компьютерной игре VRBeatSaber в соревновательном или одиночном (игровом) режиме.

Как видно из таблицы, у студентов наблюдается улучшение субъективного ощущения самочувствия: у тех, кто выполнял задания музыкально-ритмической игры во время учебного занятия, на 8,8 %, у участников соревнования – на 10,1 % (изменения статистически не достоверны).

Таблица 1 – Изменение показателя «Самочувствие» у студентов, принявших участие в музыкальной компьютерной игре VRBeatSaber(M±m)

| Условия проведения | До начала | После окончания | Изменение, % | P |
|---|---|---|---|---|
| Учебное занятие | 5,4 ± 0,4 | 5,8 ± 0,3 | 8,8 ± 4,5 | >0,05 |
| Соревнование | 5,6 ± 0,3 | 6,0 ± 0,2 | 10,1 ± 6,1 | >0,05 |

Величина показателя активностихарактеризует способность человека действовать и взаимодействовать в среде. Изменения показателей «активности» у студентов, принявших участие в музыкальной компьютерной игре VRBeatSaber, представлены в таблице 2. Можно наблюдать статистически достоверное увеличение показателя «активности» к окончанию соревнования (на 21,4 %) и учебного занятия по физической культуре (на 11,5 %).

Таблица 2 – Изменение показателя «Активность» у студентов, принявших участие в музыкальной компьютерной игре VRBeatSaber(M±m)

| Условия проведения | До начала | После окончания | Изменение, % | P |
|---|---|---|---|---|
| Учебное занятие | 5,3 ± 0,5 | 5,8 ± 0,4 | 11,5 ± 6,7 | <0,05 |
| Соревнование | 4,7 ± 0,3 | 5,6 ± 0,3 | 21,4 ± 7,5 | <0,05 |

Изменение показателя «настроение», характеризующегообщее эмоциональное состояние человека, позволяет дать оценку эмоциональному отклику на то или иное воздействие. Как видно из таблицы 3, у студентов, игравших в музыкально-ритмическую компьютернуюVR-игру «BeatSaber» во время учебного занятия отмечалось улучшение настроения на 5,1 %, а у участников соревнований показатель существенно не изменился.

Таблица 3 – Изменение показателя «Настроение» у студентов, принявших участие в музыкальной компьютерной игре VRBeatSaber(M±m)

| Условия проведения | До начала | После окончания | Изменение, % | P |
|---|---|---|---|---|
| Учебное занятие | 6,0 ± 0,3 | 6,2 ± 0,3 | 5,1 ± 3,3 | >0,05 |
| Соревнование | 5,8 ± 0,2 | 5,8 ± 0,3 | 1,9 ± 5,5 | >0,05 |

Вместе с этим, обращает на себя внимание факт значительной величины ошибки средней арифметической в параметрах, характеризующих изменение показателей «самочувствия», «активности», «настроения», что позволяет констатировать разнонаправленность изменений у испытуемых. Так, детальный анализ показал, что «настроение» у 56% участников соревнований улучшилось, у 44% – ухудшилось.При этом, корреляционный анализ показал отсутствие взаимосвязи между изменениями показателей анкеты «САН» и результатом соревнований. У студентов, игравших в игру на учебном занятии, значение показателя «настроение» улучшилось у 79%, ухудшилось у 21% – то есть не у всех студентов наблюдался положительный эмоциональный отклик на выполнение заданий, предусмотренных правилами музыкальной компьютерной VR-игры «Beat Saber».

*Выводы.* Таким образом, исследование показало, что игры с использованием VR-технологий позволяют разнообразить традиционные формы физкультурно-спортивной деятельности. Проведение спортивно-массовых мероприятий с применением технологий виртуальной реальности, а также использование их во время учебных занятий по физической культуре, соответствуют современным тенденциям совершенствования процесса физического воспитания в вузе и видятся перспективными для дальнейших исследований. Неоднородность полученных показателей самооценки психоэмоционального состояния у студентов, принявших участие в музыкально-ритмической игре в виртуальной реальности во время

соревнований и во время учебного занятия по элективной дисциплине (модулю) по физической культуре и спорту, требует более дифференцированного подхода при использовании этих технологий в учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности обучающейся молодежи.

**Список литературы**

1. Алексина А.О., Левченко А.В., Ефимов К.Ю. Использование инновационных технологий в обучении физической культуре и спорту: влияние виртуальной реальности и симуляторов на обучающий процесс // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2024. № 5. С. 146-159. DOI 10.24412/2304-120X-2024-11069.

2. Голубева Г.Н., Дворкина Н.И., Кравчук Т.А. Анализ фитнес-трендов в России и мире // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2023. № 3(45). С. 15-19.

3. Кабачкова А.В. «Самочувствие-активность-настроение» студентов-первокурсников при посещении занятий по физическому воспитанию // Теория и практика физической культуры. 2015. № 7. С. 29-31.

4. Концептуализация спортивной культуры: методология и технологии спортизации физического воспитания / Л. И. Лубышева, И. В. Манжелей, А. И. Загревская [и др.]. Москва: Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2023. 216 с.

5. Леонов С.В., Поликанова И.С., Булаева Н.И., Клименко В.А. Особенности использования виртуальной реальности в спортивной практике // Национальный психологический журнал. 2020. Т. 1, № 1(37). С. 18-30. DOI 10.11621/npj.2020.0102.

6. Пащенко Л.Г., Ниясова Н.С., Кульмаметьева Э.С. Потенциальная готовность студенческой молодежи к участию во внеучебной состязательной физкультурно-спортивной деятельности // Вестник Томского государственного университета. 2021. № 471. С. 189-196. DOI 10.17223/15617793/471/22.

7. Фурсов А.В., Синявский Н.И., Елисеева Т.А. Методические особенности реализации активных и интерактивных образовательных технологий в преподавании учебного предмета «Физическая культура» // Физическая культура в школе. 2024. № 3. С. 15-22. DOI 10.47639/0130-5581_2024_3_15-22.

**УДК 796.011**

# ОЦЕНКА УРОВНЯ СИТУАТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГОЛБОЛОМ

Т.Г. Петрова, Н.А. Корохова, Н.Х. Кагазежева
Адыгейский государственный университет, г. Майкоп, Россия

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования по определению уровня личностной и ситуативной тревожности юношей, занимающихся голболом. Определено, что большая часть слабо видящих спортсменов обладает высоким уровнем личностной тревожности.

**Ключевые слова:** личностная и ситуативная тревожность, голбол, спорт слепых.

Паралимпийский спорт с каждым годом предъявляет все большие требования к организму атлетов. Отмечающаяся сегодня тенденция к повышению результатов в паралимпийском спорте и постановке новых рекордов была бы невозможна без постоянного совершенствования системы спортивной тренировки. Но, несмотря на то что в нашей стране наблюдается активное развитие теории и методики адаптивной физической культуры и спорта, ряд исследователей отмечает, что научные подходы к подготовке спортсменов с ограниченными возможностями здоровья остаются недостаточно разработанными (А.В. Корнев, 2013; М.Д. Тузлукова, 2018 и др.).

Ведущей сенсорной системой человека является зрение. Частичная или полная утрата зрения является одним из наиболее тяжелых видов нарушения здоровья и требует непрерывной реабилитации в том числе посредством занятий физической культурой и спортом. На сегодняшний день в адаптивном физическом воспитании и двигательной рекреации ведущим средством реабилитации слабовидящих людей является голбол.

М.Д. Тузлукова (2018) отмечает, что непрерывное медико-биологическое сопровождение спортивной подготовки с мониторингом психофизического состояния является одним из важнейших условий подготовки спортсменов с нарушением функции зрения. Б.М. Коган, А.В. Яковлева (2012) отмечают, что для слабовидящих людей характерны изменения в психоэмоциональной сфере, отражающиеся в разных свойствах личности. По мнению Г.А. Хрусталева и С.Н. Андреева (2012), эффективность игровых действий у представителей командных видов спорта во многом определяется показателями психофизиологической совместимости, среди которых большое значение приобретает личностная и ситуативная тревожность. В связи с этим целью нашего исследования стало определение уровня личностной и ситуативной тревожности спортсменов-голболистов.

В исследовании принимали участие слабовидящие юноши в возрасте 19-23 лет (n=17), занимающиеся голболом не менее двух лет.

Для оценки уровня личностной и ситуативной тревожности применялась шкала тревожности Спилбергера-Ханина, согласно которой личностная тревожность рассматривается как черта, а ситуативная тревожность – как состояние. Статистическая обработка данных проводилась с помощью функций Microsoft Excel.

Анализ полученных данных позволил установить, что высокий уровень личностной тревожности отмечается у 47 % опрошенных нами голболистов, для 37% был характерен средний уровень и лишь 18% продемонстрировали низкий уровень. В то же время высокий уровень ситуативной тревожности наблюдался у 24% юношей, занимавшихся голболом; средний уровень – у 41% и низкий – у 35% юношей.

Полученные нами данные согласуются с результатами исследования О.В. Кузнецовой и Н.Е. Харламенковой (2008), по мнению которых уровень тревожности у слабовидящих спортсменов обусловлен, с одной стороны, состоянием физического здоровья, а с другой стороны – повышенным уровнем внутреннего напряжения, обусловленного включенностью спортсменов в деятельность, направленную на достижение высоких результатов. В то же время довольно высокий процент голболистов с низким уровнем ситуативной тревожности может свидетельствовать о продуктивной работе механизмов компенсации тревоги.

Данные исследования могут стать одной из отправных точек в изучении механизмов психофизиологической адаптации юношей, занимающихся голболом.

**Список литературы**

1. Баряев, А.А. Спортивные игры в адаптивной физической культуре и реабилитации слепых и слабовидящих : монография / А.А. Баряев. – Москва : УМЦ «Добрый мир», 2019 – 142 с.

2. Корнев, А.В. Современное состояние голбола в России / А.В. Корнев // Вестник ЧГПУ им. И. Я. Яковлева. 2013. № 1 (77). Ч. 2. – С. 101-106.

3. Кузнецова, О.В. Реакции на фрустрацию как способы совладания с трудностями / О.В. Кузнецова, Н.Е. Харламенкова // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008 С. 289-307.

4. Тузлукова, М.Д. Педагогические условия для подготовки спортсменов с нарушением функции зрения / М.Д. Тузлукова// Ученые записки университета им. Лесгафта. – 2018. – Т.160. - №6.– С.261-263.

5. Хрусталев, Г.А. Формирование составов команд в игровых видах спорта на основе оценки психофизиологического статуса игроков / Г.А. Хрусталев, С.Н. Андреев // Вестник спортивной науки. – 2012. – С. 23-24.

**УДК 796.412**

# ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

В.Д. Подлесных
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются основные особенности развития массового спорта в акробатическом рок-н-ролле. Анализируются и систематизируются мнения ученых, действующих тренеров о факторах, которые позволяют рассматривать акробатический рок-н-ролл не только с позиции феномена спорта и спортивной деятельности, но и как основной слагаемой массовых занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью, широко используя средства акробатического рок-н-ролла.

**Ключевые слова:** акробатический рок-н-ролл, танцевальный вид спорта, спортсмены, массовый спорт, феномен спорта, массовые занятия физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Акробатический рок-н-ролл – это динамичный и зрелищный вид спорта, который сочетает в себе элементы танца определенного стиля, и акробатические элементы различной сложности. Свое развитие он получил в 1960-х годах, как социальный танец, привлекая молодежь, увлеченную новым стилем музыки – рок-н-роллом [5, с 153–155].

Впоследствии, благодаря популярности исполнителей Элвиса Пресли, Билла Хейли и других, акробатический рок-н-ролл вошел в образ жизни множества людей. В 1980-е годы он был официально признан Госкомспортом, как спортивная дисциплина, что сильно способствовало его распространению на территории Советского Союза [1, с. 93–96].

Соревновательный процесс в акробатическом рок-н-ролле, как и во многих других сложно-координационных видах спорта, имеет ступенчатый характер [2, с. 148–150].

Спортсмены, приходящие в спорт с нуля, первые 1-2 года участвуют в соревнованиях по массовому спорту, которые отличаются от основных дисциплин отсутствием выполнения разрядов [3, с. 156–1159].

Развитие массового спорта связано с несколькими факторами [4, с. 162–164]:

- доступность: Акробатический рок-н-ролл доступен людям всех возрастов и уровней подготовки. Многие клубы и даже спортивные школы предлагают занятия для новичков, а также для более опытных танцоров из смежных видов спорта.

- сообщество: Этот вид спорта способствует созданию дружеских связей и крепких социальных сообществ. В спортивных клубах проходят

различные мероприятия, сам тренировочный процесс строится на интересном и энергичном музыкальном сопровождении, проводятся регулярные турниры и соревнования, которые сближают всех участников и создают атмосферу единства.

- здоровье: Акробатический рок-н-ролл требует серьезных физических усилий и развивает все физические качества- силу, гибкость, ловкость, быстроту и выносливость. Занятия этим видом спорта способствуют повышению общего уровня физической активности, улучшению состояния функциональных систем организма человека, и укреплению мышечного корсета.

- соревнования: Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла проводит множество соревнований различного уровня – от региональных турниров до международных Чемпионатов и Кубков мира. Эти турниры стимулируют развитие уровня мастерства спортсменов, и предоставляют участникам возможность продемонстрировать свои навыки в акробатическом рок-н-ролле.

- культурное значение: Акробатический рок-н-ролл – это не только спорт, но и форма выражения себя. Он включает в себя элементы артистизма и искусства подачи своей программы, что делает его привлекательным для широких масс. Видео выступлений и соревнований собирают огромные просмотры в интернете, вдохновляя молодежь заниматься этим видом спорта.

- реклама и работа с общественностью: Всероссийская федерация проводит различные мероприятия, которые привлекают к спорту людей, не знающих о таком направлении. Так, традиционный ежегодный летний проект ФТСАРР «Уроки в парках по акробатическому рок-н-роллу и буги-вуги» популяризирует вид спорта в более чем 20 городах России каждый год.

Спортсмены массового спорта, прошедшие путь от «Е» класса (базовые, самые простые движения) до «А» класса (ничем не отличается от сложности основных дисциплин)- с легкостью переходят в спорт высших достижений, становятся в составы или пары, так как система развития детей в массовом спорте акробатического рок-н-ролла выстроена должным образом, и позволяет юным спортсменам осваивать все необходимые навыки для высокого спорта [2, с. 148–150].

Исходя из проведенного анализа следует, что акробатический рок-н-ролл представляет собой уникальное сочетание спорта и танца, которое активно развивается и привлекает к себе все больше внимания со стороны населения России [5, с 153–155]. Его массовый характер делает этот вид спорта доступным и привлекательным для широкой аудитории. Занимаясь акробатическим рок-н-роллом, люди не только развивают физические навыки, но и получают возможность для самовыражения, попадают в общность с атмосферой единства и дружбы.

**Список литературы**

1. Подлесных, В. Д. «чувство партнера» в акробатическом рок-н-ролле / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2024. – № 1. – С. 93-96. – EDN AGFDVW.

2. Подлесных, В. Д. Анализ базовых компонентов танцевальных движений в акробатическом рок-н-ролле / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 148-150. – EDN BYOHPN.

3. Подлесных, В. Д. Йога, как вспомогательная технология в системе акробатического рок-н-ролла / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2024. – С. 156-159. – EDN LGVMUI.

4. Подлесных, В. Д. Синергетическая биполярность сущности феноменов физическая культура и спорт / В. Д. Подлесных, Н. В. Иванова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2024. – № 1. – С. 162-164. – EDN CYRKKI.

5. Тарасенко, А. А. Основные направления развития акробатического рок-н-ролла как танцевального вида спорта / А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова, В. Д. Подлесных // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2024. – С. 153-155. – EDN QXWCVN.

**УДК 796/799**

# АКРОБАТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА В ВОЛЕЙБОЛЕ

О.А. Полякова, А.Н. Коноплева, А.Ш. Караев
Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова,
г. Нальчик, Россия

**Аннотация.** В статье раскрыта потребность развития навыков самостраховки юных волейболистов в аспекте способствующих профилактики травматизма. Указаны причины травматизма в волейболе и предлагается авторский комплекс специальных упражнений с применением акробатических элементов. Установлено, что регулярное применение специальных упражнений может стать гарантией профилактики травматизма спортсменов как в волейболе, так и в других видах спорта.

**Ключевые слова:** волейбол, травматизм, самостраховка, акробатические элементы, травмы, специальные упражнения.

Профилактика травматизма в любом виде спорта бесспорно является актуальным вопросом, который нуждается в постоянной разработке и изучении новых фактов, поскольку при повышении уровня спортивного мастерства современных спортсменов растет риск получения травм. Использование в тренировочном процессе методики с применением акробатической подготовки поможет выработать у юных спортсменов в игровых видах спорта необходимые навыки самостраховки.

Волейбол по степени травматизма не находится в первых рядах, в отличии от иных игровых видов (футбола, баскетбола, хоккея) поскольку в игровой деятельности спортсмены не вступают в контакт с соперника. Даже на соревнованиях высокого ранга в волейболе отмечается самый низкий уровень травматизма. В то же время из разряда бесконтактных видов спорта (лыжный спорт, теннис, гимнастика и т.д.) волейбол следует включить в достаточно травмоопасный вид спорта, поскольку из-за специфики игры в волейбол травмироваться могут пальцы рук, голеностопный и коленный суставы, плечи, спина и даже лицо. В волейболе присутствуют технические элементы предусматривающие падения на колени, бедро, а также перекаты при приеме мяча через плечо и грудь. Данный технические элементы требуют специальной технической подготовки с целью предотвращения травматизма. В этой связи считаем целесообразным включать в процесс подготовки юных волейболистов акробатические элементы, которые помогут развить необходимые навыки для корректного выполнения указанных технических элементов.

Причинами травм могут стать:

– чрезмерные нагрузки на фоне утомления организма спортсмена, приводящие к таким явлениям как переутомление и перетренированность;

– физические нагрузки несоответствующие уровню подготовленности спортсмена;

– неправильно выполненный технический элемент;

– недостаточная физическая подготовка спортсмена для исполнения того или иного технического элемента;

– недостаточное внимание тренера к подготовительной части занятия, направленной на формирование у занимающихся навыков общей двигательной деятельности и самостраховки.

Травмы подразделяются на острые (растяжения, ушибы, переломы) и усталостные, которые возникают в результате постоянных действий микротравмарующих ткани и имеют накопительный эффект [1]. В большей степени острые травмы спортсмены получают на соревнованиях, а усталостные во время тренировочного процесса.

Самой травмоопасной зоной во время игры в волейбол считается место под сеткой, где происходит прием нападения соперников (блок), розыгрыш мяча и нападение (атака) [5]. Даже при незначительном падении юный спортсмен может получить травму от легкой (ушиб) до тяжелой (сотрясение мозга), если он не обладает навыками самостраховки. Приобрести данные навыки спортсмен может посредством специальных подготовительных упражнений и акробатических элементов [2, С. 157].

1. Самостраховка при падении вперед Рекомендуемые упражнения:

– Из положения упор на коленях выйти в горку, затем вернуть в исходное положение;

– Планка из различных исходных положений;

– Из упора присев толчком ног выйти в упор на руки;

– Стойка и ходьба на руках;

– Сгибание и разгибание рук из различных исходных положений;

– Падение вперед из стойки на коленях в упор лежа (из упора присев; из положений стоя на ногах; с предварительным поворотом вокруг себя и одновременным падением вперед в упор лежа; то же после кувырка вперед и назад).

2. Самостраховка при падении в движении, беге или прыжках на скорости. Рекомендуемые упражнения:

– Перекаты «качалка» вперед и назад в упоре лежа прогнувшись;

– Перекаты в сторону из положения упор лежа, а также из иных исходных положений: стоя на коленях;

– Кувырок вперед; то же из положения выпад вперед, то же с шагом, 2-3 кувырка вперед с шагом; длинный кувырок с места и с разбега; кувырок вперед из стойки на руках; через плечо: шагом перекатом через правое (левое) плечо и лопатку; то же с выпада вперед; то же в движении с шага.

3. Самостраховка при падении назад. Рекомендуемые упражнения:

– Перекаты на спине до лопаток: перекаты лежа на спине в группировке; то же из сходного положения сидя с прямыми ногами перекат назад на лопатки, ноги сгибаются в группировку, далее вернуться в и.п.; то же из упора присев, то же из и. п. – о.с., приседая; то же после высокого прыжка вверх и вверх-назад; то же после соскока прыжком вверх-назад с небольшой возвышенности (после приема мяча от партнера в прыжке); из седа перекат назад согнувшись до касания ногами пола за головой; то же из положения о.с. падением назад согнувшись; то же, завершая перекат стойкой на лопатках, а затем обратный перекат вперед в стойку через одну ногу.

– Кувырок назад [4].

4. Упражнения для амортизации прыжков.

– Приседания и полуприседания, руки в различных положениях; то же после прыжка вверх из упора присев; приседания с выпрыгиванием вверх [3, С. 220].

– Соскок с возвышенности с приседанием в упор присев; то же с поворотом в полете на $90^{\circ}$ и $180^{\circ}$; то же с мячом или отягощением.

– Соскок с возвышения с кувырком вперед или назад; то же после поворота в полете на $90^{\circ}$ или $180^{\circ}$.

Профилактика травматизма должна занимать важное место в тренировочном процессе. Своевременное приобретение необходимых навыков самостраховки в избранном виде спорта позволит занимающимся успешно осуществлять свою спортивную карьеру. Сами по себе специальные упражнения не могут стать гарантией профилактики травматизма спортсменов, поскольку лишь регулярное их выполнение и постепенное усложнение заданий с возможным исполнением на большой амплитуде и высокой скорости принесут желаемый результат. Считаем, что подготовка спортсменов по предложенной методике позволит снизить уровень травм у волейболистов. Так же возможно применение данной методики в тренировочном процессе в иных игровых видах спорта.

**Список литературы**

1. Данилова Г.Р., Кириллова Т.Г. Травмы в волейболе // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2009. №4 (13). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/travmy-v-voleybole (дата обращения: 15.05.2024).

2. Михайлова Э.И., Михайлов Н.Г., Деревлева Е.Б., Каймин М.А., Кудрявцева О.В. Содержание гимнастики в физическом воспитании школьников // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018. №2. С. 156-165.

3. Горбачева О.А., Сорокина Е.В., Боровикова А.С. Использования средств гимнастики хатха-йога в начальной школе для повышения уровня здоровья, физического развития и двигательной подготовленности детей // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2019. №4 (85). С. 219-222.

4. Айзятуллова Г.Р., Сахарнова Т.К., Титова А.В., Полякова И.В. Физическая подготовка к выполнению акробатических элементов // Известия ТулГУ. Физическая

культура. Спорт. 2023. №4. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-podgotovka-k-vypolneniyu-akrobaticheskih-elementov (дата обращения: 23.10.2024).

5. Ушницкая В.В., Владимирова Н.Р., Владимиров С.А. Меры профилактики травм голеностопного сустава у волейболистов // Ученые записки университета Лесгафта. 2023. №4 (218). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/mery-profilaktiki-travm-golenostopnogo-sustava-u-voleybolistov (дата обращения: 23.10.2024).

**УДК 796.012.12: 378.17**

# ТРАВМАТИЗМ КАК НЕГАТИВНЫЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

В.В. Пономарев[1], Е.С. Сивухина[2]
[1]Красноярский государственный медицинский университет
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Красноярск, Россия
[2]Сибирский федеральный университет, г. Красноярск, Россия

**Аннотация.** В данной аналитической работе представлен статистический материал, показывающий проблемы, с которыми сталкивается молодежь в процессе занятий спортом. Одной из главных проблем в спортивной деятельности является травматизм. В статье раскрыта топология травм в зависимости от вида спортивной деятельности; основные причины возникновения травм у спортсменов; виды травматических случаев; методические принципы предотвращения травм в спортивной деятельности; виды спорта, где наблюдается наибольший процент травматических случаев. Все это в целом позволяет констатировать, что травматизм не позволяет молодежи активно заниматься спортом, происходит ранний уход занимающихся из спортивной деятельности, снижается массовость занятий спортом населения в целом. Актуализация и разрешение данной проблемы и явилось целью работы.

**Ключевые слова:** массовый спорт, молодежь, травматизм, профилактика, негативный фактор.

Травма – это повреждение с нарушением целостности тканей и органов человека в процессе определенной деятельности, в результате внешних и внутренних воздействий.

В настоящее время руководством страны уделяется большое внимание привлечению детей и молодежи к активным и системным занятиям спортом. Спорт – это тот вид деятельности, который способствует расширению психофизического потенциала детей и студенческой молодежи; формированию спортивной культуры, разнообразных прикладных навыков, а также мотивации занятий любимым видом двигательной активности в процессе всей своей жизнедеятельности.

В то же время при вышеуказанной позитивности наблюдается тенденция повышения травматизма у детей и молодежи, занимающихся спортом. До 50 % занимающихся уходят из спорта из-за травм уже на этапе начальной специализации. Из 100 % детей, изъявивших желание заниматься спортом, к этапу спортивного мастерства остается всего 10–15 %. Множество травм наблюдается в различных спортивно-массовых мероприятиях. В связи

с чем, важной задачей в этом направлении является проведение анализа главных причин такой негативной динамики и разработка необходимых научно-методических рекомендаций для снижения травматизма в спортивной деятельности массовых мероприятий.

Для разных видов спорта характерна специфическая топология травм: борьба, спортивная гимнастика, легкоатлетические метания, прыжки в воду – травмы мышц шеи, позвоночного отдела; хоккей, акробатика – ключично-акромиальные соединения; бокс – двуглавая мышца плеча, сотрясение головного мозга; прыжки с шестом, фехтование – дельтовидная мышца плеча; тяжелая атлетика – трехглавая мышца плеча; спортивные игры – плечевой сустав; регби, гандбол – мышцы предплечья, кисти рук и пальцы и др.

Травмы подразделяются по временному характеру на: острые травмы, которые возникают непосредственно в процессе спортивной деятельности, и хронические, повторяющиеся травмы из-за системных перегрузок. В среднем по степени тяжести у спортсменов преобладают легкие травмы, до 80 % от общего количества травм, средней тяжести – 15 % и тяжелые – до 5 %.

На рисунке 1 представлена статистика травматизма по отдельным видам спорта.




Рисунок 1 – Статистические показатели травматизма
по некоторым видам спорта, в %

Как показано на рисунке, наибольший травматизм превалирует в спортивных играх, легкой атлетике, тяжелой атлетике и др.

На рисунке 2 представлено процентное соотношение травм опорно-двигательного аппарата спортсменов.

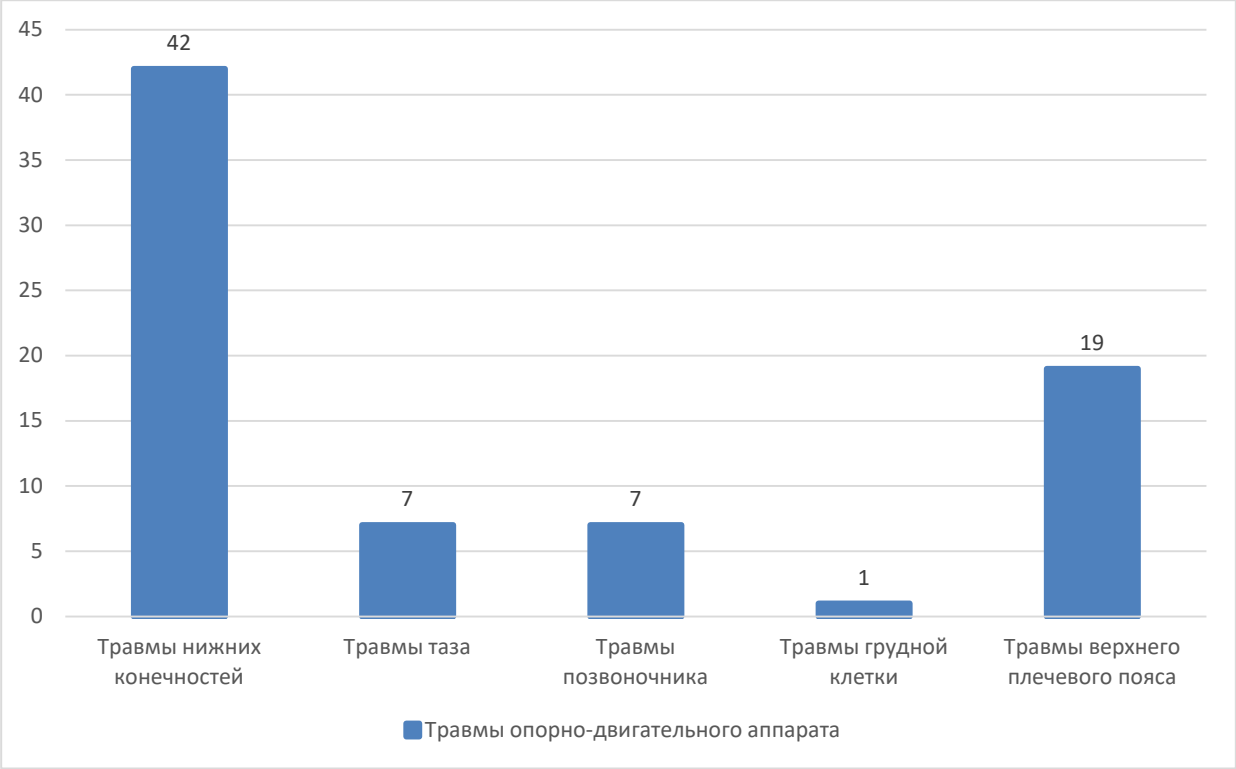



Рисунок 2 – Процентное соотношение травм
опорно-двигательного аппарата спортсменов

На первом месте из травм опорно-двигательного аппарата находятся травмы нижних конечностей, далее травмы плечевого пояса и т.д.

Основные причины травм в спорте это: недостаточный уровень методической подготовленности тренеров-преподавателей, низкий уровень организации спортивной подготовки в целом, неудовлетворительное материально-техническое обеспечение спортивной деятельности, несформированная культура безопасного поведения занимающихся на тренировочных занятиях, несоблюдение педагогических принципов спортивной подготовки, недостаточная профилактика травматизма среди спортсменов и др.

Организационно-методические меры по предупреждению травматизма в спорте: системная переподготовка тренеров-преподавателей, строгое соблюдение базовых методических принципов спортивной подготовки, профилактические мероприятия по предотвращению травматизма среди спортсменов, системный медицинский контроль спортсменов, улучшение материально-технического обеспечения спортивной подготовки занимающихся и др.

Только системное и должное научно-методическое сопровождение спортивной подготовки обеспечит эффективную спортивную деятельность детей и молодежи, способствует снижению травматизма и повышению массовости занятий спортом населения страны.

**Список литературы**

1. Бекетов О.В., Рахметжанов А.С. и др. Опыт исследования травматизма в спортивных единоборствах // Современные проблемы науки и образования. 2023. № 1.
2. Бондаренко М.П. Повышение безопасности труда профессиональных спортсменов / Современные проблемы науки и образования. 2014. № 3. С. 353–360.
3. Леонов С.В. Переживание спортивной травмы // Национальный психологический журнал. 2012. № 2. С. 136–143.
4. Спортивные травмы. Основные принципы профилактики и лечения: пер. с англ. / под ред. П.А.Ф.Х. Ренстрема. Киев: Олимпийская литература. 2002. 378 с.
5. Шихов А.В. Спортивная травматология: учеб. пособие. Екатеринбург: УГТУ-УПИ. 2006. 120 с.

**УДК 796.012.12 : 378.17**

# РАЗНОУРОВНЕВАЯ МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ПОДВИЖНОСТИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СТУДЕНТОК В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В ВУЗЕ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

В.В. Пономарев[1], А.Н. Левицкая[2]
[1]Красноярский государственный медицинский университет им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Красноярск, Россия
[2]Сибирский федеральный университет, Красноярск, Россия

**Аннотация.** В статье раскрывается алгоритм разработки содержания разноуровневой методики формирования подвижности опорно-двигательного аппарата студенток в физическом воспитании с использованием средств фитнес-технологий и, в частности, фитнес-аэробики. Показано содержание программного сопровождения разноуровневой методики формирования подвижности у девушек, формы организации процесса, средства, методы. Представлен диагностирующий блок контроля и коррекции подвижности опорно-двигательного аппарата студенток. В основе данной работы находится процесс формирования подвижности опорно-двигательного аппарата студенток с разным уровнем подвижности, так как функции опорно-двигательного аппарата человека играют важную роль в бытовой, профессионально-прикладной и физкультурно-спортивной деятельности людей.

**Ключевые слова:** студентки, вуз, физическое воспитание, разноуровневая методика, подвижность, опорно-двигательный аппарат.

В своей работе мы даем следующее определение: «разноуровневая методика» – это педагогический процесс, результатом которого являются количественные и качественные изменения в опорно-двигательном аппарате студентов, включающий избирательное воздействие на развитие подвижности опорно-двигательного аппарата (ОДА), с учетом исходного уровня сформированности подвижности ОДА, на основании которого выстраивается алгоритм тренинга ОДА девушек в процессе физического воспитания в вузе.

Целью разработки разноуровневой методики явилось формирование должной подвижности опорно-двигательного аппарата студенток вуза средством фитнес-технологий, что будет способствовать повышению физической подготовленности, физическому развитию; освоению базовых технических элементов из фитнес-технологий и, в частности, фитнес-аэробики; повышению умственной и физической работоспособности, репродуктивной функции; готовности к активной трудовой деятельности по завершении обучения в вузе.

При разработке программного сопровождения разноуровневой методики мы основывались на следующих педагогических принципах: комплексность, разносторонность, разноуровневость, последовательность и поступательность. В таблице 1 представлен программный материал сопровождения разноуровневой методики развития подвижности опорно-двигательного аппарата средствами фитнес-технологий.

Таблица 1 – Программный материал сопровождения разноуровневой методики развития подвижности опорно-двигательного аппарат студенток средствами фитнес-технологий

| № п/п | Содержание программы | Часы | Семестры | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| I. | Физическая культура и спорт: базовый курс | 72 | 72 | - | - | - | - | - |
| | 1.1. Теоретические занятия (лекции) | 20 | 20 | - | - | - | - | - |
| | 1.2. Практические занятия | 52 | 52 | - | - | - | - | - |
| II. | Элективные занятия (по выбору) | 300 | 59 | 58 | 42 | 46 | 45 | 50 |
| | 2.1. Современные фитнес-технологии активизации двигательной активности студенческой молодежи (лекция) | 3 | 1 | 1 | 1 | - | - | - |
| | 2.2. Фитнес-аэробика в физическом воспитании студенток вуза (лекция) | 3 | 2 | 1 | - | - | - | - |
| | 2.3. Функции и подвижность ОДА и его значение в физическом воспитании студенток (лекция) | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | - | - |
| | 2.4. Развитие подвижности верхнего плечевого пояса на занятиях фитнес-аэробикой (практика) | 40 | 10 | 10 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| | 2.5. Развитие подвижности позвоночного отдела на занятиях фитнес-аэробикой (практика) | 70 | 15 | 15 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| | 2.6. Развитие подвижности тазобедренных суставов на занятиях фитнес-аэробикой (практика) | 100 | 20 | 20 | 15 | 15 | 15 | 15 |
| | 2.7. Комплексное развитие подвижности ОДА на занятиях фитнес-аэробикой | 80 | 10 | 10 | 10 | 15 | 15 | 20 |
| III. | Контрольный раздел: | 28 | 3 | 4,5 | 4,5 | 5 | 5 | 6 |
| | 3.1. Контроль подвижности верхнего плечевого пояса | 5 | 0,5 | 1 | 0,5 | 1 | 1 | 1 |
| | 3.2. Контроль подвижности позвоночного отдела | 5 | 0,5 | 0,5 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 3.3. Контроль подвижности тазобедренных суставов | 8 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| | 3.4. Комплексный контроль подвижности ОДА | 10 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |

Теоретический раздел включает: формирование знаний у студенток о современных фитнес-технологиях, основы занятий фитнесом, самостоятельные занятия, индивидуальный контроль и коррекция физического состояния средствами фитнес-технологий, фитнес-аэробика в физическом воспитании студенток и т.д.

Практический раздел содержит: методические комплексы формирования подвижности верхнего плечевого пояса, позвоночного отдела, тазобедренных суставов, комбинированные упражнения, упражнения в парах, на снарядах, в изотонических и изометрических режимах и др.

Контрольный раздел направлен на оперативную и системную диагностику и коррекцию подвижности опорно-двигательного аппарата и включает следующие контрольные упражнения: наклон вперед из положения «сиди на полу», выполнение упражнений «мост», «поперечный шпагат», контроль подвижности плечевого пояса.

Методы организации занятий следующие: групповой, фронтальный, поточный, круговой, индивидуальный и др.

Методы развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток на занятиях фитнес-аэробикой: статические методы, характеризующиеся изометрическим типом мышечных сокращений, и динамические методы, характеризующиеся изотоническим типом мышечного сокращения.

Средства формирования подвижности опорно-двигательного аппарата студенток: специализированные упражнения из фитнес-аэробики; гимнастика «стретчинг» и «йога»; художественная гимнастика; спортивная гимнастика; акробатика и др.

Представленный в таблице 1 учебно-методический материал раскрывает содержательную часть сопровождения разноуровневой методики развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток вуза на занятиях фитнес-аэробикой. В программном сопровождении показана последовательность формирования подвижности опорно-двигательного аппарата, начиная от теоретических основ, далее – практические занятия и системный контроль результатов. Для студенток вуза, имеющих низкий уровень подвижности опорно-двигательного аппарата, на занятиях фитнес-аэробикой следующая методическая последовательность формирования подвижности: аэробные упражнения (10′–15′); упражнения общей развивающей направленности (15′–20′); упражнения у гимнастической стенки (20′); упражнения в парах (15′); методы организации занятий: групповой, фронтальный, круговой; методы развития подвижности: динамические методы; средства формирования подвижности ОДА: бег, ходьба, гимнастика, упражнения из фитнес-аэробики, художественная гимнастика и др. Количество повторений упражнений не более 15 раз, частота сердечных сокращений (ЧСС) не более 120 уд/мин.

Для студенток со средним уровнем подвижности опорно-двигательного аппарата методическое содержание занятий следующее: аэробные

упражнения (10′–15′); комплекс общих развивающих упражнений (20′); упражнения у гимнастической стенки (15′); упражнения на гимнастических матах (15′); упражнения в парах (10′); упражнения с использованием технических средств (15′); методы организации занятий: фронтальный, поточный и круговой.

Методы развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток: динамические методы – 70 % и статические методы – 30 %. Средства формирования подвижности опорно-двигательного аппарата студенток: специализированные комплексы упражнений из фитнес-аэробики, спортивная и художественная гимнастики, «стретчинг», акробатика и др. Количество повторений упражнений не более 20 раз, ЧСС не более 120 уд./мин.

Для студенток с высоким уровнем подвижности опорно-двигательного аппарата методическое содержание занятий следующее: аэробные упражнения (10′); комплексы общих развивающих упражнений (15′); упражнения у гимнастической стенки и с использованием технических средств (25′); упражнения в парах (10′). Методы организации занятий: поточный, круговой, индивидуальный, групповой. Методы развития подвижности опорно-двигательного аппарата: динамические, статические и статодинамические. Средства формирования подвижности опорно-двигательного аппарата: комплексы упражнений из фитнес-аэробики, гимнастики, «стретчинг» и «йога», акробатики, спортивной и художественной гимнастик. Количество повторений упражнений не более 30 раз, ЧСС не более 140 уд./мин.

Разработанное программно-методическое содержание для студенток с разным уровнем сформированной подвижности опорно-двигательного аппарата способствует поступательному и гармоническому формированию подвижности опорно-двигательного аппарата у студенток в процессе физического воспитания в вузе.

**Список литературы**

1. Левицкая А.Н. Развитие гибкости у студентов, занимающихся фитнес-аэробикой на начальном этапе подготовки // Вестник КГПУ им. В. П. Астафьева. 2017. № 1 (39). С. 194–196.

2. Левицкая А.Н. Разноуровневая методика развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток технического вуза на занятиях фитнес-аэробикой / А.Н. Левицкая, В.В. Пономарев, А.В. Яцковский // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 6. С.56–57.

3. Левицкая А.Н. Дифференцированная методика развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток вуза средствами фитнес-аэробики / А.Н. Левицкая, В.В. Пономарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2022. № 5. С. 55–56.

4. Левицкая А.Н. Проектирование занятий фитнес-аэробикой в физическом воспитании студенток вуза / А.Н. Левицкая, В.В. Пономарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 6. С. 52.

5. Levitskaya A.N. Designing fitness aerobics classes in physical education of university students / A.N. Levitskaya, V.V. Ponomarev // Theory & practice of physical culture. 2023. № 12. P. 36–38.

**УДК 372.016:796+373.3/.5**

# РОЛЬ ИНТЕГРИРОВАННЫХ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.В. Пономарева, Е.А. Иващенко, А.А. Халилова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Российская Федерация

**Аннотация.** Данная статья посвящена изучению актуальности использования интегрированного подхода через предмет физическая культуры для детей младшего школьного возраста и отражает изменение уровня вовлеченности учеников 2 класса к учебной деятельности.

**Ключевые слова:** интегрированные уроки, интеграция, межпредметные связи, учащиеся младшего школьного возраста, урок физической культуры.

Одной из главных целей школьного образования, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом, является развитие у школьников общих способов деятельности. Эти способы понимаются как универсальные навыки и умения, которые могут быть применены в процессе изучения различных школьных предметов. Таким образом, возникает необходимость в интеграции различных предметов и установлении межпредметных связей между ними, а также в усилении взаимосвязи между различными науками. Это позволяет создать единую систему обучения, где знания из разных областей взаимодействуют и дополняют друг друга. Данный вид учебной деятельности способствует всестороннему развитию личности ученика. Он учит детей мыслить креативно, находить нестандартные решения и применять полученные знания в различных ситуациях [2, 5].

Согласно мнению Зотовой Р.Ф. интегрированный урок – это тип урока, объединяющий в себе обучение по нескольким дисциплинам. Он может помочь сформировать у детей логику, ценностно-смысловую, нравственно-эстетическую стороны личности [3], целью которого является оптимизация процесса обучения предмета физическая культура и других предметов школьной программы. Урок физкультуры, взаимодействуя с другими предметами, не только закрепляет знания, но и направлен на совместную работу учителей предметников и учеников, как при проведении урока, так и при его подготовке [4]. Такой подход позволяет не только разнообразить учебный процесс, но и способствует развитию учеников во всех сферах их жизни. Они учатся не только мыслить логически и креативно, но и укрепляют свое тело и дух. Таким образом, интегрированный урок становится не только эффективным методом обучения, но и важным фактором в формировании универсальных компетенций учеников.

Гераськина М.А. и Шуварков С.С. отмечают преимущества интегрированных занятий именно с физической культурой в том, что возможность единства с физической культурой и других предметов позволяет показать школьникам необходимость теоретического материала для практической деятельности [5].

Цель исследования – определить эффективность внедрения интегрированных технологий в урок физической культуры учащихся младших классов.

Исследование проводилось в МБОУ гимназия № 7 г. Новороссийска Краснодарского края. Для практического применения интегрированных уроков, были проанализированы календарно тематические планы и учебные пособия предметов, изучаемых у учащихся 2-х классов: физическая культура, математика, литературное чтение. Также проведена беседа с учителем начальных классов для того, чтобы выявить на какие темы стоит обратить внимание для повышения уровня знаний у учащихся посредством вовлечения данных тем в уроки физической культуры.

1. Математика: умножение числа 2 на 2, деление числа на 2, закрепление изученного на тему «Табличное умножение и деление». Решение задач.

2. Литературное чтение: характер героев Г. Остера «Будем знакомы»; В.Ю. Драгунский «Тайное становится явным», юмор в произведениях Э. Успенского «Чебурашка».

3. Физическая культура: непосредственная работа согласно каждой теме урока в разделе «Легкая атлетика».

На основе полученных данных нами были подготовлены специальные Технологические карты интегрированных уроков физической культуры. Данные карты включали в себя возможные вариации применения пройденного материала по предметам в уроки физической культуры. В качестве средств интеграции в подготовительной части урока применялись считалочки, общеразвивающие упражнения и т.п. В основную часть урока были включены подвижные игры, малоподвижные игры, эстафеты «Веселые старты», викторины, и т.п). В заключительную часть урока включали игры на внимание, малоподвижные игры, считалочки.

Для определения эффективности внедряемых изменений использовали методику «Многомерная шкала школьной вовлеченности» Т.Г. Фоминой и В.И. Моросановой для определения уровня вовлеченности по 4 компонентам: поведенческий, эмоциональный, когнитивный, социальный.

Проанализировав результаты проделанной работы нами были сделаны выводы и предложены методические рекомендации.

Относительно хода самого процесса была отмечена следующая картина.

В момент ввода интегрированных уроков учащиеся 2-х классов мало понимали, что происходит и почему на физкультуре появились элементы других предметов, восприняли это не очень положительно, детям хотелось

просто играть и не вдумываться в новые правила игры. Так, считалочки на основе литературного чтения нравились им значительно меньше, чем те, которые они использовали в подвижных играх обычно. Так же «со скрипом» дети воспринимали новые правила игр и персонажей. Ко второй неделе учащиеся адаптировались к новым правилам некоторых игр, к считалочкам, они начали учить дома стихотворения, читать рассказы, чтобы быть водящим, знать и понимать правила игры, им понравилась новая система. НА данном этапе мы ввели в уроки интеграцию с математикой. Здесь обнаружилось, что теряют интерес к процессу те учащиеся, которые учатся неудовлетворительно: им безразлично, какую роль исполнять в игре, главное, чтобы она состоялась. С ними мы применили индивидуальный подход, в основе которого лежал принцип выделения их на ведущие роли. С неуспевающими задача была решена, их интерес к обучению повысился, однако подобный подход был неоднозначно воспринять теми учениками, которые старались и готовились по пройденному материалу. С целью достижения баланса в этом направлении, мы стали составлять пары из сильных и слабых учащихся, а также допустили детей к составлению правил отдельных игр. Например, в малоподвижной игре «Математический твистер», сами дети проявили инициативу выучить и не только умножение на 2, но и на 3, поскольку на полотне были представлены ответы и для других примеров.

К концу третьей и в начале четвертой недели интерес к интегрированным занятиям, по сравнению с началом курса, многократно возрос. Классные руководители всех трех вторых классов и родители учеников дали положительную оценку данному исследованию.

Относительно объективных методов контроля мы получили наглядное подтверждение тому, что интегрированные занятия положительно сказываются на освоении учебного материала учащимися вторых классов, повышают их интерес к образованию. Так, по многомерной шкале школьной вовлеченности было установлено следующее (рисунок 1).

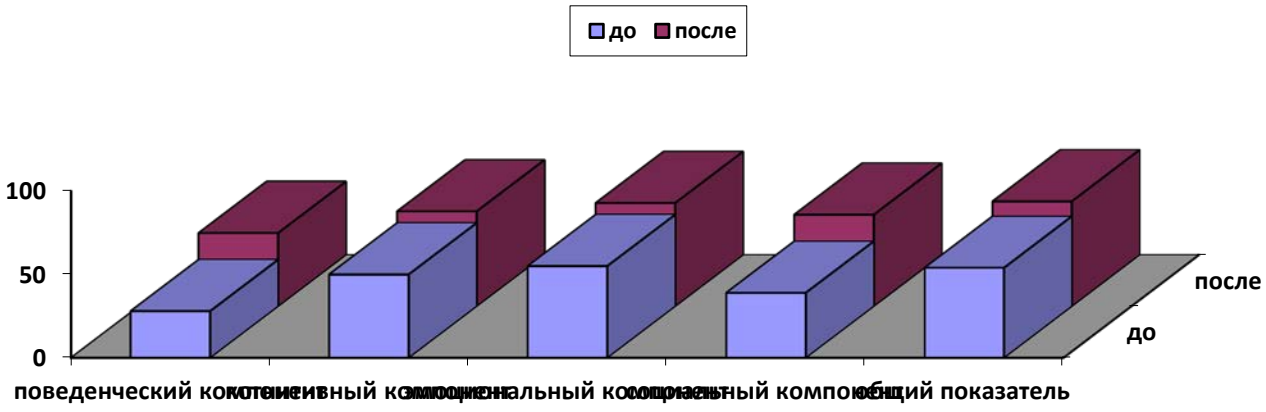



Рисунок 1 – Динамика уровня вовлеченности в учебную деятельность до и после проведения курса интегрированных занятий

Согласно общему показателю, количество учащихся с выраженным уровнем вовлеченности в учебный процесс выросло на 9 %, также по всем четырем компонентам используемой шкалы оценки отмечена положительная динамика. Наибольший прирост отмечается по двум компонентам: поведенческому и социальному и составляет 16 %, что отражает повышение продуктивности в учебе и дисциплинированности, а также проявлениями чувства принадлежности и идентификации в группе. Прирост когнитивного и эмоционального компонентов составил 10 % и характеризовал возможность младших школьников проявлять старательность и желание использовать различные подходы для успешного выполнения задания, а также повышению энтузиазма к учебному процессу. Следовательно, использование интегрированных занятий физической культурой способствовало повышению вовлеченности школьников к учебной деятельности, что подтверждало слова классных руководителей и родителей, что на наш взгляд, очень ценно при работе в группе.

Основными преимуществами интегрированных занятий на базе занятий физической культурой мы считаем следующие моменты:

- пробуждение интереса к учению - наилучшее средство для предупреждения трудностей;
- учет особенностей и потребностей младших школьников;
- воздействие на развитие школьников разными формами и видами деятельности;
- единство умственного и физического развития;
- создание благоприятных условий (эмоциональный и двигательный комфорт) для обучения школьников;
- развитие познавательных процессов;
- применение теоретических знаний в нестандартной обстановке;
- воспитание коммуникативных и социально-значимых качеств у школьников
- сохранение здоровья обучающихся (повышение двигательной активности);
- предупреждение вредных привычек (или отказ от них) и формирование полезных привычек.

Таким образом, можно заключить, что интеграция дает возможность для самореализации, самовыражения, творчества, как педагога, так и обучающегося. Возможность единства с физической культурой других предметов позволяет показать школьникам необходимость теоретического материала для практической деятельности. Интерес к учебе и успеваемость становятся выше, если они осознают нужность обучения. На основании сказанного выше, можно сделать вывод о том, что интегрированное обучение может применяться в рамках реализации образовательной программы «Начальная школа XXI века» и не противоречит требованиям ФГОС НОО.

**Список литературы**

1. Гераськина М.А., Шуварков С.С. Реализация комплексного подхода в физическом воспитании учащихся младших классов сельской малокомплектной школы / М.А. Гераськина, С.С. Шуварков // Вестник науки и творчества. – 2019. - № 4(40). – С. 24-29.

2. Григорьев О.А. Педагогические условия разработки интегрированных уроков по безопасности жизнедеятельности и физической культуре / Григорьев О.А., Бурдюгов Е.А.// Сборник статей I Всероссийской научно-практической конференции: «Проблемы и перспективы безопасности жизнедеятельности: интеграция наук, традиции и инновации». - Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2019. – С. 41-46.

3. Зотова Ф.Р. Сравнительный анализ мотивации учебной деятельности учащихся инновационных и типовых общеобразовательных школ / Ф.Р. Зотова // Теория и практика физической культуры. − 2009. − № 11. − С. 55-58.

4. Лубышева Л.И. Спортизация общеобразовательных школ: концептуальные основы и технологические решения / Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. − 2016. − № 1. − С. 5-8.

5. Чепига М.Г. Интеграция на уроках физической культуры общеобразовательной школы / М.Г. Чепига // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма - Краснодар, 2018. Т. 1. – С. 79-80.

**УДК 796**

# РАЗВИТИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В АЗОВО-ЧЕРНОМОРСКОМ ИНЖЕНЕРНОМ ИНСТИТУТЕ

С.М. Пятикопов, В.А. Гриненко, А.Р. Окунева
Азово-Черноморский инженерный институт,
филиал Донского государственного аграрного университета, г. Зерноград, Россия

**Аннотация.** Развитию спорта в вузах в последнее время уделяется особое значение. Проблемы со здоровьем у нынешней молодежи создают искусственную проблему невозможности занятий физкультурой и спортом [1]. Также современные реалии выделяют другие приоритеты, чем спорт. На протяжении последних лет мы проводим исследования по состоянию студенческого спорта в вузе [2]. Нами проанализированы данные за последний год и показана динамика развития студенческого спорта за последнее время.

**Ключевые слова:** студенческий спорт, спортивные секции, спартакиада студентов, здоровье абитуриентов.

Студенческому спорту в стране в последнее время уделяется большое внимание [2, 3, 4]. Одной из причин такого изменения является политика президента РФ и правительства, направленная на повышения уровня и качества здоровья населения страны. Это в первую очередь проявляется в возрождении комплекса ГТО, проведение новых студенческих соревнований на уровне страны и международных стартов с дружественными странами.

Однако все равно студенческий спорт является специфической областью и абитуриенту после школы все равно приходиться привыкать к его специфике [5, 6, 7]. После школы начинается новая жизнь, как учебная, бытовая, так и спортивная. Вначале абитуриент адаптируется и мыслит, делает свои выводы на школьном менталитете. Потом он видит другую спортивную обстановку, новые спортивные возможности и перспективы, то у него меняется менталитет. Особенно меняются интересы после первых спортивных соревнований [2].

Рассмотрим развитие студенческого спорта в нашем институте. Наименование спортивных секций нашего вуза и количество занимающихся в них представлено на рисунке 1.

Анализируя динамику по количеству спортивных секций (рис. 2) мы видим, что в последнем учебном году они уменьшились сразу на три позиции. Причины уход тренеров по гандболу и фитнесу, а также секция по мини-футболу и футболу объединилась. Отсюда, и уменьшение количества занимающихся в секциях (рис. 3). Однако процентное соотношение посещающих секции по отношению к общему количеству студентов на

протяжении последнего времени остается практически на одном и том же уровне.

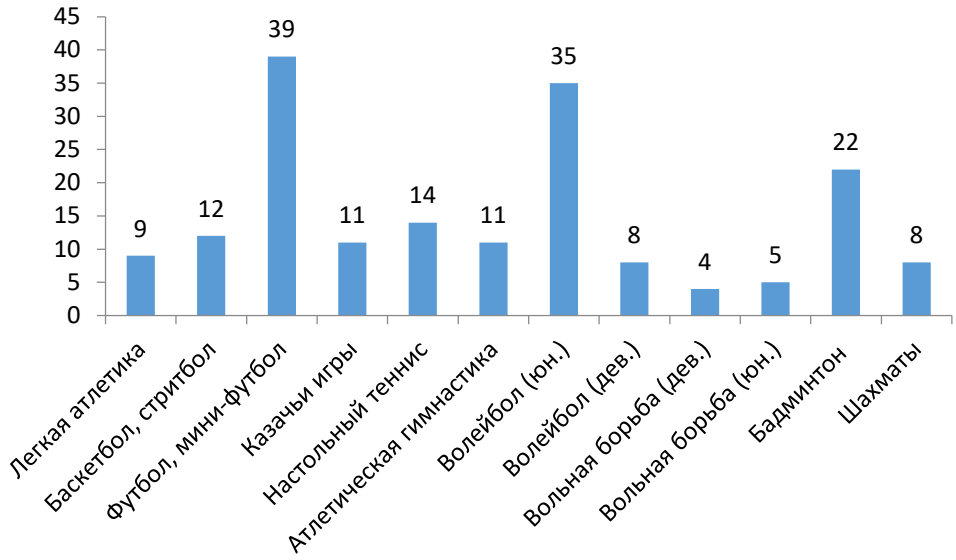



Рисунок 1 – Спортивные секции в 2023–24 учебном году и количество занимающихся

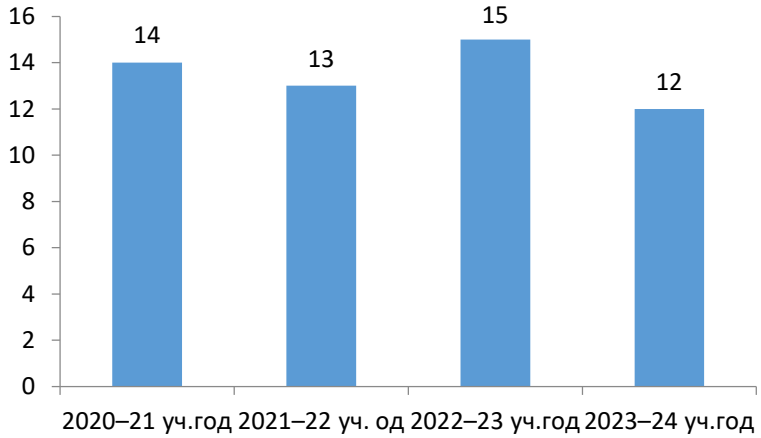



Рисунок 2 – Количество спортивных секций в институте

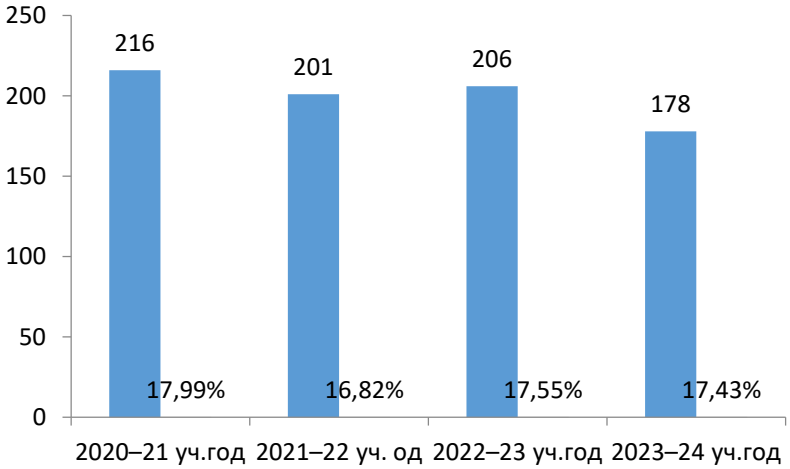



Рисунок 3 – Количество занимающихся в спортивных секциях и их процентное соотношение к общему количеству обучающихся

Что касается соревновательной составляющей, то студенты начинают каждый сентябрь с Фестиваля первокурсника (рис. 4). Он состоит из пяти видов спорта: волейбол, стритбол, мини-футбол, настольный теннис и бадминтон. Как мы видим, количество участников уменьшается, это связано с уменьшением общего количества абитуриентов, но процентное соотношение к общему числу абитуриентов остается практически на одном уровне. Это тоже показывает одинаковый интерес к соревнованиям каждый год.

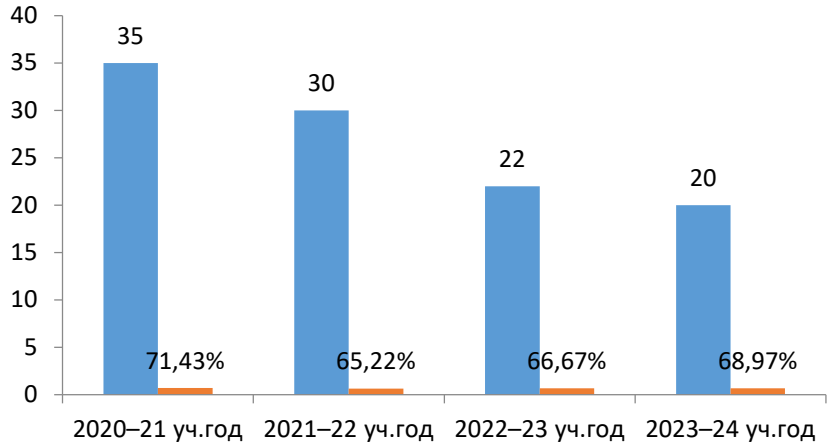



Рисунок 4 – Число студентов участвовавших в Фестивале первокурсника и их процентное соотношение к общему количеству учащихся 1 курса

А вот процентное соотношение занимавшихся спортом до института к количеству участников Фестиваля первокурсника каждый год уменьшается (рис. 5). Здесь все-таки играет свою роль то, что такой вид как бадминтон малоразвит в школах и спортшколах, и готовых бадминтонистов практически нет.

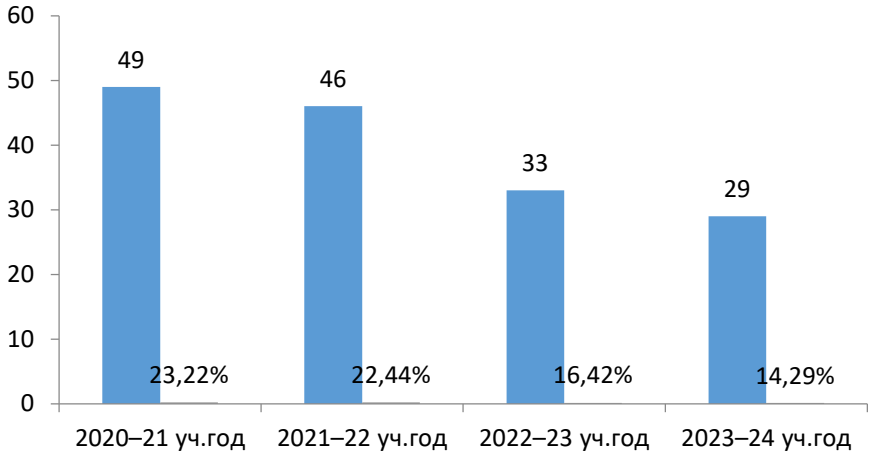



Рисунок 5 – Количество первокурсников участников Фестиваля, занимавшихся спортом до института, и их процентное соотношение к количеству участников Фестиваля

Ну и главным спортивным студенческим мероприятием является межфакультетская Спартакиада среди всех курсов. Она проходит с ноября по апрель и включает 11 видов спорта. Количество участников и их процентное

соотношение к общему количеству обучающихся показаны на рисунке 6. Провал в 2021–22 учебном году объясняется ковидными ограничениями, а так мы видим рост числа спортсменов.

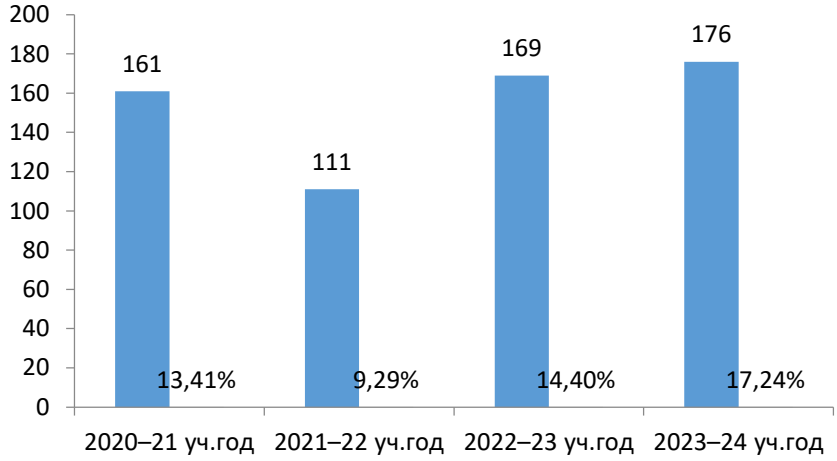



Рисунок 6 – Количество участников Спартакиады студентов и их процентное соотношение к общему количеству студентов

Анализируя приведенные данные можно сделать вывод что, несмотря на тенденцию уменьшения студентов в вузе, желающих заниматься спортом остается на одном уровне. В качестве мероприятий по увеличению желающих заниматься спортом необходимо: увеличивать количество секций, соревнований, видов спорта, повысить заинтересованность к спорту среди студентов, особенно среди первокурсников.

**Список литературы**

1. Пятикопов, С. М. Анализ динамики заболеваемости студентов, поступивших в Азово-Черноморский инженерный институт / С. М. Пятикопов, С. А. Ковалева, И. В. Руденко // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в аграрных вузах России: Сборник научных трудов по материалам Национальной научно-практической конференции, Казань, 24–25 ноября 2022 года. – Казань: Казанский государственный аграрный университет, 2022. – С. 409-414.

2. Пятикопов, С. М. Студенческий спорт в Азово-Черноморском инженерном институте / С. М. Пятикопов, Н. Н. Яковенко, А. А. Ашитко // Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании : Сборник материалов XXXV Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава, Ростов-на-Дону, 23 апреля 2024 года. – Ростов-на-Дону: Ростовский государственный экономический университет (РИНХ), 2024. – С. 80-83.

3. Пятикопов, С. М. Проблемы управления физической культурой в вузе / С. М. Пятикопов, Т. Д. Алиев, С. А. Ковалева // Kant. – 2021. – № 2(39). – С. 393-398.

4. Пятикопов, С. М. Проблемы физического воспитания современного студента / С. М. Пятикопов, В. А. Петелин, С. А. Ковалева // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Материалы XXIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти профессора Ю. Т. Ревякина, Томск, 26–27 марта 2021 года. – Томск: Томский государственный педагогический университет, 2021. – С. 88-91.

5. Яковенко, Н. Н. Мониторинг заинтересованности занятиями физкультурой и спортом абитуриентов Азово-Черноморского инженерного института / Н. Н. Яковенко, С. А. Ковалева, Н. Н. Кравченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Материалы XXV Всероссийской научно-практической конференции, посвященной памяти профессора Ю.Т. Ревякина, Томск, 24–25 марта 2023 года / Отв. редактор А.Н. Вакурин. – Томск: Томский государственный педагогический университет, 2023. – С. 149-153.

6. Пятикопов, С. М. Организация и проведение занятий физкультурой с уклоном на развитие выносливости / С. М. Пятикопов, С. А. Ковалева, Н. Н. Кравченко // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики: Материалы национальной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 16–18 ноября 2021 года. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный аграрный университет, 2021. – С. 483-487.

7. Пятикопов, С. М. Совершенствование методики повышения уровня физической подготовленности волейболистов 17–18 лет в вузе / С. М. Пятикопов, С. А. Ковалева, Н.Н. Кравченко // Kant. – 2022. – № 1(42). – С. 298-303.

**УДК 796.035-055.2**

# МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ НА ОСНОВЕ ФИТБОЛ-АЭРОБИКИ И ЙОГАЛАТЕС С ЖЕНЩИНАМИ 36–40 ЛЕТ

Н.И. Романенко, К.А. Лобченко, Л.А. Бесчастных
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлена методика комплексных физкультурно-оздоровительных занятий на основе фитбол-аэробики и йогалатес с женщинами 36-40 лет. Результаты опроса показали, что у женщин наблюдается малоподвижный образ жизни, излишняя масса тела, низкий уровень физической подготовленности и наличие болевых ощущений в мышцах. На основе анализа научно-методической литературы были подобраны соответствующие средства фитнеса. Экспериментальным путем доказано эффективное влияние комплексных занятий, способствующих снижению веса тела, обхватных размеров, улучшению деятельности дыхательной системы, а также повышению силовой выносливости и гибкости женщин 36–40 лет.

**Ключевые слова:** женщины 36–40 лет, комплексные занятия, фитбол-аэробика, йогалатес, морфофункциональное состояние, физическая подготовленность.

В настоящее время социально-экономические условия, интенсификация труда предъявляют высокие требования к физическому состоянию трудоспособного населения, в том числе и к женщинам второго зрелого возраста [1, 3, 7]. В возрасте 36–40 лет уже начинаются физиологические и дегенеративные изменения, эндокринные перестройки различных систем организма, приводящие к заболеваниям. Известно, что замедлению процесса инволюции способствуют физические упражнения достаточной интенсивности [2, 4, 5, 6]. Однако, как показывает анализ научно-методической литературы пока отсутствуют общепринятые подходы в определении рационального сочетания средств оздоровительной физической культуры с учетом возраста и уровня физического состояния занимающихся женщин. Данное обстоятельство и обусловило поиск эффективных средств комплексной направленности, обеспечивающий оздоровительный эффект.

Цель исследования – разработка методики комплексных занятий на основе фитбол-аэробики и йогалатес с женщинами 36–40 лет.

Исследование проводилось в городе Краснодаре на базе фитнес-клуба «Х-фит Меридиан». В нем приняло участие 30 женщин 36–40 лет, которых разделили на 2 равные группы. Контрольная группа занималась силовой

аэробикой, где выполнялись аэробные связки и комплексы упражнений с гантелями (1,5–2 кг). Для женщин экспериментальной группы была разработана методика комплексных занятий на основе фитбол-аэробики с силовым компонентом и модулями-связками йогалатес в рамках одной тренировки. Выбор данных средств фитнеса обусловлен (выявленным методом опроса женщин) малоподвижным образом жизни, излишней массой тела, низким уровнем физической подготовленности и наличием болевых ощущений в мышцах. Анализ научно-методической литературы показал, что упражнения фитбол-аэробики способствуют разгрузки позвоночного столба, укреплению мышечного корсета, а синтез упражнений йоги и Пилатес (йогалатес) содействуют как активизации мышц стабилизаторов, так и вытяжению позвоночника, и растягиванию мышц, сухожилий и связок.

Методика реализовывалась следующим образом, в подготовительной части (10–12 минут) занятия применялась суставная гимнастика сидя на мяче и связки фитбол-аэробики на 32 счета с интенсивностью 50–60 % от ЧСС максимальной, а также предварительный стретчинг в динамическом режиме мышечного сокращения.

Основная часть (35–40 минут) была представлена двумя разделами. В первом (15–20 минут) выполнялись комплексы силовых упражнений с фитболом на мышцы ног и ягодиц: приседы, выпады, наклоны, тяги. Во второй части (15–20 минут) – модули-связки йогалатес для мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса.

В заключительной части (3–5 минут) выполнялись дыхательные упражнения и пранаямы для снижения нагрузки, восстановления и расслабления.

Результаты первичного тестирования морфофункционального состояния и физической подготовленности женщин 36–40 лет обеих групп показали низкий уровень. Через пять месяцев было проведено повторное тестирование и выявлено преимущество женщин экспериментальной группы практически по всем тестам за исключением длины тела.

Упражнения фитбол-аэробики способствовали достоверному уменьшению веса тела на 4,8 кг, снижению обхватных размеров талии на 3,8 см, таза на 7,3 см. Использование комплексов упражнений йогалатес позволило улучшить показатели экскурсии грудной клетки на 1,8 см, повысить значения проб Штанге на 16 с и Генчи на 8,1 с. У женщин контрольной группы прослеживалась положительная динамика, однако достоверными оказались значения в обхвате таза и в пробе Штанге. Выявлена межгрупповая достоверность в тестах обхват талии и таза, в пробах Штанге и Генчи (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели морфофункционального состояния женщин 36-40 лет

| Тесты | Экспериментальная группа (n=15) | | | Контрольная группа (n=15) | | | $P_1$- $P_2$ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | исходные | итоговые | $P_1$ | исходные | итоговые | $P_2$ | |
| | M±m | M±m | | M±m | M±m | | |
| Вес тела (кг) | 78,9±1,1 | 74,1±0,7 | <0,01 | 79,3±1,5 | 75,9±1,1 | >0,05 | >0,05 |
| Длина тела (см) | 166,9±2,7 | 166,9±2,7 | >0,05 | 167,3±2,9 | 167,3±2,9 | >0,05 | >0,05 |
| Экскурсия грудной клетки (см) | 3,1±0,7 | 4,9±0,5 | <0,05 | 3,3±1,3 | 4,1±0,9 | >0,05 | >0,05 |
| Обхват талии (см) | 83,9±1,3 | 80,1±0,5 | <0,05 | 84,6±1,7 | 82,5±0,8 | >0,05 | <0,05 |
| Обхват таза (см) | 116,6±1,1 | 109,3±0,2 | <0,01 | 117,6±1,4 | 112,4±1,5 | <0,05 | <0,05 |
| Проба Штанге (с) | 29,4±1,7 | 45,4±1,3 | <0,001 | 30,1±1,9 | 39,2±1,6 | <0,05 | <0,05 |
| Проба Генчи (с) | 18,6±3,1 | 26,7±0,7 | <0,01 | 19,8±1,5 | 23,5±1,3 | >0,05 | <0,05 |

Наибольший относительный прирост обнаружен в экскурсии грудной клетки – 58 %, пробе Штанге – 54,4 % и Генчи – 41,3 %.

У женщин экспериментальной группы выявлено достоверное преимущество по развитию динамической силы в тестах сгибание рук в упоре на колени, прыжок в длину с места, подъем туловища в сед ($p<0,01$), а также в развитии статической выносливости в тесте удержание рук и ног лежа на животе ($p<0,001$). Достоверно ($p<0,05$) повысились показатели в тесте захват рук за спиной, оценивающий подвижность плечевого пояса (таблица 2).

Таблица 2 – Показатели физической подготовленности женщин 36–40 лет

| Тесты | Экспериментальная группа (n=15) | | | Контрольная группа (n=15) | | | $P_1$- $P_2$ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | исходные | итоговые | $P_1$ | исходные | итоговые | $P_2$ | |
| | M±m | M±m | | M±m | M±m | | |
| Сгибание рук в упоре на коленях (раз) | 3,3±0,6 | 5,7±0,4 | <0,01 | 3,1±1,8 | 4,3±0,3 | >0,05 | <0,05 |
| Прыжок в длину с места (см) | 121,8±1,5 | 130,1±1,1 | <0,01 | 123,6±1,5 | 128,2±1,4 | <0,05 | >0,05 |
| Подъем в сед (раз) | 13,5±1 | 18,7±1,2 | <0,01 | 14,1±2,1 | 16,2±0,3 | >0,05 | <0,05 |
| Статическое удержание рук и ног лежа на животе (с) | 20,7±0,9 | 48,9±1,4 | <0,001 | 22,2±1,3 | 37,5±1,8 | <0,05 | <0,01 |
| Захват рук за спиной (см) | 5,6±0,8 | 3,1±0,6 | <0,05 | 5,5±1,5 | 4,5±0,9 | >0,05 | <0,05 |

Эффективность применения комплексных физкультурно-оздоровительных занятий на основе фитбол-аэробики и йогалатес

подтверждает и расчет относительного прироста показателей, так на первом месте оказался тест статическое удержание рук и ног лежа на животе (66,8%), на втором – сгибание рук (59,3%) , на третьем – захвате рук за спиной (57,7%)

Таким образом, результаты педагогического эксперимента доказывают эффективность разработанной методики на основе фитбол-аэробики и йогалатес способствующей снижению веса тела, обхватных размеров, улучшению деятельности дыхательной системы, а также повышению силовой выносливости и гибкости женщин 36-40 лет.

**Список литературы**

1. Дворкина, Н. И. Влияние групповых фитнес программ разной направленности на физическую подготовленность женщин первого зрелого возраста / Н. И. Дворкина, М. Р. Ромасева, А. С. Ногтева // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: ФГБОУ ВО КГУФКСТ, 2024. – С. 78-80.

2. Маврудиев, П. Новые направления тренировок в фитнес индустрии / П. Маврудиев, А. Н. Кудяшева, Г. Р. Шамгуллина // Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки в гимнастике, танцевальном спорте и фитнесе: Сб. науч. тр. ПГУФКСТ. – Казань: ПГУФКСТ, 2023. – С. 242-244.

3. Манакова, Я. А. Влияние занятий фитнесом на физическую подготовленность женщин 40-44 лет / Я. А. Манакова // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Сб. науч. тр. – Уфа: РИЦ УУНиТ, 2024. – С. 512-517.

4. Ончукова, Е. И. Организация и содержание, физкультурно-оздоровительной работы в условиях санаторно-курортного отдыха с женщинами 36-45 лет / Е. И. Ончукова, Н. В. Куренкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2023. – № 1. – С. 188-190.

5. Романенко, Н. И. Методика занятий yogalates с женщинами 30–35 лет / Н. И. Романенко, Н. В. Маршалкина, С. А. Горбунова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2022. – № 1. – С. 222-224.

6. Рычкова, Н.Р. Методика занятий психорегулирующей направленности с женщинами второго зрелого возраста / Н. Р. Рычкова, Е. А. Галабир, О. С. Трофимова, Е. А. Мазуренко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 9(211). – С. 408-411.

7. Сударь, В. В. Влияние групповых занятий фитнесом разной направленности на показатели физической подготовленности женщин второго периода зрелого возраста / В. В. Сударь, Л. С. Комнатная // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 298–302.

**УДК 796.035**

# ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ЛИЦ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ ВТОРОГО ТИПА

С.Н. Садыкова, А.Н. Дондуковская
Стерлитамакский филиал Уфимского университета науки и технологий,
г. Стерлитамак, Россия

**Аннотация.** Представлен подход к организации оздоровительных мероприятий для лиц с сахарным диабетом второго типа с учетом биомеханических аспектов скандинавской ходьбы. Предлагается программа оздоровительной тренировки продолжительностью один час с применением попеременного шага скандинавской ходьбы периодичностью три раза в неделю в течение двух месяцев. Установлено положительное влияние биомеханических особенностей скандинавской ходьбы на поддержание адекватной гликемии, нормализацию жирового обмена, состояние нервной системы у участников исследования. Полученные результаты могут быть использованы в комплексной терапии лиц с означенной нозологией.

**Ключевые слова:** сахарный диабет второго типа, скандинавская ходьба, биомеханические особенности.

В современном мире около 6 % населения планеты страдает сахарным диабетом (СД). Это опасное заболевание, так как сопровождается системными сосудистыми осложнениями, часто ведущими к инвалидизации и смертности больных СД [4]. Профилактика СД известна – это диетические мероприятия с потреблением пищи, содержащей клетчатку и сложные углеводы, ограничение употребления жиров и разнообразные мероприятия физической культуры [1; 2]. Единого мнения об эффективности тех или иных методов физических нагрузок для лиц с СД в настоящее время не выработано, однако предпочтительность аэробных воздействий очевидна, ввиду их умеренности, низкого потенциала противопоказаний, возможности эффективной тренировки выносливости и т.д. Самой доступной аэробной нагрузкой является дозированная ходьба.

Такая простая и естественная на первый взгляд локомоция, как ходьба человека, на самом деле представляет собой сложный автоматизированный двигательный акт, являющийся результатом координированной деятельности скелетных мышц туловища и конечностей, зависящий от сформированного в процессе жизни двигательного стереотипа, организованного совокупностью безусловных и условных рефлексов [3; 5]. Полный цикл ходьбы (период двойного шага) слагается из фазы опоры и фазы переноса конечности для каждой ноги. При этом в опорный период активное мышечное усилие конечностей создает динамические толчки, сообщающие центру тяжести тела

ускорение, необходимое для его поступательного движения. При ходьбе в среднем темпе (примерно около 109 шаг/мин) фаза опоры длится 60% от цикла двойного шага, фаза переноса – 40%. Ввиду того, что большую часть времени занимает опорное положение шага – обеспечивается устойчивость положения тела при ходьбе [5]. Осуществляется ходьба многообразием мышц, тонко взаимодействующих между собой и действующих на различные суставы, что формирует индивидуальную картину движения [3].

Для оценки особенностей ходьбы используют разные биомеханические характеристики, описывающие, в том числе, фазный характер работы мышц, многофункциональность мышц в цикле ходьбы, специфичность преобладающей биомеханической функции каждой части тела. Так биомеханическая функция ног – опорная и толчковая, у туловища – стабилизирующая, у рук – балансирующая функция, являющаяся обязательным компонентом ходьбы, частью единой системы движения человека [3]. Хотя ведущая роль в движениях рук принадлежит мышечным силам, при ходьбе средняя активность мышц плечевого пояса и руки в 2-3 раза меньше активности мышц нижних конечностей. При этом активируется всего лишь часть мышц плечевого пояса и верхней конечности (большей частью это мышцы-разгибатели и ротаторы руки) [3]. Так, например, вовлечены в этот процесс трапециевидная и подостная мышцы, широчайшая мышца спины, трехглавая мышца плеча, задняя часть дельтовидной мышцы. А вот двуглавая мышца плеча, передняя часть дельтовидной мышцы и большая грудная, являясь сгибателями, вовлекаются в процесс мало и нерегулярно [3]. С движениями рук, цикл которых при нормальной ходьбе состоит из фазы переноса конечности вперед и фазы переноса назад, занимающих по 50 % времени цикла, также тесно связаны вертикальное перемещение центра масс, снижение моментов реакции опоры, метаболическая стоимость стабильности ходьбы [7]. Однако, стоит отметить, что движения верхних конечностей при различных вариациях ходьбы изучены значительно хуже, чем других компонентов единой системы движения.

Скандинавская ходьба – это разновидность дозированной ходьбы человека с использованием аналога лыжных палок для активного вовлечения в процесс движения мышц всего тела. Активируются при этом мышечные группы верхних конечностей, плечевого пояса, мышцы туловища передней боковой и задней группы мышц [5; 6]. Считают, что этот вид ходьбы имеет преимущество перед другими видами, так как почти не имеет противопоказаний: легко дозируется в зависимости от возраста и физического состояния, является разновидностью циклических упражнений, проводится на свежем воздухе в компании единомышленников, способствует улучшению метаболизма, повышению психоэмоционального состояния, формированию выносливости организма занимающихся [6]. Помимо того, что палки, используемые в скандинавской ходьбе, вовлекают в процесс мышцы, которые выше упомянуты как работающие «мало и нерегулярно»,

используется и разгрузочный эффект от палок. Так при опоре на палки в течение 60 % времени опорной фазы ходьбы снижается нагрузка до 35 % от массы тела с поясничного отдела позвоночника, тазобедренного сустава, коленного и голеностопного суставов опорной ноги [5], что щадит состояние хрящевой ткани и разгружает суставы. Также при занятиях скандинавской ходьбой отмечают существенное повышение энергетической стоимости нагрузки. Если один час обычной ходьбы требует 300 ккал/час, то при скандинавской ходьбе этот показатель может возрасти до 700 ккал/час [5]. Очевидно, что биомеханические особенности скандинавской ходьбы предлагают высокие оздоровительные возможности в различных группах населения.

Настоящее исследование заключалось в оценке возможностей применения скандинавской ходьбы у лиц с сахарным диабетом второго типа в оздоровительных целях. В организации исследования исходили из положения, что применение физических упражнений (ФУ) у лиц с сахарным диабетом второго типа СД2 является терапевтическим средством. При этом большинство статических и динамических ФУ с повышенными физическими нагрузками для лиц с СД2 не подходит ввиду наличия у них сосудистой патологии и избыточной массы тела. Наиболее эффективными ФУ, обеспечивающими поддержание адекватной гликемии, считают аэробные нагрузки умеренной интенсивности. Скандинавская ходьба как раз и является разновидностью циклических динамических движений, с определенными биомеханическими особенностями в отношении метаболической стоимости ходьбы, активного вовлечения мышц плечевого пояса и верхних конечностей, энергообеспечение которых осуществляется аэробным путем при интенсификации дыхания.

В исследовании приняли участие мужчины и женщины в возрасте 47-61 года с СД2 легкой степени тяжести без известной сопутствующей патологии, получавшие гипотензивную (по показаниям) терапию, нейрометаболическую терапию, диетическую терапию № 9, всего 7 человек. Занятия продолжительностью один час проводили в утреннее время через 1,5 часа после завтрака с применением попеременного шага скандинавской ходьбы. Периодичность занятий была три раза в неделю в течение двух месяцев. В начале курса занятий первую неделю участники исследования изучали технику скандинавской ходьбы и проходили дистанцию по 1-2 км в зависимости от самочувствия в темпе 60 шагов/мин. Во вторую неделю дистанцию увеличили до 2-3 км в прежнем темпе. На третьей неделе занятий дистанцию увеличили до 3-4 км в темпе до 70–75 шагов/мин. Далее рекомендовали интенсивность ходьбы со скоростью 90–120 шагов/мин. (4–5,6 км/ч), под самоконтролем физической нагрузки в зависимости от возраста и ЧСС: для лиц 40 лет пределы ЧСС 99–126 уд/мин, 50 лет – 94–119 уд./мин, 60 лет – 88–112 уд/мин. До начала и после завершения курса тренировок оценивали показатели углеводного обмена, кардиометаболического риска и психологического феномена тревожности.

Глюкозу крови определяли биохимическим методом. На основании показателей роста и веса высчитывали индекс массы тела. Тестированием по Спилбергеру-Ханину изучали психологический феномен тревожности. Статобработку проводили по Т-критерию Вилкоксона.

По истечении двух месяцев занятий скандинавской ходьбой лиц с СД2 и окончания исследования нами были получены результаты, демонстрирующие снижение уровня глюкозы крови натощак у участников на 11,2 % (от 7,1±0,3 ммоль/л до 6,3±0,2 ммоль/л) ($p< 0,01$). Снижение индекса массы тела составило 9,0 % (от 32,1±0,8 у.е. до уровня 29,2±0,8 у.е.) ($p< 0,05$). До начала исследования уровень ситуативной и личностной тревожности участников классифицировался как «умеренная тревожность» и составлял 41,3±2,0 и 43,1±3,3 балла соответственно. По окончании показатели были 34,1±1,9 и 35,6±2,0 балла соответственно. Хотя тревожность продолжила классифицироваться как «умеренная», ее снижение составило 17,4 % и 17,4 %, для ситуативной и личностной тревожности соответственно ($p< 0,05$). Очевидно, что использование биомеханических особенностей скандинавской ходьбы перспективно для занятий лицами с СД2.

Исследование показало, что биомеханические особенности скандинавской ходьбы положительно влияют на поддержание адекватной гликемии, активизируют нормализацию жирового обмена, оказывают позитивное влияние на состояние нервной системы у лиц с СД2, что свидетельствует о перспективности использования означенной технологии для лиц этой категории.

**Список литературы**

1. Баймуханова Д.М., Иманбекова Ж.А., Улукбекова А.О. Влияние физической нагрузки на состояние углеводного и жирового обмена у больных сахарным диабетом // Вестник КазНМУ. 2013. №3 (2). С. 269-272.

2. Булнаева Г.И., Хамнуева Л.Ю., Хантакова Е.А. Лечебная физическая культура при сахарном диабете : учебное пособие. Иркутск : ИГМУ, 2010. 49 с.

3. Виттензон А.С. Закономерности нормальной и патологической ходьбы человека. М. : ЦНИИПП, 1998. 271 с.

4. Клинические рекомендации «Алгоритмы специализированной медицинской помощи больным сахарным диабетом. Под редакцией И.И. Дедова, М.В. Шестаковой 7-й выпуск [Электронный ресурс]. – (дата обращения 01.11.2024).

5. Применение дозированной ходьбы на санаторно-курортном этапе медицинской реабилитации больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями: учебно-методическое пособие / М.А. Еремушкин [и др.]. М.: ФГБУ «НМИЦ РК» МЗ РФ; ММА «МедиаМедика», 2018. 32 с.

6. Полетаева А.Н. Скандинавская ходьба. Секреты известного тренера. СПб. : Питер, 2015. 128 с.

7. Цикл движения верхних конечностей при нормальной ходьбе человека / О.И. Воронцова О.И. [и др.] // Медицинский вестник Башкортостана. 2016. № 6 (66). Т. 11. С. 53-58.

**УДК 796-05**

# УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ РЕШЕНИЯ ВОПРОСОВ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

И.А. Сарапулова, А.А. Беда, С.Н. Кузнецова
Детский сад комбинированного вида № 24, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья описывает возможные варианты решения проблемы развития массового спорта в детском саду путем привлечения родительской общественности.

**Ключевые слова:** детский сад, массовый спот, дошкольники и их родители.

Актуальной проблемой сегодняшнего дня для дошкольных организаций является вопрос внедрения массового спорта в повседневную жизнь детского сада. Как на практике осуществить это? Чем привлечь родительскую общественность к участию в массовых мероприятиях, проводимых в детском саду? Решений может быть много, но основное и самое важное – мотивация всех участников образовательного процесса: детей, педагогов, родителей. Поставленная четкая цель будет в дальнейшем достигнута всеми, если предварительно проявить чуточку фантазии и креатива. И для этого совсем не обязательны материальные затраты, первичным станет желание - попробовать что-то изменить. Проявите свое творчество, включите фантазию, и результат не заставит себя долго ждать. Нарисуйте от самых ворот детского сада и до спортивной площадки две пары следов (маленькие для ребенка и большие для взрослого), напишите при входе шутливое объявление, и сразу мотивация родителя и дошкольника вырастет в несколько раз.

Пример: Вы за руки вдвоем возьмитесь,
Друг другу мило улыбнитесь.
На старт! Внимание! Вперед!
Сюрприз в конце пробежки ждет.

На финише каждый может получить звездочку в семейный дневник, который следует завести в начале учебного года. Текст объявления должен меняться, а задания могут усложняться (пройти вперед спиной, создать «змейку» не меньше, чем из 10 человек, «подскоком» в одну линию из 3-х семей и т.д.), главное – тесное взаимодействие взрослого и ребенка в процессе двигательной активности.

Примеры «шуточных объявлений»:
Все, вошедшие в калитку,
Растяните-ка улыбку,
В «паровозик» становитесь!

Вокруг сада прокатитесь!

Медленно! Потом быстрей!

Едем, едем веселей! – с этими словами ведущий (инструктор по физической культуре, воспитатель или родитель, стоящий во главе) начинает движение «паровоза» по территории детского сада. Подобная форма проведения утренних разминок постепенно станет нормой для всех, а спортивные мероприятия приобретут массовый характер. К ним стоит добавить совместные поисковые игры и флэшмопы, квэсты и игры-экспрессы. Предложите родителям поучаствовать в обсуждениях и разработках предстоящих спортивных мероприятий, и, будьте уверены, сразу интерес со стороны взрослых к проблемам сада повысится. Внедрение современных оздоровительных технологий станет осуществляться значительно быстрее, выйдет на новый этап, позволит охватить большее количество заинтересованных представителей, если общение педагогов и родителей по актуальным вопросам развития физической культуры станет постоянным.

Сегодня в дошкольном учреждении на первый план ставится вопрос разработок авторских программ досугов и развлечений, при проведении которых двигательная активность всех присутствующих будет на максимальном уровне. Создание творческих групп, в которые будут входить все участники образовательного процесса, позволит объединить представителей разных взглядов в одну команду единомышленников, целью которых и станет развитие массового спорта в детском саду.

Всех тех, кто движется вперед,

Кого победа в спорте ждет,

В команду к нам мы приглашаем!

Не скучно будет – ОБЕЩАЕМ!

**Список литературы**

1. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика. Учебное пособие. – М., 2006.

2. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007.

3. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5–7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

4. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Книга для воспитателя дет. сада. - М.:, 1992.

**УДК 376.42**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКИ КАК ВСПОМОГАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ АКРОБАТИЧЕСКИМ РОК-Н-РОЛЛОМ

М.А. Сенченко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются возможности достижения наивысшего результата посредствам использования спортивной деятельности, при этом отмечается интегрированность, взаимосвязь и взаимовоздействие не только смежных, укрупненных групп, но и его метапредметность, способствующая достижению факторов успеха от выполняемой деятельности. Актуализируется необходимость использования концептуальных принципов спортивной акробатики, которые формируют основу для успешного освоения базовых элементов, а также могут быть применены в различных соревновательных дисциплинах акробатического рок-н-ролла.

**Ключевые слова:** акробатический рок-н-ролл, танцевальный вид спорта, спортсмены, спортивная акробатика, технические и психологические аспекты.

На сегодняшний момент виды спорта рассматриваются как уникальная возможность достижения наивысшего результата посредствам использования спортивной деятельности. При этом ученые отмечают его интегрированность, взаимосвязь и взаимовоздействие не только смежных, укрупненных групп, но и их метапредметность, способствующая достижению факторов успеха от выполняемой деятельности. Такими видами спорта являются виды акробатики, которые интегрировались не только в гимнастических видах, но и в танцевальных. Ярким примером такого взаимодействия является спортивная акробатика, которая от спортсменов требует высокой степени координации, силы, гибкости и артистизма [2, с. 148–150].

По мнению В.Д. Подлесных с соавт. в последние десятилетия спортивная акробатика стала не только самостоятельным видом спорта, но и важным компонентом в обучении другим танцевальным и акробатическим направлениям, таким как акробатический рок-н-ролл [4, с. 162–164].

Этот стиль танца, ученые характеризует как динамичный, сочетающий демонстрацию энергии и зрелищности, требующий от исполнителей не только мастерства в танцевальных движениях, но и умения выполнять сложные акробатические элементы [5, с. 153–155].

В.Д. Подлесных с соавт. акцентирует внимание на том, что применение спортивной акробатики в обучении акробатическому рок-н-роллу открывает новые горизонты для тренеров и спортсменов. Интеграция акробатических элементов в танцевальные программы позволяет не только разнообразить занятия, но и повысить общий уровень подготовки танцоров. Тренеры, использующие методики спортивной акробатики, могут более эффективно развивать навыки своих подопечных, что в свою очередь ведет к лучшим результатам на соревнованиях и повышению интереса к данному виду танца [1, с. 93–96].

Акробатический рок-н-ролл – это танец, который требует от танцоров не только мастерства и хорошей физической формы, но и умения выполнять сложные-координационные акробатические элементы. Программа тренировок, включающая элементы спортивной акробатики, направленные на физические качества, такие как сила, выносливость, гибкость и координация, играют важную роль в успешном освоении акробатических элементов. Они способствуют комплексному развитию этих качеств, что, в свою очередь, положительно сказывается на результатах в акробатическом рок-н-ролле, и тем самым помогает танцорам не только улучшить свои физические показатели, но и развить необходимые навыки, которые могут быть применены в танцевальной практике [3, с. 156–159].

В.Д. Подлесных с соавт. отмечает, что психологические аспекты обучения также являются важным аспектом процесса освоения акробатических элементов. Страх перед выполнением сложных трюков, неуверенность в своих силах и переживания о возможных травмах могут значительно повлиять на качество исполнения. Поэтому работа с психологическими барьерами, развитие уверенности в себе и позитивного мышления становятся неотъемлемыми элементами обучения. Использование методов психологической подготовки, таких как визуализация, релаксация и работа в команде, способствует созданию комфортной атмосферы для тренировок и повышению мотивации [5, с. 153–155].

Помимо технических и психологических аспектов, акцентируют внимание на актуализации необходимости использования концептуальных принципов спортивной акробатики, которые формируют основу для успешного освоения базовых элементов, а также могут быть применены в различных соревновательных дисциплинах акробатического рок-н-ролла [2, с. 148–150]:

- принцип безопасности: он является краеугольным камнем всех спортивных дисциплин, но в акробатике она приобретает особое значение из-за высокой степени риска, связанного с выполнением сложных элементов.
- принцип постепенности: спортсмены должны начинать с базовых движений и постепенно переходить к более сложным элементам. Этот подход позволяет не только развить физические качества, но и укрепить уверенность в своих силах.

- принцип индивидуализации: тренировки должны быть адаптированы под индивидуальные особенности каждого спортсмена.
- принцип психологической подготовки: спортсмены должны уметь справляться с волнением, стрессом и давлением на соревнованиях. Психологическая подготовка включает в себя развитие навыков концентрации, визуализации и саморегуляции.
- принцип постоянного совершенствования: спортсмены должны регулярно анализировать свои выступления, выявлять слабые места и работать над ними. Важно не только достигать поставленных целей, но и ставить новые, более амбициозные задачи. Это может включать в себя освоение новых элементов, улучшение техники выполнения или работу над артистизмом. Постоянное совершенствование позволяет спортсменам не только достигать высоких результатов, но и сохранять интерес к тренировочному процессу.
- принцип командной работы и поддержки: Спортсмены должны учиться поддерживать друг друга, делиться опытом и помогать в тренировочном процессе. Это создает положительную атмосферу в команде и способствует более эффективному обучению.

Рассматривая классификационные характеристики бесполетных акробатических упражнений в акробатическом рок-н-ролле, авторы выделяют несколько ключевых базовых элементов, таких как вращения, поддержки и акробатические прыжки», которые являются неотъемлемой частью танца. С их помощью спортсмены не только эффективно обучаются базису акробатики, но также они служат «трамплином» для более сложных видов элементов [1, с. 93-96].

Таким образом, в результате проведенного анализа следует, что спортивная акробатика является мощным средством обучения базовым элементам в акробатическом рок-н-ролле. Она не только развивает физические качества, но и способствует формированию психологической устойчивости, что делает спортсменов более уверенными и подготовленными к выступлениям. Внедрение принципов спортивной акробатики в тренировочный процесс позволяет достигать высоких результатов и развивать индивидуальность каждого танцора.

**Список литературы**

1. Подлесных, В. Д. «чувство партнера» в акробатическом рок-н-ролле / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2024. – № 1. – С. 93-96. – EDN AGFDVW.

2. Подлесных, В. Д. Анализ базовых компонентов танцевальных движений в акробатическом рок-н-ролле / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 148-150. – EDN BYOHPN.

3. Подлесных, В. Д. Йога, как вспомогательная технология в системе акробатического рок-н-ролла / В. Д. Подлесных, А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2024. – С. 156-159. – EDN LGVMUI.

4. Подлесных, В. Д. Синергетическая биполярность сущности феноменов физическая культура и спорт / В. Д. Подлесных, Н. В. Иванова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2024. – № 1. – С. 162-164. – EDN CYRKKI.

5. Тарасенко, А. А. Основные направления развития акробатического рок-н-ролла как танцевального вида спорта / А. А. Тарасенко, Н. В. Иванова, В. Д. Подлесных // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2024. – С. 153-155. – EDN QXWCVN.

**УДК 376.42**

# СПОРТИВНАЯ АКРОБАТИКА, КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ЭЛЕМЕНТАМ В АКРОБАТИЧЕСОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

М.А. Сенченко, Н.В. Иванова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье актуализируется проблематика использования средств спортивной акробатики для обучения базовым элементам в акробатическом рок-н-ролле. Определено, что данная подготовка в тренировочном процессе спортсменов акробатического рок-н-ролла, дает возможность для развития не только физических, но и технических, психологических аспектов спортивной деятельности.

**Ключевые слова:** акробатический рок-н-ролл, танцевальный вид спорта, спортсмены, спортивная акробатика, технические и психологические аспекты.

Введение. Спортивная акробатика представляет собой уникальную дисциплину, которая сочетает в себе элементы гимнастики, танца и акробатики. Она требует от спортсменов высокой степени координации, силы, гибкости и артистизма [2].

По мнению В.Н. Болобан в последние десятилетия спортивная акробатика стала не только самостоятельным видом спорта, но и важным компонентом в обучении другим танцевальным и акробатическим направлениям, таким как акробатический рок-н-ролл [3].

Этот стиль танца, Н.П. Батеева характеризует как динамичный, сочетающий демонстрацию энергии и зрелищности, требующий от исполнителей не только мастерства в танцевальных движениях, но и умения выполнять сложные акробатические элементы [2].

Т.В. Руденко акцентирует внимание на том, что применение спортивной акробатики в обучении акробатическому рок-н-роллу открывает новые горизонты для тренеров и спортсменов. Интеграция акробатических элементов в танцевальные программы позволяет не только разнообразить занятия, но и повысить общий уровень подготовки танцоров. Тренеры, использующие методики спортивной акробатики, могут более эффективно развивать навыки своих подопечных, что в свою очередь ведет к лучшим результатам на соревнованиях и повышению интереса к данному виду танца [5].

В связи с этим, средства обучения спортивной акробатики в акробатическом рок-н-ролле становится актуальной и важной задачей.

Цель исследования заключалась в актуализации использования средств спортивной акробатики в изучении базовым элементам в акробатическом рок-н-ролле.

Методы исследования. В исследовании использовались методы аналитического анализа средств спортивной акробатики, как вспомогательной технологии в системе тренировочных занятий акробатическим рок-н-роллом (анализ, обобщение); методы рассуждения (дедуктивные и индуктивные).

Результаты исследования и их обсуждение.

Е.Н. Медведева, В.С. Терехин отмечают, что «…акробатический рок-н-ролл – это танец, который требует от танцоров не только мастерства и хорошей физической формы, но и умения выполнять сложные-координационные акробатические элементы. Программа тренировок, включающая элементы спортивной акробатики, направленные на физические качества, такие как сила, выносливость, гибкость и координация, играют важную роль в успешном освоении акробатических элементов. Они способствуют комплексному развитию этих качеств, что, в свою очередь, положительно сказывается на результатах в акробатическом рок-н-ролле, и тем самым помогает танцорам не только улучшить свои физические показатели, но и развить необходимые навыки, которые могут быть применены в танцевальной практике» [4].

Е.Н. Балунова отмечает, что «…психологические аспекты обучения также являются важным аспектом процесса освоения акробатических элементов. Страх перед выполнением сложных трюков, неуверенность в своих силах и переживания о возможных травмах могут значительно повлиять на качество исполнения. Поэтому работа с психологическими барьерами, развитие уверенности в себе и позитивного мышления становятся неотъемлемыми элементами обучения. Использование методов психологической подготовки, таких как визуализация, релаксация и работа в команде, способствует созданию комфортной атмосферы для тренировок и повышению мотивации» [1].

Н.П. Батеева помимо технических и психологических аспектов, акцентирует внимание на актуализации необходимости использования концептуальных принципов спортивной акробатики, которые формируют основу для успешного освоения базовых элементов, а также могут быть применены в различных соревновательных дисциплинах акробатического рок-н-ролла:

- принцип безопасности: он является краеугольным камнем всех спортивных дисциплин, но в акробатике она приобретает особое значение из-за высокой степени риска, связанного с выполнением сложных элементов.
- принцип постепенности: спортсмены должны начинать с базовых движений и постепенно переходить к более сложным элементам. Этот подход позволяет не только развить физические качества, но и укрепить уверенность в своих силах.
- принцип индивидуализации: тренировки должны быть адаптированы под индивидуальные особенности каждого спортсмена.
- принцип психологической подготовки: спортсмены должны уметь

справляться с волнением, стрессом и давлением на соревнованиях. Психологическая подготовка включает в себя развитие навыков концентрации, визуализации и саморегуляции.

- принцип постоянного совершенствования: спортсмены должны регулярно анализировать свои выступления, выявлять слабые места и работать над ними. Важно не только достигать поставленных целей, но и ставить новые, более амбициозные задачи. Это может включать в себя освоение новых элементов, улучшение техники выполнения или работу над артистизмом. Постоянное совершенствование позволяет спортсменам не только достигать высоких результатов, но и сохранять интерес к тренировочному процессу.
- принцип командной работы и поддержки: Спортсмены должны учиться поддерживать друг друга, делиться опытом и помогать в тренировочном процессе. Это создает положительную атмосферу в команде и способствует более эффективному обучению.

Руденко Т.В. рассматривая «…классификационные характеристики бесполетных акробатических упражнений в акробатическом рок-н-ролле, выделяет несколько ключевых базовых элементов, таких как вращения, поддержки и акробатические прыжки», которые являются неотъемлемой частью танца. С их помощью спортсмены не только эффективно обучаются базису акробатики, но также они служат «трамплином» для более сложных видов элементов [5].

Выводы. Таким образом, мы пришли к выводу, что спортивная акробатика является мощным средством обучения базовым элементам в акробатическом рок-н-ролле. Она не только развивает физические качества, но и способствует формированию психологической устойчивости, что делает спортсменов более уверенными и подготовленными к выступлениям. Внедрение принципов спортивной акробатики в тренировочный процесс позволяет достигать высоких результатов и развивать индивидуальность каждого танцора.

**Список литературы**

1. Балунова Е.Н. Развитие двигательных способностей юных спортсменов в акробатическом рок-н-ролле // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2007. №39. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-dvigatelnyh-sposobnostey-yunyh-sportsmenov-v-akrobaticheskom-rok-n-rolle (дата обращения: 17.10.2024).

2. Батеева Н.П. Анализ соревновательной программы «Акробатика» квалифицированных спортсменов в акробатическом рок-н-ролле // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2013. №6. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-sorevnovatelnoy-programmy-akrobatika-kvalifitsirovannyh-sportsmenov-v-akrobaticheskom-rok-n-rolle (дата обращения: 17.10.2024)

3. Болобан В.Н. Элементы теории и практики спортивной ориентации, отбора и комплектования групп в спортивной акробатике // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2009. №2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/elementy-teorii-i-praktiki-sportivnoy-orientatsii-otbora-i-komplektovaniya-grupp-v-sportivnoy-akrobatike (дата обращения: 17.10.2024).

4. Медведева Е.Н., Терехин В.С. Обоснование модели основного хода акробатического рок-н-ролла на основе анализа электрической активности мышц спортсмена // Ученые записки университета Лесгафта. 2016. №3 (133). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/obosnovanie-modeli-osnovnogo-hoda-akrobaticheskogo-rok-n-rolla-na-osnove-analiza-elektricheskoy-aktivnosti-myshts-sportsmena (дата обращения: 17.10.2024).

5. Руденко Т.В. Классификация бесполетных акробатических упражнений в акробатическом рок-н-ролле // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2022. №10. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/klassifikatsiya-bespoletnyh-akrobaticheskih-uprazhneniy-v-akrobaticheskom-rok-n-rolle (дата обращения: 18.10.2024).

**УДК 615.825**

# АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ ПУТЕМ ОБЪЕДИНЕНИЯ КИНЕЗИОЛОГИИ И СКАЗКОТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

А.Ю. Сесюнина
Детский сад комбинированного вида № 202, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлен опыт соединения кинезиологии и сказкотерапии в работе психолога для гармоничного протекания адаптации детей в дошкольном учреждении.

**Ключевые слова:** дошкольники, особенности адаптационного процесса, кинезиология, сказкотерапия, концентрация внимания, здоровье.

Один из самых важных периодов в жизни детей, начинающих посещать дошкольное учреждение, – это процесс адаптации. Ребенку приходится привыкать к новым правилам, коллективу, режиму дня и отсутствию родителей рядом. Организм испытывает стресс, тревожность, нарушается сон и питание. Поэтому в этот период важно плавно ввести ребенка в новую среду [1]. Обычно это делается с помощью игротерапии и сказкотерапии. Однако можно сделать этот процесс интереснее и полезнее, используя кинезиологию [5].

Пальчиковые игры развивают речь, мелкую моторику, внимательность и концентрацию. Они создают благоприятную обстановку для обучения, формируют дружеские отношения между детьми и снижают тревожность. В сочетании со сказкотерапией пальчиковые игры помогают детям лучше адаптироваться к новой среде [2,4].

Суть метода заключается в том, что при чтении определенной сказки дети вместе с педагогом показывают руками сказочных персонажей, действия или природные явления. Например, зайца можно показать двумя ладонями за головой, а дождь – перебирая пальцами в воздухе. С возрастом действия можно усложнять. Этот метод не требует специального оборудования и подходит для индивидуальной и групповой работы. Работа начинается с изучения простых движений, а затем добавляются новые. Выбор сказок и движений зависит от возраста детей [3].

Таким образом, крайне необходимо, чтобы дети продолжали заниматься пальчиковыми играми и дома. Задача психолога заключается в том, чтобы ознакомить родителей с этим инновационным подходом, способствующим укреплению здоровья детей, и повысить их мотивацию к выполнению упражнений в семейной обстановке. Для этого проводятся индивидуальные беседы с родителями. Помимо этого родителям выдается такой материал, как: буклеты, памятки и видеоуроки.

**Список литературы**

1. Ботвинкина Л. Г. Особенности адаптации детей к дошкольному учреждению [Электронный ресурс] // maam.ru. URL: https://www.maam.ru/detskijsad/osobenosti-adaptaci-detei-k-doshkolnomu-uchrezhdeniyu.html?ysclid=m2kbmn94i2753943158 (дата обращения: 25.09.2024 г.)

2. Емельянова, Н. В. Значение пальчиковых игр для развития речи дошкольников / Н. В. Емельянова. – Текст : непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. – 2016. – № 2 (5). – С. 18-22. URL: https://moluch.ru/th/1/archive/34/923/ (дата обращения: 23.10.2024)

3. Жукова О.В. Развитие руки: просто, интересно, эффективно. //Дошкольное воспитание. – 2006., № 11, с 14–17.

4. Крыштоп Е. В. Роль пальчиковых игр в развитии детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] // razvitum.ru. URL: https://razvitum.ru/articles/masters/2013-03-31-06-45-56?ysclid=m194ffjs9m329644883 (дата обращения: 25.09.2024 г.)

5. Курбатова И. П. Использование нейропсихологических и кинезиологических игр и упражнений в работе с детьми дошкольного возраста [Электронный ресурс] // maam.ru. URL: https://www.maam.ru/detskijsad/konsultacija-ispolzovanie-neiropsihologicheskih-i-kineziologicheskih-igr-i-uprazhnenii-v-rabote-s-detmi-doshkolnogo-vozrasta.html?ysclid=m2kbr44oqr20149523 (дата обращения: 26.09.2024 г.)

**УДК 796.8**

# ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ЖЕНЩИНАМИ, ЗАНИМАЮЩИМИСЯ ПАУЭРЛИФТИНГОМ

Е.В. Старкова, М.А. Шилова, А.И. Пахомов
Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь, Россия

**Аннотация.** В статье представлены результаты социологического опроса тренеров по виду спорта «Пауэрлифтинг», актуализирующие необходимость проведения исследований по определению особенностей содержания и организации тренировочного процесса с женским контингентом. Авторами выявлены индивидуальные особенности женщин в выполнении соревновательных упражнений пауэрлифтинга, учет которых в дальнейшем сможет обеспечить повышение эффективности тренировочного процесса.

**Ключевые слова:** пауэрлифтинг, приседание, жим, тяга, женский спорт, техника упражнений, тренировочный процесс.

В настоящее время наблюдается увеличение числа девушек, занимающихся пауэрлифтингом в фитнес-центрах, спортивных студенческих клубах в образовательных учреждениях (в том числе при освоении элективных дисциплины по физической культуре и спорту). Пауэрлифтинг является силовым видом спорта, занятия которым «откладывают» определенный «отпечаток» на женский организм, приводят к изменению не только телосложения и функционального состояния, но и влияют на личностные характеристики девушек, решивших использовать силовые нагрузки в своих тренировках.

По мнению специалистов на сегодняшний день недостаточно специализированных программ тренировок для женщин в силовых видах спорта, исследования проводятся по проблемам разработки тренировочных программ на основе биологических особенностей женского организма, связанных с протеканием овариально-менструального цикла (ОМЦ), учета конституционального и гормонального статуса [2, 5]. Специалисты отмечают потребность в выявлении гендерных стереотипов в силовых видах спорта, в том числе для конкретных возрастных групп [1, 6], решении проблемы совершенствования процесса социальной адаптации и интеграции спортсменок в общественную жизнь [3], приводятся данные о том, что занятия «мужскими» видами спорта способствуют маскулинизации спортсменок: в процессе занятий маскулинными видами спорта происходит изменение черт личности, тем не менее, одним из важных механизмов их формирования остается фактор пола [7].

Цель исследования – обосновать необходимость учета особенностей выполнения соревновательных упражнений женщинами в пауэрлифтинге для повышения эффективности процесса спортивной подготовки.

Для актуализации нашего исследования был проведен опрос тренеров (35 человек) по пауэрлифтингу с целью узнать их мнение об особенностях тренировки женщин в их виде спорта. В опросе приняли участие тренеры из разных городов Пермского края в возрасте от 27 до 45 лет, 26 мужчин и 9 женщин. 30 % имеют стаж тренерской деятельности от 15 до 20 лет, 51 % работают со спортсменами более 20 лет, и 10 % имеют стаж работы от 5 до 10 лет, 9 % – начинающие тренеры со стажем работы менее 5 лет. 88,6 % респондентов (24 мужчины, 7 женщин) тренируют смешанные группы спортсменов, 5,7 % (2 мужчин) тренируют только мужчин, 5,7 % (2 женщины) – только женщин. 60 % опрошенных считают, что тренировочный процесс с женщинами не имеет специфических отличий от тренировок мужчин в этом виде спорта, остальные 40 % считают, что эти различия существенные. 74 % тренеров считают, что планируя нагрузку при работе с женщинами необходимо учитывать ОМЦ, однако, лишь 31 % опрошенных действительно учитывают эти особенности при организации и проведении своих занятий. В большинстве своем это объясняется тем, что большинство тренеров ведут смешанные группы, и по каким-то причинам не могут или не способны уделять должного внимания этому вопросу. 89 % респондентов считают, что рацион питания женщин не должен отличаться от мужского, 11 % – считают, что отличия в питании должны быть. 25 % респондентов утверждают, что при составлении силовых тренировок для женщин, необходимо учитывать их эмоциональное состояние и тревожность.

На основе анализа результатов проведенного опроса был определен перечень направлений для проведения дальнейших исследований по определению показателей, оказывающих существенной влияние на различия в процессе спортивной подготовке женщин и мужчин, занимающихся пауэрлифтингом. В этой работе остановимся на определении отличий в выполнении упражнений пауэрлифтинга.

Для выявления специфических особенностей техники выполнения соревновательных упражнений пауэрлифтинга женщинами был проведен анализ видеозаписей чемпионата России (г. Тамбов, 17–24 апреля 2023 г.) с выступлениями спортсменок в весовых категориях 52 кг (10 чел., из них трое заняли призовые места), 57 кг (9 чел., в том числе трое занявших призовые места), и спортсменов-мужчин в категориях 59 кг (3 чел., занявшие 1–3-е места) и 66 кг (7 чел., занявших 1–7 место).

При выполнении приседания со штангой на плечах выявлены следующие особенности в и.п.: у 42 % спортсменок постановка ног на полстопы шире, чем стойка ноги врозь, 58 % (11 девушек) постановка стоп значительно шире, чем стойка ноги врозь (в стиле «сумо»). Это объясняется индивидуальными особенностями развития спортсменок, уровнем развития

гибкости мышц, связок и суставов, а также стремлением к уменьшению амплитуды двигательного действия, более мощного рычага. Мужчины при выполнении этого соревновательного упражнения в и.п. применяли стойку ноги врозь – 20 % (2 мужчины), у 80 % спортсменов (8 мужчин) постановка ног на стопу шире стойки ноги врозь.

В жиме штанги мы выделили следующие особенности техники выполнения упражнения: при принятии исходного положения 16 % (3 девушки) спортсменок, ставят стопы как можно ближе к плечам, что позволяет увеличить амплитуду прогиба в поясничном отделе позвоночника. 68 % спортсменок (13 девушек), перед выполнением упражнения делают прогиб в поясничном отделе позвоночника (мост), при этом встают высоко на носки, и, приняв стартовой положение опускаются на всю стопу, 16 % (3 девушки), перед упражнением прогибаются (мост) держась за гриф, поднимаясь на носки, затем опускаясь на скамью. Мы можем объяснить это тем, что при максимальном прогибе уменьшается амплитуда движения снаряда, тем самым обеспечивая возможность поднятия большего веса, упражнение становится менее энергозатратным, позволяя спортсмену сохранить силы для выполнения финального соревновательного упражнения – становой тяги. При выполнении этого же соревновательного упражнения среди мужчин, мы заметили следующие особенности: 20 % (2 мужчины) спортсменов, во время принятия исходного положения не применяют «мост», сохраняя естественный прогиб в поясничном отделе позвоночника и не используют прием «упора с носка» и перехода на всю ступню, 30 % (3 мужчины) спортсменов, выполняют прогиб в поясничном отделе позвоночника перед выполнением упражнения, сразу же стараясь максимально поставить стопы ближе к плечам, 30 % (3 мужчин), при выполнении упражнения, встают на носки и выполняют прогиб в поясничном отделе (мост), 20 % (2 мужчины), не используют «мост», но при принятии исходного положения встают на носки. При выполнении жима лежа мужчины и женщины выполняют одинаковые элементы техники, но индивидуальная техника выполнения этого соревновательного упражнения мужчинами более разнообразна и отличается индивидуальностью, нежели у женщин. Мы предполагаем, что и мужчины и женщины выполняют данные действия при принятии исходного положения для увеличения рычага и активации мышц грудной клетки, таким образом спортсмены с большей вероятностью и с меньшими энергетическими затратами берут вес [4].

При выполнении становой тяги у женщин были отмечены такие особенности техники как: разный хват штанги («разнохват»), 63 % спортсменок (12 девушек) держали снаряд разнохватом, когда одна рука находится сверху, а другая снизу, 37 % (7 девушек) применяли прямой хват. Первый вариант хвата, по нашему мнению, обеспечивает надежность при поднятии большого веса, при прямом хвате и тяжелом весе штанги, возможно разжимание пальцев и выскальзывание снаряда. Также была отмечена разница в постановке ног, 68 % (13 девушек) спортсменок

принимали исходное положение с максимально широкой постановкой ног (в стиле «сумо»), у других девушек (32 %, 6 девушек) исходное положение ног в становой тяге не отличалось от исходного положения при выполнении приседания со штангой. Мы полагаем, что при выполнении становой тяги в стиле «сумо», максимально задействованы мышцы ног, нагрузка на мышцы спины снижена (большая нагрузка на мышцы спины, которые были задействованы при выполнении и первого и второго упражнения, часто способствует тому, что спортсмен не справляется с весом снаряда). У мужчин во время выполнения тяги, мы отметили следующие особенности техники: 20 % (2 мужчины) спортсменов выполняют упражнение в узкой стойке ноги врозь, 50 % (5 мужчин) спортсменов, используют стойку ноги врозь, (обычную стойку при выполнении приседа), 30 % (3 мужчины) спортсменов, выполняют становую тягу в стиле сумо. 50 % (5 мужчин) спортсменов брали гриф хватом сверху, другие 50 % (5 мужчин) брали гриф разным хватом.

Проведенный анализ демонстрирует имеющиеся разночтения (особенности) в выполнении упражнений пауэрлифтинга женщинами и мужчинами. Однако, для объективного доказательства полученных результатов необходимо расширить выборку и провести исследования по всем весовым категориям, а также расширить тематику, изучив гендерные аспекты подготовки женщин в пауэрлифтинге.

**Список литературы**


1. Иванов, В. Д. Женщины и спорт: феминизация спорта / В. Д. Иванов, К. С. Ротор // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2021. – Т. 2, № 1. – С. 17-26.
2. Козлов А. В. Планирование тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге с учетом биологических особенностей организма спортсменок / А. В. Козлов, А.А. Бударников, Ю.С. Журавлева // Ученые записки университета Лесгафта. 2018. №2 (156). С.101-106. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/planirovanie-trenirovochnoy-nagruzki-v-pauerliftinge-s-uchetom-biologicheskih-osobennostey-organizma-sportsmenok (дата обращения: 07.11.2024).
3. Лубышева Л.И. Лубышева Л.И. Женщина и спорт: социальный аспект / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 6. – С. 13–16.
4. Любимова А.С. Силовое троеборье, атлетическая гимнастика в учебно-тренировочном процессе вуза / А.С. Любимова, М.М. Хаин. – Кунгур. : [б.и.]. – 2013. – 175 с.
5. Рахматов, А. И. Силовая подготовка женщин-спортсменок, занимающихся пауэрлифтингом / А. И. Рахматов // Актуальные вопросы гуманитарных и социальных наук: от теории к практике: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чебоксары, 19 января 2023 года / Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2023. – С. 247-249.
6. Степанова Д.П. Гендерные стереотипы как фактор, сдерживающий развитие женского спорта (на примере женской тяжелой атлетики) / Д.П. Степанова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 1 (179). С. 269-273.
7. Цикунова Н.Г. Гендерные характеристики личности спортсменов в маскулинных и фемининных видах спорта: дис. … кандидата педагогических наук: СПб.: 2003. 148 с.

**УДК 796.011.3**

# ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПЕРСОНАЛЬНЫМ ФИТНЕС-ТРЕНИНГОМ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ С ЖЕНЩИНАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

В.В. Сударь, С.В. Москвин
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В представленном исследовании анализируется возможность эффективно применять современные средства фитнеса преимущественно силовой направленности для улучшения показателей телосложения женщин второго периода зрелости. При проведении эксперимента в условиях типового тренажерного зала фитнес-клуба города Краснодара диагностировали весо-ростовые показатели, состав тела (процентное соотношение воды, костной, жировой и мышечной ткани) женщин 36–45-летнего возраста в процессе занятий с ними по разработанной методике персонального фитнес-тренинга.

**Ключевые слова:** фитнес силовой направленности, телосложение, женщины 36–45-летнего возраста, персональный фитнес-тренинг.

Некоторые отечественные исследователи отмечают, что следствием гипокинезии у женщин зрелого возраста, особенно уже во втором его периоде являются: избыточный вес, болезни опорно-двигательной и кардио-респираторной систем, снижение общей работоспособности, нарушение обменных процессов, ведущие к ухудшению телосложения женщин [2, 4]. Также сегодня бесспорным можно считать, что многие современные направления физкультурно-оздоровительной деятельности, представленные в фитнес-индустрии, могут эффективно, и в относительно короткие сроки помочь справиться с этими проблемами в их физическом состоянии [2, 3, 5]. Особенной популярностью с этой точки зрения сегодня заслуженно пользуется персональный фитнес-тренинг силовой направленности (по данным исследований Сударь В.В., Романенко Н.И., 2021; Романенко Н.И., Манаковой Я.А., Горбуновой С.А., 2022; Романенко Н.И., Горбуновой С.А., Шенцовой Е.С., 2023; Трофимовой О.С., Роговой В.В., Галабир Е.А., 2023) [1, 5, 6, 7]. Однако многообразия научных работ, подтверждающих этот тезис, а также научно обоснованных программ персонального фитнес-тренинга, на наш взгляд недостаточно, поэтому для восполнения данного пробела назрела необходимость нашего исследования.

В основе цели нашей работы лежит теоретико-практическое обоснование использования разработанной методики оздоровительных занятий персональным тренингом на основе фитнеса силовой

направленности с женщинами второго периода зрелого возраста для улучшения уровня показателей их телосложения.

Для постановки и реализации цели нашей работы использовали метод теоретического анализа методической и научной литературы, а также антропометрию, педагогический эксперимент, метод биоимпедансного анализа состава тела, основанный на разнице биоэлектрического сопротивления у тощей массы и жировой массы тела, использовали для выявления у испытуемых женщин 36-45 лет следующих показателей: процентного соотношения воды, костной, жировой и мышечной ткани. Для измерения указанных величин применялся профессиональный медицинский прибор для анализа внутренних сред организма «Диамант-АИСТ» в кабинете функциональной диагностики указанного фитнес-клуба. При помощи антропометрии по стандартным методикам определяли массу и длину тела женщин и вычисляли индекс соотношения обхватных размеров талии и бедер в у.е., а также индекс массы тела в кг/м$^2$. При индивидуальном подборе средств и методов в процессе наших исследований исходили из того, что силовые фитнес-тренировки являются неотъемлемой частью физкультурно-оздоровительных программ, направленных на коррекцию фигуры, в том числе и при избыточной массе тела. Упражнения с сопротивлением оказывают значимое воздействие на гормональную систему и вызывают пост-тренировочный эффект, который выражается в ускорении обменных процессов и сжигании излишков жира у женщин.

В процессе проведения эксперимента с мая по июль 2024 года в городе Краснодаре на базе фитнес-клуба «Форма» принимали активное участие женщины 36–45-летнего возраста в количестве 20 человек, разделенные на две равные группы по 10 человек. Перед проведением эксперимента эти группы по всем указанным выше показателям по t-критерию Стьюдента были однородны с вероятностью в 95% из 100.

Экспериментальная методика персонального фитнес-тренинга заключалась в выполнении комплексных и комбинированных силовых упражнений с использованием различных отягощений (силовых тренажеров, свободных весов, резиновых амортизаторов). При этом использовали методы непредельных и статодинамических усилий, подобранные с учетом индивидуального подхода к каждой женщине, а уровень интенсивности нагрузки изменялся волнообразно в соответствии с фазой их биологического цикла. Индивидуально организованные силовые занятия в течение 12 недель по 3 раза в тренажерном зале согласно полученным результатам оказали позитивное влияние на композицию тела женщин 36–45 летнего возраста. Наиболее информативными при этом явились улучшения в показателях процента мышечной и жировой ткани ($p<0,05$), а также уменьшение индекса массы тела. Указанные изменения в сравнении между средними статистическими характеристиками женщин контрольной и экспериментальных групп можно увидеть в нижеследующей таблице.

Таблица – Результаты межгруппового сравнения показателей (M±m) телосложения женщин 36–45 лет по окончании эксперимента

| № п/п | Показатели телосложения | Контрольная группа (n=10) | Экспериментальная группа (n=10) | P |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Масса тела (кг) | 68,4±1,52 | 65,79±1,5 | >0,05 |
| 2 | Индекс массы тела (кг/м2) | 25,74±0,28 | 23,29±0,44 | <0,05 |
| 3 | Жировая масса (%) | 27,4±0,94 | 23,7±0,66 | <0,05 |
| 4 | Мышечная масса (%) | 45,3±0,59 | 49,4±0,35 | <0,05 |
| 5 | Индекс «талия-бедра» (у.е.) | 0,78±0,007 | 0,76±0,011 | >0,05 |
| 6 | Вода в теле (л) | 34,3±0,78 | 34,6±0,79 | >0,05 |

*Заключение.* Таким образом, в ходе настоящего исследования было доказано, что фитнес-занятия силовой направленности в условиях тренажерного зала с испытуемыми по разработанной нами методике показали свою эффективность в процессе коррекции телосложения женщин 36–45 лет.

**Список литературы**

1. Влияние фитнес-программ силовой направленности на морфофункциональное состояние женщин 30–35 лет / Н.И. Романенко, С.А. Горбунова, Е.С. Шенцова [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 3(217). – С. 397–399.

2. Дерягина, С.А. Состав и характеристика основных специфических факторов, оказывающих влияние на подбор методики стабилизации физического состояния женщин второго зрелого возраста / С.А. Дерягина, Н.И. Дворкина // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2022. – № 1. – С. 16–20.

3. Ончукова, Е.И. Современные тенденции развития фитнес-индустрии в формировании рекреационного потенциала Краснодарского края / Е.И. Ончукова, А.В. Ончуков // Глобальная трансформация и устойчивость экономики современной России : Сборник статей международной научно-практической конференции, Сочи, 05–08 октября 2022 года. – Москва: АНО «Научно-исследовательский институт истории, экономики и права», 2022. – С. 178–181.

4. Пути повышения мотивации женщин первого зрелого возраста, занимающихся фитнесом / Н.И. Романенко [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 4(194). – С. 389–392.

5. Романенко, Н.И. Использование средств фитнеса в физическом воспитании населения / Н.И. Романенко, Я.А. Манакова, С.А. Горбунова // Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки в гимнастике, танцевальном спорте и фитнесе : Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 28–29 октября 2022 года. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 226–228.

6. Сударь, В.В. Влияние занятий персональной фитнес-тренировкой силовой направленности на антропометрические показатели женщин первого зрелого возраста / В.В. Сударь, Н.И. Романенко // Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки : Материалы I Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 29 октября 2021 года. – Казань: ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2021. – С. 287–289.

7. Трофимова, О.С. Влияние занятий атлетической гимнастикой оздоровительной направленности на физическую подготовленность женщин 40–45 лет / О.С. Трофимова, В.В. Роговая, Е.А. Галабир // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары – Ташкент, 26 января 2023 года. – Чебоксары – Ташкент: Чувашский государственный аграрный университет, 2023. – С. 319–324.

**УДК 796.01**

# УПРАВЛЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМИ ЗАНЯТИЯМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

И.В. Тихонова[1], А.А. Небрат[2], А.А. Грабовик[3]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар, Россия
[2]Краснодарский университет МВД России, г. Краснодар, Россия
[3]Гродненский государственный университет имени Янки Купалы,
г. Гродно, Республика Беларусь

**Аннотация.** В статье рассматривается вопрос управления самостоятельными занятиями физической культуры и их роль в жизнедеятельности каждого человека. Эти занятия и соблюдение принципов ЗОЖ направлены на сохранение здоровья и поддержание уровня физической подготовленности человека.

**Ключевые слова:** самостоятельные занятия, физическая культура, занимающиеся.

В сложившихся современных условиях жизнедеятельности человека время ценностное отношение к своему здоровью приобрело государственное и личностное значение. В настоящее время уровень здоровья человека свидетельствует о его уровне физической подготовленности, сформированности мотивации к здоровому образу жизни.

Интеграция физической культуры во все аспекты жизнедеятельности человека в процессе занятий физической культурой и спорт обуславливают воспитание морально-волевых качеств личности занимающегося [5].

Наличие потребности в занятиях физической культурой и спортом способствует организации жизнь каждого человека в соответствии с социально-значимыми представлениями о ЗОЖ.

Проводимые научные исследования в области физической культуры и спорта свидетельствуют о том, что наличие знаний о самостоятельной организации занятий физической культуры обуславливают участие населения страны в физкультурно-оздоровительной деятельности [2, 3].

Для реализации самостоятельных занятий физической культуры необходимо руководствоваться следующим алгоритмом проводимых мероприятий (Рисунок 1).

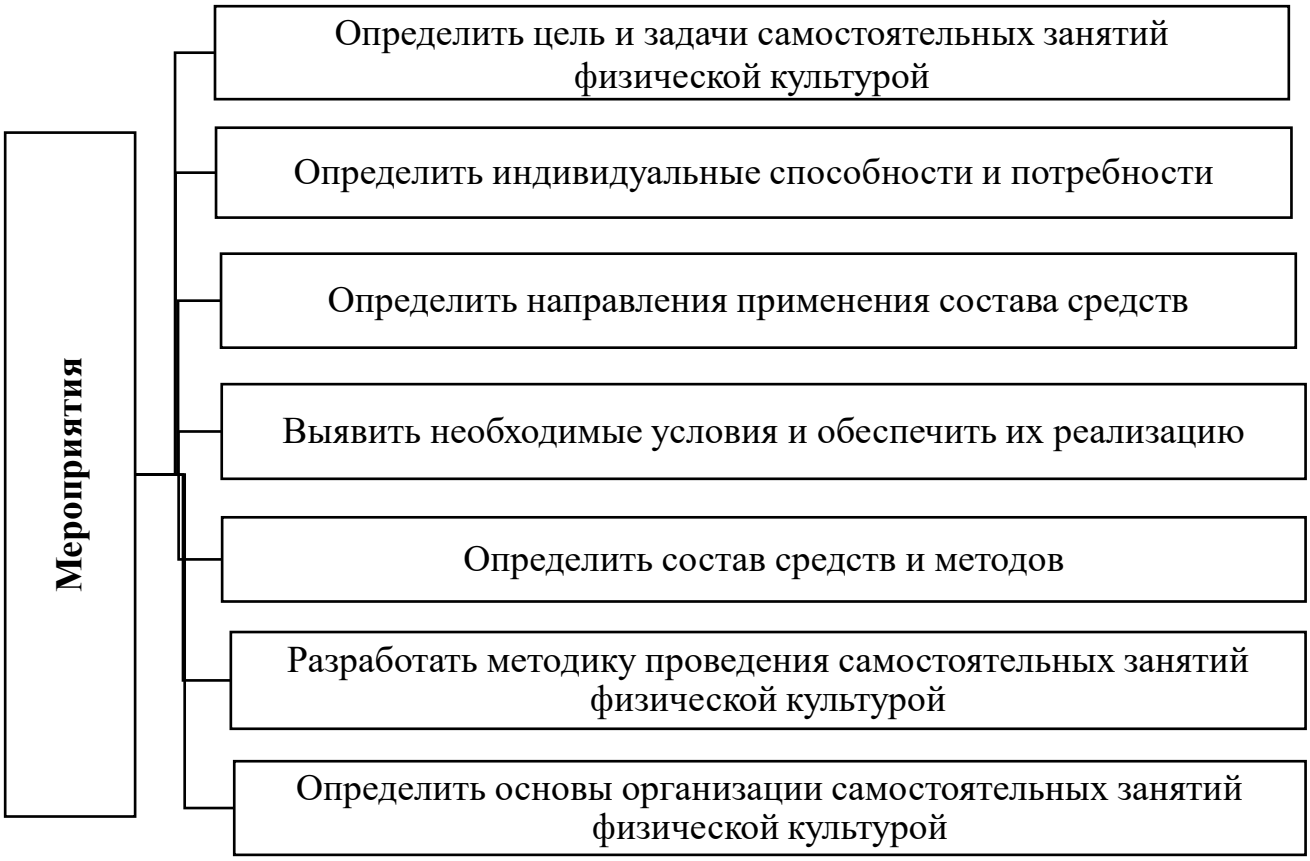



Рисунок 1 – Мероприятия, направленные на управление самостоятельными занятиями физической культуры

В процессе самостоятельных занятий физической культурой занимающимся необходимо обеспечить учет реализации поставленных задач посредством выполнения самоконтроля [1, 3, 4].

Самоконтроль включает процедуру собственных наблюдений за своим здоровьем и направлен на проведения контроля влияния занятий физической культурой на организм занимающегося. Занимающийся постоянно должен осуществляется самоконтроль, который имеет 3 вида: предварительный, текущий и итоговый (Рисунок 2), с обязательным ведения дневника самоконтроля.

Организация и проведения самоконтроля является обязательной процедурой каждого занимающегося в процессе самостоятельных занятий физической культурой.

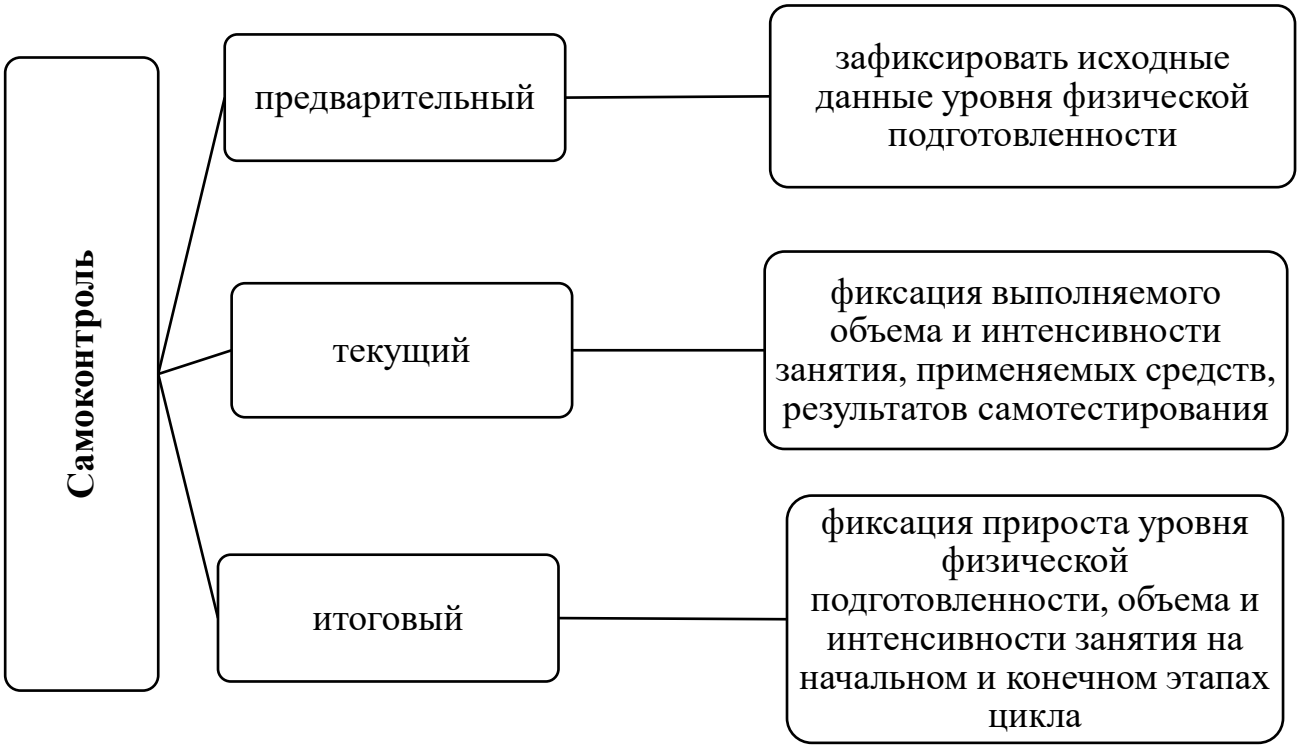



Рисунок 2 – Виды самоконтроля

Таким образом, управление самостоятельными занятиями физической культурой позволяет вносить корректиры в план занятий, основываясь на данных проведенного самоконтроля. Правильное и систематическое выполнение физических упражнений в форме самостоятельных занятий оказывает положительное влияние на организм занимающегося в целом.

**Список литературы**

1. Дворкин, Л.С. Рациональное питание, гигиена и самоконтроль в процессе двигательной деятельности человека / Л.С. Дворкин, Н.И. Дворкина // Естественно-научные основы спортивно-оздоровительно деятельности человека: Рекомендовано Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области физической культуры в качестве учебного пособия для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 - Физическая культура. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2017. – С. 318-372.

2. Дворкина, Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности / Н. И. Дворкина, Е.И. Ончукова; Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2-е издание, переработанное и дополненное. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – 174 с.

3. Демьянова, Л.М. Организация самостоятельных занятий физической культурой студентов университета / Л.М. Демьянова, Н.А. Дьяконова, Л.А. Астапова // Colloquium-Journal. – 2020. – № 2-8 (54). – С. 8-11.

4. Жигайлова, Л.В. Роль педагогического контроля в организации урока по общеобразовательному предмету «Физическая культура» / Л.В. Жигайлова, В.В. Иванова, П.Ю. Жигайлов // Стратегические направления развития дошкольного и общего среднего образования в России. – Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство "Зебра"), 2023. – С. 139-149.

5. Лукьяненко В.П. Теория и практика физической культуры / В.П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2024. -566 с.

**УДК 796.011.3**

# ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА ДЕВУШЕК МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Н.Д. Ткачева, С.Ю. Максимова
Волгоградский государственный медицинский университет
Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Волгоград, Россия

**Аннотация.** Содержание статьи освещает исследование показателей функциональной возможности девушек 1-го и 3-го курсов, освобожденных от практических занятий по физической культуре. Всего было обследовано 38 человек, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья. Антропометрические измерения и функциональное тестирование испытуемых проводились на 1 и 3 курсах педиатрического факультета в сентябре 2024 года. Установлено, что в 4 показателях (из 11) у девушек имеются отклонения от нормальных величин. Наиболее значительное снижение показателей у студенток наблюдалось при измерении силовых возможностей (кистевая динамометрия левой и правой руки), показателей ЖЕЛ, процентного содержания жировых отложений.

**Ключевые слова:** студентки, освобожденные от занятий по физической культуре, функциональные возможности организма.

В рамках высшего образования обучающаяся молодежь (не зависимо от индивидуальных возможностей и способностей) должна получить не только багаж профессиональных знаний, но и сохранить и укрепить свое здоровье. Ориентация на здоровьесбережение должна прочно войти в ведущие установки будущей профессиональной деятельности обучающегося специалиста [1]. Актуальность изучаемого вопроса также связана со значительным ухудшением здоровья молодежи [2]. С каждым годом увеличивается количество студентов, освобожденных от практических занятий по физическому воспитанию. В Волгоградском государственном медицинском университете, к третьему курсу обучения, количество таких студентов достигает более 300 человек. Обучение в вузе сопровождается большими психофизическими нагрузками, преодоление которых необходимо каждому студенту. В задачи кафедры физической культуры входит подбор доступных физических нагрузок с учетом отклонений в состоянии здоровья обучающихся. И если обучающиеся специальной медицинской группы на базе вуза охвачены специальными программами физкультурной подготовки, то освобожденные от физической культуры студенты, фактически не привлекаются к организованной двигательной деятельности. Является правомерным предположение, что изменение их образа жизни (повышение

физической активности, изменение режима дня и режима питания) непосредственно отразится на поддержании в нормальном состоянии их психофизической работоспособности, обучаемости и успеваемости. Необходимо отметить, что на сегодняшний день имеется большое количество научных фактов, подтверждающих эффективность этой работы [2, 3, 4, 5, 6]. Вместе с тем, актуальными и востребованными являются новые пути оптимизации оздоровительной работы в вузе [7, 8, 9, 10], особенно со студентами, освобожденными от занятий физической культурой. Одним из таких путей является построение специального оздоровительного двигательного режима, корректировка распорядка дня и питания. Нам видится, что эта работа должна начинаться с определения «базового» физического состояния организма занимающихся, результаты которого позволят наработать алгоритм укрепления здоровья таких студентов. Необходимость получения такой информации и обусловила актуальность проводимой работы.

Цель исследования – выявить уровень функциональных возможностей организма девушек, освобожденных от практических занятий по физическому воспитанию.

Методика и организация исследования. Всего было обследовано 38 девушек, студенток ВолгГМУ. Средний возраст девушек 1-го курса – 18,3 года, 3-го курса – 21,6 года.

Антропометрические измерения и функциональное тестирование девушек 1-го, 3-го курсов проводились в сентябре 2024 года.

В исследовании измеряли рост, вес тела по стандартным методикам [1]. Силовые возможности и точность мышечных усилий измерялись с использованием кистевого динамометра для девушек. У всех студенток был определен показатель сатурации.

Для определения индекса массы тела использовался индекс Кетле. Показатели процентного содержания жировых отложений и значение индекса массы тела измерялось с использованием прибора BODY FAT MONITOR BF 306.

Для определения состояния кардиораспираторной системы проводили функциональную пробу Мартине. Жизненную емкость легких измеряли с использованием сухого спирометра Spirotest.

Результаты исследования прошли стандартную статистическую обработку. В этот же период каждой студентке было предложено выполнение индивидуальных двигательных режимов на предстоящий семестр.

Результаты исследования и их обсуждение.

Оценка антропометрических данных девушек, освобожденных от занятий физической культурой, позволила получить следующие результаты:

– студентки первого курса не имеют отклонений в весо-ростовых показателях;

– студентки третьего курса имеют вес выше нормы, процентный показатель таковых составил 7 %.

Вместе с тем, оценка показателей процентного содержания жировых отложений показала другую картину:

– у студенток первого курса изучаемый параметр составил 30 единиц, что соответствует оценке «плохо»;

– у студенток третьего курса изучаемый параметр составил 34,6 единиц, что соответствует оценке ожирения «высокое».

Аналогичную картину показала оценка функциональности кардиореспираторной системы. Результаты пробы Мартинэ обеих групп испытуемых колеблются в пределах 3,1 балла на первом курсе – 2,5 баллы на третьем курсе. Данные показатели являются средними, ближе к низким.

Невысоки оказались и параметры жизненной емкости легких испытуемых – у девушек 1-го курса составила 2400 мл. У девушек 3-го курса 2600 мл. Что составляет 25 % от должной величины.

Однако оценка индекса массы тела девушек показала результаты, соответствующие, по оценке Всемирной организации здравоохранения, нормативному значению. Студентки первого курса показали среднегрупповой результат 22,7 %, а третьего курса – 23,2 %.

Хорошими оказались и показатели сатурации. У всех девушек этот показатель составил 99 %, что соответствует нормальному уровню насыщения артериальной крови кислородом.

Вывод. Показатели функциональных возможностей организма девушек 1-го и 3-го курсов, освобожденных от практических занятий по физическому воспитанию, являются не очень высокими и в половине тестов имеют отклонения в нормативных показателях. Однако, выявленная картина не является критичной и при целенаправленных занятиях определенными видами физической нагрузки отклонения могут быть ликвидированы.

**Список литературы**

1. Актуальные проблемы физического воспитания студентов : Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 28 апреля 2021 года. – Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2021. – 612 с.

2. Васецкая, Н.В., Лимонченко А.С. Проблемы физического воспитания и спорта студентов // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Серия 2. Физическое воспитание и спорт. – 2021. – Т. 61, № 2. – С. 44-48.

3. Войнова, Е. В. Актуальные проблемы воспитания выносливости студентов РУТ (МИИТ) в профессионально-прикладной физической подготовке будущих специалистов транспортной отрасли // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021. – № 1(35). – С. 27-36.

4. Казначеев, В. А. Проблемы физического воспитания и организация физической подготовки студентов // Modern Science. – 2021. – № 11-2. – С. 101-104.

5. Постольник, Ю.А., Бубенцова Ю.А., Кашенков Ю.Б. Изменение эмоционального состояния студентов на основе модернизации процесса физического воспитания в высшем учебном заведении // Евразийский союз ученых. – 2020. – № 2-1(71). – С. 26-29. – EDN NVCAOF.

6. Фоминых, Ю. А. Степ-аэробика в оптимизации физического воспитания студентов // Проблемы физической культуры и спорта и пути их решения : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Киров, 27 мая 2016 года / Вятский государственный университет. – Киров: Общество с ограниченной ответственностью "Радуга-ПРЕСС", 2016. – С. 272-274.

7. Шакирова, Ю. В. Современные оздоровительные системы в физическом воспитании студентов с отклонениями в состоянии здоровья // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры : Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, посвященной 45-летию Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Казань, 22 ноября 2019 года. – Казань: Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2019. – С. 1145-1149.

8. Ivanov, V. D. Self-monitoring in the process of physical education of students // Physical Culture. Sport. Tourism. Motor Recreation. – 2021. – Vol. 6, No. 3. – P. 64-71. – DOI 10.47475/2500-0365-2021-16310. – EDN WCJYZW.

9. Shokirov, K. F. Physical education of students at a medical university // New Day in Medicine. – 2021. – No. 1(33). – P. 58-60. – EDN WQMXKS.

**УДК: 796.035**

# ПОВЫШЕНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЖЕНЩИН 45–50 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ АКВАФИТНЕСА

О.С. Трофимова, Е.Н. Надина, С.Ю. Волкова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлены результаты экспериментальной работы по оценке влияния занятий аквафитнесом: Aqua noodles, Aqua jogger, Aqua kombat на повышение морфофункциональных показателей занимающихся женщин 45–50 лет. Исследование подтвердило эффективность разработанной нами методики применения средств аквафитнеса, организационно-методические материалы рекомендуем для внедрения в работу современных фитнес-клубов, бассейнов и оздоровительных центров.

**Ключевые слова:** аквафитнес, женщины 45–50 лет, оздоровительная физическая культура, морфофункциональное состояние.

В результате данных научно-методической литературы, в настоящее время все больше возрастает интерес ведущих специалистов к вопросам, затрагивающим физическое состояние женщин, в том числе показатели их морфофункционального состояния [1, 2]. Многими исследователями отмечено, что снижение данных показателей может быть связано с различными внешними и внутренними факторами. К эндогенным факторам относят:

1. Снижение функциональной активности основных систем организма – сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, эндокринной.
2. Нарушение регуляции работы отдельных органов и систем организма, а также общего обмена веществ.
3. Снижение общей работоспособности на фоне ухудшения работы аэробных и анаэробных процессов организма.
4. Замедление процессов восстановления организма – особенно ярко проявление данного фактора у тренирующихся женщин после больших нагрузок.

Экзогенные факторы выступают основной причиной возникновения эндогенных, к ним относятся: состояние окружающей среды, экология, образ жизни, качество сна, характер и время работы и отдыха, наличие стресса и др.

Таким образом, для данной половозрастной группы рекомендуется выбирать такие средства оздоровительной физической культуры, которые бы способствовали улучшению всех показателей физического состояния занимающихся [5,7].

Разнообразие фитнес-программ в современных фитнес-клубах позволяет женщинам выбирать занятия в соответствии с их интересами и увлечениями. В исследованиях Н.И. Дворкиной, О.С. Трофимовой, М.А. Маринович, 2019; О.Г. Лызаря, А.А. Белого, 2020 отмечается, что из множества фитнес-программ аэробного направления, женщины второго зрелого возраста часто предпочитают занятия аквафитнесом [3,4].

На сегодняшний день аквафитнес набирает популярность, это инновационная технология, отличающаяся гравитационной разгрузкой опорно-двигательного аппарата, позитивным влиянием на психофизическое состояние занимающихся, улучшающая состояние осанки и деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной систем занимающихся, что весьма необходимо женщинам второго зрелого возраста [6].

Важно отметить, что занятия аквафитнесом особенно актуальны для данного возрастного периода, поскольку основной их целью является совершенствование телосложения, сохранение и поддержание здоровья. Следовательно, определение влияния занятий на основе использования средств аквафитнеса на повышение морфофункциональных показателей занимающихся женщин 45–50-летнего возраста является весьма перспективным процессом, имеющим высокую значимость в контексте стремления женщин к сохранению здоровья, повышению двигательной активности и в целом их общему благополучию. Данное обстоятельство определило направление научного исследования.

Целью исследования было разработать и обосновать методику занятий на основе использования средств аквафитнеса, и оценить ее влияние на морфофункциональные показатели женщин 45–50 лет.

Педагогический эксперимент проводился в бассейне фитнес-центра «Дом физкультурника» г. Краснодара, в нем приняли участие 32 женщины: одна экспериментальная группа в количестве 17 человек и одна контрольная –- 15 человек.

Занятия контрольной группы проходили по стандартным методикам занятий аквааэробикой в современных фитнес-клубах. Женщины экспериментальной группы выполняли упражнения, которые были включены в разработанную нами методику занятий аквафитнесом: Aqua noodles, Aqua jogger, Aqua kombat. Занятия в экспериментальной группе по разработанному содержанию занятий проводили три раза в неделю продолжительностью по 45 минут.

До начала проведения педагогического эксперимента по итогам проведения тестирования не выявлено достоверных различий между исследуемыми морфофункциональными показателями женщин из обеих групп, что свидетельствует об их однородности.

По итогам проведенного эксперимента не удалось с достаточной степенью точности определить показатели длины тела в обеих группах. Однако было зафиксировано статистически значимое снижение веса тела у представительниц экспериментальной группы, а также достоверное

изменение индекса массы тела в этой группе. Изменились обхватные размеры груди, талии и таза, во всех случаях отмечен достоверный результат. В экспериментальной группе вес тела у женщин снизился в среднем на 5,4 кг. Обхват груди, талии и таза сократился на 6,1 см, 12,2 см и 9,5 см соответственно.

Результаты тестов, направленных на оценку функционального состояния занимающихся женщин, таких как проба Ромберга, проба Руфье, ортостатическая проба и жизненный индекс, показали статистически значимые улучшения ($p<0,05$). Изменения в относительных показателях функционального состояния женщин из экспериментальной группы были более выраженными по сравнению с женщинами из контрольной группы. Так, результаты пробы Руфье и ортостатической пробы улучшились на 28,7 % и 30 % в экспериментальной группе и на 16,2 % и 10,5 % в контрольной группе соответственно. В контрольной группе показатели пробы Ромберга увеличились на 13,7 %, тогда как в экспериментальной группе на 34 %. Жизненный индекс также повысился на 2,4 % и 12,8 % в контрольной и экспериментальной группах соответственно.

В результате проведенного исследования установлено, что фитнес-программа аэробного направления – аквафитнес является эффективной формой физической активности для женщин второго зрелого возраста, что подтверждается повышением их морфофункциональных показателей. Организационно-методические материалы рекомендуем для внедрения в работу современных фитнес-клубов, бассейнов и оздоровительных центров.

**Список литературы**

1. Влияние велнес-программ на физическое развитие и психоэмоциональное состояние женщин 25-35 лет / Н.И. Романенко, ПВ. Головко, С.А. Горбунова [и др.] // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 1(43). – С. 101-107.

2. Голубева, Г.Н. Анализ фитнес-трендов в России и мире / Г.Н. Голубева, Н.И. Дворкина, Т.А. Кравчук // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 3 (45). – С. 15-19.

3. Дворкина, Н.И. Особенности применения аквааэробики на оздоровительных занятиях с женщинами пожилого возраста / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, М.А. Маринович // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. 2019. – № 1. – С. 181-183.

4. Лызарь, О.Г. Эффективность использования средств аквафитнеса в занятиях с лицами пожилого возраста / О.Г. Лызарь, А.А. Белый // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. - 2020. № 1. – С. 171-172.

5. Манакова, Я.А. Повышение физического состояния женщин 40-45 лет на основе средств фитнеса / Я.А. Манакова, М.А. Маринович // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 197-199.

6. Никитина, Я.А. Влияние занятий аквааэробикой на физическую подготовленность женщин второго зрелого возраста / Я.А. Никитина, М.А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. - 2019, № 33. - С. 45-48.

7. Романенко, Н.И. Влияние занятий функциональной направленности на снижение избыточной массы тела женщин 30-35 лет / Н.И. Романенко, В.В. Сударь, Е.Д. Юркина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2021. – № 1. – С. 211-213.

**УДК 378.172**

# КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕРРЕНКУР В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Т.Г. Фадеенко, С.Ю. Валова, М.В. Багрей
Волгоградский государственный медицинский университет
Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Волгоград, Россия

**Аннотация.** Статья написана с целью: сравнить эффективность использования обычного терренкура с терренкуром, включающим элементы кинезеологических упражнений, проводимых со студентами специальной медицинской группы Волгоградского государственного медицинского университета. Для этого использовались методы анализа научно-методической литературы, математической статистики, методы контроля за состоянием кардиореспиратоной системы. Исследовательские данные представлены на примере студентов второго курса медико-биологического факультета, занимающихся в специальном учебном отделении. Из полученных данных следует, что применение кинезиологического терренкура эффективно на занятиях по физической культуре в специальной медицинской группе.

**Ключевые слова:** терренкур, кинезеологический терренкур, кинезиологические упражнения, студенты, специальная медицинская группа.

Одной из проблем современной системы образования в высшей школе является неуклонное увеличение обучающихся с ослабленным состоянием здоровья. Среди студентов наиболее распространены заболевания, относящиеся к нарушениям сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата (до 80 % отклонений), заболевания глаз, дыхательной, пищеварительной, мочевыводящей систем и прочих. Одна и основных проблем современной молодежи - низкий уровень двигательной активности. [1].

В настоящее время Согласно Приказу Государственного комитета РФ по высшему образованию от 26 июля 1994 г. № 777, студенты распределяются на медицинские группы по результатам врачебной комиссии [3]. К специальной медицинской группе относятся студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья. Основными задачами физического воспитания здесь является: укрепление здоровья, устранение функциональных отклонений и всестороннее развитие организма занимающихся.

Разный уровень физической подготовленности и разнообразие отклонений в состоянии здоровья требуют особого подхода к проведению занятий со студентами специальной медицинской группы [1].

Специалисты по физической культуре стараются разрабатывать эффективные занятия, способствующие укреплению здоровья, повышению эмоционального фона и мотивации студентов к двигательной активности. Для этого используют большое количество средств, методов и форм физической культуры. Однако традиционные средства оздоровления не являются доступными для всех [4].

Использование нетрадиционных средств оздоровления в учебном процессе помогает в восстановлении здоровья и профилактике неблагоприятного воздействия различных факторов, повышает мотивацию студентов к занятиям физическим воспитанием [4].

Среди многообразия методик, специалисты отдают предпочтение дыхательным системам, используя упражнения по К. Бутейко, А. Стрельниковой, дыхание по системе «Хатха-йога» «Боди-флекс» и т.п., особенно необходимых для студентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Также для специального учебного отделения применяются различные виды массажа, аутотренинг, оздоровительная и силовая аэробика, калланетика, фитнес-йога, пилатес, оздоровительная гимнастика по П. Бреггу, реже аэрозоль, и фитотерапия, ультрафиолетовое излучение [2].

Одним из методов лечебной физической культуры, направленным на оздоровление студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, является терренкур. Терренкур - это дозированная по расстоянию, времени и углу наклона ходьба. Данный вид физической активности является одним из самых доступных. Терренкур рекомендован людям разных возрастов, имеющих различную физическую подготовку и состояние здоровья. Занятия терренкуром благоприятно влияют на работу сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, опорно-двигательного аппарата, улучшает обмен веществ, развивает выносливость, а так же оказывает закаливающие действие [7]. Для эффективного применения данной методики необходимо учитывать длину пути, сложность маршрута, скорость передвижения и погодных условий [6]. Степень нагрузки дозируется в зависимости от физической подготовленности и заболевания.

Весьма популярным средством оптимизации психофизического состояния человека является кинезиология. Это наука, изучающая развитие мозговой деятельности и физического развития с помощью определенных движений. Кинезиология является эффективным методом развития различных областей мозга, способствующим улучшению обучения и когнитивного функционирования. С помощью кинезиологических упражнений образуются новые нейронные сети и происходит качественное улучшение эффективности взаимодействия левого и правого полушарий мозга [8].

На базе Волгоградского государственного медицинского университета были разработаны специальные занятия на основе терренкура для студентов специальной медицинской группы. Специфику их составила интеграция пеших нагрузок с упражнениями кинезиологии. Нам виделось, что в рамках

такого комплексного воздействия возможна тренировка не только кардиореспиратоной системы занимающихся, но и их общей психофизической выносливости. В ходе опытно-экспериментального апробирования была произведена оценка его эффективности по параметрам ЧСС занимающихся. Полученные результаты представлены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1 – Показатели переносимости нагрузки при обычном и кинезеологическом терренкуре студентами ВолгГМУ

| Контрольные измерения | X ±m | | t-критерий Стьюдента | P (достоверность различий) |
|---|---|---|---|---|
| | Терренкур | Терренкур в сочетании с кинезиологическими упражнения | | |
| ЧСС 1 | 22,33±3,43 | 20,76±2,98 | 0,35 | P>0,05 |
| ЧСС 2 | 23,38±3,39 | 19,52±3,29 | 0,82 | P>0,05 |
| ЧСС 3 | 20,47±3,72 | 18,19±3,47 | 0,44 | P>0,05 |
| ЧСС Финиш | 19,14±2,97 | 18,04±3,27 | 0,24 | P>0,05 |

Аналогичная картина представлена и на рисунке 1.

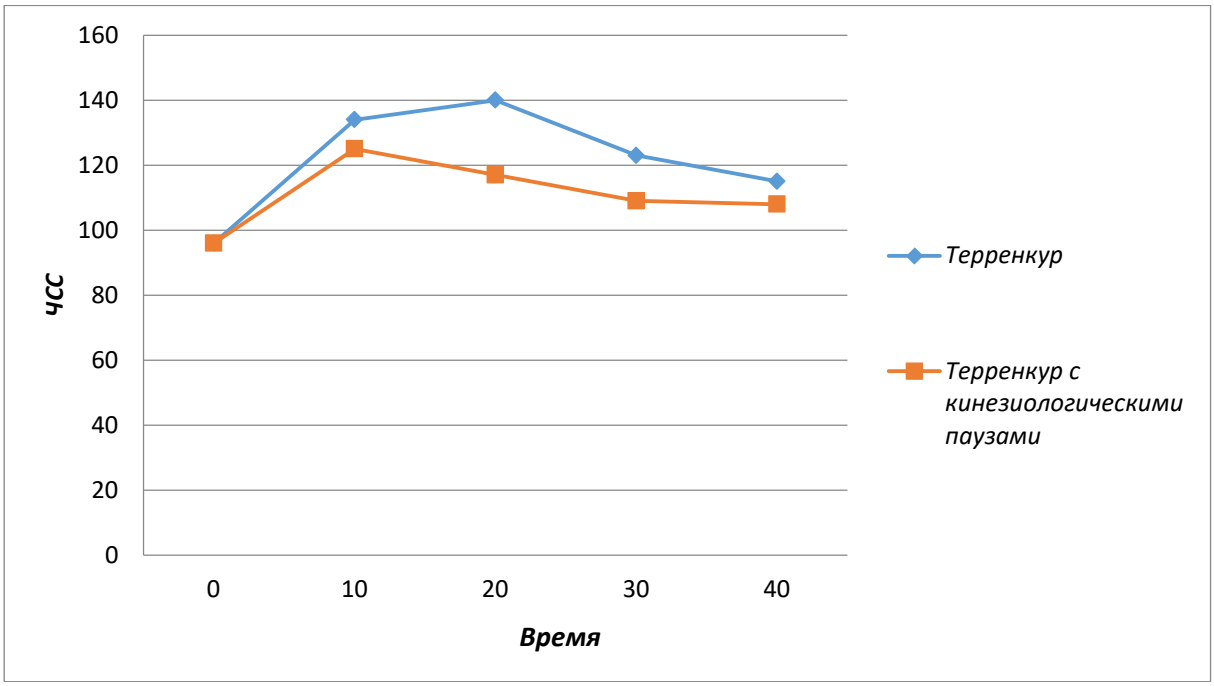



Рисунок 1 – Изменение ЧСС студентов при различных вариантах терренкура

Результаты проведенного исследования выявили незначительные изменения показателей ЧСС при использовании различных видов терренкура, статистически достоверных различий по всем параметрам не наблюдается. Показатели частоты сердечных сокращений студентов во время

терренкура с кинезиологическими паузами изменяются более плавно, без резких скачков. Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что терренкур с кинезеологическими паузами дает возможность тренировать кардиореспираторную систему студентов не хуже, чем обычный терренкур. Интегрированные кинезеологические упражнения стимулируют активность головного мозга, развивают межполушарное взаимодействие, а так же вызывают у студентов интерес, повышают мотивацию к занятиям по физической культуре.

Таким образом, применение кинезеологического терренкура на занятиях физической культурой позволяет тренировать важнейшие системы организма занимающихся, в частности сердечно-сосудистую и дыхательную. Такие занятия активизируют мозговую деятельность занимающихся, улучшают эмоциональное состояние, вызвают интерес к занятиям физической культурой. Данный вид физической активности дает возможность разнообразить содержание учебной дисциплины в специальном учебном отделении.

**Список литературы**

1. Борисова Н.Ю. Особенности занятий физической культурой со студентами специальной медицинской группы. Актуальные вопросы современной педагогики: материалы VIII Международной научной конференции. - Самара. - 2016 - С. 248-251.

2. Мандриков В.Б., Мицулина М.П., Салазникова Л.В. Организационно-методическое обеспечение учебного процесса в специальном учебном отделении: Учебное пособие. - Волгоград, 2003. - 180 с.

3. Приказ Государственного комитета РФ по высшему образованию от 26 июля 1994г. № 777.

4. Распуткина Т.С. Особенности организации занятий студентов, входящих в специальную медицинскую группу / Молодой ученый. - 2014. - № 7 - С. 236-238.

5. Формакидова Марина Олеговна. Особенности занятий физической культурой со студентами в специальных медицинских группах // Наука через призму времени.-2019.-№1 (22).

6. Кряжевских Н. С., Капилевич Л. В. Применение терренкуров на занятиях по физическому воспитанию для групп отделения лечебной физической культуры // Вестн. Том. гос. ун-та. 2014. № 379. С. 181–183.

7. Еремушкин М.А., Князева Т.А., Стяжкина Е.М., Отто М.П., Колышенков А.Л./ Терренное лечение на санаторно-курортном этапе медицинской реабилитации больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями: Учебное пособие. ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России. – М.: БИБЛИО-ГЛОБУС, 2019. – 50 с.

8. Н.М. Медвецкая. Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры: курс лекций – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2023. – 60 с.

**УДК 378.172:796.012.1**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ

В.А. Филиппович
Сибирский юридический институт МВД России, г. Красноярск, Россия

**Аннотация.** В статье обоснована возможность успешного использования средств и методов оздоровительной фитнес-системы Kangoo Jumps в практике физической подготовки девушек-курсантов полиции. Группа девушек-курсантов использовала средства и методы фитнес-системы Kangoo Jumps в течение 14 недель обучения. Результаты тестов по общей физической подготовке показали эффективность использования фитнес-системы Kangoo Jumps в практике физической подготовки девушек-курсантов полиции.

**Ключевые слова:** оздоровительный фитнес, физическая подготовка курсантов полиции, Kangoo Jumps, самостоятельные тренировки, тестовые испытания.

Специалисты в области физического воспитания студенческой молодежи, с сожалением отмечают значимый недостаток уровня мотивации к регулярным занятиям физической культурой, спортом и фитнесом у значительной части современных молодых людей, получающих высшее образование. Эксперты указывают, что действующие в вузах стандартные программы физического воспитания не способны мотивировать студентов к регулярному посещению учебных занятий, а единственным источником какой-либо мотивации является лишь необходимость получения зачета по дисциплине «Физическая культура» [2]. В тоже время специалисты отмечают значительный рост интереса молодых людей к различным видам оздоровительного и спортивного фитнеса. Можно увидеть, что значительная часть современных молодых людей выражает значимый интерес к новым, современным фитнес-системам, способным значимо увеличить показатели физического развития и здоровья занимающихся [1, 2, 3].

Эксперты в области образования и физического воспитания личности определяют современный фитнес, как определенную совокупность передовых и инновационных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, в которых представлены передовые средства, методы, технологии и формы деятельности, разработанные на основе опыта традиционных видов физической культуры и спорта [5]. Актуальные научные исследования, посвященные вопросам повышения уровня мотивации студентов к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, свидетельствуют о возможности более широкого использования в практике физического воспитания современных молодых людей арсенала

средств и методов оздоровительного аэробного фитнеса, в частности фитнес-системы Kangoo Jumps [3, 6, 7]. Оздоровительная система фитнес-тренировок Kangoo Jumps представляет собой интенсивные занятия аэробной или смешанной (аэробной + силовой) направленности в специальных ботинках с пружинами (Kangoo Jumps boots) под быструю ритмичную музыку [3]. Изначально данные ботинки были придуманы специалистами в области восстановительной медицины, травматологии и реабилитации больных людей, для более быстрого восстановления после травм или операций на ноги. Однако очень скоро эффективность использования ботинок Kangoo Jumps в практике реабилитационной деятельности заметили профессионалы в области фитнеса и стали активно использовать потенциал данной обуви в фитнес-тренировках. Поскольку использование подобной обуви позволяет значительно уменьшить нагрузку на мышцы и суставы ног при интенсивной физической работе (бег, прыжки, подскоки и пр.), лица, занимающиеся фитнесом в обуви Kangoo Jumps способны выполнить больший объем физической нагрузки при интенсивной двигательной деятельности, чем лица, не пользующиеся данной обувью.

Специалисты указывают, что в последние годы присутствует тенденция значимого увеличения общей численности девушек-курсантов образовательных организаций МВД России и молодых женщин-сотрудников полиции. Поскольку специфика служебных обязанностей сотрудников полиции предполагает применение физической силы при пресечении различных правонарушений, требуется обратить повышенное внимание на уровень физической подготовки девушек, будущих сотрудников полиции. Процесс физической подготовки курсантов полиции состоит из совершенствования физических качеств и двигательных способностей молодых людей и обучения будущих сотрудников полиции боевым приемам борьбы [4]. Поскольку специалисты высказывают обоснованные претензии к уровню физической подготовки девушек-курсантов полиции, целью данной научной работы стало повышение уровня общей физической подготовленности девушек, обучающихся в образовательных организациях МВД России, средствами и методами фитнес-системы Kangoo Jumps.

В данном научном исследовании приняли участие 30 девушек-курсантов полиции, обучающихся в Сибирском юридическом институте МВД России (г. Красноярск), по специальности 40.05.01 – «Правовое обеспечение национальной безопасности». Средний возраст участниц исследования составил – 19,85 ± 0,44 лет. Случайным методом девушек разделили на две равные группы. Обе группы посещали занятия по физической подготовке в течение 14 недель (два занятия в неделю). Примерно 40 % от общего времени занятий уделялось развитию основных физических качеств, а около 60 % времени было отведено на изучение боевых приемов борьбы (болевые приемы, броски, приемы задержания и сопровождения и пр.). Дополнительно все участницы исследования проводили одно самостоятельное занятие по физической подготовке (приблизительный объем – 60 минут) в неделю, посвященное развитию основных физических качеств. Одна группа участниц

проводила самостоятельные занятия, используя арсенал средств и методов силовых тренировок с отягощениями и аэробных тренировок. Другая группа, помимо силовых тренировок с отягощениями, использовала средства оздоровительного фитнеса Kangoo Jumps в практике самостоятельной подготовки. Общий объем тренировочной нагрузки Kangoo Jumps составлял 15–20 минут (прыжки в специальных ботинках под ритмичную музыку, с высокой интенсивностью – ЧСС от 130 до 160 уд/мин). После 14 недель исследования, все участницы сдали нормативы по общей физической подготовке (челночный бег 10×10 м, бег на 100 м и 1000 м, силовой тест – сгибания рук в упоре лежа, силовой тест – подъемы корпуса в положении лежа). Группа девушек-курсантов, применявшая Kangoo Jumps фитнес в практике занятий самостоятельной физической подготовкой, продемонстрировала более высокие результаты в тестах: бег на 100 м (на 15 %), бег на 1000 м (на 12 %) и подъем корпуса в положении лежа (на 8 %). В остальных тестах уровень различий в результатах между группами не превышал 5 %.

Таким образом следует признать, что использование средств и методов оздоровительной фитнес-системы Kangoo Jumps в процессе самостоятельных занятий по физической подготовке, способствует увеличению определенных показателей физической подготовленности девушек-курсантов полиции. Можно рекомендовать более широкое использование данной фитнес-системы в практике физической подготовки девушек, обучающихся в образовательных организациях МВД России.

**Список литературы**

1. Ахтемзянова Н.М. Оптимизация физического воспитания студентов посредством применения современных фитнес-технологий // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. №3 (157). С. 25–29.

2. Елисеева Т.А., Фомина Е.В. Фитнес-технологии, как средство мотивации к занятиям по физической культуре у студентов неспортивных факультетов в вузе // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2024. №5 (231). С. 40–43.

3. Ратманская Т.И., Булгакова О.В., Осипов А.Ю., Лукин А.В. Использование фитнес-системы KANGOO JUMPS в рамках элективного курса по физическому воспитанию // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. №11. С. 34–39.

4. Романов Р.В., Синянский В.А. Специальная физическая подготовка девушек-курсантов в образовательных организациях МВД России // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2020. №12. С. 64–69.

5. Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Фитнес, как вид физической культуры // Теория и практика физической культуры. 2022. №1. С. 6–8.

6. Osipov A.Yu., Lyakh V.I., Guralev V.M., Ratmanskaya T.I., Kudryavtsev M.D., Nagovitsyn R.S. Improving of special physical fitness and workability of female police cadets // Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences. 2021. №14 (2). P. 257–265.

7. Osipov A.Yu., Ratmanskaya T.I., Nagovitsyn R.S., Zhuikova S.E., Iermakov S.S. Increasing the level of cardiorespiratory and strength endurance of female students by means of mixed training (Kangoo–jumps fitness and resistance training) // Physical Activity Review. 2020. №8 (2). P. 38–47.

**УДК 796.015.52**

# СИЛОВОЙ ФИТНЕС В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗАХ МВД РОССИИ

С.А. Фомин
Сибирский юридический институт МВД России, г. Красноярск, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена поиску объективной информации о возможности эффективного использования средств и методов силового фитнеса в практике обучения курсантов и слушателей вузов МВД России. Поиск требуемой информации выполнен в базе научной периодики e-LIBRARY (РИНЦ). Обнаружены практические рекомендации по эффективному использованию средств и методов из арсенала гиревого спорта, кроссфит-тренинга и силовых тренировок, в процессе физической подготовки лиц, обучающихся в вузах МВД России.

**Ключевые слова:** силовой фитнес, физическая подготовка, курсанты, гиревой спорт, сбор и анализ информации.

Известно, что у значительной части современных молодых людей, включая студенческую молодежь, показатели физического развития и физической подготовленности не соответствует оптимальным требованиям. Поскольку уровень физического развития и здоровья молодого поколения является одним из критериев оценки успешной социальной политики государства и состояния общества, негативные тенденции ухудшения уровня физического здоровья и физической подготовленности молодежи, вызывают серьезную озабоченность среди специалистов: врачей, педагогов, ученых. Основной причиной снижения уровня здоровья среди современных молодых людей специалисты называют недостаток регулярной двигательной активности и рост малоподвижного образа жизни в данной социальной группе. Последствия данных факторов проявляются в виде различных отклонений в деятельности различных систем организма молодых людей, особенно негативное влияние недостатка повседневной двигательной активности можно проследить через оценку деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма [3, 7]. Специалисты в области физического воспитания рекомендуют использовать средства и методы из арсенала оздоровительного фитнеса в практике физического воспитания и физической подготовки современных молодых людей, обучающихся в различных вузах, для решения актуальной задачи значимого повышения уровня физической подготовленности и существенного укрепления уровня физического здоровья студенческой молодежи [4, 5]. Следует также отметить, что проблема низкого уровня физической подготовленности обучающихся, стоит сегодня и перед преподавателями кафедр физической подготовки, проводящими обучение будущих офицеров и сотрудников

полиции в специализированных (ведомственных) образовательных учреждениях. Данная проблема связана, как с недостаточным уровнем развития основных физических качеств и двигательных способностей у довольно значительной части молодых людей, являющихся кандидатами на службу в органах внутренних дел (ОВД), так и со значимым несовершенством действующих в казенных образовательных учреждениях программ обучения и подготовки будущих полицейских. В частности, речь идет о недостатке возможностей повышения эффективности процесса физической подготовки слушателей и курсантов вузов МВД России в деле формирования у обучающихся, специальных (служебных) двигательных компетенций, связанных с эффективным применением физической силы в решении служебных задач. Специалисты, изучающие особенности организации процесса физической подготовки лиц, обучающихся в вузах МВД России, указывают на необходимость существенного совершенствования данного процесса, в частности, в области повышения уровня эффективности силовой подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России, за счет комплексного и целенаправленного использования различных средств и методов из арсенала оздоровительного фитнеса, способствующих развитию, как мышечной силы и скоростно-силовых способностей, так и показателей характеризующих развитие общей и специальной выносливости организма [1, 2, 6].

Анализ научной литературы позволил определить целью данной научной работы – поиск объективной и достоверной информации о возможности эффективного использования средств и методов силового фитнеса в практике физической подготовки лиц, обучающихся в вузах МВД России.

Для успешного достижения указанной цели исследования, был создан специальный поисковый запрос. В созданный запрос были включены специальные критерии, повышающие качество собранной информации: поиск данных ограничен ключевыми словами (курсанты, слушатели, вузы МВД России, физическая подготовка, фитнес-технологии); авторы научных работ должны обладать необходимым опытом (предпочтение было отдано научным работам, авторы которых являлись сотрудниками или работниками кафедр физической подготовки вузов МВД России); научные работы содержали результаты оригинальных исследований по заявленной проблематике (предпочтение было отдано работам, в которых были представлены результаты исследований с участием как-минимум двух групп участников: контрольной и экспериментальной); возраст публикации научных работ не должен превышать пять последних лет, для выполнения требований к актуальности исследования. Поиск требуемой научной информации был выполнен в ведущей отечественной базе хранения научной информации – e-LIBRARY, содержащей более 50 млн различных научных работ (книг, тезисов, статей, монографий, пособий, патентов) и интегрированной с Российским индексом научного цитирований (РИНЦ). Данная база была выбрана, поскольку e-LIBRARY предоставляет

возможность открытого доступа к полным текстам публикаций и позволяет проводить быстрый поиск научной информации через специальные поисковые инструменты.

Изначально поиск требуемой информации позволил определить более одной тысячи публикаций, соответствующей в той или иной степени заявленной автором цели. Однако дальнейший анализ обнаруженной информации позволил отклонить большую часть публикаций, как несоответствующих всем критериям поиска данных. После строго отбора публикаций удалось оставить лишь тридцать четыре научные работы, удовлетворяющие всем требованиям запроса. Основные результаты поиска и последующего структурного анализа актуальной информации о возможности эффективного использования оздоровительных фитнес-технологий в практике физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, представлены ниже.

Специалисты в области физической подготовки лиц, обучающихся в вузах МВД России указывают на возможность использования т.н. «силового» фитнеса в практике физической подготовки молодых людей, обучающихся по различным программам подготовки сотрудников полиции. Использование средств и методов «силового» фитнеса направлено на совершенствование уровня общей физической подготовленности, и представляет собой выполнение различных упражнений, направленных на развитие основных мышечных групп и повышение уровня силы и силовой выносливости (упражнения выполняются как с использованием веса своего тела, так и с различными отягощениями) [1]. Отдельно присутствует указание на необходимость более широкого и комплексного применения на занятиях по физической подготовке у курсантов и слушателей разнообразных средств и методов из арсенала гиревого спорта, например упражнения из классического двоеборья: рывок гири, толчок гири по длинному циклу (а также жим гири), способствующих целенаправленному развитию мышечной силы и «силовой» выносливости у занимающихся, что несомненно поспособствует значимому повышению качества физической подготовки будущих сотрудников полиции, в частности развитию прикладных качеств, связанных с применением физической силы при пресечении различных правонарушений [6]. Также специалисты рекомендуют использовать средства и методы кроссфит-тренинга при развитии физических качеств и двигательных способностей у лиц, обучающихся в вузах МВД России. Отдельно указывается, что оптимальный подбор разнообразных средств из арсенала кроссфит-тренировок, (комплексы кроссфит-тренинга могут включать в себя различные вариации беговых упражнений, упражнений с гирями и свободными весами, упражнений выполняемых с использованием веса собственного тела), позволяют занимающимся эффективно повышать уровень физической подготовленности за счет развития мышечной силы и скоростно-силовых способностей, а также показателей развития общей и специальной (силовой) выносливости [2].

Анализ обнаруженной в ходе поиска данных информации, содержащей практические рекомендации по использованию различных средств и методов силового фитнеса в процессе физической подготовки лиц, обучающихся в казенных образовательных учреждениях (вузы МВД), показал, что значительная часть специалистов в области организации физической подготовки будущих сотрудников полиции и преподавателей кафедр физической подготовки образовательных организаций МВД России, выражают схожее мнение о необходимости регулярного использования различных средств из арсенала силовых тренировок с различными отягощениями, гиревого спорта и кроссфит-тренинга для повышения уровня физического развития и физической подготовленности молодых людей, проходящих обучение в вузах МВД России. Профессионалы рекомендует отдавать предпочтение методикам, включающим в себя упражнения с использованием веса собственного тела, выполняемые в различном темпе, далее следует использовать упражнения из арсенала гиревого спорта, затем возможно объединять данные упражнения в различные комплексы, выполняемые с соблюдением основных принципов кроссфит-тренировок (быстрый темп и ограничение общего времени выполнения упражнений), для эффективного развития скоростно-силовых и силовых способностей, а также показателей общей и специальной выносливости у занимающихся лиц.

**Список литературы**

1. Ананкин Д.А., Гросс И.Л., Жарков С.А., Овчинников В.А. Применение средств силового фитнеса в совершенствовании процесса физической подготовки курсантов МВД // Культура физическая и здоровье. 2024. №1 (89). С. 18–23.

2. Глубокий В.А., Струганов С.М. Средства и методы развития силовых способностей у курсантов (слушателей) образовательной организации Министерства внутренних дел России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. № 4(182). С. 105–108.

3. Кашигина Е.А. Современные фитнес-технологии в преподавании учебной дисциплины «Физическая культура» в профессиональной образовательной организации // Инновационное развитие профессионального образования. 2022. №1 (33). С. 49–53.

4. Полишкене Й., Низаметдинова З.Х., Полишките К. Эффективность фитнес-технологий в системе физического воспитания студенческой молодежи // Теория и практика физической культуры. 2020. №4. С. 48–49.

5. Ратманская Т.И., Булгакова О.В., Осипов А.Ю., Лукин А.В. Использование фитнес-системы KANGOO JUMPS в рамках элективного курса по физическому воспитанию // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. №11. С. 34–39.

6. Сарычев А.В., Демченко Н.В., Архипцев И.Н. Применение гиревого спорта в физической подготовке курсантов и слушателей в образовательных учреждениях высшего образования МВД России // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2021. Т.26. №190. С. 106–114.

7. Osipov A.Yu., Orlova I.I., Ratmanskaya T.I., Nagovitsyn R.S., Lyakh V.I., Kudryavtsev M.D. Physical activity, rational nutrition and health education in the university environment aimed at preventing Russian male students' overweight/obesity (mini-review) // Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences. 2023. №16 (2). P. 303–314.

**УДК 796.011**

# О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В ВУЗЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКОМ РЕСУРСЕ ПОДГОТОВКИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

С.А. Хазова[1,2], Н.Э. Платова[3]
[1]Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[3]Владикавказский институт управления, г. Владикавказ, Россия

**Аннотация.** В современных высших учебных заведениях одной из ведущих задач признана подготовка специалистов, успешно действующих на рынке труда, обладающих конкурентными качествами и высокими показателями здоровья. Одним из механизмов комплексного решения указанных задач является проектирование и функционирование физического воспитания с ориентацией на развитие конкурентоспособности студентов. В процессе теоретического исследования были уточнены те ресурсы физической культуры, физического воспитания, которые могут обеспечить работу указанного механизма.

**Ключевые слова:** конкурентные качества, физическое воспитание, студенты вуза, педагогический ресурс, состояние здоровья.

Известно, что физическая культура, физическое воспитание приносят огромную пользу и отдельной личности, и обществу в целом. Однако, данная польза достижима лишь в том случае, когда граждане включены в двигательную активность. То есть, ключевое значение имеет обеспечение мотивированности населения к занятиям физической культурой и спортом [3, 4]. Это, в свою очередь, возможно только если обосновать, какие значимые для конкретных групп и отдельных граждан потребности могут быть удовлетворены средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Конкуренция – суть человеческой жизни и в биологическом, эволюционном плане, и в социальном, каждодневном аспекте. Поэтому объективной социальной потребностью трудоспособного населения является конкурентоспособность [1, 2, 5]. Эта потребность может быть не вполне осознаваемой, может иначе обозначаться, однако она существует и для ее реализации, по крайней мере у учащейся молодежи, следует использовать все ресурсы образования.

Проведенные многолетние исследования доказывают, что физическая культура и физическое воспитание, как соответствующий ей педагогический процесс, обладает большим потенциалом в формировании конкурентоспособности граждан, включенных в физкультурно-спортивную деятельность в том или ином качестве. Эта ресурсность связана со

множеством аспектов, отражающих воздействие всего духовного и материального достояния физической культуры на социально-психологические характеристики и физические свойства человека [2, 5].

Конкурентоспособность – как способность человека включаться в состязательные отношения и эффективно взаимодействовать с другими участниками, достигая собственных целей, оказавшись более успешным по сравнению с конкурентами [5], зависит от большого количества качеств и характеристик личности. В их число входят: внешние характеристики, влияющие на восприятие субъекта окружающими; психологические свойства, обеспечивающие качество деятельности, возможности на высоком уровне решать поставленные задачи; морально-нравственные, коммуникативные и иные социально-ориентированные качества, влияющие на установление межличностных и межгрупповых взаимодействий и т.д.

Практически все конкурентные качества личности (и физической, и морально-психологической, и интеллектуальной этимологии) можно прямо или опосредованно совершенствовать средствами физического воспитания, поскольку:

- само определение сущности физической культуры демонстрирует ее ориентацию на совершенствование человека в направлении его конкурентоспособности; многие целевые ориентиры физического воспитания, по сути, являются и конкурентными качествами (работоспособность, волевой потенциал, организованность и пр.);

- эмпирически доказано наличие корреляционных связей между определенными – основными, ключевыми – конкурентными качествами и показателями физического, социального, психологического здоровья человека, что определяет возможность опосредованного развивающего воздействия средств физического воспитания на конкурентные качества через совершенствование здоровья [2].

Однако, чтобы использовать имеющиеся ресурсы для достижения определенных целей, нужно, в первую очередь, определить их состав, механизмы воздействия и условия, необходимые для эффективного применения. Проведенный теоретический анализ, обобщение и систематизация данных позволили заключить следующее.

Ресурсность физической культуры для конкурентного развития личности субъектов образования заключается в следующем:

- во-первых, средства и методы, формы и приемы, используемые в процессе физического воспитания, могут оказывать развивающее воздействие на конкурентные качества личности студентов;

- во-вторых, включенность студентов в двигательную активность в процессе физического воспитания способствует укреплению всех компонентов здоровья, а отдельные элементы физического, социального, психологического здоровья, как было доказано, выступают детерминантами конкурентоспособности личности.

Потенциальная эффективность конкуренто-развивающего процесса физического воспитания определяется следующими аспектами:

- целевые ориентиры, ценностные основания, принципы организации и другие методологические характеристики на имманентном уровне включают составляющие, относящиеся к содержанию и процессу формированию конкурентоспособности личности и здоровье-сбережению обучающихся;

- традиционные и инновационные методы и средства физического воспитания составляет наиболее действенный немедицинский инструментарий для укрепления и совершенствования здоровья личности и, как следствие, формирования конкурентных качеств;

- обилие альтернативных форм и методов, содержания физкультурно-спортивной, физкультурно-оздоровительной и т.д. деятельности позволяет полноценно учитывать индивидуальные и дифференцированные интересы, тем самым обеспечивая широкую включенность студентов в процесс физического воспитания.

Потенциальные конкуренторазвивающие эффекты физического воспитания следующие:

– достижение оптимальных показателей физического развития и физической подготовленности, хорошего психологического и физического самочувствия положительно сказывается на имидже человека как специалиста, поскольку благодаря этому улучшается и внешний вид, и энергичность, активность, работоспособность;

– развитие волевых качеств благодаря выработанной привычке преодолевать затруднения, прилагать усилия, действовать в изменяющихся условиях и т.д. формирует уверенность в себе, решительность, способность к мобилизации и актуализации резервов собственного организма;

– формирование эффективных поведенческих стереотипов, происходящее, в числе прочего, под воздействием интенсивной и постоянной мышечной работы, повышает способность адаптироваться к внешней среде – как природной, так и социальной; регулярность тренировок положительно сказывается на адаптационных и иных возможностях организма: совершенствование координационных механизмов повышает способности к обучению и тренируемости как всего организма, так и нервной системы в частности;

– благодаря освоению теоретической и методической информации о специфике двигательной деятельности, физической активности и т.п. приходит понимание собственных возможностей, усовершенствование аналитических навыков и умственных способностей, повышается точность движений, улучшается координация происходящих в психике процессов, играющих важную роль в профессиональной деятельности.

Таким образом, для подготовки в системе высшего образования конкурентоспособных специалистов, необходимо использовать имеющиеся ресурсы процесса физического воспитания. В свою очередь, возможность данной деятельности определяется дальнейшим уточнением: спектра

конкурентных качеств, которые могут быть наиболее эффективно сформированы именно средствами физической культуры; совокупности ресурсов системы физической культуры и процесса физического воспитания, которые существуют в вузах, а также перечня конкуренторазвивающих ресурсов, нуждающихся в обогащении; наиболее действенных организационных форм, методов, средств физического воспитания, использование которых обеспечит развитие необходимых конкурентных качеств студентов.

**Список литературы**

1. Лебедева, И.В. Подготовка обучающихся к взаимодействию в условиях конкуренции как научно-практическая проблема педагогики / И.В.Лебедева // Наука. Образование. Молодежь: материалы 11 регион. науч. конф. молодых ученых АГУ. Майкоп: Изд-во АГУ, 2014. С. 165-169.

2. Лях, Г.Ю. Организация физкультурно-оздоровительной активности студентов в процессе развития их конкурентоспособности / Г.Ю. Лях // Kant. 2021. № 3 (40). С. 244-248.

3. Мамадиев, А.Х. Организационно-педагогические условия для совершенствования человеческих ресурсов посредством физической культуры / А.Х. Мамадиев // Физическая культура и спорт в системе высшего образования: инновации и перспективы развития. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Москва, 2024. С. 46-50.

4. Свирид, А.А. Теоретико-методологические основы педагогической поддержки семейного воспитания как условия формирования устойчивой мотивации детей к занятиям спортом / А.А.Свирид // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени К. Л. Хетагурова. 2023. № 3. С. 160-167.

5. Хазова, С.А. Физкультурно-оздоровительное сопровождение развития личной конкурентоспособности студентов / С.А.Хазова, Г.В.Лях, Р.С.Ахметов, Е.Е.Витютнев // Физическая культура, спорт - наука и практика. 2019. № 4. С. 102-108.

**УДК 373.2**

# РЕАЛИЗАЦИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ» ЧЕРЕЗ ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Н.В. Храмцова
Краснодарский научно-методический центр, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данный материал посвящен важным аспектам физического развития детей дошкольного возраста, а также проекту «Стань чемпионом», который направлен на активное использование спортивной деятельности и элементов спорта в образовательном процессе дошкольных организаций.

**Ключевые слова:** физическое развитие, воспитание, дети, дошкольный возраст, дошкольная образовательная организация, дошкольное образование.

Все современные исследователи и социологи в своих трудах утверждают, что «дети меняются» – они кардинально отличаются от тех, что были десять лет назад. Дети, занимающиеся спортом, реже бегают на улице, не любят качели и горки. Они не рождаются «другими»; их жизнь изменилась, изменились обстоятельства, связи, развития и образования, цели и направления образования. Дети растут в новых областях и изучают новый материал. Но у каждого явления есть свои сильные и слабые стороны. Это физическое развитие современного ребенка. Растет число «маленьких» пациентов с ослабленным здоровьем, хроническими заболеваниями, психическими расстройствами и нарушениями зрения. Система образования и воспитания должна предоставлять возможности для восстановления физического развития детей дошкольного возраста. Необходимо вернуть интерес к подвижным играм и спорту, чтобы подрастающее поколение были более физически активны, чем сейчас. В нашей стране действует Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17 октября 2013 года. Эти стандарты предусматривают модернизацию и совершенствование системы дошкольного образования. Стандарты направлены на развитие потенциала детей. Оно построено таким образом, чтобы дети стремились к высокому физическому развитию, а также к желанию осваивать новые навыки.

Дисплазия мышц, связок и костей, слабое физическое развитие и нарушения нервной системы. Это очень распространенное заболевание у людей всех возрастов. Это хроническое нарушение обмена веществ, приводящее к обильному отложению жировой ткани в организме. Три основные причины этого заболевания-: неврологические расстройства, гиподинамия и сердечно-сосудистые заболевания. Количество и частота

сердечных приступов растет. Практически все системы и все процессы в организме зависят от физической активности. Прежде всего, родителям необходимо привлекать своих детей, организуя спортивные матчи, выезды на природу, рыбалку и т.д. Также необходимо определить ребенка в любую спортивную секцию, внимательно изучив его интересы. С помощью различных подвижных игр можно вызвать у детей азарт и соревновательность.

Образование как дисциплина должно быть комплексным по своему содержанию. Для детей дошкольного возраста должны быть организованы разнообразные кружки и секции, игровые площадки, где они могут учиться кататься на велосипедах, скейтборде, играть в футбол, баскетбол, кататься на качелях и т.д. У дошкольников должна быть возможность встретиться со знаменитостями, преуспевающими в спорте, где они смогут задать интересующие их вопросы. В конце концов, будущее страны- это дети. Мы должны стремиться к тому, чтобы наши воспитанники были здоровыми и сильными. Город Краснодар стал первым участником федерального проекта по созданию центра раннего физического развития «Будь чемпионом» с учетом стратегических целей и задач по развитию физической культуры и спорта. Проект начался с отбора дошкольных учреждений для подготовки будущих чемпионов.

Специалисты пилотных детских садов прошли обучение по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Теория и методика раннего физического развития детей» в Институте дополнительного образования Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта» (Санкт-Петербург). Дошкольные организации, участвующие в реализации проекта, получили парциальную программу по раннему физическому развитию детей 2-7лет, составленную Р.Н. Терехиной, Е.Н. Медведевой, О.А. Медведевой, О.А. Двейриной, С.И. Петровым, В.С. Терехиным, В.В. Кожевниковой и был включена в образовательную программу в часть, формируемой участниками образовательных отношений.

На базе ДОО города Краснодара с сентября 2022 года открыты центры по реализации проекта «Стань чемпионом». Его участниками стали дошкольные организации: 1, 65, 68, 84,90, 105, 128, 123, 136, 171, 172, 174, 192, 193, 216, 221 , «Сказка».

Детские сады разместили в холлах и коридорах информационные стенды с новостями, заметками для родителей и информацией о направлениях, над которыми ведется работа в рамках проекта.

Особое внимание уделялось разнообразным упражнениям, направленным на развитие силы, выносливости, координации и гибкости.

Упражнения гармонично вплетались в повседневные моменты, такие как утренняя зарядка, игры-тренажеры и игры-тренировки.

Дети узнали о различных видах спорта, их особенностях, требованиях и правилах безопасности.

Совместные посещения спортивных школ позволили детям увидеть различные виды спорта в действии, попробовали себя в некоторых из них и задавали вопросы тренерам.

Педагоги сотрудничали с экспертами и организовывали различные формы работы по приобщению детей к спорту. Это были как теоретические занятия, так и практические упражнения, игры и эксперименты. Они также обсуждали и играли с детьми в игры, чтобы расширить их знания о здоровом питании и гигиене.

В группах установлены новые наглядные пособия и оборудование, способствующие развитию мелкой моторики детей. Это создало благоприятные условия для самостоятельной физической активности.

Проводились консультативные встречи, на которых педагоги знакомили родителей с целями и задачами парциальной программы, предоставляли комплексы упражнений для совместной деятельности с детьми, давали рекомендации по организации здорового образа жизни.

**Список литературы**

1. Агаджанова С.Н. Физическое развитие детей/С.Н. Агаджанова. - М.: Детство-Пресс, 2012. - 444 с.

2. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

3. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

4. Самоходкина, Л.Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 19.10.2024).

# Р А З Д Е Л  3
# МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**УДК 796.01:61**

## МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

Т.К. Алексеева
Детский сад № 70, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Определено значение физической культуры в личностном становлении дошкольника. Рассмотрены основные медико-биологические проблемы, возникающие в данной сфере. Приведены конкретные примеры, демонстрирующие влияние морфологических особенностей на образовательный процесс и улучшение физических навыков. Описаны возможности совершенствования занятий, пути решения некоторых медико-биологических проблем.

**Ключевые слова:** физическая культура, активность, образовательный процесс, гиперактивность, программа, биологические особенности.

В настоящий момент отсутствуют наиболее содержательные и универсальные разработки, позволяющие воспитателю вести занятия физической культуры, держа под контролем самочувствие каждого дошкольника и координируя процесс двигательной активности с учетом биологических особенностей всех детей. К сожалению, экологическая обстановка, уровень информационного шума, отсутствие должной технической оснащенности и возможности включать в образовательный процесс нескольких специалистов разного профиля накладывают большой отпечаток на качество обучения, быстроту развития детей. Однако воспитателю важно учитывать медико-биологические особенности каждого ребенка.Путем анализа основных биохимических показателей можно оценить направление занятий и тем самым управлять тренировочным процессом [3].

Основные критерии, позволяющие регулировать учебный процесс во время проведения физической культуры, выражаются в определении общего эмоционального состояния, группы здоровья и типа телосложения. При

последнем применяют классификацию Кречмера. Немаловажным показателем выступает биологический возраст, наличие заболеваний у ребенка.

Одной из самых распространенных проблем при проведении занятий физической культуры дошкольников является их неспособность определять границу усталости. Многие дети не могут понять, в какой момент запас их выносливости иссяк, и когда именно организм нуждается в отдыхе. Зачастую данная проблема наиболее ярко проявляется у лиц с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. Исследование, организованное российским психологическим центром изучения и коррекции поведенческих реакций, показало, что в нашей стране порядка 20 % таких детей. К ним важно найти индивидуальный подход, строить оптимальный режим дня, повторяя его раз за разом, использовать на занятиях физической культуры таймер. Дело в том, что такие дети не способны долго находится в одной позе, много двигаются, часто не слушают старших, быстро реагирует на вторичные стимулы. Основная трудность отражается в том, что медицинским анализом обнаружить данную особенность у ребенка нельзя. По этой причине воспитателю важно наблюдать за ребятами, проводить с ними беседы, следить за их двигательной активностью. Конечно, хорошо, когда во время занятий за группой наблюдают специалисты разного профиля: психологи, неврологи.

Похожая проблема встречается в процессе взаимодействия и обучения дошкольников поведенческого типа А. Таким лицам свойственен высокий уровень активности. Они постоянно спешат, хотят успеть все и сразу. У многих детей проявляется агрессивность, противоборство, стремление к доминированию. Однако проводить занятия физической культуры с ними стоит крайне аккуратно, ведь сердечно-сосудистая система таких дошкольников отличается меньшей устойчивостью. Самое главное правило, определяющее процесс работы с такими дошкольниками, проявляется в том, что воспитатель не должен порицать и наказывать ребенка, отрывая его от общения со сверстниками, от групповой двигательной активности. Он не должен ощущать себя изгоем, направляя колоссальную энергию на внутреннее напряжение. Оптимальным вариантом совершенствования физкультурно-спортивной деятельности с детьми поведенческого типа А являются менее подвижные игры. Например, «Черепаха», когда перед ребенком ставится задача – медленно преодолевать дистанцию от одного объекта к другому. Верх первенства достигает ребенок, который оказался дальше остальных.

Игра «Птичка» не менее полезна и не требует от дошкольника больших энергетических затрат. Суть ее заключается в том, что ребенок должен взять фигурку в форме птицы и аккуратно держать ее в руках. Ему необходимо закрыть глаза, сжать игрушку между ладоней, представляя настоящее живое

существо и обращаясь с ним очень бережно. Указанная техника позволит ребенку с гиперактивностью укрепить самообладание, совершенствовать мышечный контроль, развивать наблюдательность и важнейшие моральные качества.

Еще одной медико-биологической проблемой является увеличение дошкольников с избыточным весом. Так, по данным Росстата, за последние 30 лет в нашей стране количество детей с диагнозом «ожирение» выросло почти в 5,5 раз – до 367 тыс. человек [4]. Во время работы с такими дошкольниками воспитатель может применять циклические упражнения, не подразумевающие длительных нагрузок. Ходьба станет отличным инструментом снижения веса и улучшения общего состояния ребенка. Безусловно, станет отнюдь не лишним составление индивидуальной программы упражнений, разработанной физиотерапевтом. Для ее организации необходимо подключить в развитие физической составляющей родителей ребенка. Воспитателю важно мотивировать и подбадривать подопечного, постепенно повышать интенсивность тренировок. Так, физическая активность поможет снизить массу тела, повысить силу и тонус мышц, улучшитьоксигенацию [5].

Кроме того, даже пол ребенка может сыграть свою роль в построении программы физического развития. Например, индекс крепости телосложения у женского пола даже в юном возрасте сильно отличается от величины того же показателя у мужского. Помимо этого, сердцебиение у девочек намного выше, так как они проявляют эмоции зачастую ярче. Пульсовое давление у них же, напротив, ниже. Эти морфологические отличия заставляют педагогов формировать оптимальный уровень нагрузки, исходя из полового признака.

Часто на помощь воспитателям приходит кинезиотерапия, которая стала ответвлением лечебной физической культуры, в котором восстановление двигательной активности и комплексного оздоровления организма получается благодаря выполнению особого набора пассивного и активного движения в совокупности с дыхательной гимнастики [2].

Указанные выше проблемы требуют решений. Образовательные программы в области физической культуры в детских садах и школах продолжают совершенствоваться путем использования новых технологий или разработкиобновленных теоретико-практических пособий, основанных на свежих исследованиях [1]. Исходя из информации о поле, возрасте, особенностях строения, наличии отклонений, педагог может построить программу физической активности. Имеющиеся проблемы в медико-биологическом аспекте можно устранить, привлекая специалистов разного профиля в дошкольные учреждения, повышая уровень родительской вовлеченности в воспитательный процесс. Зачастую проявление многих заболеваний, нарушений и отклонений можно минимизировать, оказывая

должный уровень поддержки, находя правильные слова и выстраивая индивидуальный подход к ребенку.

**Список литературы**

1. Алтынцева А. Г. Проблемы и перспективы развития студенческой гребной лиги в России / А. Г. Алтынцева, И. К. Латыпов, С. Н. Павлов, В. А. Гоголин // Наука и спорт: современные тенденции. – 2021. – Т.9. – №3. – С. 49-57.

2. Гусев А.В., Шарагин В.И. Повышение эффективности формирования культуры здорового образа жизни студентов // Известия Тульского государственного университета. Педагогика. – 2017. – № 2. – С. 140–147.

3. Клим Б.В. Методическая рекомендация «Медико-биологические проблемы отбора в спорте», [Электронный ресурс]. URL: https://dussh3prk.ucoz.ru/metodicheskie/klim.pdf

4. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс]: офиц. Сайт / Росстат. – Режим доступа: https://rosstat.gov.ru/folder/210 (дата обращения: 11.10.2024).

5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Учеб. пособие для студ. Высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2000. – 480 с.

**УДК 796.011.1**

# ФИЗКУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

В.О. Алексенко, Н.А. Чуркин
Кубанский государственный аграрный университет
имени И.Т. Трубилина», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Физическая активность играет ключевую роль в процессе общего оздоровления организма, так как тренировки позитивно влияют не только на продолжительность, но и на качество жизни человека. Формирование здоровой и физически развитой молодежи является приоритетом на сегодняшний день, так как в будущем они будут составлять экономическую основу нашей страны. В данной статье рассмотрено влияние физической культуры на оздоровление нации в целом и профилактику отдельных заболеваний.

**Ключевые слова**: физическая культура, физическая активность, система оздоровления организма.

Сидячий образ жизни, увеличение интеллектуальной нагрузки, появление техники, повышающей уровень комфорта в быту, приводят к тому, что люди начинают все меньше времени уделять двигательной активности, даже несмотря на то, что в последнее время прослеживается тренд на здоровый образ жизни.

В свою очередь, снижение двигательной активности является одной из причин возникновения заболеваний и системных нарушений работы организма. Плюс ко всему, нивелируется профилактический эффект, который оказывают регулярные тренировки.

Снижение физической активности можно назвать негативным побочным эффектом прогресса. Еще сто лет назад практически все виды деятельности человека были связаны с активной работой мышц – в наши дни труд заменили роботы. Если общество в ближайшее время не поймет важность нагрузки в процессе поддержания здоровья, но миллионы людей столкнутся с нарушениями системных функций организма, а значит, уровень заболеваемости станет катастрофически высок [1–5].

Ежедневно человеческий организм сталкивается с раздражителями. Загрязнения, влажность, солнечный свет и прочие факторы заставляют нас работать в режиме особых нагрузок. Только физическая активность и иммунитет могут приспособить организм к функционированию в условиях постоянного воздействия сторонних факторов. Как и правильное питание, тренировки помогают эффективнее управлять жизненными процессами и контролировать внутренних баланс энергии и сил.

Таким образом, двигательная активность и тренировки – это не просто хобби, а жизненная необходимость, возможность сохранить здоровье, повысить работоспособность и улучшить выносливость, чтобы эффективнее справляться не только с физическими, но и с умственными нагрузками.

Тренировки активизируют защитные системы организма – у физически развитых людей намного меньше риск развития болезней опорно-двигательного аппарата, дыхательный и сердечных заболеваний. Нагрузка позволяет мышцам получать больше крови, а значит, и кислорода, сосуды становятся более здоровыми, как и нервная система.

Известно, что физическая активность благотворно влияет на процессы коре мозга, улучшает состав крови, повышая количество эритроцитов и лимфоцитов и нормализуя уровень сахара, позволяет почкам качественно осуществлять свои функции.

Спортивная нагрузка делает более прочными кости и связки, исправляет осанку, что особо важно для тех, кто занят на сидячей работе, повышает работоспособность, что приводит к улучшению качества жизни.

Физическая активность позволяет юным гражданам повысить иммунитет и быть более подготовленными к нагрузкам, связанным с работой и учебой, а для пожилых людей тренировки становятся простым способом сохранить здоровье и молодость.

**Список литературы**

1. Хименко А.Д., Молдован В.А. Роль адаптивной физической культуры в развитии личности студентов в педагогическом вузе // В сборнике: Современные проблемы физического воспитания и спорта в системе высшего образования. материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летнему юбилею кандидата педагогических наук, профессора Николая Алексеевича Соловьева. Ижевск, 2023. С. 201-205.

2. Чуркин Н.А., Молдован Н.А. Роль разминки перед физическими упражнениями по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» // В сборнике: Аграрное образование: опыт и приоритеты развития (год педагога и наставника). Сборник статей по материалам учебно-методической конференции. Краснодар, 2023. С. 327-329.

3. Молдован В.А., Деменко М.В. Закаливание в системе самостоятельных занятий физической культурой студенческой молодежи // В сборнике: Современные проблемы физического воспитания и спорта в системе высшего образования. материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летнему юбилею кандидата педагогических наук, профессора Николая Алексеевича Соловьева. Ижевск, 2023. С. 87-91.

4. Молдован В.А., Щербаков В.Е. Проблема формирования здорового образа жизни в студенческой и школьной среде // В сборнике: Современные проблемы физического воспитания и спорта в системе высшего образования. материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летнему юбилею кандидата педагогических наук, профессора Николая Алексеевича Соловьева. Ижевск, 2023. С. 92-99.

5. Чуркин Н.А., Молдован В.А. Спорт и физическая культура в высших учебных заведениях для формирования физического и психологического здоровья // В сборнике: Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных условиях. Материалы Международной научно-практической конференции. Отв. редактор И.И. Бородин. Уссурийск, 2022. С. 63-65.

**УДК 796.417.2**

# ПРЕДСТАРТОВЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ХАРАКТЕРИСТИК ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ АКРОБАТОК НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

А.С. Гронская, Г.М. Саакян
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Центральная нервная система и особенности ее текущего функционального состояния предопределяют предстартовое состояние спортсменов и напрямую отражают готовность организма к выполнению профессиональной деятельности. На основе методики вариационной хронорефлексометрии было выявлено, что большинство из исследуемых акробаток обладали оптимальным уровнем активации нервной системы, что свидетельствует о функциональной готовности к реализации двигательных программ в условиях соревнований. У меньшинства было выявлено состояние пониженной работоспособности, которое может оказывать неблагоприятное воздействие на состояние здоровья и снижать уровень спортивных результатов.

**Ключевые слова:** спорт, спортивная акробатика, физиология, предстартовое состояние, центральная нервная система, функциональное состояние.

С целью модернизации отечественной системы подготовки спортсменов одной из приоритетных задач является формирование спортивной селекции и отбор перспективных детей для дальнейших занятий в конкретной специализации. Функциональное состояние (ФС) центральной нервной системы (ЦНС) спортсменов играет ключевую роль в процессе реализации двигательных программ, что особенно ярко проявляется в условиях соревновательной деятельности, при чрезмерном психоэмоциональном напряжении. Предстартовые реакции определяют успешность выступлений, особенно если речь идет о стандартных видах спорта, где основой соревновательной деятельности является представление строго регламентированной программы [1, 3].

Известно, что тип предстартового состояния главным образом определяется характеристиками нервных процессов, которые в значительной мере генетически детерминированы, но также зависят и от возрастных особенностей, и текущего психологического состояния. Уровень нервных процессов поддерживается механизмами церебрального гомеостаза и метаболизма, которые в свою очередь определяют диапазон колебаний текущего ФС [4, 5].

В литературе обнаружено незначительное количество работ, посвященных изучению ЦНС акробаток, и в основном речь идет об этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. В связи с этим, вопрос изучения параметров ЦНС акробаток в условиях соревновательной деятельности на этапе начальной подготовки остается актуальным.

**Цель исследования** – оценить уровень функционального состояния ЦНС акробаток в соревновательном периоде подготовки.

Исследование было проведено на базе МБУ ДО СШОР № 3 Республики Адыгея. В выборку вошли представители парно-групповой акробатики 12 девочек «верхних», возраст которых составил 8–9 лет.

Известно, что время реакции является интегральным показателем ФС ЦНС и отражает возбудимость, лабильность и реактивность НС. В связи с данным положением с целью диагностики ФС ЦНС и работоспособности была выбрана методика вариационной хронорефлексометрии. На основе анализа латентных периодов простой сенсомоторной реакции определялись значения функционального уровня ЦНС (ФУС), устойчивости нервной реакции (УР) и функциональные возможности (УФВ). Полученные данные сравнивали с нормами детей 7–10-ти лет, представленными в методическом руководстве экспресс-диагностики ФС и работоспособности, разработанной М.П. Мороз [2].

В таблице 1 представлены средние значения показателей ФС ЦНС акробаток, которые были получены в ходе тестирования непосредственно в соревновательный день.

Таблица 1 – Показатели вариационной хронорефлексометрии акробаток

| Показатели, усл.ед. | M±m | Me | Q | Cv |
|---|---|---|---|---|
| ФУС | 2,20±0,02 | 2,18 | 0,08 | 3,59% |
| УР | 1,30±0,05 | 1,29 | 0,17 | 12,82% |
| УФВ | 2,33±0,05 | 2,32 | 0,15 | 6,63% |

Известно, что между критериями ФУС, УР и УФВ существует линейная зависимость (R=0,98), при этом наиболее ранние нарушения в деятельности ЦНС проявляются в снижении устойчивости нервных процессов, что и отражает критерий УР, что позволяет использовать его в качестве основного параметра при оценке текущего ФС в конкретный период [2].

Выявленные средние значения показателей УР и УФВ соответствуют норме, тогда как значение ФУС соответствует «сниженному» уровню ФС ЦНС. Критерий ФУС в целом отражает уровень возбудимости ЦНС и его низкие значения могут быть связаны с возрастными особенностями развития мозговой деятельности. Несмотря на то, что в основном период II детства характеризуется повышением силы, уравновешенности и мобильности нервных процессов, данный процесс протекает неравномерно и определяется

не только возрастными, но и индивидуальными особенностями, и темпами роста и развития организма детей. При этом нормальные показатели УР и УФВ соответствуют оптимальной мобильности и реактивности ЦНС, хорошему самочувствию, настроению и работоспособности [4].

На рисунке 1 представлено распределение акробаток с учетом индивидуальных характеристик ФС ЦНС.

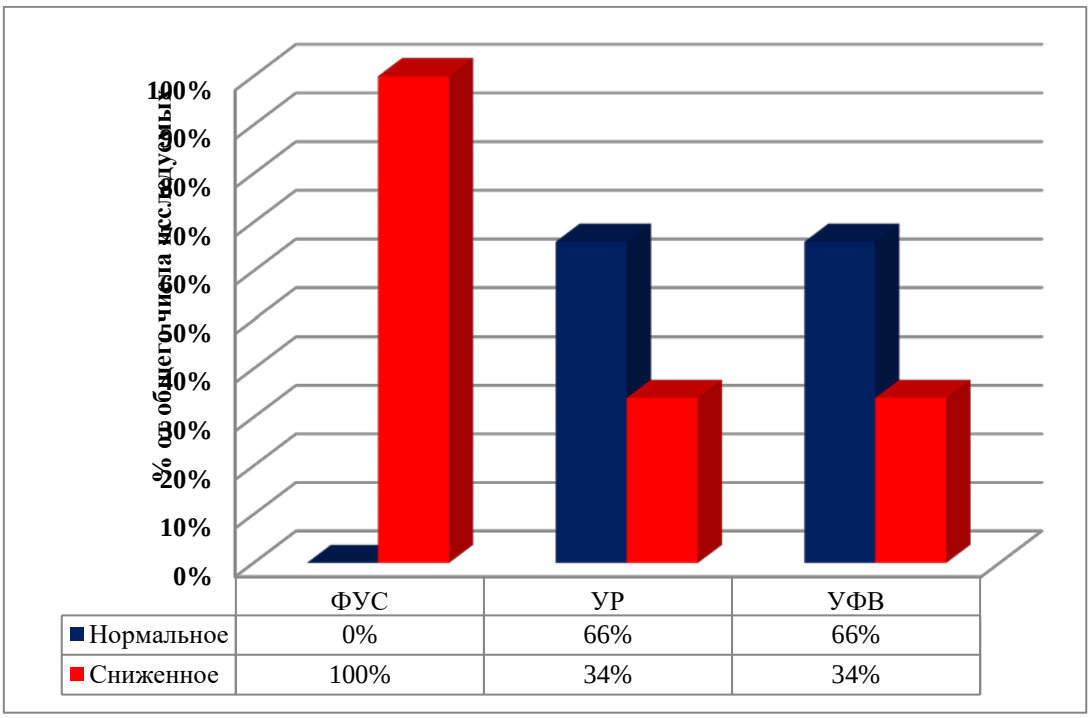



Рисунок 1 – Распределение акробаток
с учетом индивидуальных показателей

Так, критерий ФУС абсолютно у всех соответствует сниженному уровню ФС, при этом у 8 человек (66 %) УР и УФВ находятся в пределах нормы. «Нормальная» работоспособность характерна для здоровых и адаптированных к специфическим условиям людей конкретной профессиональной деятельности. Важно отметить, что у 4 спортсменок (33 %) были выявлены низкие значения по всем 3 показателям, что отражает сниженную работоспособность, углубление процессов торможения и снижение уровня активации ЦНС. Данное состояние чаще всего является следствием развития утомления, монотонии или астенизации в экстремальных условиях, что довольно часто встречается в спортивной деятельности, и тем более в условиях соревнований, когда действуют факторы не только физического, но и психоэмоционального напряжения. Снижение работоспособности может приводить к резкому возрастанию кол-ва ошибок и времени выполнения технических элементов, особенно сложно координационных, вследствие ослабления внимания и ухудшения аналитико-синтетической функции коры на фоне истощения нервных процессов [2, 4, 5].

Таким образом, ФС ЦНС отражает комплекс физиологических и социально-психологических характеристик функционирования и особенностей развития конкретного организма, а также выступает как результативный вектор взаимовлияния внутренних и внешних факторов профессиональной деятельности человека.

У большинства акробаток выявлен оптимальный уровень активации ЦНС, что позволяет предположить о формировании благоприятного функционального фона и готовности организма к выполнению соревновательной программы.

Экспресс-диагностика ЦНС и работоспособности на основе методики вариационной хронорефлексометрии позволяет довольно точно и быстро проанализировать ФС спортсменов и предоставляет возможность прогнозирования и коррекции нежелательных предстартовых состояний с целью повышения эффективности и результативности в условиях соревновательной деятельности.

**Список литературы**

1. Загузова С.А. Особенности структуры и содержания годичного цикла подготовки акробаток на тренировочном этапе / С.А. Загузова, А.А. Протопова, И.С. Харина // The Scientific Heritage. 2021. № 65-4. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-struktury-i-soderzhaniya-godichnogo-tsikla-podgotovki-akrobatok-na-trenirovochnom-etape (дата обращения: 07.10.2024).

2. Мороз М.П. Экспресс-диагностика работоспособности и функционального состояния человека. Рекомендации по допуску к работе: методическое руководство / М.П. Мороз. 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ИМАТОН. 2017. – 64 с.

3. Полевщиков М. М., Управление подготовкой спортсмена на основе диагностики состояния организма / М.М. Полевщиков, В.В. Роженчев, Н.П. Шабрукова // Автономия личности. 2010. №1 (1). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/upravlenie-podgotovkoy-sportsmena-na-osnove-diagnostiki-sostoyaniya-organizma (дата обращения: 27.09.2024).

4. Полевщиков М.М. Диагностика предстартового функционального состояния организма спортсменов на основе психофизиологических параметров ЦНС / М.М. Полевщиков, Н.И. Палагина, В.В. Роженчев // Вестник спортивной науки. 2009. № 3. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/diagnostika-predstartovogo-funktsionalnogo-sostoyaniya-organizma-sportsmenov-na-osnove-psihofiziologicheskih-parametrov-tsns (дата обращения: 27.09.2024).

5. Сомык И.И. Применение ментальных методов в технической подготовке акробатов/ И.И. Сомык, Б.Г. Маньшин, П.П. Поздеев // Ученые записки университета Лесгафта. 2020. №3 (181). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-mentalnyh-metodov-v-tehnicheskoy-podgotovke-akrobatov (дата обращения: 07.10.2024).

**УДК 796.01:61**

# МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОПТИМИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПРОЦЕССОВ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

С.Н. Гусак
Детский сад № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена медико-биологическим и психологическим аспектам оптимизации тренировочного процесса, с акцентом на индивидуализацию нагрузок с применением искусственного интеллекта и систем мониторинга. Рассматривается влияние психологической подготовки на результаты спортсменов. Особенностью статьи является использование современных технологий для повышения эффективности тренировок и снижения риска травм, что способствует улучшению спортивных показателей.

**Ключевые слова:** оптимизация тренировочного процесса, медико-биологические аспекты, индивидуализация нагрузок, искусственный интеллект, психологическая подготовка, системы мониторинга.

Совершенствование тренировочного процесса в физкультурно-спортивной деятельности требует учета многочисленных медико-биологических факторов, которые оказывают влияние на эффективность спортивной подготовки и общее состояние здоровья спортсменов. Физиологические, биохимические и психологические аспекты тренировочного процесса взаимосвязаны и требуют комплексного подхода для достижения наилучших результатов. В последние годы развитие технологий и научные исследования в области медицины и биологии значительно улучшили методы тренировки, способствуя оптимизации нагрузок, снижению риска травм и повышению спортивной результативности.

Физическая активность является мощным стимулом для адаптационных процессов в организме. Основные изменения происходят в кардиореспираторной системе, опорно-двигательном аппарате и метаболизме, что позволяет повысить физические и функциональные возможности организма спортсмена [3, с. 27].

Кардиореспираторная система играет ключевую роль в обеспечении организма кислородом и питательными веществами. Под воздействием регулярных тренировок увеличивается ударный объем сердца. Это сопровождается увеличением капиллярной сети в мышечной ткани, что способствует улучшению снабжения мышц кислородом и ускорению метаболических процессов. Современные методы тренировки фокусируются

на улучшении этих процессов, что позволяет повысить выносливость и работоспособность спортсменов.

Опорно-двигательный аппарат также адаптируется к систематическим физическим нагрузкам. Увеличение мышечной массы и плотности костей, вызванное силовыми тренировками, снижает риск травм и улучшает физическую силу. Сбалансированные тренировки с акцентом на развитие гибкости и координации движения помогают поддерживать здоровье суставов и связок, что особенно важно для предотвращения перегрузок и травм [1, с. 86].

Оптимизация тренировочных процессов является важным аспектом в спортивной подготовке, поскольку позволяет максимально использовать адаптационные возможности организма спортсмена, не подвергая его чрезмерным нагрузкам. Современные методы оптимизации тренировок включают использование данных физиологических и биохимических показателей, а также внедрение технологий искусственного интеллекта и методов персонализированного мониторинга.

Одним из ключевых направлений в оптимизации тренировочного процесса является индивидуализация нагрузки на основе физиологических параметров спортсмена. Различные спортсмены обладают разными уровнями физической подготовки и адаптационными возможностями, и учет этих особенностей является важным условием для эффективной подготовки.

Одним из современных подходов к оптимизации тренировочного процесса является использование технологий искусственного интеллекта (ИИ). ИИ позволяет собирать и анализировать данные о физиологических, биохимических и психологических показателях спортсменов в режиме реального времени, что помогает более точно подбирать интенсивность и объем тренировок [4, с. 35].

ИИ также может учитывать динамику восстановления после физических нагрузок, что позволяет тренерам и спортсменам более эффективно планировать периоды тренировок и отдыха. Например, алгоритмы ИИ анализируют изменения уровня кортизола – гормона стресса, который повышается при избыточных нагрузках, – и помогают корректировать тренировочные программы для предотвращения хронической усталости и перетренированности. Такой подход значительно повышает точность управления тренировочными нагрузками и способствует улучшению результатов.

Психологические аспекты также играют важную роль в оптимизации тренировочного процесса. Современные методы психологической подготовки включают использование медитации, дыхательных практик и визуализации, направленных на улучшение концентрации и мотивации спортсменов. Эти методы помогают справляться с эмоциональными перегрузками и стрессом, которые могут снижать эффективность тренировок и негативно сказываться на результатах.

Оптимизация тренировочного процесса также включает контроль метаболических процессов, происходящих в организме. Регулярные физические нагрузки изменяют метаболизм углеводов, жиров и белков, что позволяет организму более эффективно использовать энергетические ресурсы. В последние годы появились методы мониторинга, которые помогают отслеживать состояние обмена веществ и корректировать их рацион и тренировки для максимальной эффективности.

С внедрением цифровых технологий и систем мониторинга спортивная медицина получила возможность более точно отслеживать состояние организма спортсменов в реальном времени.

Кроме того, спортивные устройства, такие как умные часы и браслеты, предоставляют доступ к данным о состоянии во время тренировки и в период восстановления. Это позволяет не только корректировать тренировочные программы, но и отслеживать прогресс, что помогает лучше подготовиться к соревнованиям и предотвратить возможные негативные последствия перегрузок.

Оптимизация тренировочного процесса в физкультурно-спортивной деятельности основывается на комплексном подходе, включающем медико-биологические, физиологические и психологические аспекты. Разработка персонализированных программ с использованием современных технологий, таких как системы мониторинга и искусственный интеллект, позволяет значительно повысить эффективность тренировок, снизить риск травм и улучшить спортивные результаты.

**Список литературы**

1. Замараев, В.А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов: учебник и практикум для вузов / В. Замараев, Е.З. Година, Д.Б. Никитюк – Москва: Издательство Юрайт, 2023.

2. Теория и методология медико-биологических исследований: учебно-методическое пособие / Ю. Г. Лях. − Минск: ИВЦ Минфина, 2022.

3. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник для вузов. – М.: Сов. спорт, 2002.

4. Файзуллин Р.В. Влияние развития искусственного интеллекта на тренировочный процесс в различных видах спорта // Теория и практика физической культуры. – 2024. – № 11.

5. Гальдесман А.Б. Смирнов К.М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М.: ФиС, 1980.

**УДК 159.922.6**

# ЗНАЧЕНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

А.А. Ефименко, Н.И. Шпак
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема эмоционального развития детей раннего возраста и роли игры в процессе этого развития. Целью статьи является выявление роли игры в эмоциональном развитии детей раннего возраста. Преимуществом статьи состоит в рассмотрении выделенной проблемы не обобщенно, а с учетом конкретных видов игр. Результатом работы над статьей является выявление основных теоретических положений, описывающих роль игровой деятельности в эмоциональном развитии детей раннего возраста.

**Ключевые слова:** игровая деятельность; эмоциональное развитие; ранний возраст.

Ранний возраст представляет собой период интенсивного формирования компонентов таких направлений развития, как: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие. Параллельно с этими процессами происходит формирование эмоциональной сферы, которая имеет большое значение в жизни детей раннего возраста, поскольку эмоции становятся одной из движущих сил других направлений развития. В связи с этим, эмоциональному развитию детей раннего возраста уделяется особое внимание в работах таких ученых, как: Л. С. Выготский, А. Д. Кошелева, Д. Б. Эльконин и других. Авторы отмечают, что значительное влияние на эмоциональное развитие оказывает игровая деятельность [2, 3, 5].

Д. Б. Эльконин пишет о том, что игра представляет собой такую форму деятельности, которая направлена на воссоздание социальных отношений между людьми. Значение такой деятельности состоит в усвоении ролевых моделей поведения, расширении социально значимых навыков, увеличении диапазона доступных эмоций и эмоциональных реакций [5].

Для детей раннего возраста игровая деятельность служит источником удовлетворения потребности в движении, эмоциональных контактов со сверстниками и взрослыми.

Л. С. Выготский упоминает о роли игры в эмоциональном развитии детей раннего возраста. Он пишет о том, что игра способна дать ребенку новую форму желания, игра учит ребенка желать, а желания соотносятся с ролью в игре и ее правилами [2].

Основной чертой игровой деятельности выступает ее эмоциональная насыщенность. Эмоциональная насыщенность становится способом

привлечения детей в игру, вызывает у них интерес и способствует развитию многих компонентов личности. Включение в правильно организованную игровую деятельность способствует познавательному, эмоциональному, физическому и речевому развитию детей через возникновение устойчивого интереса, выполнение заданий, воспроизведение моделей ролевого поведения. Через игровые действия дети учатся выражать свои эмоции и чувства, на доступном уровне распознают эмоции других [1].

К концу раннего возраста дети способны воспроизводить простое ролевое поведение, что создает дополнительные условия для эмоционального развития. Через роль дети могут передать различные характеристики и эмоции персонажа (радость, грусть, злость и другие), что способствует расширению диапазона доступных и понимаемых эмоций. Отработав эмоциональные проявления в игровой деятельности, дети способны переносить их с вою жизнь и выражать в соответствующей ситуации, сообщать о своих эмоциях и чувствах.

Преимуществом игровой деятельности является ее многообразие. Это выражается в том, что существует большое количество типов игр, из которых можно выделить те, которые наиболее подходят для конкретного ребенка в соответствии с его возрастными особенностями, потребностями и интересами. В связи с многообразием видов игровой деятельности рассмотрение ее влияния на эмоциональное развитие детей раннего возраста в обобщенном формате будет недостаточно информативным. Для более полного раскрытия рассматриваемой проблемы необходимо оценить роль каждого из видов игр, доступных ребенку раннего возраста [5].

Для детей раннего возраста доступны такие игры, как: игры-забавы, подвижные игры, дидактические игры, игры с песком и другими природными материалами, игры с использованием музыкальных инструментов, элементы ролевых игр с доступными по возрасту моделями ролевого поведения [1].

Рассмотрим подробнее влияние разных видов игровой деятельности на эмоциональное развитие детей раннего возраста.

Игры-забавы используются одними из первых при работе с детьми раннего возраста. Это обосновано тем, что они являются одними из самых простых и доступных на протяжении всего раннего возраста. Такие игры направлены на снятие эмоционального напряжения, установление эмоционального контакта с ребенком, создание условий, в которых ребенок будет наблюдать за эмоциями взрослых и копировать их, что позволит в дальнейшем закрепить образ этих эмоций в памяти и использовать их в соответствием с условиями окружающей обстановки.

Подвижные игры. Этот вид игр, в первую очередь, направлен на физическое развитие, но реализация подвижных игр оказывает положительное влияние и на эмоциональное развитие. Это выражается в том, что через подвижные игры дети получают возможность расслабиться, снять эмоциональное напряжение, что положительно влияет на общее эмоциональное состояние и способствует эмоциональному развитию.

Помимо этого, при реализации подвижных игр дети получают возможность учиться выстраивать взаимодействие в команде, проявлять доступные навыки коммуникации, проявлять навыки эмоциональное отзывчивости, что значимо для эмоционального развития не только того ребенка, который демонстрирует эти навыки, но и для тех детей, которые наблюдают это поведение, копируют его и начинают демонстрировать в собственной игровой и другой деятельности.

Дидактические игры. Такие игры направлены на развитие эмоциональной сферы в специально созданных условиях. Дидактические игры для развития эмоциональной сферы спланированы таким образом, что выполнение нужного задания всегда направлено на стимуляцию эмоционально-волевой сферы. Через игры данного типа дети узнают новые эмоции, способы их выражения, учатся понимать эмоции других и описывать собственные. Примерами дидактических игр для эмоционального развития, используемых при работе с детьми раннего возраста, могут служить: «Я радуюсь, когда…», «Прогони злость», «Покажи настроение».

Игры с песком и другими природными материалами. Песочная терапия широко применяется для развития эмоциональной сферы и коррекции ее нарушений. Это связано с тем, кинестетические ощущения, возникающие при работе с песком, положительно воздействуют на эмоциональное состояние, нормализуют настроение и вызывают положительные эмоции, проявление которых стимулирует познавательное и эмоциональное развитие. Подобные ощущения и эмоции вызывают игры с водой, снегом. [3]

Игры с использованием музыкальных инструментов. Этот вид игр особенно часто применяется в структуре музыкальных занятий в детском саду и дома в условиях семейного воспитания. Взаимодействие с доступными детям раннего возраста музыкальными инструментами, способствует нормализации эмоционального состояния, снятию стресса, преодолению страхов, что оказывает положительное влияние на эмоционально-волевую сферу. Игра на музыкальных инструментах, в том числе и детских, позволяет выразить и прожить эмоции на неосознанном уровне, это стабилизирует эмоциональное и психическое состояние, уменьшает проявлению агрессии. Помимо этого, указанный вид игры способствует развитию коммуникативных навыков, лидерских качеств, что значимо для процесса эмоционального развития.

Ролевые игры. Этот вид игр более доступен к концу раннего возраста, хотя элементы ролевых игр могут проявляться и раньше. Ролевые игры имеют особое значение в процессе эмоционального и социального развития детей, поскольку в процессе реализации ролевых игр дети учатся принимать на себя определенные роли, следовать правилам и проявлять эмоции, свойственные определенному герою. Через ролевые игры можно обучать детей моделям поведения, формировать представление о многообразии эмоций и способах их выражения. Проигрывая определенную эмоциональную ситуацию, ребенок запоминает эмоции и условия их

возникновения. В дальнейшем это позволяет пережить использованные эмоции в собственном опыте, поделиться эмоциями и чувствами с взрослыми, учиться понимать эмоции других. [2]

Таким образом, ранний возраст является этапом активного эмоционального развития. Одним из основных источников развития эмоциональной сферы является игровая деятельность. Преимуществом игровой деятельности является многообразие ее видов, что позволяет подобрать игру в соответствии с возрастом, интересами и потребностями детей. Значимым условием эмоционального развития детей посредством игровой деятельности является включение в процесс развития не только представителей дошкольных организаций, но и родителей. При правильном планировании и совместной деятельности взрослых, взаимодействующих с ребенком, игровая деятельность способна оказать положительное влияние на эмоциональное развитие, умение выражать и понимать эмоции. Помимо этого, правильно подобранные игры стимулируют познавательный интерес, эмоциональную отзывчивость, способствуют преодолению страхов и формированию лидерских качеств, которые будут иметь большое значение в будущем. Усвоение ролевых моделей поведения позволяет развивать социальный и коммуникативные компоненты личности, достаточный уровень развития которых необходим для гармоничного эмоционального развития.

**Список литературы**

1. Авдулова Т. П. Психология игры. Современный подход. М. :Академия, 2011. 331 с.
2. Выготский Л. С. Мышление и речь. М.: АСТ, 2008. 672 с.
3. Кошелева А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников. М. : Академия, 2003. 176 с.
4. Усова А. П. Роль игры в воспитании детей. М.: Просвещение, 1976. 96 с.
5. Эльконин Д. Б. Психология игры. М.: Владос, 1999. 360 с.

**УДК 796.01:61**

# ГЕННЫЙ ДОПИНГ В СПОРТЕ

А.В. Казалиева
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Использование генного допинга является достаточно новым и опасным методом допинга, развитие которого в будущем будет иметь негативные последствия для спорта.

Целью данного обзора является рассмотрение сущности генного допинга, его вреда для здоровья и риски применения генного допинга.

Обзор проводится путем анализа соответствующих публикаций, в изданиях, доступных в GoogleScholar, PubMed иElibrary в области генетических технологий и спорта.

**Ключевые слова:** допинг, генный допинг, запрещенные вещества, методы переноса, WADA.

Применение допинга спортсменами известно с древнейших времен, когда проводились первые Олимпийские игры.

Участники первых Олимпийских игр использовали препараты и эргогенные вещества для улучшения своих результатов за счет увеличения силы и преодоления усталости. С возрождение современных Олимпийских игр во второй половине XIX столетия эта практика была продолжена, но в новых формах.

На протяжении 20 века использовались такие виды допинга, как стрихнин, наркотики, анаболические стероиды и др. С развитием медицины и технологий, стали использовать более совершенные виды допинга, которые обычно включают введение веществ, естественно присутствующих в организме, таких как половые гормоны, эритропоэтин (ЭПО) и т.д. [5].

На сегодняшний день, в результате научных разработок в различных отраслях, получило развитие новое направление, способное влиять на исход соревнований – генный допинг, который является технологией переноса генов [9].

Гипотетически, использование генного допинга возможно практически во всех видах спорта, т.к. возможности генной терапии весьма широки. При этом применение данного вида допинга более вероятно в силовых и скоростно-силовых видах спорта.

В последние годы был достигнут значительный прогресс в изучении карты генома человека. Исследования генного допинга, которые проводились в основном на животных, имели большой успех. Все чаще предпринимаются попытки использования генной терапии в лечении заболеваний у людей. Целью генной терапии является замена дефектных

генов *invivo* и/или стимулирование долгосрочного эндогенного синтеза дефицитного белка. Это может быть новым подходом к лечению генетических нарушений. К сожалению, генетические методы, разработанные в терапевтических целях, все чаще используются в спорте [8].

Согласно списку запрещенных веществ, опубликованному ВАДА в 2024 году, генный допинг определяется как: «М3.1. Использование нуклеиновых кислот или аналогов нуклеиновых кислот, которые могут изменять последовательность генома и / или изменять экспрессию генов по любому механизму. Это включает в себя, но не ограничивается технологиями редактирования генов, подавления экспрессии генов и передачи генов» и «М3.2. Использование нормальных или генетически модифицированных клеток» [3, 6].

Генетический материал может быть введен в клетку двумя способами: *invivo* и *exvivo*. Технология *invivo* заключается в прямой доставке генов в организм человека, то есть в основные кровеносные сосуды или ткань/орган-мишень. Технология *exvivo*, подразумевает непрямой перенос ДНК, при которой клетки отбираются из организма человека, а затем, после генетической модификации, размножения и селекции, повторно вводятся человеку. При использовании технологии *exvivo*, доставка генетического материала в организм человека осуществляется двумя способами: вирусным и невирусным [11].

Доставка генов невирусными методами является малоэффективной, хотя реже вызывает патологические изменения в клетках.

К невирусным относятся физические и биохимические методы. Физические методы доставки генов позволяют переносить ДНК в цитоплазму или ядро клетки путем локального и обратимого повреждения клеточной мембраны, например, электропорацией, основанной на воздействии на клетки электрического импульса высокого напряжения, приводящего к образованию гидрофильных пор в клеточной мембране диаметром в несколько нанометров, через которые и вводится ДНК [10].

Биохимические методы предполагают использование химических носителей, которые образуют комплексы с нуклеиновыми кислотами для нейтрализации их отрицательного заряда. Такие комплексы вводятся в клетку путем фагоцитоза, реже путем слияния с клеточной мембраной [8,10].

Более эффективным методом переноса генов является метод переноса вирусным вектором. Наиболее часто в качестве вирусного вектора используют ретровирусы, аденовирусы, вирус герпеса и т.д.

Однако в некоторых случаях могут возникать необратимые побочные эффекты, в том числе возникновение опухолей. Кроме того, вирусные векторы могут распознаваться иммунной системой хозяина, что приводит к усилению иммунного ответа [8].

Основная сложность применения переноса генов при генном допинге заключается в достижении длительного эффекта, а также в мониторинге изменений, индуцируемых в геноме. Длительный эффект может быть

достигнут путем многократного применения генного допинга или путем интеграции трансгена в хромосому. Однако, интеграция векторов для переноса генов связана с риском нежелательных побочных эффектов и может привести к развитию раковых клеток [8, 9].

Так, при изменении тех или иных потенциальных генов, которые могут быть использованы в качестве генного допинга, возможно увеличение мышечной массы, выносливости, скорости, скорости метаболизма и т.д. При этом такое вмешательство в организм спортсмена может привести к повышению вязкости крови, инсультам, инфарктам, болям в суставах и мышцах, повреждению связок, сухожилий и костей, диабету, онкологическим заболеваниям и т.д. [8, 9, 12].

В настоящее время выявление генного допинга является приоритетной задачей для многих спортивных организаций. Ученые при поддержке ВАДА ищут эффективные методы и тесты для выявления генного допинга, используемого в спорте [7].

Одной из проблем выявления применения генной терапии является множество изоформ белка, кодируемых одним геном, и сходство генетически модифицированных белков с их эндогенными аналогами. Кроме того, большинство трансгенных белков, особенно тех, которые повышают мышечную силу, синтезируются локально в мышце, в которую они вводятся. Поэтому они могут не обнаруживаться в крови и моче [2, 4, 8].

Обнаружение носителя, используемого для генного допинга, обычно вектора (используемого для трансдукции гена), возможно в месте внутримышечной инъекции или тканях в течение недель, а часто и месяцев, после применения допинга. Однако для сбора образцов для тестирования потребуется информация о точном месте инъекции и, наконец, биопсия мышцы. Однако оба метода неприменимы в спортивных условиях [1, 2, 4, 8].

Генный допинг позволяет создать «суперспортсмена», но ценой нарушения правил спортивной этики и подрыва принципов честной игры в спорте. Он также связан с высоким риском опасности для здоровья спортсменов.

**Список литературы**

1. Абасова Ш.Т., Владимиров И.И. Генный допинг и методы его диагностики //Innova. 2023. Т.9. № 3. С. 6-8.

2. Ахметов И., Донников А., Трофимов Д.Ю. Генотип ACTN3 связан с уровнем тестостерона у спортсменов. Биологический спорт. 2014. С. 105-108.

3. Всемирный антидопинговый кодекс https://rusada.ru/upload/iblock/620/Всемирный%20антидопинговый%20кодекс_A5_2020-preview7%20(1).pdf (дата обращения 20.10.2024)

4. Дроздовска С., Досенко В., Ахметов И., Ильин В. Ассоциация полиморфизмов генов со статусом спортсмена. Биологический спорт. 2013; стр.163– 167.

5. Калинина И.Н. /Профилактика применения допинга: курс лекций // Калинина И.Н., Казалиева А.В., Прохорцева А.С., Килимник А.А. Краснодар. КГУФКСТ. 2023.109 с.

6. Международный стандарт Запрещенный список 2024. https://rusada.ru/upload/iblock/7a8/55eg1m5g398vffwpbcl192drij8atcuh/Запрещенный%20список%202024.pdf (дата обращения 20.10.2024).

7. Юсупова Д.Р., Илюшин О.В. Генный допинг: риски, вред и методы решения// Вестник науки. 2022.Т.3. № 12 (57). С. 405-409.

8. Brzeziańska E, Domańska D, Jegier A. Gene doping in sport - perspectives and risks. Biol Sport. 2014 Dec;31(4):251-9. doi: 10.5604/20831862.1120931. Epub 2014 Sep 12. PMID: 25435666; PMCID: PMC4203840.

9. Fallahi A, Ravasi A, Farhud D. Genetic doping and health damages. Iran J Public Health. 2011; 40(1):1-14. Epub 2011 Mar 31. PMID: 23113049; PMCID: PMC3481729

10. Hackett CS, Geurts AM, Hackett PB. Predicting preferential DNA vector insertion sites: implications for functional genomics and gene therapy. Genome Biol. 2007;8Suppl 1(Suppl 1):S12. doi: 10.1186/gb-2007-8-s1-s12. PMID: 18047689; PMCID: PMC2106846.

11. Lundstrom K, Boulikas T. Viral and non-viral vectors in gene therapy: technology development and clinical trials. Technol Cancer Res Treat. 2003 Oct;2(5):471-86. DOI: 10.1177/153303460300200513. PMID: 14529313.

12. Pokrywka A, Kaliszewski P, Majorczyk E, Zembroń-Łacny A. Genes in sport and doping. Biol Sport. 2013 Sep;30(3):155-61. doi: 10.5604/20831862.1059606. Epub 2013 Jul 22. PMID: 24744482; PMCID: PMC3944571.

**УДК 373.203.71**

# ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Б.В. Калинина
Детский сад № 24, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Дошкольное образование является фундаментальным этапом в развитии ребенка, формируя навыки, необходимые для успешного обучения в будущем. В данной статье рассматривается значимость раннего обучения, основные методы и подходы, а также влияние образовательной среды на психоэмоциональное развитие детей, подчеркивая важность качественного дошкольного образования для гармоничного роста личности.

**Ключевые слова:** Дошкольное образование, раннее обучение, психоэмоциональное развитие, образовательная среда, методы обучения.

## Введение

Дошкольное образование – это первый этап образовательного процесса, который закладывает основы личностного и интеллектуального развития ребенка. В этом возрасте, который обычно охватывает период от 3 до 7 лет, дети активно познают мир вокруг себя, формируют социальные навыки и развивают свою личность.

## 1. Значение дошкольного образования

Дошкольное образование способствует формированию важных жизненных навыков и умений, таких как:

Коммуникация: В дошкольный период дети учатся общаться с окружающими. Это включает не только словесные навыки, но и невербальные – жесты, мимику и тональность голоса. Через игры и совместные занятия они учатся выражать свои мысли и чувства, а также внимательно слушать других.

Сотрудничество: Взаимодействие с ровесниками помогает детям развивать навыки работы в команде. Они учатся делиться, договариваться и совместно решать проблемы. Это становится важной основой для социальной адаптации в будущем.

Самостоятельность: Дошкольное образование способствует формированию навыков самостоятельности. Дети учатся заботиться о себе, принимать решения и нести ответственность за свои поступки. Это помогает им в дальнейшем становлении уверенными в себе личностями.

Любознательность и интерес к обучению: В этом возрасте дети естественно склонны к исследованию. Дошкольное образование использует этот период для формирования у детей положительного отношения к

обучению. Интересные и увлекательные занятия стимулируют их желание познавать новое.

Исследования показывают, что дети, прошедшие качественное дошкольное обучение, показывают лучшие результаты в школе и имеют более высокие шансы на успех в дальнейшей жизни. Они более подготовлены к учебной деятельности, лучше умеют работать в команде и проявляют большую инициативу [1–3].

**2. Методы и подходы**

Существует множество методов и подходов к дошкольному образованию, каждый из которых имеет свои особенности и преимущества. Рассмотрим некоторые из наиболее распространенных методов:

**Игровой метод**

Основан на том, что игра является основным способом обучения в дошкольном возрасте. Игра помогает детям не только развлекаться, но и усваивать новые знания и навыки.

В процессе игры дети развивают креативность, логику и стратегическое мышление.

Примеры игровых занятий могут включать ролевые игры, настольные игры, конструирование и творческие мастер-классы.

**Проблемно-ориентированное обучение**

Этот подход предполагает активное участие детей в решении различных задач и проблем. Например, в рамках проектов дети могут решать практические задачи, такие как создание мини-сада или организация праздника.

Это развивает их критическое мышление, навыки анализа и умение находить нестандартные решения.

Такой подход формирует у детей уверенность в своих силах и самостоятельность, что является важным аспектом их дальнейшего обучения.

**Творческий подход**

Включает в себя различные виды художественной деятельности, такие как рисование, музыка, театр и танцы.

Творчество помогает детям развивать эмоциональную выразительность и учиться работать с различными материалами и формами.

Занятия искусством стимулируют воображение и креативность, что важно не только в сфере искусства, но и в других областях жизни.

Каждый из этих методов может быть адаптирован под конкретные условия и потребности группы детей, обеспечивая индивидуальный подход к каждому ребенку.

**3. Влияние образовательной среды**

Образовательная среда в дошкольных учреждениях играет важную роль в развитии детей. Она должна быть:

Безопасной: важно, чтобы дети чувствовали себя в безопасности как физически, так и эмоционально. Это требует от педагогов создания атмосферы доверия и поддержки.

Поддерживающей: Педагоги должны быть внимательными и отзывчивыми к потребностям и интересам детей. Это включает в себя индивидуальный подход, возможность выбора и самовыражения.

Стимулирующей: Окружение должно побуждать детей к активной деятельности. Это можно добиться через наличие разнообразных материалов для игр и обучения, а также путем организации различных зон для занятий.

Эстетически оформленные пространства, разнообразные материалы для игр и обучения, а также внимание к индивидуальным потребностям каждого ребенка создают оптимальные условия для обучения и развития.

Дошкольные учреждения также должны активно взаимодействовать с семьями, что позволяет создать единое образовательное пространство и поддерживать эмоциональную связь между детьми и взрослыми. Партнерство с родителями помогает обеспечивать последовательность в подходах к обучению и воспитанию, что является ключевым фактором в успешном развитии детей.

**Заключение**

Дошкольное образование представляет собой один из самых значительных этапов в жизни каждого человека. В это время закладываются основы, на которых строится не только академическое, но и социальное развитие ребенка. Качественное дошкольное образование способствует формированию ключевых жизненных навыков, таких как коммуникация, сотрудничество, креативность и самостоятельность. Эти навыки имеют решающее значение для успешной адаптации детей в школьной среде и в будущем, когда они столкнутся с различными вызовами в жизни.

Качественные методы и подходы к обучению, такие как игровой, проблемно-ориентированный и творческий, создают условия для активного вовлечения детей в образовательный процесс. Они не только делают обучение интересным и увлекательным, но и развивают у детей любознательность и желание познавать окружающий мир. Педагогическая поддержка и внимание к индивидуальным потребностям каждого ребенка играют важную роль в этом процессе, позволяя каждому ребенку раскрыть свой потенциал и уверенно шагнуть в дальнейшее образование.

Образовательная среда, в которой дети обучаются, также существенно влияет на их развитие. Безопасные, поддерживающие и стимулирующие условия способствуют формированию положительной самооценки и уверенности у детей, что важно для их психоэмоционального здоровья. Взаимодействие дошкольных учреждений с семьями создает единое образовательное пространство, поддерживая эмоциональную связь между детьми и взрослыми, что является залогом успешного воспитания и обучения.

Таким образом, инвестиции в дошкольное образование имеют долгосрочные преимущества для общества в целом. Качественное дошкольное образование формирует не только успешных учеников, но и ответственных граждан, способных в будущем вносить вклад в развитие

общества. Оно создает прочную основу для устойчивого социального и экономического роста, что делает его важным приоритетом для правительств и образовательных учреждений. Вложение ресурсов в дошкольное образование – это не только забота о будущем каждого отдельного ребенка, но и стратегический шаг к построению более успешного и гармоничного общества.

**Список литературы**

1. Гребешова, С. В. Актуальные проблемы современного дошкольного образования / С. В. Гребешова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2016. – № 13.3

2. Дубенский, Ю.П. Воспитание и социализация личности / Ю.П. Дубенский. – Нижний Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2011. – 259 с.

3. Коломийченко Л.В. Дорогою добра: Концепция и программа социально-коммуникативного развития и социального воспитания дошкольников. – М.: ТЦ сфера, 2015. – 160 с.

**УДК 796.01:612**

# ПРОБЛЕМЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ В ДЕТСКОМ СПОРТЕ

И.Н. Калинина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлен литературный обзор и анализ проблем медико-биологического обеспечения детско-юношеского спорта. Рассмотрены основные документы, касающиеся методического сопровождения врачебного контроля детей-спортсменов. Актуализированы основные проблемы детской спортивной медицины.

**Ключевые слова:** детский спорт, врачебно-педагогический контроль, спортивная медицина.

В последнее время, в прессе появилось множество публикаций и выступлений о пользе и вреде профессионального спорта. Особенно остро в настоящее время стоит вопрос о здоровье детей, вовлеченных в соревнования. Большинство специалистов в этой области, ввиду череды скандалов на Олимпиаде, выступает за поэтапное поднятие возрастного ценза в фигурном катании и в других видах спорта, чтобы защитить физическое и ментальное здоровье юных спортсменов [2, 3, 5, 7].

В выступлении министра спорта России в 2020 году на заседании «правительственного часа» в Совете Федерации на тему развития детско-юношеского спорта прозвучали цифры социологических исследований проведенных по инициативе Минспорта РФ, в последние годы, согласно которым в настоящее время в России физической культурой и спортом систематически занимаются около 23 млн детей, что составляет ориентировочно 85 % от численности населения в возрасте от 3 до 18 лет. При этом у 90 % детей уже в возрасте от 3 до 5 лет имеется высокая мотивация к занятиям физической культурой.

Несмотря, на гуманистические функции, благородное духовное содержание, современный спорт, тем не менее, не лишен и ряда негативных тенденций в своем развитии. Так, согласно мнению профессора Г.Л. Апанасенко основной негативной чертой большого спорта, с позиции сохранения здоровья, является постоянное стремление к росту спортивных результатов [1].

Уровень рекордов сегодня давно превысил возможности человеческого организма, и новые достижения могут быть реализованы либо за счет увеличения тренировочных нагрузок, либо применения допинговых препаратов. И тот, и другой путь опасен.

Отрицательные черты развития современного спорта обусловлены также:

- его профессионализацией и коммерциализацией,
- появлением новых технических элементов и даже новых видов спорта, сопровождающихся высоким риском для здоровья и жизни спортсменов,
- вовлечением в спорт высоких достижений детей и подростков.

Особенности влияния различных факторов на организм человека всегда связаны с необходимостью максимальной мобилизации функциональных резервов и компенсаторно-приспособительных механизмов, кумуляцией происходящих под влиянием этих факторов изменений в структуре и функциях органов и систем и постоянной опасностью срыва компенсаторно-адаптационных механизмов с последующим развитием острых или хронических «отклонений» в состоянии здоровья, а попросту говоря – профессиональных заболеваний [8, 10].

За последние 1,5-2 десятилетия заметно возросло количество случаев внезапных смертей и серьезных отклонений в состоянии здоровья спортсменов. В то же время некоторые отклонения в состоянии функций организма спортсмена до сих пор не имеют достаточно четкой трактовки, а его способность при наличии этих нарушений показывать результаты мирового уровня – остается загадкой. Все это относится и к спортсменам-детям. Вышеизложенное заставляет по-иному рассматривать проблему оценки состояния здоровья спортсмена и сформировать новую стратегию и тактику ее решения.

Согласно сложившейся практике, организация медико-биологического обеспечения спортсменов находится под контролем ФМБА России. Исходя из приказа Министерства здравоохранения РФ от 30 мая 2018 года № 288н, это обеспечение является комплексом мероприятий, направленных на восстановление работоспособности и сохранение здоровья спортсменов [4].

Одним из нормативных документов регламентирующим политику государства является также и Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года. Согласно этим документам доля детей и молодежи 3–29 лет, систематически занимающихся ФКиС, в общей численности должна достигнуть 90 % [6].

Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021) О физической культуре и спорте в Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021) основывается на принципах обеспечения безопасности жизни и здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом [9].

Между тем, сложившаяся система подготовки и медико-биологического сопровождения в детском и юношеском спорте подразумевает:

- сверхраннее начало занятий спортом;
- раннюю специализацию;

- использование приближенных к взрослым, систем организации тренировочного и соревновательного процессов;
- попытка в кратчайшие сроки подготовить юных чемпионов.

Как следствие – выживание не полноценного мощного резерва, а единичных «экземпляров», которые, в связи с отсутствием должных спортивных достижений у взрослых спортсменов, нередко вынуждены с 17 лет выступать за взрослые сборные команды страны.

Также наблюдается и прогрессирующий рост частоты:

- хронической травматизации опорно-двигательного аппарата;
- пограничной патологии сердечно-сосудистой системы;
- синдрома выгорания;
- случаев внезапной смерти,
- широкое использование разноплановых методов и средств постнагрузочного восстановления, включая полный перечень специализированной фармакологической поддержки,
- быстрый уход из спорта (как правило, наиболее способных спортсменов).

Актуальным становится вопрос о поиске мер профилактики негативного влияния вышеперечисленных факторов на здоровье юных спортсменов. Это совместная задача и тренеров, и специалистов в области медико-биологического профиля, а также спортивных врачей.

На данный момент не представляется возможным:

- кардинально изменить сроки начала занятий спортом; тенденцию к ранней специализации;
- принципы организации тренировочного и соревновательного процесса;
- обеспечение полной острой и хронической травматизации опорно-двигательного аппарата,
- перенапряжение сердечно-сосудистой системы,
- несчастные случаи и внезапную смерть,
- синдром выгорания.

Значимыми, во врачебном контроле представляются также и аспекты спортивного отбора и ориентации.

В идеальном случае и к этому склоняются многие отечественные и зарубежные специалисты, в первые два года ребенок должен заниматься в неспециализированной спортивной группе, после чего, обнаружив соответствующие способности, начинать специализироваться в том или ином виде спорта. В период с 5-6 до 10-11 лет ребенок должен попробовать себя в разных видах физической активности, начиная с тех, успех в которых зависит от качеств, закрепленных наследственно и слабо поддающихся тренировке.

Следующий вопрос, волнующий спортивных врачей это проблемы кардиологического профиля у юных спортсменов, в частности отсутствие стандартов диагностики, экспертной оценки, пошаговой реабилитации и т.п.

В ряде работ, проведенных сотрудниками кафедры спортивной медицины РГУФК во главе с профессором Смоленским А.В., были выявлены кардиальные факторы, лимитирующие физическую работоспособность спортсменов [7].

К ним относятся:

- нарушения ритма сердца;
- наличие кардиальных маркеров дисплазии соединительной ткани сердца, которое способствует более значительному снижению показателей физической работоспособности, повышает риск развития хронического перенапряжения;
- сочетание нарушений ритма и неспецифических нарушений процессов реполяризации;
- наличие очагов хронической инфекции с маркером воспаления (С-реактивный белок), который является одним из лимитирующих факторов формирования спортивного сердца.

Для профилактики различных неотложных состояний, травм и сохранения здоровья спортсменов, конечно, должны быть соблюдены и быть обязательными следующие мероприятия: базовое, текущее и предсоревновательное медицинское обследование.

ФМБА и Российской ассоциацией спортивной медицины и реабилитации больных и инвалидов разработан ряд документов регламентирующих проведение этих мероприятий:

- Порядок оказания медицинской помощи детям и подросткам, занимающимся физической культурой и спортом;
- Стандарт углубленного медицинского обследования спортсменов, занимающихся в учебно-тренировочных группах;
- Стандарт углубленного медицинского обследования спортсменов, занимающихся группах начальной подготовки (2- 3 год обучения) и др.

Для повышения эффективности мероприятий в области сохранения здоровья необходимо соблюдение следующих требований:

- первичный допуск к занятиям спортом детей и подростков должен осуществляться только в присутствии родителей, которые должны заполнить соответствующую анкету и которые должны быть предупреждены об ответственности за сокрытие или искажение информации;
- наличие при первичном допуске и ежегодном углубленном медицинском обследовании спортсмена поликлинической медицинской карты;
- формирование при данных видах обследования соответствующих групп риска с обязательным перечнем дополнительных обследований для каждой из этих групп;
- более широкое использование практики полного отстранения от занятий избранным видом спорта после соответствующего перечня перенесенных заболеваний и травм.

В плане профилактики неотложных состояний и, в частности, случаев внезапной сердечной смерти, естественно, при обеспечении качественного базового медицинского допуска и дополнительных медицинских освидетельствований необходим предсоревновательный скрининг, который включает: анализ жалоб (если таковые имеют место быть); регистрацию базовых гемодинамических параметров; электрокардиографию, анализ которой должен осуществляться с учетом ЭКГ-признаков электрической нестабильности миокарда.

Еще один опасный момент для здоровья юных спортсменов – синдром выгорания.

Выгорание имеет «отраслевую» специфику. В спорте оно определяется в виде трехкомпонентной конструкции:

- истощение (эмоциональное и/или физическое),
- уменьшение чувства достижения (снижение стремления достигать высоких результатов),
- обесценивание достижений (снижение значимости уже достигнутых результатов).

Последствия синдрома выгорания – крушение всей спортивной карьеры.

Одной из будущих проблем современного спорта является появление новых видов, по которым отсутствуют стандарты медико-биологического контроля, например, Киберспорта. Основные проблемы со здоровьем у геймеров такие же, как у представителей других «сидячих» профессий (офисный синдром).

К таким проблемам относятся: мышечная боль, «туннельный синдром», синдром «сухого глаза», гиподинамия, значительные нервные перегрузки.

Таким образом, мы очертили круг проблем детской спортивной медицины и наметили пути их решения.

**Список литературы**

1. Апанасенко, Г. Л. Термодинамическая концепция здоровья / Г. Л. Апанасенко // Журнал Національноїакадеміїмедичних наук України. – 2017. – Т. 23, № 1-2. – С. 3-8.

2. Лавриченко В.В. Адаптационные возможности сердечно-сосудистой системы юных футболистов на этапах становления спортивного мастерства / В. В. Лавриченко, М. Р. Григорьян, А. С. Прохорцева // Современные вопросы биомедицины. – 2024. – Т. 8, № 2(28).

3. Лавриченко, В. В. Возрастные изменения системы кровообращения футболистов / В. В. Лавриченко, И. Н. Калинина // Культура физическая и здоровье. - 2019. - № 4 (71). - С. 140-142.

4. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 30 мая 2018 г. № 288н «Об утверждении Порядка организации медико-биологического обеспечения спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации».

5. Практическая спортивная медицина для тренеров / Г. А. Макарова, А. А. Матишев, М. А. Виноградов [и др.]. – Москва : Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова, 2022. – 624 с. – ISBN 978-5-907225-85-5. – DOI 10.53725/978-5-907225-85-5. – EDN PMYBSU.

6. Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года.

7. Спортивная медицина : Национальное руководство / Т. В. Абрамова, М. Г. Авдеева, Д. А. Андреев [и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью Издательская группа "ГЭОТАР-Медиа", 2022. – 880 с. – (Национальные руководства). – ISBN 978-5-9704-6657-5. – DOI 10.33029/9704-6657-5-SPM-2022-1-880. – EDN KONJAQ.

8. Спортивная медицина. – Краснодар : Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2019. – 186 с. – EDN ULOFMB.

9. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021) О физической культуре и спорте в Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021).

10. Шварц, В. Б. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора / В. Б. Шварц, С. В. Хрущев. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 151 с.

**УДК 796.01:612 + 793.3**

# КОРРЕКЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ СТОП С ВЫСОКИМИ СВОДАМИ У СПОРТСМЕНОК ТАНЦЕВАЛЬНОГО СПОРТА

Ю.А. Кудряшова[1], Е.И.Дудкова[1], М.Е. Кудряшов[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный медицинский университет, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В настоящей работе апробирована методика занятий, направленная на коррекцию и профилактику функциональных нарушений стоп с высокими сводами у спортсменок танцевального спорта. Обследовано 33 квалифицированных и высококвалифицированных спортсменок в возрасте 18–22 лет с высокими сводами стопы. В течение эксперимента, экспериментальная группа проходила дополнительные занятия по методике, основанной на стретчинге и системе Пилатес, направленной на коррекцию состояния сводов стопы. Результаты показали статистически значимое улучшение в экспериментальной группе по сравнению с контрольной, что подтверждает эффективность разработанной методики.

**Ключевые слова:** высокий свод стопы, танцевальный спорт, методика тренировочных занятий.

Функционально, стопа – это орган, выполняющий опорную и рессорную функции при различных позах и движениях тела, таких как стояние, ходьба, бег и прыжки. Продольный и поперечный своды стопы – амортизационный аппарат, за счет которых работает этот жизненно важный механизм. Свод стопы, в свою очередь, выполняет важную функцию - компенсирует нагрузку на конечность, когда нагрузка на стопу полностью сбалансирована сильными связками и мышцами, стопа функционирует как единый комплекс. При повышенном тонусе или ослаблении мышц и связок нарушается нормальная форма стопы, в этом случае компенсировать раскачивание при ходьбе приходится позвоночнику и суставам стопы (голеностопным, коленным и тазобедренным) [1].

Высокий свод стопы характеризуется углубленными поперечным и продольным сводами, в данном случае медиальная часть стопы поднимается выше, чем у обычной анатомической структуры. Высокосводчатая стопа имеет более выраженные арки, что способствует снижению амортизации при ходьбе и беге, а кости, образующие свод, расположены под более высоким углом, что увеличивает жесткость стопы. Мышцы и связки, поддерживающие свод, находятся в постоянном напряжении и тонусе, что может приводить к повышенной утомляемости при физической активности. Высокий свод стопы может быть связан с определенными патологиями,

особенностями биомеханики и спецификой тренировочных процессов в определенных видах спорта, что требует внимания при выборе обуви и тренировочных программ [3].

Танцевальный спорт, являясь сложным координационным направлением, предъявляет высокие требования к физическим способностям спортсменов. Это обусловлено значительной динамикой, скоростью изменения позиций и необходимостью выполнять сложные танцевальные программы в обуви с высоким каблуком. Стопа играет ключевую роль в этом виде спорта, так как она существенно влияет на баланс, силу отталкивания и технику выполнения танцевальных элементов [4].

При обследовании спортсменок, специализирующихся в танцевальном спорте, нами было выявлено большое количество лиц, имеющих экскавированные (высокосводчатые) и субэкскавированные своды стопы. Высокий свод стопы характеризуется углубленной аркой, что снижает рессорную функцию и увеличивает жесткость стопы, приводя к повышенной утомляемости при физических нагрузках.

В настоящей работе апробирована методика занятий, направленная на коррекцию и профилактику функциональных нарушений стоп с высокими сводами у спортсменок танцевального спорта.

Обследовано 33 квалифицированных и высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в танцевальном спорте, в возрасте от 18 до 22 лет, имеющих высокие своды стопы. Из них 16 человек составили контрольную группу, 17 – экспериментальную. Диагностику состояния стоп осуществляли при помощи плантографии, оценку результатов проводили по индексу В.А. Штритера[5]. Ведущую нижнюю конечность определяли по модифицированной методике Е.М. Бердичевской [2]. Нормальное распределение признаков описывали в виде среднего арифметического значения (M) и значения стандартной ошибки среднего арифметического (m), статистическую значимость определяли по t-критерию Стьюдента (Statistica 10).

В течение эксперимента (с октября 2022 года по июнь 2023 года) контрольная группа продолжала тренироваться по стандартной программе, а спортсменки экспериментальной группы посещали дополнительные занятия на базе Wellness center AVAX г. Краснодара. Авторами, на основе средств стретчинга и системы Пилатес [6, 7], разработана методика, направленная на коррекцию экскавированных и субэкскавированных сводов стопы. Тренировочные занятия проводились 2 раза в неделю в 1 и 2 мезоциклах и 3 раза в неделю в 3 мезоцикле. Длительность тренировки составляла 45 минут в начале эксперимента и 55 минут в конце. Количество повторений и время удержания увеличивалось каждые 2 месяца, а упражнения каждое занятие комбинировались и менялись.

На начало эксперимента состояние стоп спортсменок контрольной и экспериментальной групп статистически значимо не отличалось.

Диагностика состояния стоп спортсменок по завершении эксперимента показала статистически значимое улучшение показателей в экспериментальной группе. Так показатели индекса В. А. Штритера у ведущей конечности улучшились на 12,8 %, у неведущей конечности – на 14,5 %. В то время как у спортсменок контрольной группы показатели индекса В.А. Штритера стали ниже и составили 6,1 % и 1,4 % соответственно.

Также, у спортсменок контрольной группы после эксперимента выявлены достоверные отличия показателей ведущей и неведущей конечности. Показатели индекса В. А. Штритера на ведущей конечности составили – 30,6±1,6 усл. ед., на неведущей – 35,9±1,8 усл. ед., при статистической значимости $p<0,05$. Очевидно, что интенсивные спортивные нагрузки на высоком каблуке приводят к дисбалансу опорно-двигательного аппарата, и могут приводить в дальнейшем к функциональным и морфологическим асимметриям. Рекомендовано – применение в тренировочной практике, апробированной нами методики, направленной на коррекцию и профилактику функциональных нарушений стоп с высокими сводами у спортсменок танцевального спорта,

Таким образом, специальные физические упражнения на растяжение и расслабление, могут значительно улучшить состояние стоп с высоким сводом, помогут снизить напряжение мышц, связок и сухожилий, что может облегчить дискомфорт, а также способствовать более равномерному распределению нагрузки на стопу. В результате таких упражнений уменьшается риск травм и усталости при физической активности. Поэтому, комплексный подход к тренировкам способствует улучшению функционального состояния и здоровья стопы в целом.

**Список литературы**

1. Абдурахманова, Ф. А. Исследование размеров стоп детей с целью выявления статических деформаций // Международный научный журнал «Вестник науки». – 2023. – №3(60). – С. 212-217.

2. Бердичевская, Е. М., Тришин, Е. С. Функциональные асимметрии в спорте: курс лекций. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 120 с.

3. Годунов, С. Ф. Патологическая анатомия «статической» плоско-вальгусной стопы // Ортопедия и травматология. – 2002. – № 10. – С. 43-47.

4. Деткина, Д. Н., Фукин, В. А. Проблема комфортности высококаблучной обуви // Дизайн и технологии. – 2010. – № 15(57). – С. 40-44.

5. Рева, В. А., Сокунова, С. Ф. Исследование влияния занятий танцами на здоровье детей дошкольного возраста. – Тольятти: ТГУ ИФКС, 2018. – 48 с.

6. Романенко, Н. И. Стретчинг в физкультурно-оздоровительных технологиях: учебное пособие. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – 88 с.

7. Спиридонова, Е. А. Стретчинг как оздоровительная система при подготовке юных танцоров // Наука-2020. – 2021. – № 4(49). – С. 96-103.

**УДК 378.016:796**

# ВЛИЯНИЕ КОНТРОЛИРУЕМОЙ БЕГОВОЙ НАГРУЗКИ СТУДЕНТОВ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ

Д.В. Кузьмин, Д.Л. Гуреев, В.Е. Акшулаков
Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.,
г. Саратов, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматривается оценка здоровья студента и уровень его физической подготовки – важные аспекты профессиональной подготовки. Развитие таких качеств, как сила, скорость и выносливость, формирует основу работоспособности, помогает адаптироваться к требованиям будущей профессии.

**Ключевые слова:** выносливость, бег, занятия, работоспособность, адаптация.

Актуальность. Многие исследователи отмечают, что высокая работоспособность напрямую связана с физическими возможностями человека. Здоровье оказывает влияние на качество жизни, профессиональные успехи и общее благосостояние. Готовность к продуктивной работе и способность сохранять работоспособность на протяжении всего обучения являются ключевыми задачами курса физкультуры в университете [4].

Выносливость организма и способность преодолевать трудности, связанные с неблагоприятными условиями труда, физической усталостью и стрессом, могут значительно повыситься благодаря правильно организованной и систематической тренировочной деятельности. Регулярные занятия, основанные на научно обоснованных методиках, позволяют улучшить функциональные возможности организма, что способствует повышению уровня адаптации к физическим и эмоциональным нагрузкам. Важно, чтобы тренировки были тщательно спланированы с учетом индивидуальных особенностей и целей, что поможет не только укрепить здоровье, но и подготовить человека к будущим профессиональным вызовам [3, 5].

Грамотное применение различных тренировочных методов способствует улучшению работы сердечно-сосудистой системы, повышению мышечной выносливости и общего тонуса организма. Более того, регулярные физические нагрузки положительно влияют на психоэмоциональное состояние, помогая лучше справляться с повседневными стрессами и утомлением. Исследования подтверждают, что выносливость является важным показателем способности организма переносить длительные и интенсивные физические нагрузки. Чем ниже уровень выносливости, тем быстрее человек устает, что, в свою очередь, снижает его способность к

эффективному обучению и препятствует успешной профессиональной деятельности [1, 2].

В рамках нашего исследования была выдвинута гипотеза, что беговая нагрузка с контролируемой интенсивностью способна улучшить выносливость и физическую подготовку студентов. Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью разработки эффективных тренировочных программ для студентов, которые не имели значительного опыта занятий спортом, но стремятся достичь видимых результатов за короткий срок

Цель исследования заключалась в оценкевлияния дозированного на уровень физической подготовленности студентов в процессе занятий по физической культуре. Программа тренировок включала 20 минут непрерывного бега при интенсивности, соответствующей 65–70% от максимальной частоты сердечных сокращений (ЧССmax), что позволяет отнести эти занятия к аэробной нагрузке. Контроль интенсивности осуществлялся с помощью фитнес-браслетов, что давало возможность в реальном времени отслеживать частоту сердечных сокращений и корректировать нагрузку.

Методы и организация исследования. Эксперимент осуществлялся на базе Саратовского государственного технического университета, в котором участвовали 38 первокурсников, распределенных на две группы: экспериментальную (20 человек) и контрольную (18 человек).

На первом этапе, который проходил с сентября по октябрь, был проведен анализ научной литературы и предварительное тестирование физической подготовки студентов. На втором этапе, с октября по декабрь, в рамках занятий для экспериментальной группы включался 20-минутный бег, в то время как контрольная группа следовала стандартной программе, состоящей из общефизической подготовки и настольного тенниса. Для оценки состояния сердечно-сосудистой системы и общей физической работоспособности студентов в обеих группах применялся Гарвардский степ-тест.

Степ-тест представляет собой серию подъемов на 50-сантиметровую скамейку в течение 5 минут с последующим измерением ЧСС. Это тестирование проводилось дважды – до начала эксперимента и после его завершения. Для анализа данных использовался t-критерий Стьюдента, позволяющий оценить статистическую значимость изменений.

Результаты и обсуждение.Первичное тестирование показало низкий уровень физической подготовки у обеих групп: средний результат у экспериментальной группы составил 51 балл, у контрольной – 55. После 25 занятий в экспериментальной группе результаты улучшились до 68,5 балла, что соответствует средней физической подготовке, тогда как в контрольной группе средний результат достиг лишь 60,7 балла. Статистический анализ данных показал значимость изменений в экспериментальной группе, что подтверждает эффективность дозированного бега.

Выводы. Включение 20-минутного непрерывного бега в программу занятий физической культуры способствует значительному улучшению уровня физической подготовки студентов за короткий срок. Для достижения результата важно не только регулярное выполнение тренировок, но и психологическая готовность студентов к систематическим физическим нагрузкам. Развитие выносливости, как показали результаты исследования, имеет важное значение для профессиональной подготовки и должно активно использоваться в учебных занятиях по физической культуре в вузе.

**Список литературы**


1. Ковачева И.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка как одна из основных направлений физической культуры в вузе / И.А. Ковачева // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи: материалы Международной научно-практической конференции. – Витебск: ВГУ им. П.М. Мошерова. – С.137–141.
2. Кузьмин Д.В., Беглов М.В., Кульчицкая Ю.К. Особенности механизмов психологической адаптации спортсменов и их влияние на самооценку качества жизни, связанного со здоровьем // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018 № 3(157). С. 370-374.
3. Павлий А.И. Методы и методики оценки физического развития и функционального состояния организма : учебное пособие / А.И. Павлий, С.А. Романченко, А.Ю. Галкина – Санкт-Петербург : Петербургский гос. ун-т путей сообщения Императора Александра I, 2018. – 134 с.
4. Сбитнева О.А. Значимость выносливости в учебном процессе студентов, подготовке к будущей профессиональной деятельности / О.А. Сбитнева // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – № 12-1. – С. 71–73.
5. Лубышева Л.И. Физическая подготовленности спортивного студенчества как фактор формирования профессиональных компетенций / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 3. – С. 103.

**УДК 796.011.1**

# РАЗВИТИЕ РЕЧИ РЕБЕНКА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ

Т.Р. Мазурова, Е.В. Колокуток
Центр развития ребенка – детский сад № 134, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается связь между движением и развитием речи у детей. Обосновано, что двигательная активность способствует не только физическому, но и речевому развитию детей, формируя мышление, восприятие и коммуникативные навыки. Приведены примеры практических занятий и игр, которые интегрируют движение и речевую активность. Также обсуждаются рекомендации для родителей и воспитателей по включению движении в повседневную жизнь детей для стимуляции речевых навыков.

**Ключевые слова**: развитие речи, движение, двигательная активность, игровые занятия, речевые навыки, раннее детство, воспитание, взаимодействие, родители, воспитатели.

Речь играет ключевую роль в жизни ребенка, определяя его способность общаться, выражать свои мысли и строить социальные связи. Исследования показывают, что активные движения стимулируют речевые центры в мозге.Речь формируется в контексте социальной среды, и исследование ее этапов и факторов развития является ключевым для понимания речевых затруднений и успешности обучения. Двигательная активность является основой эмоционального и социального развития. Она значительно влияет на речевые навыки.

Целью данной статьи является изучение взаимосвязи между движением и развитием речи у детей, а также предоставление практических рекомендаций для родителей и педагогов на основе теоретических основ.

Моторное развитие тесно связано с когнитивными функциями, так как движения активируют участки мозга, отвечающие за восприятие и обработку информации, что непосредственно влияет на навык общения.

Активное развитие общей моторики осуществляется в дошкольном возрасте. В связи с этим мы провели анкетирование среди родителей детей с речевыми расстройствами в дошкольном и младшем школьном возрасте.

Прямая зависимость между развитием речи и уровнем развития общей моторики не была обнаружена, однако наше исследование подтверждает положительное влияние физических упражнений на речевые навыки детей. Так, 77 % опрошенных родителей, у которых есть два и более детей дошкольного и младшего школьного возраста, отметили, что физическая активность не ухудшает коррекционный процесс и не вызывает утомления у ребенка, а, напротив, способствует улучшению его внимания и концентрации во время занятий [1].

Развивая свои двигательные способности, дети укрепляют выносливость и устойчивость, что создает благоприятные условия для логопедических занятий. В результате дети становятся все более уверенными и раскрепощенными, что, как известно, помогает преодолеть стеснение из-за речевого дефекта.

Кроме того, 76 % респондентов подчеркивают, что чередование умственной деятельности и физической активности в течение дня положительно сказывается на учебных успехах детей.

В процессе исследования также подтвердилось, что двигательная координация является важным компонентом для развития произвольных движений [2, 4, 5]. Дети, занимающиеся спортом более одного года (65 % среди опрошенных), стали лучше выполнять тонкие и дифференцированные движения руками и ногами.

Это позволяет предположить, что в целом нормализуется состояние мышечной системы, включая мышцы языка, гортани и грудной клетки, что способствует правильному произношению и улучшению речевого дыхания.

Рекомендации для родителей и воспитателей

1. Регулярная физическая активность.
2. Чередование умственной и физической нагрузки.
3. Интеграция игр с речевым развитием.
4. Создание поддерживающей атмосферы [3].

Подводя итоги, можно утверждать, что движение играет ключевую роль в речевом развитии детей. Активные игры и спортивные занятия положительно влияют на внимание, концентрацию и уверенность в себе. Улучшая физические навыки, дети также развивают свои речевые способности, что создает основу для успешной социальной адаптации и взаимодействия.

**Список литературы**

1. Бабиянц К.А., Коломийченко Е.В. Физическая культура и спорт как факторы формирования самоотношения посредством развития позитивного восприятия образа телесности у студенческой молодежи. Учебно-методическое пособие. М.: КРЕДО, 2016. - 52 с.

2. Коломийченко Е.В., Пруцева А.А. Формирование ценностного отношения детей к своему здоровью средствами физической культуры // Исследования молодых ученых: психолого-медико-педагогические проблемы современного образования. Материалы Всероссийской научно-практической студенческой конференции. 2017. - С. 230-233.

3. Кожалиева Ч.Б. Современные подходы к оценке психофизических особенностей ребенка для подтверждения статуса «Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», 2016. - 45 с.

4. Выготский Л. С. В 92 Психология развития ребенка. – М: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2004. – 512с. (Серия «Библиотека всемирной психологии»).

5. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях, - М.: Издательство ГНОМ и Д, 2001.

**УДК 796.01:612+791.83**

# ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ДЕВОЧЕК 8–11 ЛЕТ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЦИРКОВОМ ИСКУССТВЕ, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОМАТОТИПА

О.А. Медведева, Г.Д. Алексанянц, А.В. Гребеник
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Одним из перспективных направлений совершенствования системы физического воспитания детей и подростков является цирковое искусство, так как широкий диапазон цирковых жанров обладает значительным выбором упражнений различной направленности, избирательностью воздействия на организм занимающихся. Целью исследования явилось определение физиологических особенностей сердечно-сосудистой системы девочек 8–11 лет, специализирующихся в цирковом искусстве, в зависимости от соматического типа.Согласно данным корреляционных взаимосвязей, показатели частоты сердечных сокращений, двойного произведения, вегетативного индекса Кердо, пробы Руфье имеют прямую отрицательную корреляционную связь с соматическим типом, следовательно, высоким значениям габаритного уровня варьирования соответствует снижение абсолютных значений параметров сердечно-сосудистой системы, что свидетельствует о более высоких адаптационных процессах и экономизации функций организма. Однако между данными гарвардского степ-теста и соматотипа наблюдается прямая положительная корреляционная взаимосвязь, что свидетельствует о более высокой физической работоспособности артисток цирка макросомногосоматотипа.

**Ключевые слова:** цирковое искусство, дети периода второго детства, функциональные пробы с физической нагрузкой.

В настоящее время одним из перспективных направлений совершенствования системы физического воспитания детей и подростков является цирковое искусство, так как широкий диапазон цирковых жанров обладает значительным выбором упражнений различной направленности, избирательностью воздействия на организм занимающихся, а также непременно помогает определить, развить и полностью раскрыть индивидуальные творческие способности и природные данные каждого ребенка [1, 3, 6, 7].

Кроме того, артисты цирка представляют собой эталон физической красоты и тем самым участвуют в формировании интереса к занятиям физической культурой и спортом у подрастающего поколения [1, 2, 3].

Представители различных цирковых жанров выполняют рекордные по сложности и степени опасности двигательные элементы (трюки) в течение

годичного цикла тренировок, испытывают повышенное психоэмоциональное напряжение в дни премьер и «просмотровых» спектаклей, что обуславливает необходимость своевременной диагностики и коррекции их морфофункционального состояния [4, 5].

Однако изучение специальной научно-методической литературы по физическому развитию, морфологическим и функциональным особенностям школьников, занимающихся цирковым искусством, показало, что эти сведения немногочисленны и основаны преимущественно на педагогических методах исследования, без учета типовых и функциональных особенностей, а также вариантов биологического развития [1, 3].

**Цель исследования** – определение физиологических особенностей сердечно-сосудистой системы девочек 8–11 лет, специализирующихся в цирковом искусстве, в зависимости от соматического типа.

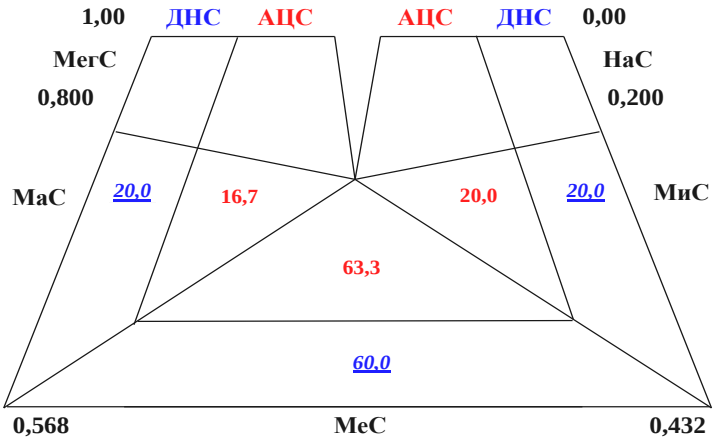
**Методы исследования**. Антропометрические измерения; общеклинические методы: частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД); функциональные пробы с физической нагрузкой: гарвардский степ-тест (ИГТС), индекс Робисона (ИР, ДП), проба Руфье (ИР), вегетативный индекс Кердо (ВИК); методы математической статистики.

В исследовании приняли участие 60 девочек 8–11 лет. Из них 30 – артистки цирковой студии (АЦС) «Арена» (г. Туапсе, с. Кривенковское), и 30 девочек, не занимающиеся спортом (ДНС), учащиеся муниципального бюджетного образовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 14 (СОШ) (г. Туапсе, с. Кривенковское). При определении возраста исследуемого контингента была использована возрастная периодизация, рекомендованная Медико-генетическим научным центром РАМН (Н.А. Каширская с соавт., 2000). Девочки 8–11 лет принимали участие в исследовании на добровольной основе, от их родителей (опекунов) и руководства школ было получено письменное информированное согласие.

Как показали результаты проведенных исследований, у основной массы девочек периода второго детства превалировал мезосомный тип (МеС) телосложения (у АЦС – 63,3 %, у ДНС – 60,0 %) (рисунок). У девочек, занимающихся цирковым искусством, соматограмма иллюстрировала правостороннее смещение соматотипов в сторону микросомии (МиС) (20 %), в то время как у девочек СОШ наблюдалось равностороннее распределение как в сторону микросомии, так и в сторону макросомии (МаС).

Анализ данных функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) выявил, что артистки цирковой студии достоверно отличались от сверстниц, не занимающихся спортом, по всем исследуемым показателям. У учащихся средней общеобразовательной школы отмечается снижение функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, неудовлетворительная адаптация организма к физическим нагрузкам. Девочки 8–11 лет, специализирующиеся в цирковом искусстве обладают

высокими компенсаторными способностями ССС и адаптационными возможностями организма к физическим нагрузкам.




Примечание: 63,3 – артистки цирковой студии;
*60,0* – девочки, не занимающиеся спортом.

Рисунок – Распределение девочек средней общеобразовательной школыи цирковой студии по габаритному уровню варьирования (%)

Для выявления взаимосвязей между функциональным состоянием сердечно-сосудистой системы и соматическим типом у артисток цирковой студии периода второго детства использовали показатели ЧСС, систолического артериального давления (АДс), диастолического артериального давления (АДд), пульсового артериального давления (АДп), ДП, ИР, ИГТС, ВИК.

У девочек 8–11 лет, специализирующихся в цирковом искусстве, в зависимости от типа телосложения выявлены различия в показателях резерва сердечно-сосудистой системы. Девочки, специализирующиеся в цирковом искусстве, МаС типа телосложения имеют более низкие значения ЧСС по сравнению со сверстницами МиС и МеС соматотипов, что вероятно обусловлено высокими адаптационными возможностями организма макросоматиков к физическим нагрузкам (таблица 1).

Анализ данных АД обнаруживает более низкие значения у артисток с МиС уровнем варьирования, что может свидетельствовать о ретардации физического развития исследуемых.

Согласно анализу показателей ДП и ИР у микросоматиков и мезосоматиков периода второго детства наблюдались более высокие данные по сравнению с девочками МаС типа телосложения, что свидетельствует об удовлетворительном уровне адаптационных возможностей организма к физическим нагрузкам.

Таблица 1 – Показатели резерва сердечно-сосудистой системы у девочек периода второго детства, специализирующихся в цирковом искусстве, в зависимости от соматотипа

| Показатели | Единицы измерения | МиС (1) | МеС (2) | МаС (3) | *p 1-2 | *p 1-3 | *p 2-3 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ЧСС | уд/мин | 78,8±2,0 | 77,4±0,9 | 73,4±1,7 | >0,05 | **<0,05** | **<0,05** |
| АДс | мм рт. ст. | 100,8±2,4 | 102,±1,3 | 104,2±3,6 | **<0,05** | **<0,05** | >0,05 |
| АДд | | 69,0±2,2 | 68,1±1,0 | 72,0±1,6 | >0,05 | **<0,05** | **<0,05** |
| АДп | | 31,8±2,4 | 34,8±1,1 | 32,2±4,4 | **<0,05** | >0,05 | **<0,05** |
| ДП | усл. ед. | 79,3±1,5 | 79,5±1,1 | 76,4±1,9 | >0,05 | **<0,05** | **<0,05** |
| ИР | | 6,0±0,9 | 6,1±0,5 | 4,9±1,1 | >0,05 | **<0,05** | **<0,05** |
| ИГТС | | 72,0±2,2 | 68,7±2,0 | 77,0±1,0 | >0,05 | **<0,05** | **<0,05** |

* Примечание:

$p_{1-2}$ – достоверность различий между девочками МиС и МеС СТ;

$p_{1-3}$ – достоверность различий между артистками цирковой студии МеС и МаС типов телосложения;

$p_{2-3}$ – достоверность различий между учащимися МиС и МаС уровней варьирования.

В результате оценки ИГСТ у артисток цирковой студии МиС и МеС уровней варьирования обнаружены достоверно более низкие значения физической работоспособности по сравнению со сверстницами МаС типа, что соответствует низкой надежности функционирования систем организма, сниженным адаптационным возможностям к физическим нагрузкам.

Кроме того, анализ вегетативной регуляции у девочек МиС периода второго детства установил тенденцию к симпатикотонии, что свидетельствует о неэкономичном расходовании резервных возможностей детского организма и напряжении механизмов адаптации ССС.

Для анализа взаимосвязей соматического типа и особенностей ССС у девочек 8–11 лет, специализирующихся в цирковом искусстве, был проведен корреляционный анализ, по результатам которого установлено, что некоторые показатели ССС связаны с типом телосложения (таблица 2).

Таблица 2 – Корреляционные взаимосвязи между соматотипом и показателями сердечно-сосудистой системы у девочек, специализирующихся в цирковом искусстве

| Соматический тип | Коэффициент корреляции | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | ЧСС | ДП | Проба Руфье | ИГТС | ВИК |
| | -0,51* | -0,36* | -0,44* | 0,46* | -0,63* |

Примечание: * – достоверность взаимосвязей по уровню значимости $p<0,05$.

Таким образом, данные ЧСС, двойного произведения, вегетативного индекса Кердо, пробы Руфье имеют прямую отрицательную корреляционную связь с соматотипом: у девочек, занимающихся цирковым искусством, с

крупными габаритными параметрами (макросоматики) наблюдается тенденция к снижению абсолютных показателей функционального состояния ССС, что свидетельствует о более высоких адаптационных процессах и экономизации функций организма. Однако между ИГТС и типом телосложения наблюдается прямая положительная корреляционная взаимосвязь, что свидетельствует о более высокой физической работоспособности девочек макросомного типа.

**Список литературы**

1. Берсенев Н.В. Методики подготовки детей с ОВЗ в сфере циркового искусства // Мир культуры глазами молодых исследователей: сборник тезисов XLIX научно-практической конференции студентов. - Пермь, 2024. - С. 794-798.

2. Гребеник А.В., Медведева О.А. Соматические типы и варианты биологического развития детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2015. - С. 53-54.

3. Гребеник А.В., Медведева О.А. Цирковое искусство как новая внеурочная форма организации занятий // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2015. - С. 52.

4. Медведева О.А., Алексанянц Г.Д. Некоторые особенности сердечно-сосудистой системы девочек периода второго детства, специализирующихся в цирковом искусстве // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2019. - № 1. - С. 203-204.

5. Медведева О.А., Алексанянц Г.Д., Гребеник А.В. Компонентный уровень варьирования у детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - № 1. - С. 153-155.

6. Медведева О.А., Алексанянц Г.Д., Гребеник А.В. Особенности физической подготовленности детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством, в зависимости от соматотипа // Современные проблемы науки и образования. - 2017. - № 1. - С. 22.

7. Медведева О.А., Алексанянц Г.Д., Гребеник А.В. Оценка физического развития детей, занимающихся цирковым искусством, методом индексов // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар, 2017. - С. 43-44.

**УДК 796.011.1**

# ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОВЫШЕНИИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ

В.А. Молдован
Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина,
г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Работоспособностью называется способность человека выполнять конкретные задачи в ограниченные временные рамки, не теряя при этом в эффективности. Работоспособность можно и нужно развивать, а на помощь в этом случае приходит физическая культура. В данной статье рассмотрено влияние физических упражнение на развитие работоспособности во всех ее проявлениях.

**Ключевые слова:** физическая культура, физические упражнения, работоспособность, физические качества человека.

Под работоспособностью понимается способность человека выполнять конкретную деятельность в рамках временных лимитов и параметров эффективности. Рассматривать ее можно с двух сторон: биологической природы и социальной сущности. Первая отражает показатели дееспособности, а вторая успешность в освоение требований заданной деятельности [2].

Человек является биосоциальным существом и для него характерна потребность в постоянном движении, что и составляет основу жизнедеятельности и формирования человека на всех этапах эволюционного развития. При этом отмечена неразрывная связь между физической деятельностью и развитием человека [1, 3].

От двигательной активности зависит адаптационная способность организма, которая снижается при недостаточной активности, уменьшая гормональные резервы и запуская механизмы преждевременного старения механизма регуляции жизнедеятельности органов и тканей [4].

Малоподвижный образ жизни приводит к проявлению многих заболеваний и снижению иммунитета, появлению одышки и прерывистого дыхания, головокружения и болей в спине, а также утрачиваются нормальные показатели работоспособности. Результаты исследований показывают, что у людей умственного труда, которые пренебрегают занятиями физической культурой, инфаркт распространен в 2-3 раза чаще, чем у представителей физического труда.

Общепринятым фактом считается то, что физическая культура положительно влияет на здоровье человека, как на физическое, так и на психическое. При регулярных занятиях, возможно, избежать воздействия

негативных факторов окружающей среды, а также развития множества заболеваний. Если спорт станет неотъемлемой частью жизни каждого человека, то уровень жизни населения оправданно поднимется. У студентов появятся возможность и желание быстрее и лучше усваивать материал, повысится работоспособность, что в дальнейшем приведет к повышению профессионализма и работоспособности сотрудников. Как уже говорилось ранее, успешность выполнения конкретной деятельности зависит от развитости работоспособности и физическое воспитание – есть один из наиболее эффективных методов ее развития.

Однако не только «сидячий» образ жизни приводит к развитию патологий и снижению работоспособности. Это случается и при обычном образе жизни, когда физическая активность все же не соответствуют уровню, который заложен в генетической программе. В итоге может нарушаться устойчивость и гипоксия (недостаток кислорода).

Роль физических упражнений не только в формирование эстетического тела и благоприятном воздействие на здоровье. На самом деле, с помощью физической культуры человек может повышать устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды и развивать все аспекты своей жизни. Высокая работоспособность является лишь следствием хорошего здоровья, отсутствия патологий и нормальной реакции на изменения вокруг.

При этом для поддержания организма в тонусе не обязательны тяжелые физические нагрузки, которые могут как помочь, так и навредить. Гораздо полезнее будет включить в свой образ жизни достаточное количество двигательной активности и сочетать ее с качественным рационом питания.

В настоящее время физическая активность населения значительно отстает от социальных запросов физкультурного движения, которые серьезно возросли. Таким образом, не может идти и речи о повышении физического состояния населения на эффективном уровне, а значит и уровня жизни, как следствие.

Ниже представлены примеры 3 основных методов, которые получили название «оздоровительные тренировки». Данные методы позволяют повысить физическое состояние до оптимального уровня.

1. Использование упражнений циклического характера. В первом методе рассматриваются упражнения, которые можно выполнять непрерывно в течение 30 и более минут. К ним можно отнести плавание, бег, езду на велосипеде и другие.

2. Второй метод основан на применение скоростно-силовых упражнений, на выполнение которых уходит не более 3 минут, но периоды могут повторяться несколько раз. Сюда можно отнести упражнения с отягощениями, с использованием тренажеров, бег в гору и прочие.

3. К третьему методу относятся упражнения, развивающие двигательную активность и повышающие производительность труда. К ним можно отнести анаэробные и аэробные упражнения.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что программа физической подготовки в школе или вузе направлена на совершенствование функционального состояния организма обучаемого с целью повышения работоспособности. Нынешние студенты являются будущей экономической основой страны, поэтому важно воспитать здоровую физически и морально, а также работоспособную и активную молодежь сейчас.

Пользу физической культуры невозможно оспорить, так как она давно доказана. Физические упражнения необходимы и как перспектива развития общества, и как возможность снять напряжение и облегчить труд сейчас.

Для сотрудников организаций физическая культура имеет особую важность. Простые упражнения можно выполнять прямо на рабочем месте, а их польза ощутима. Физическая культура позволяет сформировать крепкое психическое и эмоциональное состояние, повысить работоспособность и уровень здоровья, а также разгрузить организм после трудовых нагрузок.

**Список литературы**

1. Виленский М.Я., Ильинич В.И. Физическая культура работников умственного труда // Знание. 1987. – С. 60-64.

2. Косилина Н.И., Сидоров С.П. Гимнастика в режиме рабочего дня. // М., Знание. 1988. – С. 121-138.

3. Иванов Н.Ю. Физкультурная пауза в вузе // Теория и практика физической культуры.1961. Том 24, в.1. - С. 51-53.

4. Крыловская Л.М., Основы здорового образа жизни // Учебное пособие. МГСУ. 1997. – С. 67-89.

**УДК 373.203.71**

# ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВЛИЯНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В УСЛОВИЯХ ДОУ НА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВМЕСТНОЙ КОРРЕКЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

А.С. Новоселецкая, Т.Ю. Ерастова
Детский сад комбинированного вида № 106, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются направления взаимодействия инструктора по физической культуре и учителя-логопеда в дошкольном образовательном учреждении. В современном мире недооценивается значение подвижных игр в развитии детей. В дошкольном возрасте идет активное формирование основных двигательных навыков и речевой деятельности. При грамотном взаимодействии инструктора по физической культуре и учителя-логопеда можно достичь хороших результатов в улучшение речевых функций детей дошкольного возраст и развитии пространственных представлений.

**Ключевые слова:** двигательная активность, дети дошкольного возраста, речь.

Вырастить детей здоровыми, счастливыми и сильными – это основное желание педагогов дошкольных образовательных организаций.

Обеспечение воспитания физически здорового и всесторонни развитого ребенка в условиях ДОУ может осуществляться при объединении всего педагогического коллектива и тесного взаимодействия специалистов. В современном мире недооценивается значение подвижных игр в развитии детей.

Целью является повышение эффективности коррекционно-развивающей работы в условиях ДОУ и объединение усилий в данном направлении.

Процесс учебного и воспитательного действий привел к объединению и выстраиванию моделей сотрудничества учителя-логопеда и инструктора по физической культуре. Взаимосвязь в методиках и их применении в работе учителя-логопеда и инструктора по физической культуре способствует эффективному и прочному закреплению результатов логопедической работы. Учитель-логопед диагностирует, выявляет, а затем начинает заниматься совершенствованием речевого общения детей, а инструктор по физической культуре решает задачи связанные с общим физическим развитием детей, укреплением здоровья и иммунитета. развитию навыков и умений, что способствует формированию психомоторных функций [1, 2].

Особое внимания обращается на возможность автоматизации поставленных учителем-логопедом звуков, закрепления лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом изучаемой лексической темы.

Основными задачами проведения совместной коррекционной работы учителя-логопеда и инструктора по физической культуре являются:

- ✓ Улучшениеэмоциональногосостояния.
- ✓ Развитие общей моторики (крупной, мелкой, мимической и артикуляционной).
- ✓ Физиологического и речевогодыхания.
- ✓ Координацииречи с движением.
- ✓ Нормализация мышечного тонуса, снятие моторной напряженности.
- ✓ Работа с пространственнойориентацией.
- ✓ Улучшениесоматическогосостояния.
- ✓ Снижениеутомляемости.
- ✓ Работа с памятью, вниманием и мышлением[3-5].

Таким образом, при взаимодействии специалистов в работе с детьми с ОВЗ и ОНР (общим недоразвитием речи) достигаются решение таких задач как:

1. Вовлечение в коррекционную работу большего количества детей.
2. Широкое использование резервов коррекционно-педагогического воздействия.
3. Повышение эффективности логопедического пункта.
4. Повышение качества образовательного процесса.
5. Развитие связной речи у детей.
6. Развитие рече-двигательной памяти.
7. Формирование самоконтроля.

Формы взаимодействия учителя-логопеда и инструктора по физической культуре, которые способствуют повышению медико-биологических аспектов совершенствования физкультурно-спортивной деятельности и адаптивной физической культуры у детей ОНР и ОВЗ;

1. Звуко-слоговые игры.
2. Упражнения на релаксацию.
3. Артикуляционная, дыхательная и мимическая гимнастика.
4. Массаж и самомассаж с проговариванием потешек и речевок.
5. Пальчиковая гимнастика.
6. Динамические паузы, пятиминутки.
7. ОРУ с речевым сопровождением.
8. Лого- и фонетическая ритмика.

На данный момент стоит остро вопрос нехватки двигательной активности у детей дошкольного возраста. Дети проводят много времени в сидячем состоянии, ведут недостаточно активный образ жизни, что сказывается на их здоровье и развитии.

В специальной коррекционной работе в процессе физического воспитания решаются задачи словесной регуляции действий. Дети выполняют движений по образцу, наглядному показу, словесной инструкции, развитие пространственно-временной организации движения.

Подвижные игры с лексическими темами логопедических занятий активно используются во время занятий и на прогулке. А так же сюжетная линия в форме занятий, где прослеживается связь между развитием речи и формированием движений. Высокая двигательная активность ребенка помогает лучше развивать его речь. Двигаясь, играя, дети запоминают намного больше и легче.

Но в то же время, формирование движений происходит при участии речи. Это один из основных элементов двигательно-пространственных упражнений. Ритм речи, стихов, речевок способствует координации общей и тонкой произвольной моторики. Подвижные игры благотворно влияют на осанку, рост, развитие и укрепляют мышечную систему.

Итак, благодаря использованию здоровье-сберегающих технологий для детей, при взаимодействии инструктора по физической культуре и учителя-логопеда происходит улучшение пространственных представлений и улучшение речевых функций. Дети через игру активно познают мир и развиваются на занятиях по физической культуре и занятиях с логопедом.

**Список литературы**

1. Вареник Е.Н., Корлыханова З.А., Китова Е.В. Физическое и речевое Развитие дошкольников: Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физкультуре. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 144 с.

2. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М.: Сфера, 2009.

3. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР): пособие для практических работников детских садов. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.

4. Никитины Б. и Л. Мы и наши дети // Москва, Молодая гвардия – 1979.

5. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / Москва: Мозаика-Синтез. 2000.

4. Филичева Т.Б. Устранение недоразвития речи у детей дошкольного возраста: пособие. – М.: Айрис, 2014.

5. Якубович М.А. Двигательные и речевые методы физического воспитания. Пособие для учителя. – М.: Изд. центр, 2016.

**УДК 796.012.1**

# БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ ОБЗОР УПРАЖНЕНИЯ ПРИСЕДАНИЕ

А.С. Остапчук
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматривается биомеханический анализ приседания как одного из наиболее популярных физических упражнений в фитнесе, в спорте и реабилитации. Упражнение имеет разнообразные варианты исполнения и каждый модифицируемый фактор оказывает влияние на биомеханику выполнения, что приводит к разногласиям среди специалистов касательно правильной техники выполнения упражнения. Представлены выводы зарубежных авторов, подтверждающие важность учета индивидуальных особенностей человека при составлении тренировочного процесса.

**Ключевые слова:** приседание, биомеханика, нагрузка на суставы, электромиография, фитнес.

В настоящее время особую популярность в фитнесе и реабилитации занимает биомеханический анализ физических упражнений. Его проводят с целью выявления оптимальной техники выполнения двигательных действий, что будет способствовать снижению риска получения травм, улучшению тренировочного процесса и сохранению здоровья, в частности, опорно-двигательного аппарата.

Приседание является одним из самых популярных физических упражнений, которое может применяться в фитнесе, реабилитации и при составлении спортивных тренировочных программ, кроме того, приседание используется постоянно в повседневной деятельности человека. Данное упражнение используется для укрепления основных групп мышц нижних конечностей (сгибателей и разгибателей бедра, голени и стопы), также при выполнении приседания задействуются мышцы туловища, которые выполняют функцию стабилизаторов позвоночного столба.

Упражнение приседание может быть очень вариативным в своем исполнении. Например, приседание можно адаптировать, изменяя положение туловища, вращение стопы, ширину и глубину стойки. Учитывая, что каждый модифицируемый фактор может влиять на биомеханику приседания (т.е. мышечные требования, нагрузка на суставы и т.д.), неудивительно, что литература противоречива, когда рекомендует различные техники приседания для различных ситуаций. Интерпретация исследований, связанных с приседанием, затруднена из-за того, что многие исследования не контролируют различные модифицируемые параметры при оценке влияния конкретной переменной [8].

Между специалистами имеются разногласия касаемо правильной техники выполнения упражнения приседание с точки зрения распределения нагрузки на суставы нижних конечностей. Ариэль Б., ЧандлерТ.Дж., Стоун М.Х., (1974, 1992) считают, что при выполнении приседания коленные суставы не должны выходить за линию стоп и голень следует удерживать вертикально, чтобы снизить нагрузку на коленные суставы, но при этом авторы не рассчитывали уровень нагрузки на тазобедренные суставы и на поясничный отдел позвоночного столба [1, 2]. Фрай А.С. с соавторами (2003) сравнили два варианта выполнения приседаний «с ограничением» (коленные суставы не выходят за линию стоп) и «без ограничений» (коленные суставы могут выходить за линию стоп), и выявили, что крутящий момент бедра при приседаниях без ограничений составляет 28,2 ± 65,0 Нм, а с ограничением 302,7 ± 71,2 Нм. С точки зрения биомеханики это чрезвычайно высокий крутящий момент на тазобедренном суставе и, вероятно, гораздо менее благоприятен, чем слегка увеличенный крутящий момент на коленных суставах [3].

Преднамеренное ограничение выхода коленей за линию стоп может уменьшить момент силы в коленных суставах, традиционные рекомендации «переднего смещения коленей» приводят к изменению траектории движения в тазобедренных и коленных суставах, к более выраженному сгибанию туловища, следовательно, возникает непропорционально большая нагрузка на тазобедренные суставы и поясничный отдел позвоночного столба [5, 7].

Также существуют некоторые разногласия относительно включения в работу определенных групп мышц при выполнении приседания с различной шириной постановки стоп. В энциклопедии современного бодибилдинга утверждают, что наибольшая активность внутренних мышц бедра (широкой медиальной мышцы и приводящих мышц) во время приседаний наблюдается при широкой постановке стоп и латеральном вращении стопы на 45 градусов от средней линии тела [6]. Сигнорил Дж. с соавторами сравнили активацию мышц бедра при приседаниях и разгибаниях ног, где сравнивали влияние 3 положений стоп. Данные ЭМГ не показали значительных различий между любыми положениями стопы для любой из поверхностных мышц четырехглавой мышцы бедра [7].

Иллмейер Г. и Рехбергер Д. (2023) на основе анализа 83 статей из базы данных PubMed и сделали выводы о том, что следует критически пересмотреть традиционные технические рекомендации для приседаний со штангой и обобщенные рекомендации относительно «переднего смещения колена». Индивидуальная анатомия, антропометрия и размещение штанги вносят свой вклад в результирующие модели движения во время различных техник приседаний со штангой [4].

Таким образом, анализ литературы выявил, что до сих пор существуют противоречия относительно правильной техники выполнения приседания, также имеется недостаточное количество исследований, касающихся изучения оптимальной техники выполнения приседаний с учетом

типологических особенностей занимающихся, что требует дальнейшего изучения.

**Список литературы**

1. Ariel B. Biomechanics IV. Springer; Berlin/Heidelberg, Germany: 1974. Biomechanical analysis of the knee joint during deep knee bends with heavy load; pp. 44–52.

2. Chandler T.J., Stone M.H. The squat exercise in athletic conditioning: A position statement and review of the literature //Chiropractic Sports Medicine. – 1992. – Т. 6. – С. 105-105.

3. Fry AC, Smith JC, Schilling BK. Effect of knee position on hip and knee torques during the barbell squat. J Strength Cond Res. 2003 Nov;17(4):629-33. doi: 10.1519/1533-4287(2003)0170629: eokpoh2.0.co;2. PMID: 14636100.

4. Illmeier G, Rechberger JS. The Limitations of Anterior Knee Displacement during Different Barbell Squat Techniques: A Comprehensive Review. J Clin Med. 2023 Apr 19;12(8):2955. doi: 10.3390/jcm12082955. PMID: 37109294; PMCID: PMC10143703.

5. Müller R. Fitness centers: injury and discomfort in training. bfu report, Bern Switzerland Federal Institute for Injury Prevention. Bern, Switzerland: BFU, 1999.

6. Schwarzenegger, A., and B. Dobbins. The Arnold Schwarzenegger Encyclopedia of Modern Bodybuilding. New York: Simon and Schuster, Inc., 1985, pp. 461-463.

7. Signorile, JF, Kwiatkowski, K, Caruso, JF, and Robertson, B. Effect of foot position on the electromyographical activity of the superficial quadriceps muscles during the parallel squat and knee extension. J Strength Cond Res 9: 182-187, 1995.

8. Straub RK, Powers CM. A Biomechanical Review of the Squat Exercise: Implications for Clinical Practice. Int J Sports Phys Ther. 2024 Apr 1;19(4):490-501. DOI: 10.26603/001c.94600. PMID: 38576836; PMCID: PMC10987311.

**УДК 796.856.2**

# ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО

М.Г. Половникова[1], Ма Юньчжи[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Чунцин, Китайская Народная Республика

**Аннотация.** С помощью антропометрического метода и калиперометрии для определения особенностей физического развития детей среднего школьного возраста, занимающихся тхэквондо, и выявления морфологических критерий отбора на этапе спортивного совершенствования, был изучен компонентный состав массы тела. По мере роста и развития мальчиков и девочек наблюдается их гармоничное развитие, изменение компонентного состава тела в сторону увеличения мышечного компонента, что свидетельствует об адаптационных изменениях состава тела к систематическим физическим нагрузкам.

**Ключевые слова:** дети среднего школьного возраста, тхэквондо, компонентный состав массы тела, костный компонент, мышечный компонент, жировой компонент.

При оценке физического развития детей, по мнению большого числа исследователей, важное значение имеет соотношение компонентов массы тела [1–6].

Для определения компонентного состава тела детей среднего школьного возраста, занимающихся тхэквондо, использовались антропометрический, калиперометрический методы [2]. Определялись длина и вес тела, тотальные, парциальные размеры тела, а также толщина подкожно-жировых складок.Статистическую обработку данных проводили с помощью программы «Statistica 10.0», достоверность различий обсуждали при 5 % уровне значимости.В исследовании участвовало 18 детей в возрасте 10–12 лет, из них 9 мальчиков и 9 девочек.

Анализ изменений компонентного состава тела в возрастном аспекте показал различное их распределение и динамику развития (рис. 1–2). Самое большее содержание в структуре тела было выявлено по мышечному компоненту. Среди обследуемых мальчиков и девочек, 11-летние спортсменки-тхэквондистки имели наивысший результат – 57,3 %. У мальчиков этой возрастной группы данный показатель был ниже на 4,6 %. 10-летние девочки также характеризовались более высокими значениями (48,83 %), чем мальчики этого возраста. В 12-летнем возрасте мышечный

компонент спортсменов-тхэквондистов был выше на 4,8 % по сравнению с 12-летними девочками.

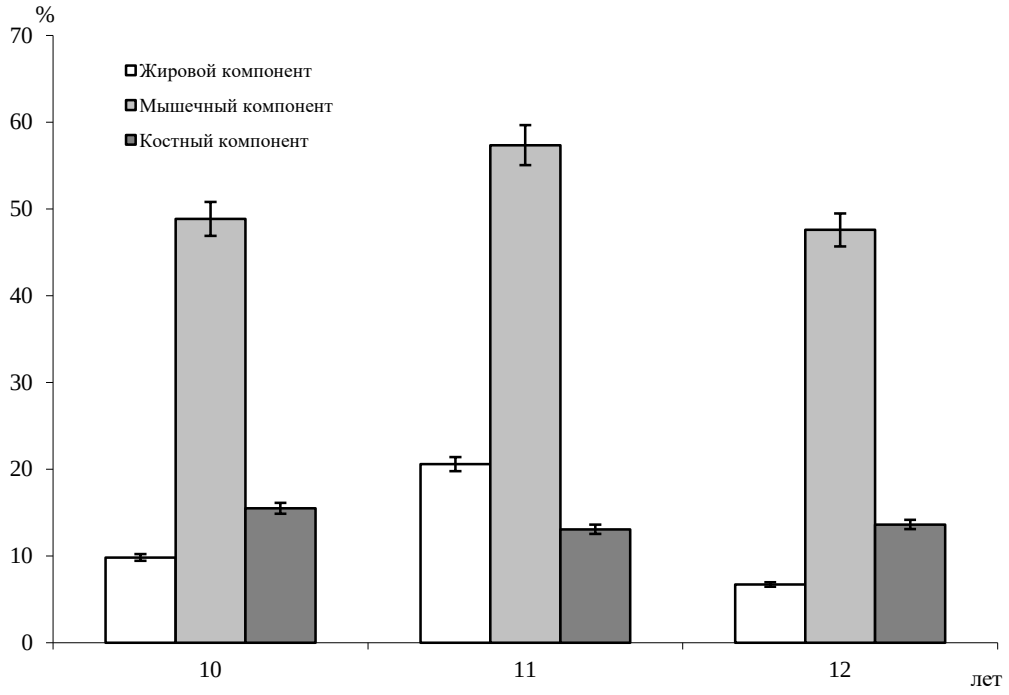



Рисунок 1 – Компонентный состав тела девочек
среднего школьного возраста, занимающихся тхэквондо

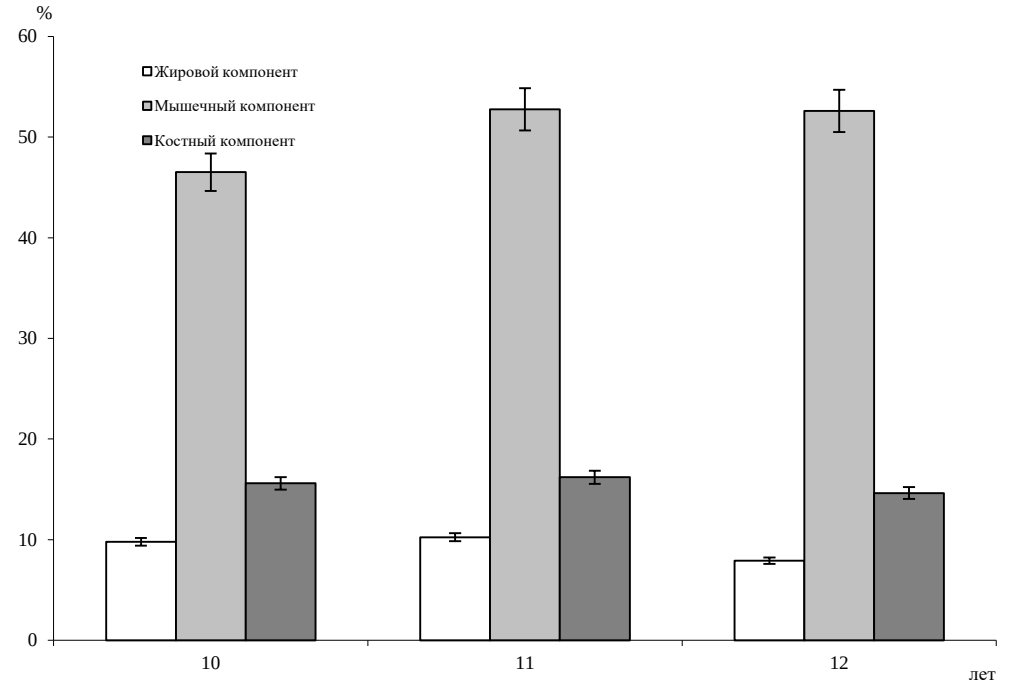



Рисунок 2 – Компонентный состав тела мальчиков
среднего школьного возраста, занимающихся тхэквондо

Исследование данных по развитию подкожного жирового отложения показало (рис. 1–2), что девочки и мальчики в более взрослом состоянии

имели наименьшие результаты по содержанию жировой ткани (6,7–7,9 %) по сравнению с другими компонентами тела. Тогда как для спортсменов более младшей возрастной группы данный параметр был высок: в десятилетнем возрасте у девочек и мальчиков он составил 9,8 %, в одиннадцатилетнем – 20,5 % у девочек и 10,2 % у мальчиков. Изучение распределения жирового компонента выявило относительную равномерность его распределения с преимущественным накоплением в области живота, на задней поверхности бедра и плеча.

Максимальным значением костного компонента характеризовались 11-летние тхэквондисты (16,2 %), что выше данных других возрастных групп мальчиков на 0,6–1,6 % (рис. 1–2). Среди девочек наибольшие результаты имели 10-летние тхэквондистки (15,4 %), а у 11–12-летних девочек этот параметр находился в пределах 13,06–13,6 % соответственно.

Таким образом, мальчики и девочки в возрасте 11–12 лет по сравнению с 10-летними представителями характеризовались более высокими показателями массивности скелета, что подтверждается высокими значениями костной и мышечной ткани. Превалирование мышечного компонента у юных спортсменов данной специализации объясняется адаптацией к тренировочным нагрузкам, при этом сохраняется в пределах нормы жировой компонент.

**Список литературы**

1. Агейкин А.В. Оценка компонентного состава тела детей-спортсменов 11–12 лет, занимающихся карате Кекусинкай в г. Пенза // Молодой ученый. – 2014. – № 12. – С. 381-383.

2. Возрастная и спортивная морфология: учебно-методическое пособие / Г.Д. Алексанянц, И.Н. Калинина, М.Г. Половникова, Ю.А. Кудряшова,О.В. Маякова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 199 с.

3. Олейник Е.А. Сравнительный анализ компонентного состава тела у спортсменок различных конституциональных типов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – С-Пб., 2015. – С. 97-101.

4. Особенности физического развития мальчиков и девочек 6–10 лет г. Краснодара / Г.Д. Алексанянц, Ю.А. Кудряшова, М.Г. Половникова, А.С. Прохорцева, А.И. Харитонов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2022 – № 3. – С. 61-67.

5. Половникова М.Г., Килимник А.А. Определение состава тела спортсменов, занимающихся комплексными единоборствами // Физическая культура и спорт. Олимпийскоеобразование. – Краснодар, КГУФКСТ, 2019. – С. 321-322.

6. Irina Kalinina, YuliaDyakova, YuliaKudryashova, Marina ZubMorphotypological characteristics of primary school children engaged in karate Kyokushin // BIO Web of Conferences.– 2020. – Vol. 26. – Режимдоступа: https://doi.org/10.1051/bioconf/20202600075.

**УДК 159.922.6**

# СПЕЦИФИКА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.А. Припутина, М.В. Бахметьева
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию особенностей развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. В работе рассматривается понятие эмоционального интеллекта, его структура и значимость для успешной социализации ребенка. Особое внимание уделяется роли родителей и дошкольного образовательного учреждения в развитии эмоционального интеллекта детей.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, дошкольный возраст, развитие личности, родители, дошкольное образование.

Дошкольный возраст является тем периодом жизни, когда протекает процесс активного развития эмоциональной сферы ребенка. В данный период закладываются способности взаимодействия как со своими, так и с чужими эмоциям. А от того, насколько успешно ребенок овладеет данными навыками, во многом зависит успешность его будущей жизнедеятельности. Именно поэтому должно быть уделено особое внимание развитию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста [1, 3].

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) определяет приоритетность сохранения и укрепления физического и психического благополучия детей, в том числе их эмоционального интеллекта. Это можно увидеть в разделе ФГОС ДО «Социально-коммуникативное развитие», где отмечена необходимость развивать у детей социальный и эмоциональный интеллект (эмоциональную отзывчивость, эмпатию, готовность к коллективной деятельности).

Эмоциональный интеллект принято определять как совокупность навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач. Высоко развитый эмоциональный интеллект позволяет человека эффективно функционировать в социальной среде, выстраивать качественные отношения с другими субъектами общества, а также достигать собственных успехов. Эмоциональный интеллект представляет собой сложную систему, в рамках которой можно выделить такие компоненты, как саморегуляция, самопознание, эмпатия, мотивация, а также социальные навыки [2].

Эмоциональный интеллект человекаявляется одним из определяющих факторов успешного социального функционирования, так как способствует эффективной коммуникации, построению отношений, принятию решений, а также преодолению стрессовых ситуации. Особую значимость эмоциональный интеллект приобретает в профессиональной сфере, так как лица с развитыми межличностными навыками способствуют созданию позитивного климата в коллективе и достижению высоких результатов.

Одной из ключевых особенностей детей дошкольного возраста является их эмоциональная сфера, а именно ее динамичность, интенсивность и неустойчивость. В данный возрастной период дети входят в фазу активного знакомства с окружающим миром, в том числе другими людьми. Они становятся частью все больших социальных групп, чем обусловлена необходимость выработки навыка управления эмоциями как инструментом внешнего взаимодействия, а также навыка распознания эмоций и намерений других социальных субъектов. Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте способствует поддержанию психологического благополучия ребенка и минимизирует возможные психологические травмы в процессе социализации. Важно отметить, что развитие эмоционального интеллекта является одним из ключевых факторов в формировании адекватной самооценки у ребенка [4, 5].

Семейная среда безусловно играет первостепенную роль в становлении эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. Родители выступают в роли первичных агентов социализации, демонстрируя модель межличностного взаимодействия и эмоциональной регуляции. Создавая атмосферу психологической безопасности и поддержки, родители способствуют формированию у детей уверенности в себе и открытости к выражению эмоций – одних из ключевых компонентов эмоционального интеллекта. Формат воспитания существенно оказывает сильное влияние на развитие эмоциональной сферы ребенка. Так демократичныйформат, характеризующийся открытым диалогом, взаимным уважением и поддержкой детской инициативы, способствует формированию у ребенка способности осознавать и эффективно управлять своими эмоциями. В противоположность, авторитарный формат, основанный на жестких правилах и подавлении эмоциональных проявлений, может негативно сказываться и иметь обратный эффект. Важно отметить, что родители могут содействовать развитию эмоционального интеллекта у ребенка дошкольного возраста, оставаясь эмоционально доступными для ребенка, используя простые, понятные ребенку слова для описания эмоций, демонстрируя эмпатию, а также поощряя ее проявления со стороны ребенка.

Дошкольное образовательное учреждение, наряду с семьей, выступает в качестве определяющего фактора в формировании эмоционального интеллекта у ребенка. В условиях дошкольного учреждения ребенок попадает в микросоциум, где активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. Эти взаимодействия способствуют развитию его способности

понимать эмоциональные состояния других людей, строить конструктивные отношения и разрешать конфликты.Специально разработанные программы и методики, используемые в дошкольных учреждениях, направлены на формирование эмоциональной грамотности детей. Игровые, творческие и театрализованные занятия позволяют детям не только освоить базовые эмоции, но и разобраться в более сложных эмоциональных состояниях.Педагоги, обладающие знаниями в области детской психологии и необходимыми компетенциями, выступают в роли авторитетных взрослых, оказывающих поддержку детям в процессе эмоционального развития. Они помогают детям осознавать свои чувства, выражать их адекватно и находить конструктивные способы реагирования на различные ситуации. Это позволяет детям лучше усваивать социально приемлемые стратегии эмоционального поведения.

Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста представляет собой важнейший процесс, непосредственно связанный с их успешной социализацией. Способность идентифицировать, регулировать собственные эмоции, а также проявлять эмпатию по отношению к другим социальным субъектам выступает в качестве ключевого фактора, определяющего гармоничное развитие личности.Семейное воспитание и педагогическое воздействие оказывают большоевоздействие на данный процесс.Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у дошкольников – является задачей комплексной, требующей совместных усилий семьи и общества.

**Список литературы**


1. Горячева, Е. С. Методы развития эмоционального интеллекта // E-Scio. – 2023. – №1 (76). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/metody-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta (дата обращения: 15.09.2024).
2. Кудряшова, Т.Ю. Особенности развития компонентов эмоционального интеллекта на этапе дошкольного детства // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 61-4. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-komponentov-emotsionalnogo-intellekta-na-etape-doshkolnogo-detstva (дата обращения: 01.10.2024).
3. Прозументик О.В., Жигалова Н.В. Теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте // Пермский педагогический журнал. - – 2023. – №14. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-v-doshkolnom-vozraste (дата обращения: 19.09.2024).
4. Социализация детей в дошкольном возрасте / С. А. Козлова [и др.] ; под научной редакцией С.А. Козловой. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 179 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-17886-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/533909 (дата обращения: 22.09.2024).
5. Чагарова, М.Д. Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Педагогический вестник. – 2023. – №31. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-1 (дата обращения: 15.09.2024).

**УДК 373.21**

# РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

А.А. Припутина, Н.И. Шпак
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме развития творческого потенциала ребенка в дошкольном возрасте. В работе анализируется понятие творческого потенциала, обосновывается его значимость для общего развития личности ребенка. Особое внимание уделяется роли дошкольного образовательного учреждения в формировании творческих способностей детей. В статье выделяются ключевые факторы, способствующие созданию среды для эффективного развития творческого потенциала ребенка в условиях дошкольного образовательного учреждения.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, дошкольное образовательное учреждение, творчество, творческий потенциал.

Актуальность проблемы развития творческого потенциала ребенка в условиях современного дошкольного образования заключается в том, что творчество является одним из важнейших компонентов процесса общего развития личности, который оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнедеятельность и является определяющим фактором для многих ее особенностей.

Творческий потенциал можно определить как комплексную характеристику личности, отражающую ее способность к созиданию чего-либо принципиально и объективно нового, оригинального. Он представляет собой целуюсистему врожденных и приобретенных в течение жизни качеств, обеспечивающихфункционирование неординарного мышления, а также дающих возможность находить и реализовыватьразличные решения и идеи, отличающиеся своей нетривиальностью. К ряду компонентов творческого потенциала как системы можно отнести следующее: фантазия, воображение, гибкость мышления, ассоциативное мышление, критическое мышление коммуникабельность, эмоциональность, любопытство и открытость к новому [1, 2].

Творческий потенциал способствует творческой самореализации, которая может быть разной: экспрессивной, продуктивной, изобретательной, инновационной, непредвиденной. Независимо от вида творческой самореализации она всегда обусловливается активностью личности – активность восприятия действительности, активность преобразования действительности, активность поведения, эмоциональная активность и т.п. Обращение к понятию «творческая активность» показывает, что она

характеризует актуализацию творческого потенциала личности на основе осознания ею ценности феномена творчества.

Творческий потенциал обретает все большую значимость и играет важную роль в контексте современного динамично преобразовывающегося мира. Инновационные процессы, выступающие в качестве ключевого фактора социально-экономического прогресса, требуют от субъектов деятельности проявления креативности. Творческий подход к задачам способствует генерации оригинальных решений и преодолению ограничений существующих парадигм. Реализация творческого потенциала осуществляется в различных социальных контекстах и культурных средах. Исторический опыт наглядно доказывать тот факт, что творческие достижения индивидов оказывают существенное влияние на социальный прогресс, спсобствуя процессу активного развитиякультуры, науки и технологий.

Дошкольный возраст, который длится с трех до семи лет, представляет собой особый период жизни человека. Он может быть охарактеризован интенсивным психофизическим развитием. В процессе игровой и коммуникативной деятельности у ребенка формируются элементарные представления о мире, закладываются основы личности, а также развиваются социальные навыки и умения.

Развитие творческого потенциала детей дошкольного возраста представляет собой один из фундаментальных механизмов их всестороннего, комплексного развития. На данном возрастной ступени происходит активное психоэмоциональное развитие формирование когнитивных целого ряда когнитивных способностей. Творческий потенциал ребенка способствует успешному протеканию упомянутых процессов, что, в свою очередь, выступает в качестве одного из факторов его дальнейшего становления в роли устойчивого субъекта общества.

Педагогическая поддержка творческой активности ребенка в рамках дошкольного образовательного учреждения является одним из ключевых и первостепенных направлений современной системы дошкольного образования. Обеспечение разнообразной предметно-развивающей среды, а также организация занятийтеми или иными видам художественной деятельности (изобразительной, музыкальной, театральной и др.) способствуют значительному повышению эффективности условий для спонтанного, но в то же время продуктивной творческой деятельности детей. Однако важно отметить, что педагогу необходимо учитывать персональные особенности каждого ребенка, стремясь создать такие условия, которые обеспечат возможность свободного выбора того или иного вида деятельности самим ребенком.

Творческие процессы оказывают существенное влияние на социально-коммуникативное развитие дошкольников. Совместная деятельность в рамках творческих проектов способствует формированию таких навыков, каккоммуникабельность, умение сотрудничать, нахождение компромиссов, а

также разрешение конфликтных ситуаций. Помимо этого, творчество может выступать в качестве одного из наиболее эффективных инструментов социализации детей дошкольного возраста, помогая им успешно приспособиться к существующим социальным нормам.

Также важно отметить, что результаты творческой деятельности ребенкамогут становиться одним из факторов, принимающих участие в формировании положительной самооценки у дошкольников. Оценка и признание взрослыми и сверстниками результатов их творческой деятельности оказывает благоприятное влияние на формирование у детей уверенности в собственных силах и создает ценный мотив для дальнейшего развития творческого потенциала.

Установлено, что творческие способности, как и любые другие, поддаются развитию. Эффективность данного процесса зависит не только от его интенсивности и последовательности, но и от условий реализации творческого потенциала, который, в свою очередь, предполагает развитие.

Дошкольные образовательные учреждения обладают уникальным потенциалом для стимулирования творческой активности детей, предоставляя имвсе необходимые ресурсы, поддержку и условия для творческого самовыражения.Можно выделить несколько важных факторов, способствующих созданию оптимальной среды в дошкольном образовательном учреждении.

Первый фактор – разнообразие активностей. В рамках дошкольного образовательного учреждения должны быть организованы различные творческие активности – художественные, музыкальные, театрализованные, образовательные и другие. Это позволяет детям экспериментировать, пробовать новые виды творчества и находить то,что больше отвечает их индивидуальным предпочтениям и запросам.

В качестве второго фактора можно выделить наличие творческих пространств.Необходимо организовать уголки для творчества с открытым доступом к разнообразным материалам. Такие пространства стимулируют детей к свободному самовыражению, предоставляя возможность для импульсивного творческой деятельности.

Третий фактор – ориентированность на эксперимент.В рамках дошкольного образовательного учреждения должно поощряться детское любопытство, а также инициатива, позволяя экспериментировать без страха ошибиться. Это создает благоприятную психологическую атмосферу доверия и безусловной поддержки.

Четвертым фактором является привлечение родителей. Эффективное взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с родителями также может критически сказаться на развитии творческого потенциала ребенка. Примером такого взаимодействия является организация совместных творческих мероприятий, проектов, выставок или праздников, где дети имеют возможность продемонстрировать свои способности и достижения, а родители – оценить это и поддержать своего ребенка. Другим примером

эффективного взаимодействия с родителями является информирование и обучение:проведение собраний и обсуждений по вопросам творческого развития детей, что поможет родителям лучше понимать важность творчества, а также узнать неочевидные методы развития творческого потенциала.

Дошкольные образовательные учреждения играют имеет высокую значимость в вопросе развития творческого потенциала детей. Создание благоприятной среды, поддержка инициативыи активное взаимодействие с родителями – все эти фактор способствуют успешному протеканию данного процесса. Развитие творческого потенциала дошкольников является основой для формирования успешной личности [3–5].

**Список литературы**

1. Байгильдина, З. Ф. Творческий потенциал личности // Вестник Башкирского университета. – 2008. – №3. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tvorcheskiy-potentsial-lichnosti (дата обращения: 14.09.2024).

2. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 160 с. – (Антология мысли). – ISBN 978-5-534-06998-3. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/538601 (дата обращения: 14.09.2024).

3. Исмаилова, Н.И. Пути и средства развития навыков творчества у детей дошкольного возраста // Экономика и социум. – 2020. – № 5-1(72). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/puti-i-sredstva-razvitiya-navykov-tvorchestva-u-detey-doshkolnogo-vozrasta (дата обращения: 14.09.2024).

4. Каримов, Т. Х. Творческая педагогика – современный подход к педагогике // Экономика и социум. – 2024. – № 5-1(120). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tvorcheskaya-pedagogika-sovremennyy-podhod-k-pedagogike (дата обращения: 14.09.2024).

5. Рахимова, М. Х. Формирование креативности у детей дошкольного возраста (4–7 лет) // Проблемы педагогики. – 2019. – № 6(45). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kreativnosti-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-4-7-let-1 (дата обращения: 14.09.2024).

**УДК 796.01:612**

# СУММАРНАЯ ОЦЕНКА РЕГУЛЯТОРНЫХ СИСТЕМ (СОРС) У СПОРТСМЕНОВ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

А.С. Прохорцева
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Представлены результаты оценки функционального состояния системы кровообращения спортсменов игровых видов спорта в возрасте от 19–21 года (n=64). Использовался комплексный подход с оценкой гемодинамики, показателей вариабельности ритма сердца и типа саморегуляции кровообращения, характеризующие адаптационные возможности организма спортсмена. Была оценена суммарная оценка регуляторных систем по М.Р. Баевскому.Определена тенденция взаимосвязи активности регуляторных систем спортсменов игровых видов спорта с типом саморегуляции кровообращения. Лучшие результаты по показателям СОРС наблюдаются у баскетболистов с сосудистым типом кровообращения. У футболистов и гандболистов с сердечным типом саморегуляции кровообращения наблюдается тенденция к формированию «спортивного сердца».

**Ключевые слова:** ВНС, игровые виды спорта, регуляторно-адаптивные возможности, ВРС.

**Введение.** Игровые виды спорта являются наиболее динамическими, они связанны с постоянной быстрой перестройкой организма к новому виду нагрузки: рывки, движение с ускорением, движение с мячом, а также параллельное движение соперника, сканирование пространства и оценка игровой ситуации на поле и др. Интенсификация мышечной деятельности вызывает не только морфофункциональные перестройки, специфичные для данной физической работы, но и приспособление к непостоянным факторам среды, которые влияют на игрока. В данных условиях функциональный резерв организма спортсмена всегда варьирует, ограничивая уровень биологической надежности. Однако, повышение резерва функциональных возможностей спортсмена лежит в основе взаимосвязи его психических и функциональных возможностей, что может послужить основой достижения наивысших результатов, на которые можно влиять с помощью регулирования учебно-тренировочного процесса [4, 6].

Важная роль регуляторно-адаптивных возможностей организма спортсмена, обеспечивающая адаптационный потенциал во время физических нагрузок, играет сердечно-сосудистая система, которая за счет сложного взаимодействия нервно-гуморальных механизмов участвует в процессах адаптации. Известно, что вегетативный тонус определяется

регуляторными механизмами, которые поддерживаются за счет соотношения в работе между симпатическими и парасимпатическими отделами вегетативной нервной системы. Изучение исходного вегетативного тонуса с последующим мониторингом у спортсменов дает возможность оценить адаптационные резервы организма во время соревновательной деятельности и быстроту включения в работу без длительных восстановительных мероприятий после физической нагрузки [1, 3, 5, 6].

В связи с этим возникает необходимость выяснения функциональных характеристик и особенностей адаптации организма спортсменов игровых видов спорта для формирования принципиальных критериев оценки состояния спортсмена, организм которого имеет специфические адаптационные показатели.

Цель исследования: на основе анализа показателей вариабельности ритма сердца и типа саморегуляции кровообращения определить методические аспекты критериев функционального состояния.

**Организация и методы исследования.** Исследования проводились на базе кафедры анатомии и спортивной медицины ФГБОУ ВО КГУФКСТ. В исследовании принимали участие 64 спортсмена: футбол (n=16), баскетбол (n=15), гандбол (n=19), волейбол (n=14), в возрасте возраст 19–21 год. Для всех исследуемых соблюдался принцип единства требований при проведении обследований и Международные биоэтические нормы согласно Хельсинской декларации.

Для изучения функционального состояния системы кровообращения спортсменов игровых видов спорта использовался комплексный подход с оценкой функционального состояния ССС: центральной гемодинамики, вариабельности ритма сердца, спектрального и математического анализа сердечного ритма, суммарной активности нейрогуморального влияния на сердце; пульсометрии и тонометрии. Суммарная оценка регуляторных систем (СОРС) осуществлялась по методике Р.М. Баевского (1993) для оценки комплексного состояния системы кровообращения и ее регуляции [2]. Математико-статистическая обработка полученных результатов осуществлялась с помощью статистического пакета STATISTICA 6.0. Для характеристики изучаемых показателей вычислялась средняя арифметическая величина выборочной совокупности (M). Показателем варьирования полученных результатов служило среднее квадратичное отклонение (σ) и m – ошибка репрезентативности (генеральная средняя). Оценка достоверности различных изучаемых показателей проводилась по t-критерию Стьюдента при уровне значимости $P<0,05$. Частотные показатели сравнивали по алгоритму точного метода Фишера с помощью двустороннего критерия $\chi 2$.

**Результаты исследования.** Исходя из того, что спортивные игры относятся к контактному виду спорта с переменной зоной мощности, в исследовании использовалась классификация Митчелла с соавт. (2005), основанная на делении спортивных дисциплин по преимущественному виду деятельности: динамический и статистический, и учитывающая так же

уровень интенсивности динамической или статической работы для достижения высоких спортивных результатов. Кроме того, данная классификация позволяет разделить виды спорта по степени риска возникновения получения спортсменом травм и осложнений со стороны сердечно-сосудистой системы.

Сравнительный анализ основных гемодинамических показателей показал следующее: в группе волейболистов обнаружены наиболее высокие ЧСС (72,5±0,4 уд/мин) по отношению к данным спортсменов других специализаций($p>0,05$), минимальные значения УО (49,8±0,3 мл) и максимальные значения Индекса функциональных изменений(15,4±0,08 усл.ед.).

В группе баскетболистов обнаружены самые высокие значения($p>0,05$) ОПСС(2925,3±106,3 усл.ед.) и УПСС(14,6±0,4усл.ед.), а также выявлен относительно высокий показатель индекса функциональных изменений(14,3±0,08). Уровень же ЧСС (60,2±1,3 уд/мин)был самым низким среди исследуемых групп, что указывает на экономичный режим функционирования сердечно-сосудистой системы($p>0,05$).

Нами были определены высокочастотные (HF) низкочастотные (LF) спектры, выраженные в % и мс$^2$. Так как высокочастотные указывают на преобладание парасимпатического отдела вегетативной нервной системой в процессах регуляции сердца, то наибольшие показатели выявлены у представителей специализации у футболистов (8471,5±697,3 мс$^2$, 45,9±1,8%) баскетболистов (2621,2±301,8 мс$^2$, 42,7±0,8 %). В этих же группах наблюдались более выраженные показатели низкочастотных спектров (LF). Что коррелирует между собой, указывая на напряженность в системе регуляции функционирования сердечно-сосудистой системы.

Среди всех групп исследуемых был выявлены статистически значимые различия в балансе по спектру ВРС по напряженному вегетативному балансу – LF>VLF<HF. Среди исследуемых групп соотношение имеет различия в зависимости от вида спорта. Данный вид напряжения выявлен у футболистов (3789,8>2469,6<8471,5), гандболистов (1279,2>1044,8<1022,5), волейболистов (944,0>844,5<1160,2), баскетболистов (2648,0>2621,2<3724,5). Относительная ваготония – VLF<HF>LF, не была выявлена ни в одной из исследуемых групп.

Суммарная же активность нейрогуморального влияния на сердечный ритм в исследуемых группах имела максимальное значение у баскетболистов ТР – 4546,8±166,0 мс$^2$, а минимальное значение у волейболистов (ТР – 2948,7±91,0 мс$^2$) (статистически значимые различия). Минимальное у гандболистов ТР – 2948,7±91,0 мс$^2$.

Среди всех групп исследуемых в зависимости от спортивной специализации были выявлены статистически значимые различия в регуляторном балансе по спектру ВРС. Напряженный вегетативный балансвыявлен во всех группах спортсменов: у футболистов, гандболистов, волейболистов, баскетболистов.

Анализируя полученные результаты ВРС статистически значимые различия наблюдались между показателями вариационной пульсометрии ПАПР и ВПР. Вегетативный показатель ритма (ВПР) свидетельствует о наличии или отсутствие вегетативного баланса с точки зрения оценки активности автономной регуляции сердца. Данный показатель достоверно больше у гандболистов среди исследуемых групп (при $p<0,05$) и составляет 4,18±0,2 усл. ед. Показатель адекватности процессов регуляции (ПАПР) отражает соответствие между активностью симпатического отдела ВНС и ведущем уровнем функционирования синусового узла. Данный показатель оказался достоверно более высоким среди исследуемых групп также у гандболистов и составил 52,21±0,7 усл. ед. (при $p<0,05$).

Показатель индекса напряжения также был достоверно выше у гандболистов. Сравнивая показатель со шкалой выраженности напряжения функционирования сердечно-сосудистой системы можно предположить о наличии спортсменов этой группы легкой степени напряжения адаптивных механизмов.

Выявлено следующее: в группе футболистов с сердечным типом саморегуляции кровообращения СОРС равен (–5) баллов, что может расцениваться как вариант нормы с оптимальным напряжением систем регуляции, высокими функциональными возможностями сердца и высокими резервами сердечно-сосудистой системы. Та же ситуация наблюдается и в группе футболистов со смешанным типом саморегуляции кровообращения (–3) балла (рисунок 1).



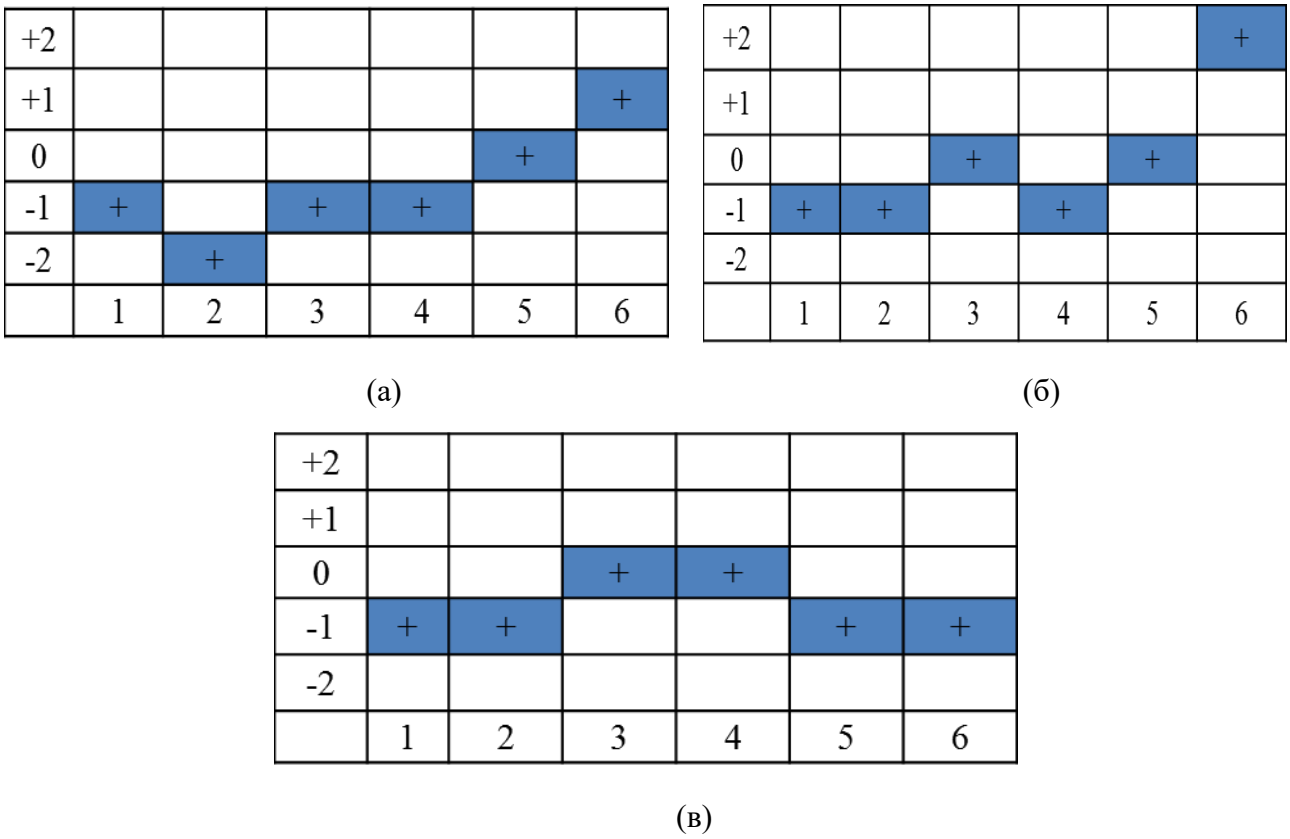

Примечание: 1– суммарный эффект регуляции, который оценивается по показателю rNN, усл.ед.;
2 – функция автоматизма по показателю CV, %;
3 – вегетативный гомеостаз по показателю – ИН, усл. ед.;
4 – общая мощность спектра – TP, мс$^2$;
5 – активность подкорковых нервных центров – ИЦ, усл. ед.;
6 – спектральная структура ритма по значению – VLF/TF, ед.

Рисунок 1 – Оценка регуляторных систем футболистов с сердечным (а), сосудистым (б) и смешанным (в) типами саморегуляции кровообращения

Некоторое функциональное напряжение с мобилизацией функциональных резервов ССС выявлено у футболистов с сосудистым типом саморегуляции кровообращения, у которых по показателю СОРС наблюдается 2 балла, что можно характеризовать как минимальное напряжение систем регуляции с удовлетворительным уровнем адаптации при высоких функциональных возможностях сердца.

У гандболистов с сердечным и смешанным типом показатели СОРС составили (–3) балла, что свидетельствует о сбалансированном влиянии симпатического и парасимпатического отделов ВНС и минимальном напряжении систем адаптации с высокими функциональными возможностями сердечно-сосудистой системы.

У гандболистов с сосудистым типом СОРС составил (–1) балл, что позволяет их отнести также в группу с более худшим состоянием (рисунок 2).




Примечание: 1 – суммарный эффект регуляции, который оценивается по показателю rNN, усл.ед.;

2 – функция автоматизма по показателю CV, %;

3 – вегетативный гомеостаз по показателю – ИН, усл. ед.;

4 – общая мощность спектра – TP, мс$^2$;

5 – активность подкорковых нервных центров – ИЦ, усл. ед.;

6 – спектральная структура ритма по значению – VLF/TF, ед.

Рисунок 2 – Оценка регуляторных систем гандболистов с сердечным (а), сосудистым (б) и смешанным (в) типами саморегуляции кровообращения гандболистов

При оценке показателей СОРС волейболистов установлено, что независимо от типа саморегуляции в обеих группах наблюдается состояние нормы с минимальным напряжением систем регуляции. При этом необходимо отметить, что лучшие показатели СОРС (–3) балла выявлены у волейболистов с сердечным типом саморегуляции кровообращения, у которых также имеются наименьшие значения индекса централизации в управлении сердечным ритмом (рисунок 3).

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| +2 | | + | | | | |
| +1 | | | | | | |
| 0 | + | | | + | | |
| -1 | | | + | | | |
| -2 | | | | | + | + |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

а)

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| +2 | | + | | | | |
| +1 | | | | | | + |
| 0 | | | + | + | + | |
| -1 | + | | | | | |
| -2 | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

б)

Примечание: 1- суммарный эффект регуляции, который оценивается по показателю rNN, усл.ед.;

2- функция автоматизма по показателю CV, %;

3- вегетативный гомеостаз по показателю - ИН, усл.ед.;

4- общая мощность спектра - TP, мс$^2$;

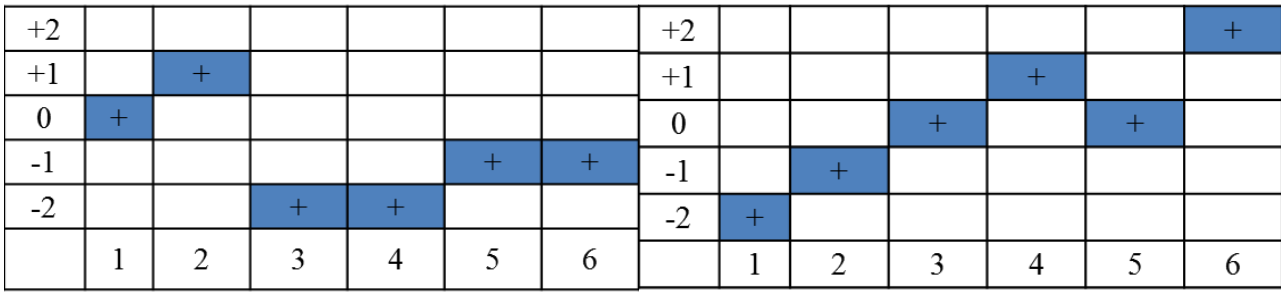
5- активность подкорковых нервных центров – ИЦ, усл.ед.;

6- спектральная структура ритма по значению - VLF/TF, ед.

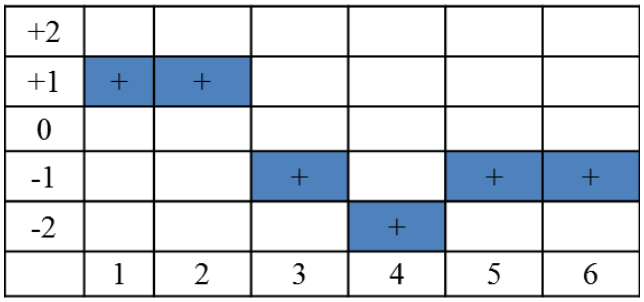
Рисунок 3 – Оценка регуляторных систем волейболистов с сердечным (а), смешанным (б) типами саморегуляции кровообращения волейболистов

Анализ результатов СОРС баскетболистов позволил выявить улучшение функциональных возможностей системы кровообращения данной группы спортсменов от сердечного к сосудистому типу, т.е. наилучшие результаты наблюдались у баскетболистов с сосудистым типом – 0 баллов, наихудшие к баскетболистов с сердечным типом – (-5) баллов.

При этом необходимо отметить, что самые высокие значения ЧСС при $p>0,05$ (85,0±0,7 уд/мин) и самые низкие значения $p>0,05$ общей мощности спектра (TP, мс2) выявлены именно у баскетболистов – 1729,0±121,6 мс$^2$, что указывает на возможность отнесения к группам риска по развитию сердечно-сосудистых заболеваний (рисунок 4).




а) б)




в)

Примечание: 1- суммарный эффект регуляции, который оценивается по показателю rNN, усл.ед.;

2- функция автоматизма по показателю CV, %;

3- вегетативный гомеостаз по показателю - ИН, усл.ед.;

4- общая мощность спектра - TP, мс$^2$;

5- активность подкорковых нервных центров – ИЦ, усл.ед.;

6- спектральная структура ритма по значению - VLF/TF, ед.

Рисунок 4 – Оценка регуляторных систем футболистов с сердечным (а), сосудистым (б) и смешанным (в) типами саморегуляции кровообращения баскетболистов

Таким образом, проведенное исследование показало, что комплексное изучение функционального состояния спортсменов игровых видов спорта с выделением типов саморегуляции кровообращения позволяет выявить особенности в деятельности регуляторных систем.

Выявлено, что сердечный тип кровообращения, как наиболее неблагоприятный, чаще встречается у спортсменов специализаций волейбол (50 %) и баскетбол (40 %), что указывает на напряжение системы кровообращения и адаптационных механизмов в процессе долговременной мышечной деятельности и подтверждается высокими значениями показателей, характеризующими симпатическую активность в управлении сердечным ритмом.

**Заключение.** Определена тенденция взаимосвязи активности регуляторных систем спортсменов игровых видов спорта с типом саморегуляции кровообращения. Лучшие результаты по показателям СОРС наблюдаются у баскетболистов с сосудистым типом кровообращения. У

футболистов и гандболистов с сердечным типом саморегуляции кровообращения наблюдается тенденция к формированию «спортивного сердца».

**Список литературы**

1. Агаджанян Н.А. Соревновательный стресс у представителей различных видов спорта по показателям вариабельности сердечного ритма / Н.А. Агаджанян, Т.Е. Батоцыренова, Ю.Н. Семенов, А.Н. Кислицын и др. // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 1. – С. 2–4.

2. Баевский, Р. М. Вариабельность сердечного ритма: теоретические аспекты и возможности клинического применения. Ультразвуковая и функциональная диагностика / Р. М. Баевский, Г. Г. Иванов. - М. : Наука, 2001 – 230 с.

3. Баевский, Р.М. Анализ вариабельности сердечного ритма с помощью комплекса «Варикард» и проблема распознавания функциональных состояний / Р.М. Баевский, Ю.Н. Семенов, А.Г. Черникова // Хронобиологические аспекты артериальной гипертензии в практике врачебно-летной экспертизы. – М. – 2000. – С. 167–178.

4. Калинина, И.Н. Критериальная значимость коэффициента эффективности адаптации для оценки динамической функциональной системы футболистов 12-18 летнего возраста / И.Н. Калинина, В.В. Лавриченко // Российский журнал спортивной науки: медицина, физиология, тренировка. – 2022. – Т. 1, № 1(1).

5. Линдт, Т. А. Функциональное состояние организма хоккеистов 11-14 лет / Т. А. Линдт, И. Н. Калинина // Спортивная медицина и реабилитация: традиции, опыт и инновации : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 25 апреля 2024 года. – Краснодар: Федеральное Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2024. – С. 269-273.

6. Особенности вариабельности ритма сердца футболистов / А.С. Прохорцева, А.С. Остапчук, И.Н. Калинина, М.Г. Половникова // Спорт, Человек, Здоровье: Материалы XI Международного Конгресса, Санкт-Петербург, 26–28 апреля 2023 года / Под редакцией С.И. Петрова. – Санкт-Петербург: ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2023. – С. 352-354.

**УДК 796.01:61**

# МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

С.Н. Фотина
Центр развития ребенка – детский сад № 181, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается влияние своевременного угасания примитивных рефлексов на гармоничное развитие ребенка, а также важность формирования физических качеств детей дошкольного возраста в соответствии с сенситивными периодами развития. Обоснована важность медико-биологического тестирования, приведены примеры тестов и обозначена последующая коррекционная работа.

**Ключевые слова:** примитивные рефлексы,сенситивные периоды, медико-биологическое тестирование.

Одной из самых актуальных проблем современного общества является ухудшение состояния здоровья детей. Согласно докладу Министерства здравоохранения России («Об итогах работы Минздрава России за 2023 год») по результатам профилактических осмотров только 30 % детей признаны полностью здоровыми, у 55 % – нет хронических заболеваний, но есть некоторые функциональные нарушения, а примерно 15 % имеют хронические заболевания разной степени тяжести, из них нарушения опорно-двигательного аппарата диагностированы у 50 %, невротические отклонения (СДВГ, аутоподобные черты, тики, фобии, ЗПР и ЗРР) – у 30–40 %, заболевания лор-органов – у 20–25 %, аллергические реакции – у 10–23 %, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы – у 10–25 % детей [2].

Здоровье ребенка складывается из нескольких факторов: внутриутробное развитие, особенности течения беременности и родов, генетическая предрасположенность, раннее развитие, микроклимат в семье, экология, питание и пр. Кроме того, современный темп жизни и уровень развития общества накладывает повышенные требования не только на взрослых, но и на детей, в том числе и на дошкольников. Один из важнейших запросов времени – раннее обучение ребенка. В связи с этим родители стараются отдать на дополнительные образовательные занятия даже детей раннего возраста. Не случайно так популярны курсы не только подготовки к школе, но и «Читаем с трех лет», «Английский с двух лет» и т.п. И мало кто задумывается о возрастных физических возможностях ребенка, а многие и не знают, что недостаток двигательного развития в дошкольном возрасте приводит к проблемам школьного обучения.

Крайне редко говорят также о том, что несвоевременное угасание примитивных рефлексов ведет к задержке психомоторного развития и является препятствием для дальнейшего обучения.

В качестве примера рассмотрим ассиметричный шейный тонический рефлекс (АШТР). При нормальном развитии ребенка угасание данного рефлекса происходит между 4 и 6 месяцами жизни. Сохранение АШТР у ребенка старше 6 месяцев мешает последующему развитию таких двигательных способностей, как переворачивание, ползание по-пластунски, сохранение баланса в позе стоя при повороте головы в сторону. Если АШТР сохраняется до 7 лет, это считается признаками нейромоторной незрелости, что может негативно сказаться при обучении письму, чтению и даже привести к дислексии.

Следовательно, на первый план у ребенка раннего и дошкольного возраста выходит развитие двигательных способностей (ползание, ходьба, бег, лазание, метание) и двигательных качеств (ловкость, гибкость, выносливость, сила, скорость).

Потребность ребенка в движении в современных детских садах удовлетворяется не полностью. Очень важно, чтобы это время использовалось максимально эффективно для развития навыков основных движений с учетом сенситивного развития ребенка, т.е. соответственно возрасту. Сенситивные этапы физического развития дошкольников обозначают периоды, когда дети наиболее восприимчивы к обучению и развитию определенных физических качеств. Эти этапы критически важны для формирования здоровья и координации движений в будущем.

Сенситивные периоды развития двигательных качеств
(по Н.А. Ноткиной)

Для мальчиков

| Возраст | 1 место | 2 место | 3 место |
|---|---|---|---|
| 4 года | Выносливость | Сила | Быстрота |
| 5 лет | Быстрота | Сила | Выносливость |
| 6 лет | Сила | Ловкость | Гибкость |

Для девочек

| Возраст | 1 место | 2 место | 3 место |
|---|---|---|---|
| 4 года | Быстрота | Гибкость | Выносливость |
| 5 лет | Быстрота | Гибкость | Сила |
| 6 лет | Гибкость | Ловкость | Быстрота |

Понимание сенситивных этапов развития физических качеств дошкольников помогает родителям и педагогам предоставить детям оптимальные условия и возможности для активного обучения через двигательную активность и игру, что является ключевым для их полноценного физического и психологического развития, а также для формирования навыков общения и социальной адаптации. Это периоды, когда закладываются основы для здорового образа жизни и физической активности в будущем.

В практике достаточно часто встречаются случаи, когда двигательные качества у ребенка не развиваются в соответствии с нормой или развиваются

недостаточно. Для своевременной коррекции развития необходимо провести качественное медико-биологическое тестирование и выяснить причины недостатков физических качеств ребенка. При проведении тестирования важно использовать разнообразные методы, позволяющие комплексно оценить физические качества дошкольников и выявить потребности в дополнительных занятиях для улучшения их физического состояния.

К данным методам можно отнести:

- Измерение антропометрических данных: включает измерение роста, веса, окружности головы и груди.
- Клинический осмотр: включает проверку состояния здоровья, наличия хронических заболеваний и оценку общего физического состояния.
- Опросники для родителей: позволяют собрать информацию о протекании беременности, родов и о раннем развитии ребенка.
- Различные психомоторные тесты, такие, как «Фламинго» (тест на равновесие), «Броски набивного мяча» (тест на силу), «Наклоны» (тесты на гибкость), «Бросай и отбивай», «Челночный бег» (тесты на ловкость), «Бег без учета времени» (тест на выносливость) и др.
- Оценка двигательной активности через игры: наблюдение за детьми во время различных подвижных игр и спортивных мероприятий [1, 3–5, 6, 7].

После анализа данных, полученных в результате медико-биологического тестирования необходимо подобрать комплекс развивающих физических упражнений, направленных на коррекцию выявленных недостатков, активизацию деятельности нервной системы и нормализацию мышечного тонуса.

Понимание медико-биологических и физиологических процессов, знание сенситивных периодов развития дошкольников помогут правильно подобрать комплекс физических упражнений и распределить физическую нагрузку, что поможет сформировать физические качества ребенка и в дальнейшем приведет к правильному психомоторному развитию.

**Список литературы**

1. Блайт С.Г. Оценка нейромоторной готовности к обучению. Диагностический тест уровня развития от ИНФП и школьная коррекционная программа. – 2-е изд., испр. – М.: Линка-Пресс, 2023. – 96 с.

2. Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 285 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-10215-4. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/517227

3. Завьялова, Т. П. Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 228 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-05362-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/539664

4. Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта : курс лекций / [сост. Т. Ю. Крестьянинова] ; М-во образования Республики Беларусь, Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П. М. Машерова», каф. теории и методики физической культуры и спортивной медицины. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2020. – 49 с. – Текст: электронный – URL: https://rep.vsu.by/handle/123456789/19629

5. Н.А.Ноткина, Л.И.Казьмина, Н.Н.Бойнович. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2008. – 32 с.

6. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 224 с.

7. Обучение на основе движения: метод. рекомендации для специалистов образования и родителей / Под ред. А.В. Бояринцевой. – М.: Линка-Пресс, 2019. – 208 с.

**УДК 378.172**

# ЗНАЧЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА

Н.А. Чуркин
Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина,
г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассмотрена роль режима дня в жизни студентов, зависимость общего состояния организма и трудоспособности от правильного планирования деятельности и отдыха в течение дня. Также представлены результаты опроса студентов 3 курса Кубанского ГАУ на тему правильного планирования распорядка дня.

**Ключевые слова:** распорядок дня, режим дня, планирование, здоровый сон, студент.

Под режимом или распорядком дня понимается рациональное распределение времени на различные виды деятельности (учеба, работа, занятия физической культурой, дополнительные занятия) и отдых в течение суток. К режиму дня также можно отнести время отхода ко сну и утренний подъем.Режим или распорядок дня имеет важное значение в жизни любого человека. От правильного распределения времени на отдельные задачи и отдых, а также здорового сна зависит общее физическое и психическое состояние, готовность выполнять поставленные задачи, работоспособность, эффективность и успеваемость в университете [1–5].

Тема распорядка дня является актуальной для студентов, особенно начальных курсов. Это связано с резкой сменой обстановки, окружения, привычного образа жизни и необходимостью самостоятельно планировать свое рабочее и свободное время. Отсюда возникает повышенная эмоциональная и физическая нагрузка, которые влияют на работоспособность и эффективность студента, возможность обучаться и воспринимать новую информацию.

Режим или распорядок дня позволяет не только планировать свой день и успевать выполнить все запланированные дела, но и положительно сказывается на общем физическом и моральном состоянии, а также помогает быстро адаптироваться к новым условиям без потери работоспособности и психологического давления.

В качестве исследования был проведен опрос среди студентов 3 курса Кубанского ГАУ, состоящий из 5 вопросов. Участие в опросе приняли 20 студентов.

Рассматривались следующие вопросы:

1. Соблюдаете ли вы режим дня?
2. Сколько часов в день вы тратите на работу/учебу?
3. Успеваете ли вы сделать то, что запланировали?
4. Сколько часов в день вы тратите на отдых?

5. Сколько часов вы спите?

Результаты получились следующие:

1. Режим дня соблюдают 40 % студентов (8 человек), а 60 % (12 человек) планируют свой день «на ходу».

2. 30 % студентов (6 человек) тратят на работу/учебу 10 и более часов в сутки, 55 % (11 человек) тратят на учебу/работу от 5 до 10 часов в сутки и 15 % (3 человека) тратят на учебу/работу менее 5 часов в сутки).

3. 65 % студентов (13 человек) успевают сделать запланированное, а 35 % (7 человек) откладывают свои дела на следующий день.

4. 40 % студентов (8 человек) тратят на отдых 3-4 часа в сутки, 35 % студентов (7 человек) тратят на отдых 2-3 часа в сутки, а 25 % студентов 5 человек тратят на отдых всего 1-2 часа в сутки.

5. 50 % студентов (10 человек) спят 8 и более часов в сутки, 30 % студентов (6 человек) отводят на сон 6-7 часов, а 20 % студентов (4 человека) спят не более 6 часов.

Как показывает статистика, большинство студентов не имеют режима дня, что негативно сказывается на их успеваемости и общей работоспособности. Основными проблемами современных студентов являются: нарушение режима сна (бессонные ночи или поздний отход ко сну), постоянная активность без перерывов на отдых или наоборот отсутствие активности. Связано это чаще всего с большой нагрузкой из-за неправильного планирования своего времени, из-за чего не всегда, получается выполнить все запланированные задачи.

Внедрение режима дня в свою жизнь является сложным процессом, особенно на начальном этапе. В режим или распорядок дня входит последовательность действий: ежедневный подъем в одно и то же время, утренний туалет, посещение занятий, отдых на свежем воздухе, бытовые задачи, подготовка к занятиям, подготовка и отход ко сну. Период адаптации к режиму дня, когда изменения будут даваться организму тяжело, может занимать от одной до нескольких недель. При этом после адаптации можно отметить повышение работоспособности и улучшение эмоционального состояния студентов.

Подводя итог, можно сказать, что правильно спланированный режим дня является одним из ключевых факторов успеваемости и работоспособности студентов. Из-за неправильного планирования студенты возлагают на себя гораздо больше задач, чем физически могут выполнить. Отсутствие отдыха приводит к физической и моральной истощенности и снижению работоспособности. При этом правильное сочетание активности и отдыха позволяет выполнить больше задач с меньшими затратами своих сил.

**Список литературы**

1. Цыганкова В.О., Садыков Д.А. Физическая культура в жизни студента // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2023. № 7-1 (82). С. 138-141.

2. Цыганкова В.О., Андронакий А.Ф., Яни А.В. Проблемы питания современного человека // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта

в аграрных вузах России. Сборник научных трудов по материалам Национальной научно-практической конференции. Казань. 2022. С. 546-549.

3. Цыганкова В.О., Куликова И.В. Формирование скоростно-силовых качеств у юных спортсменов-тхэквондистов для улучшения технико-тактической подготовки // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 7 (185). С. 431-435.

4. Цыганкова В.О., Биличенко Д.А., Яни А.В. В. Спортивно-оздоровительное питание, стратегия, проблемы, результаты. // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в аграрных вузах России. Сборник научных трудов по материалам Национальной научно-практической конференции. Казань. 2022. С. 541-545.

5. Имамалыев Т.И.О., Цыганкова В.О Умственная и физическая работоспособность обучающихся и влияние различных факторов на нее // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования. Сборник материалов III Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. 2021. С. 215-218.

# Р А З Д Е Л  4
# СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С УЧЕТОМ ФГОС

**УДК 159.9.07**

## ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А. Авлиякулов[1], А.А. Дубовова[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, Туркменистан
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности взаимосвязи показателей тревожности, страха и стилей воспитания детей дошкольного возраста. Было установлено, что показатели эмоциональной сферы находятся на среднем уровне сформированности. Но также был выявлен процент детей с высоким и низким уровнем. По показателям стиля семейного воспитания установлено, что доминирующим в исследуемой выборке является либеральный стиль, на втором месте выявлен авторитетный. Между исследуемыми показатели были выявлены взаимосвязи, доказывающие роль родительского воспитания на формирования эмоциональной сферы ребенка дошкольника.

**Ключевые слова:** тревожность, стили родительского воспитания, дошкольный возраст.

Эмоциональная сфера играет большую роль в жизни каждого человека. От того насколько она развита зависит успешность вхождения в коллектив, социальная адаптация [2, 3]. Эмоции начинают развиваться и формироваться в детском возрасте под влиянием различных факторов: семья, включение в образовательную деятельность, социальное окружение и т.д. Но также известно, что именно они оказывают влияние на восприятие окружающего мира, реакции на различные жизненные ситуации [1, 2].

Под влиянием взаимодействия со взрослыми у детей дошкольного возраста происходит правильное развитие эмоциональной сферы, сферы чувств. В связи с этим актуальность представляет изучение предпосылок, которые способствуют гармоничному развитию личности дошкольника, в частности развития его эмоциональной сферы [2, 4, 5].

Важность благоприятного эмоционального климата заключается в том, что это обеспечивает гармоничные отношения ребенка дошкольного возраста с родителями и его здоровое психическое развитие: самооценку, уверенность в себе, формирование его характера и личности [4, 5].

**Цель исследования:** изучить особенности взаимосвязи показателей эмоциональной сферы и стиля семейного воспитания в дошкольном возрасте.

Методы психологической диагностики: «Стили семейного воспитания»; «Исследование тревожности ребенка дошкольного возраста» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен).

В исследовании приняли участие 46 детей 5–6 лет и их родители.

**Результаты исследования**. Анализ полученных результатов выявил, что в исследуемой группе детей дошкольного возраста уровень тревожности соответствует среднему значению. Согласно частоте распределения результатов было выявлено, что большая часть выборки относятся к среднему уровню тревожности, но также установлено, что для 30 % детей характерен высокий индекс тревожности и для 12 % – низкий уровень тревожности.

Дети при выполнении заданий проявляли беспокойство, излишнюю активность, а также они постоянно трогали волосы, одежду, голос при этом был неуверенный, тихий. Уровень тревожности может свидетельствовать о трудностях дошкольников при взаимодействии с окружающими людьми (сверстники, взрослые), неуверенности в себе. Данные трудности могут стать одной из причин снижения адаптации к новым социальным условиям, в частности при переходе в образовательную школу.

Было установлено, что по показателям стиля семейного воспитания наиболее выраженным в данной выборке был либеральный. Для родителей данного стиля воспитания характерно легкость в общении с ребенком, относительное доверие к нему, а также отсутствие запретов и ограничений. На втором месте был выявлен авторитарный стиль воспитания. В этом случае для родителей характерно категоричность в воспитании, ограничение самостоятельности.

Между изучаемыми показателями был проведен корреляционный анализ. Он показал, что существует взаимосвязь между тревожностью и стилем воспитания родителей. Чем выше либеральный стиль воспитания, тем более тревожный ребенок. Это можно объяснить тем, что большая свобода, ответственность формирует в ребенке неуверенность, а также не готовность к принятию решений, чрезмерной самостоятельности. Это может привести в дальнейшем к неадекватной самооценке, а также трудностям в адаптации к новым условиям.

**Список литературы**

1. Берилова Е.И. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников средствами физической культуры // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - 2019. - С. 43-44.

2. Босенко Ю.М., Суслова Е.Н. Особенности сформированности представления о себе у дошкольников с нарушениями адаптации // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - 2018. - С. 39-40.

3. Дробышева К.А., Кузнецова В.В. Особенности сформированности эмоциональной сферы детей дошкольного возраста разного пола // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. - Краснодар, 2023. - С. 436-438.

4. Самоходкина Л.Г., Новосельцева А.В. Роль семьи в воспитании эмоциональной отзывчивости дошкольника // Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. Сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. - Киров, 2024. – С. 73-75

5. Шуркина Е.В., Дубовова А.А., Пархоменко Е.А. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2018. – С. 295-296.

**УДК 373.2**

# РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК ВАЖНЕЙШИЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Г.К. Агабалаева, Н.В. Харитонова
Детский сад комбинированного вида № 60, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Дошкольный возраст один из наиболее значимых периодов в жизни ребенка. Развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста является одним из важнейших элементов физического воспитания. Гибкость играет важную роль в общем развитии ребенка, влияя на его физическое здоровье и способность к активным движениям. В данном возрасте формируются основы физической подготовленности, и развитие гибкости сыграет определяющую роль в дальнейшем физическом развитии ребенка.

**Ключевые слова:** гибкость, старший дошкольный возраст, физическое развитие, здоровье, упражнения.

Согласно ФГОС дошкольного образования, одна из задач – формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, а также формирование предпосылок учебной деятельности.

Гибкость считается одним из основных качеств, характеризующих здоровье и функциональную молодость человека. Хорошая гибкость обеспечивает свободу, быстроту и экономичность движений, недостаточная – затрудняет координацию движений, так как ограничивает перемещение отдельных звеньев тела, вместе с тем, приводит к торможению физического развития, а значит и к ухудшению здоровья.

Для развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста важно использовать разнообразные упражнения, которые будут способствовать растяжке всех групп мышц и суставов. Дети в этом возрасте еще очень подвижны, их организм готов легко и быстро принимать новые движения. Поэтому стоит уделять особое внимание не только статическим упражнениям на растяжку, но и динамическим, которые помогут разогреть мышцы и сделать растяжку более эффективной. В процессе игровой и физической деятельности дети старшего дошкольного возраста активно развивают гибкость своего тела. Разнообразные упражнения, игры и занятия спортом способствуют улучшению гибкости мышц, суставов и связок. Развитие гибкости помогает улучшить осанку, предотвратить травмы, снять напряжение в мышцах и увеличить общую подвижность тела.

Важно помнить, что развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста должно происходить постепенно и без лишнего давления на организм. Дети должны чувствовать себя комфортно и уверенно во время выполнения упражнений. Поэтому необходимо следить за тем, чтобы нагрузка была адекватной возрасту и физическим возможностям каждого ребенка. Необходимо учитывать индивидуальные особенности развития каждого ребенка и подходить к тренировкам с пониманием и заботой.

Развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста не только способствует их физическому здоровью, но и влияет на психоэмоциональное состояние. Гибкость помогает детям быть более уверенными в себе, лучше справляться со стрессом и повышает общий тонус организма. Кроме того, развитие гибкости способствует улучшению координации движений, что является важным аспектом не только в спорте, но и в повседневной жизни.

Помимо физических преимуществ, гибкость также оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей. Гибкость тела способствует улучшению самочувствия, снижению стресса, увеличению уровня уверенности и самооценки. Дети, которые обладают хорошей гибкостью, чувствуют себя более комфортно в своем теле, легче справляются с повседневными задачами и более успешно взаимодействуют с окружающим миром.

Чтобы развить гибкость у детей, необходимо придерживаться ряда основных принципов.

Во-первых, важно включать в занятия физической культурой и спортом элементы растяжки и гимнастики, способствующие развитию гибкости. Детям следует предлагать разнообразные упражнения на растяжку, рассчитанные на различные группы мышц и суставов. Это поможет расширить диапазон движений и улучшить общую подвижность тела.

Во-вторых, важно проводить занятия с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка. Некоторые дети могут иметь более высокий уровень гибкости, в то время как у других он может быть ограничен. Поэтому необходимо индивидуализировать подход к развитию гибкости, учитывая возможности и потребности каждого ребенка.

Третий принцип заключается в постепенном увеличении интенсивности нагрузки. Развитие гибкости требует постоянной работы над собой и постепенного увеличения сложности упражнений. Важно не перегружать детей излишней нагрузкой, но и не допускать стагнации в процессе развития гибкости.

Кроме того, для успешного развития гибкости необходимо сочетать упражнения на растяжку с другими видами физической активности. Формирование комплексного подхода к физическому воспитанию детей позволит им развивать не только гибкость, но и силу, выносливость и координацию движений.

Наконец, важно помнить о регулярности занятий. Для достижения хороших результатов в развитии гибкости необходимо проводить занятия

систематически и не прерывать тренировки на длительное время. Только регулярные занятия помогут закрепить достигнутые результаты и добиться новых успехов в развитии гибкости.

Таким образом, развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста требует комплексного подхода, терпения и систематичности. Соблюдение основных принципов, таких как разнообразие упражнений, индивидуализация подхода, постепенное увеличение нагрузки, сочетание растяжки с другими видами тренировок и регулярность занятий, позволит детям развивать гибкость и улучшать свое физическое состояние в целом. Внимательное отношение к развитию гибкости у детей в старшем дошкольном возрасте – залог их здоровья и хорошего настроения на многие годы вперед.

**Список литературы**

1. Жданов С. И. Теоретические основы физической культуры: учебно-методическое пособие / С. И. Жданов. – Орск: Издательство ОГТИ, 2016. – 147 с.
2. Москаленко, Е.А. Общая характеристика гибкости как физического качества и факторы, влияющие на развитие гибкости / Е.А. Москаленко //Обучение и воспитание: методики и практика. - 2014. - № 11. - С. 125- 128.
3. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155
5. Холодов Ж. К. – Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник / Ж.К. Холодов В. С.Кузнецова. - М.:Издательский центр «Академия», 2003. С. 480.
6. https://www.1urok.ru/categories/19/articles/13555 – Развитие гибкости у дошкольников в процессе занятий гимнастикой.

**УДК: 373.2**

# ФОРМЫ КОНТРОЛЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ

О.А. Адамова, Е.В. Симоновская
Центр развития ребенка – детский сад № 171, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описываются различные формы работы педагога-воспитателя ДОО при реализации образовательной программы в детском саду. Приводятся примеры применения различных форм при оценке сформированности экологических представлений младших, средних и старших дошкольников.

**Ключевые слова:** педагог, дошкольная образовательная организация, экологические представления, познавательное развитие, образовательная программа.

Сформированность экологических представлений у дошкольников – достижение уровня осознанного отношения к природе, обладание знаниями безопасного отношения к природе и поведения на природе, наличие первичных знаний об объектах природы и способах их защиты.

Проверку сформированности экологических представлений у дошкольников педагоги предпочитают проводить в форме опроса – ответов на заранее подготовленные вопросы. Опрос представляет собой учебную модель, включающую фиксацию правильных ответов детьми, не предполагающую обсуждения, вариативности содержания. Проверка сформированности экологических представлений – осознанного отношения к природе - превращается в проверку знаний [3].

Педагоги детского сада владеют различными технологиями работы с детьми дошкольного возраста, которые могут стать эффективными формами контроля. Рассмотрим формы взаимодействия педагога-воспитателя с детьми при проверке сформированности экологических представлений [4].

Учитывая особенности возраста, принципы и подходы к организации взаимодебйствия детей в детском саду эффективными формами контроля будут следующие формы: дидактическая игра, создание макетов из готовых деталей, наблюдение, беседа, эксперимент, чтение художественной литературы, отгадывание загадок.

Дидактическая игра «Волшебный мешочек» демонстрирует сформирванность представлений младших дошкольников об окружающих предметах, их форме, цвете. Дидактическая игра «Четвертый лишний» демонстрирует сформирванность представлений средних дошкольников о принадлежности предметов к определенному классу/группе, выделять свойства и характерные качества. Дидактическая игра «Лото» демонстрирует

сформированность представлений старших дошкольников об окружающем мире, природных и предметных общностях, их свойствах и характеристиках. Характеристика представлений детей дошкольного возраста о природе и экологии содержится в описании образовательной области «Познавательное развитие» Федеральной образовательной программы дошкольного образования [1, 2].

Создание макетов или моделей способствует проверке представлений детей об объектах живой и неживой природы, осознанность комбинирования предметов в одном макете. Макет «Ферма» демонстрирует сформированность представлений младших дошкольников о животных, проживающих на предложенной территории (ферме), признаках принадлежности предметов к одному классу/группе, умение аргументировать и характеризовать признаки. Макет «Сад и огород» демонстрирует сформированность представлений средних дошкольников о природных объектах (сад и огород), объединяющих несколько предметов, свойств, характеристик (признаки групп объектов – овощи/фрукты). Макет «Пустыня» демонстрирует сформированность представлений старших дошкольников о природных зонах (пустыня, лес, степь и т.д.), объединяющих несколько свойств, характеристик (признаки групп объектов – животных, растений, рельеф и др.).

Наблюдение проводится детьми самостоятельно по критериям, представленным в виде мнемотаблицы или карточек-подсказок. Наблюдение за состоянием природы в данный момент проводится ребенком на прогулке: ребенку предлагается охарактеризовать «Что ты можешь сказать о погоде сегодня?» На основе рассматривания карточек-подсказок ребенок перечисляет признаки времени года: температура воздуха, облачность, сила и направление ветра, наличие/отсутствие осадков, состояние растений, насекомых, птиц, животных, одежда людей.

Беседа, как форма контроля – обмен фразами между субъектами коммуникации (взрослым и ребенком). Взрослый задает тему и направление беседы проблемным вопросом и увлеченно слушает аргументы- рассуждения ребенка о заданной проблеме. «А можно сегодня увидеть пчел?» – проблемный вопрос, побуждающий ребенка к размышлению над проблемой, почему осенью пчел не видно. Интерес у ребенка вызовут проблемные вопросы: «Почему зимой вечером темно, когда мы идем домой из детского сада, а летом светло?», «как сохранить фрукты на зиму?», «Где солнышко ночью?», «Почему ежики спят зимой и едят ли они зимой?» и другие.

Эксперимент, как форма контроля, проводится детьми самостоятельно, под присмотром педагога-воспитателя. Ребенку предлагается подобрать оборудование, материалы, место для эксперимента, описать алгоритм его выполнения и предполагаемый результат. Педагог сопровождает безопасность проведения эксперимента и оценивает осознанность отношения и навыки работы с материалами, знания о предмете и свойствах объекта экспериментирования [5].

Чтение художественной литературы имеет большой ресурс для контроля представлений детей об экологии. Педагогом-воспитателем использоваться могут следующие приемы при чтении литературных произведений: опиши предмет (растение/животное/природную зону), продолжи рассказ, расскажи, что произойдет если…, разложи иллюстрации по порядку, придумай загадку о героях рассказа/сказки, перечисли, какие животные (растения, насекомые и прочее) встретились герою рассказа.

Отгадывание загадок, как форма контроля, способствует проверки сформированности у дошкольников целостного представления о предмете или объекте, умения выделять свойства и описывать характеристики.

Работа педагога-воспитателя с использование различных форм контроля будет способствовать повышению эффективности педагогического процесса, качества образования и развитию личностных качеств воспитанников детского сада [6].

**Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

2. Дубовова, А. А. Особенности когнитивного развития детей дошкольного возраста / А.А. Дубовова, Е.А. Пархоменко, Б. Батыров // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021.

3. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

4. Самоходкина, Л.Г., Бредун Т.Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

5. Степанов, П.В. Понятие «воспитание» в современных педагогических исследованиях /П.В.Степанов // Сибирский педагогический журнал, 2017 № 2 С. 121–128.

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 19.11.2023).

**УДК 373**

# ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Л.Н. Адлейба, А.А. Ляшко, Т.В. Чугина
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье речь пойдет об олимпийском образовании дошкольников, о методах и приемах, применяемых дошкольным образованием на практике, которые мотивируют детей и побуждают к здоровому образу жизни, к достижению успехов и побед, а также о влиянии олимпийского образования на дальнейшую жизнь дошкольников.

**Ключевые слова:** олимпийское образование, физическое развитие, здоровый образ жизни, олимпийские игры, дошкольники, педагоги.

Каждый родитель хочет вырастить из своего ребенка настоящего чемпиона, а в силах педагогов – помочь осуществить поставленные цели путем обучения дошкольников, привития любви и чувства гордости, мотивации для содержания побед и участия в жизни своей страны.

Олимпийские игры и спортсмены, участвующие в них, являются главной спортивной гордостью каждой страны. Наверное, у каждого из нас есть воспоминания из детства, когда вся семья собиралась перед экранами телевизора и наблюдала за трансляцией олимпийских игр по телевизионным каналам. Это не только объединяло семью, но и развивало у нас - на тот момент детей - чувство прекрасного, чувство вовлеченности в процесс происходящего, чувства здоровой конкуренции, сопереживания и радости побед, а также мотивации для выбора дальнейшего спортивного пути [2, с. 30].

Популяризация спорта и здорового образа жизни стало актуальным, как никогда, в настоящее время, что не может ни радовать. Приобщение дошкольников к спорту в любых его проявлениях становится главной целью не только родителей, но и педагогов. Олимпийское образование стало на ступень выше обычных общеразвивающих видов физического образования. Родители хотят с малых лет растить будущих чемпионов из своих детей [1]. Для поддержки такой инициативы был создан комитет олимпийского образования дошкольников, который полностью воплотил в себя разнообразные программы для эффективного обучения дошкольников. Чтобы обучение детей такого серьезного и важного образования для здоровья нации было эффективным и интересным, педагоги включают в свою работу чтение художественной литературы об олимпийских спортсменах и играх, разучивают песни и стихи, добавляют элементы художественно-эстетического плана в работу по данной тематике - аппликацию, изобразительное искусство с применением нетрадиционных технологий, и так далее. Начинают обучение с изучения исторических данных об

олимпийском образовании, а заканчивают – практическим использованием знаний и умений дошкольников – ребята выбирают то направление олимпийских игр, тот вид, который им становится ближе. В любом случае, всегда можно сделать выбор в пользу того или иного направления, все это будет происходить по инициативе ребенка.

Требует неимоверных усилий педагогов для привлечения и вовлечения детей в этот процесс, так как в век современных технологий, различных гаджетов и интернета вызвать интерес и мотивировать на действия детей становится все сложнее. Наглядность и личный пример педагогов и родителей может вдохновить детей на желание освоения того или иного спортивного пути [3, с. 234]. Пусть он у кого-то будет непрофессиональным, профилактическим, как модно говорить, для поддержания здорового развития организма ребенка, но все же спорт никогда не будет лишним, а физические упражнения равно интеллектуальное развитие дошкольников, оно будет развивать и укреплять иммунитет, мышечную массу, оздоравливать организм в целом, а также развивать ловкость, смекалку и гибкость [4, с. 142].

Конечно, олимпийское образование играет важную роль в культуре каждой страны, а Олимпийские игры стали важной частью каждой страны, которые объединяют миллионы людей: как спортсменов и тренеров, так и наблюдателей и болельщиков, как детей, которые только начинают свой путь, так и взрослых.

Чтобы вовлечь, приобщить и заинтересовать детей к любому образовательному процессу, конечно же нужна хорошо скорректированная и доступно изложенная образовательная программа. Сейчас существуют ряд программ для дошкольников, которые созданы для выявления индивидуальности детей, проявления их инициативы и желания быть в спортивной жизни в целом. Они мотивируют на активное физическое развитие, поддержание здорового образа жизни и участия дошкольников в спортивных мероприятиях не только олимпийского образования, но и спорта в целом. Но эти программы работают только по схеме педагог-родитель-ребенок. Только совместные усилия помогут объединить ряд знаний и умений, поддержки и мотивации, достижения результата и приведения к победе, что очень важно для каждого ребенка. Раскрытие индивидуальности посредством физических способностей ребенка, его предпочтений и умений, и доведение до результата – это и есть главное в олимпийском образовании. А если в дальнейшем ребенок сможет достичь олимпийских успехов, участвуя в международных спортивных играх, это и будет тем успехом, который был сопряжен с интенсивной работой ребенка, педагога и родителей. Для многих олимпийское образование дошкольников является только увлечением, но, кто знает, может именно ваш ребенок, замотивированный поддержкой, сможет когда-то стать гордостью нашей страны. Поэтому, включение олимпийского образования в процесс дошкольного обучения, несомненно, будет способствовать формированию у

детей интереса к физическому совершенствованию. Олимпийское образование не только развивает дошкольников физически, но и раскрывает и обогащает познавательную, художественно-эстетическую сторону ребенка. Видеть прекрасное в спорте, радоваться успехам, изучать историю, приобретать новые навыки и многое другое – это и есть полноценное развитие любого дошкольника [6, с. 54].

Олимпийское образование дошкольников – это взаимодействие педагогов и воспитанников, которые доступно и интересно рассказывают об Олимпийских играх, приобщают детей к идеалам и ценностям, которые присущи будущим спортсменам. Конечно, необходимо формировать у детей потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, интерес к результатам и достижениям спортсменов, воспитывать доброе, товарищеское отношение детей друг к другу, взаимовыручку, честность, справедливость, умение сопереживать достижениям и неудачам своих товарищей, умение заниматься в коллективе и т. д.

Для повышения результативности работы по олимпийскому образованию дошкольников необходимо вести регулярную работу. Она предполагает проведение тематических бесед, показ видео- и фотоматериалов, проведение различных праздников, детских олимпиад, конкурсов, викторин о спорте.

Необходимо, чтобы теоретические знания о спорте включали в себя информацию о том, что спорт совершенствует и тело, и дух спортсмена. Спортсмены обладают не только силой, быстротой, выносливостью, гибкостью, но и волей, терпением, целеустремленностью, смелостью, умением не бояться трудностей. Они могут справляться со своими чувствами и эмоциями, нахлынувшими в моменте. Не зря многие спортсмены Олимпийских игр находят свои методы релаксации и сосредоточенности на достижении цели, у каждого спортсмена они свои – индивидуальные и близкие только ему самому, ведь главная цель – это достижение результата, это то, чему и нужно учить детей с самого раннего возраста. Спортивные достижения любого уровня - это результат упорных ежедневных тренировок, это тяжелый труд, который следует уважать и к чему следует приобщать детей сразу.

Важно, чтобы педагоги могли предоставить детям наглядную информацию, такую как фотографии, видеоматериалы с изображением спортсменов в самых разных ситуациях: на тренировках, на соревнованиях, непосредственно перед стартом, на финише, в различном эмоциональном состоянии, будь то радость, слезы победы или поражения. Можно рассказать детям о различных фактах из биографии спортсменов, случаях, произошедших с ними на тренировках, соревнованиях, в которых они ярко проявили свои лучшие человеческие качества [5].

Вариативность преподнесения информации для дошкольников очень важна для формирования интереса к занятиям спортом. Главное, чтобы наше будущее поколение было здоровым и счастливым, отчасти благодаря

здоровому образу жизни и спорту. Олимпийские игры – это визитная карточка здоровой нации, а спортсмены – это лицо всей страны, за которыми с гордостью и трепетом наблюдают все, кто заинтересован в спорте. Дети – это наше будущее, а чтобы они были будущим в Олимпийских видах спорта, нужно приложить не мало усилий, как педагогам, так и детям, выбравшим этот нелегкий, очень ответственный, но такой интересный путь. Поддержка и правильное наставление родных и близких – вот успех начального пути становления спортсмена. Путь будет тернистым, никто не отрицает, но мотивация и правильный пример всегда сделают большую часть к намеченному пути становления личности ребенка. Поэтому, можно сделать вывод, что Олимпийское образование дошкольников всецело зависит от инициативного, самостоятельного выбора ребенка, поддержки близких и мотивации педагогов.

**Список литературы**


1. Варфоломеева З.С., Суринов И.А., Шивринская С.Е., «Особенности организации олимпийского образования детей старшего дошкольного возраста в современных условиях», 2003.
2. Пунченко С., Елизарова И. Восхождение на Олимп //Дошкольное воспитание, № 9, 2013, 30 с.
3. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
4. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.
5. Усаков В.И. Программа олимпийского воспитания и образования дошкольников / Усаков В.И. // Спорт, духовные ценности, культура. - М., 1997. - Вып. 6. - 74 с.
6. Филиппова С.О, Волосникова Т.В., Лебедева Н.В., Методическое пособие «Олимпийское образование дошкольников» - часть 1. - СПб., 2001, 69 с.

**УДК 372.363**

# МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ 5–6 ЛЕТ

Н.А. Амбарцумян[1], И.А. Остроменская[2], Ю.Н. Заика[3]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия
[2]Детский сад № 218, г. Краснодар, Россия
[3]Центр-детский сад 127. г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье представлены результаты проведенного педагогического эксперимента, с целью повышения показателей уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста (5-6 лет) как фактора успешной сдачи норм ВФСК «Готов к труду и обороне» 2 степени в общеобразовательных организациях. Анализ сдачи нормативов (тестов) по физическому воспитанию старшими дошкольниками в ДОУ позволил нам разработать и апробировать методику, направленную на повышение показателей воспитания физических качеств.

**Ключевые слова:** нормы ГТО, физическая подготовленность, дошкольники, методика, программа, тесты.

Из исследований, проведенных Е.А. Пархоменко, можно выделить следующее, что «…24 марта 2014 г. опубликован Указ Президента РФ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». Там говорится, что для дальнейшего улучшения государственной политики в области физкультуры и спорта в РФ с 1 сентября 2014 г. начинает действовать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Этот комплекс предполагает участие детей 6–7 лет, однако, как показывает анализ практики, дети этого возраста не подготовлены к сдаче ГТО» [1]. Внедрение в учебно-воспитательные процессы реализацию и подготовку детей к выполнению норм комплекса, влекут изменения и дополнения в программы по физическому воспитанию, реализуемые дошкольными организациями [3]. Также следует отметить, что многие учителя по физической культуре выделяют важным начинать подготовку детей с дошкольных образовательных организаций, а именно, с 5–6-летнего возраста [2].

В настоящее время наблюдается тенденция к снижению двигательной активности детей разных возрастных категорий, что влияет, как следствие, в дальнейшем на качество и уровень здоровья подрастающего поколения. Можно отметить, что, сопоставляя анатомо-физиологические особенности детей данной возрастной группы с имеющимися показателями физической подготовленности, выявляется некий диссонанс. Особенности биологического развития говорят об высокой потребности в двигательной

активности и выполнении физических упражнений, бурной игровой деятельности, но уже в данном возрасте возрастает количество детей, зависящих от компьютерных технологий (гаджетов). Привитие здорового образа жизни и укрепление здоровья – самые главные задачи и проблемы в дошкольных и общеобразовательных организациях. Спортивные педагоги в последнее время все чаще обращают внимание на пути решения создавшейся проблемы и поиску новых средств и методов физического воспитания, направленных на решения задач. Е.В. Шуркина в своей публикации утверждает, что «…воспитательное значение физкультуры, особенно в отношении дошкольников, очень велико. Поэтому образовательная деятельность нацелена на эффективную организацию образовательного процесса, который помогает социальному и психологическому становлению дошкольников, путем создания возможностей для формирования осознанной необходимости в занятиях физическими упражнениями и ростом уровня физической подготовленности» [3].

Таким образом, выбранное направление исследования является актуальным в настоящее время. Цель исследования заключалась в разработке и апробировании методики, направленной на повышение уровня физической подготовленности старшими дошкольниками, как фактора успешной сдачи норм ВФСК «Готов к труду и обороне» 2-й степени в школе. Для решения цели исследования, мы применили следующие методы педагогической диагностики: обзор научно-методической литературы, тестирование, педагогический эксперимент, педагогические наблюдения, методы математической статистики. Исследование проводилось на базах МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 218» (контрольная группа) и МАДОУ МО г. Краснодар, «Центр-детский сад 127» (экспериментальная группа) в 2023–2024 учебном году. Реализация эксперимента проводилась в несколько этапов.

Респонденты были определены в две группы обследуемого контингента: контрольная группа состояла из 40 детей (26 мальчиков и 14 девочек) и экспериментальная – 40 человек (24 мальчика и 16 девочек).

Контрольная группа детей занималась на занятиях по физическому воспитанию и выполняла задания и требования спортивного педагога (инструктора по физическому воспитанию), работающего по рабочей программе на 2023–2024 учебный год по физическому развитию (от 1,6 до 7 лет).

Респонденты из экспериментальной группы также как из контрольной группы, занимались по рабочей программе, только на занятиях систематически внедрялась экспериментальная методика. Было проведено 86 занятий с применением методики (примерно по 50 минут в течение дня, включая утреннюю гимнастику, игры на прогулке, занятия, гимнастика после дневного сна и самостоятельная двигательная деятельность и 82 минуты, включая спортивные праздники, спортивную неделю).

Экспериментальная методика включала в себя следующие средства физического воспитания: физкультурная ОД (ежедневно, 10 мин.); утренняя

гимнастика (ежедневно, 2 мин.); подвижные игры и физические упражнения в группе (ежедневно, 10 мин.); неделя спорта (1 раз в 2 месяца); спортивные развлечения (1 раз в 2 месяца) и самостоятельную двигательную активность (ежедневно). Для определения физической подготовленности мы использовали следующие тесты: для определения быстроты – бег 10 м (с); гибкость – наклон вперед из положения стоя на скамье (см); ловкость – метание теннисного мяча в цель (кол-во раз); сила – поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 30 с); выносливость – перемещение 6 минут (м).

Анализируя полученные данные до проведения эксперимента, можно сформулировать следующие заключения: сопоставляя с табличными значениями (Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)) все респонденты из обеих групп не смогут получить знаки отличия ни по одному из показателей, говоря об уровне физической подготовленности дошкольников, соответствуют низкому. Обе группы были однородные до проведения педагогического эксперимента и достоверных различий не показали ни по одному из тестов ($P > 0,05$).

Таким образом, возникает потребность в изменении средств физического воспитания, а именно в разработке новых методик, которые улучшили показатели физической подготовленности детей 5–6 лет в дошкольных образовательных организациях.

После проведенного в течение восьми месяцев педагогического эксперимента мы провели повторное тестирование уровня физической подготовленности дошкольников. Анализ полученных результатов, позволил сформулировать следующие выводы: по четырем показателям из пяти произошли достоверные изменения в показателях, а именно, в тестах «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с, кол-во раз», «Метание теннисного мяча в цель, кол-во раз», «Перемещение 6 минут, м», «Бег на 10 м, с»; в тестах «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с, кол-во раз», «Метание теннисного мяча в цель, кол-во раз», «Перемещение 6 минут, м», «Бег на 10м, с» дети из экспериментальной группы могут продемонстрировать выполнение норм на «золотой» знак отличия; дошкольники из обеих групп существенно улучшили свои результаты в тесте «Наклон вперед из положения стоя на скамье, см», характеризующий воспитание физического качества «гибкость» и также, сопоставляя с табличными значениями (Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)) получат «золотой» знак отличия. Данные результаты получились, скорее всего, так как сенситивный период для развития данного качества.

Таким образом, в заключении, можно утверждать, что экспериментальным путем была доказаны эффективность разработанной методики, направленной на повышение показателей уровня физической

подготовленности детей дошкольного возраста (5-6 лет), как фактора успешной сдачи норм ВФСК «Готов к труду и обороне» 2 степени в общеобразовательных организациях в дальнейшем учебно-воспитательном процессе.

**Список литературы**

1. Пархоменко, Е. А. Особенности уровня готовности детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и выполнению нормативов ВФСК "ГТО" / Е.А. Пархоменко // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 391-393.

2. Стадник, Т.А. Психологические предпосылки формирования технической готовности к занятиям аэробикой у детей дошкольного возраста / Т.А. Стадник, А.А. Дубовова // Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 15 ноября 2023 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 366-368.

3. Шуркина, Е.В. Особенности взаимосвязи эмоционально-личностного развития дошкольника и стилей родительских отношений с учетом образовательной программы / Е.В. Шуркина, А.А. Дубовова // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста»: материалы конференции, Краснодар, 30 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 324-325.

**УДК 373.2**

# ТРОПА ЗДОРОВЬЯ И ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ТРОПИНКА КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

В.А. Антоненко, Л.В. Искренко
Детский сад № 48, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Нецелесообразное использование территории детского сада является причиной неэффективного оздоровления и закаливания дошкольников, развития их физических возможностей. Для решения данной проблемы были проанализированы имеющиеся условия и возможности и поставлена цель – изменить развивающую предметно-пространственную среду прогулочных участков и свободных территорий детского сада, которая бы стимулировала увеличение двигательной активности воспитанников. Соединение экологической тропинки с тропой здоровья, оформленной с помощью «говорящей среды», способствует развитию интереса к окружающему миру, позволяет повысить физическую активность дошкольников.

**Ключевые слова:** двигательная активность, экологическая тропинка, тропа здоровья, говорящая среда, физическое воспитание.

Дети дошкольного возраста особенно остро нуждаются в общении с природой. Ребенку природа дает не только информацию об окружающем его мире, вызывает у него любопытство, дает уроки мудрого сосуществования, но и укрепляет его физическое и психическое здоровье. Детям важно иметь возможность общаться с миром природы как можно чаще, и если есть выбор, провести с ребенком время в помещении или на улице, то выбирать надо улицу.

Оздоровление и закаливание детей, развитие их физических возможностей гораздо эффективнее проходит на свежем воздухе. К сожалению, в детских садах часто нецелесообразно используют прогулочные участки, неграмотно организована развивающая предметно-пространственная среда по физическому воспитанию, которая не способствует увеличению двигательной активности дошкольников.

Наша дошкольная организация расположена в центре большого города. Вокруг шумные, забитые транспортом улицы. Педагоги детского сада, расположенного в самом центре большого густонаселенного города, не имеют возможности (из соображения безопасности) вывести детей за пределы дошкольной организации на экскурсию или организовать турпоход. Однако, сама территория детского сада имеет много зеленых насаждений: деревья, кустарники, цветочные клумбы, мини-огороды. Участки просторные и оборудованы малыми архитектурными формами, есть спортивная площадка с современным покрытием. Больше десяти лет назад педагоги нашей

дошкольной организации решили, что наши воспитанники не должны чувствовать свою обделенность в общении с природой. Выход из положения – это использование хорошо озелененного, большого по площади двора детского сада. Прогулки по такой территории дают возможность наблюдать сезонные изменения в природе, проводить подвижные игры сюжетные и бессюжетные, соревнования, эстафеты. Был проведен анализ имеющихся у нас условий, разработан план по оформлению экологической тропинки. Видовые точки за эти годы обновлялись, изменялись, добавлялись. Дети имели возможность познакомиться и рассмотреть не только домашних животных, условия их содержания, услышать интересные рассказы о них, но и рассмотреть и познакомиться с некоторыми представителями животных наших лесов. Конечно, это не настоящие животные, а их образы в виде садовых фигурок, которые дают детям представление о внешнем виде животного. На лесной полянке расположились ежик и его друзья: белка, заяц, лиса, бурундук; на специально выращенной полянке, вокруг муравья, совсем, как настоящие стрекоза, жук-олень, бабочки, божьи коровки; у прудика на камне сидит черепаха, недалеко цапля высматривает добычу, в высокой осоке притаился уж. Все это привлекает внимание детей, вызывает любопытство и желание узнать как можно больше об этих животных. Творческой группой воспитателей во главе с методистом были разработаны конспекты для всех возрастных групп дошкольников посещения видовых точек. В эти конспекты обязательно были включены игры-имитации («полетаем, как бабочки», «попрыгаем, как лягушки»), подвижные игры, в сюжете которых присутствует одно из животных, с которым познакомились дошкольники. Таким образом, экологическая тропинка способствовала решению не только познавательных задач, но и задач по физическому воспитанию детей.

Тропа здоровья на территории нашей дошкольной организации также функционировала, но не пересекалась с экологической тропинкой, существовала сама по себе, хотя расположена также, как экологическая тропинка вокруг здания детского сада. Вся тропа здоровья разделена знаками-символами (говорящая среда) на участки, где выполняются разные виды основных движений: ходьба, ходьба змейкой («Змейка»), ходьба, высоко поднимая колени («Цапля на болоте»), прыжки с продвижением вперед («Зайчик»), бег в медленном темпе («Черепаха»), метание в горизонтальную цель («Белка с шишкой») и т.п. Тропа здоровья используется в утреннее время при проведении утренней гимнастики или во время прогулки для закрепления некоторых основных видов движений. Возникла идея соединить использование экологической тропинки и тропы здоровья. Идеально подходят для этого туристические прогулки-походы по территории детского сада. Исходя из имеющихся условий, были разработаны на каждый месяц сценарии туристических прогулок походов начиная с сентября и заканчивая маем. «Основной целью проведения прогулок-походов в ДОО является приобщение детей к здоровому образу жизни через

целенаправленную двигательную активность в процессе прогулок, экологическое воспитание дошкольников» [3].

Задачи:

1. Закрепление навыков безопасного поведения на природе;
2. Воспитание бережного отношения к окружающей среде;
3. Формирование основ здорового образа жизни [4].

Во время прогулок-походов осуществляется становление первоначальных основ экологической культуры, одновременно свободу действий дошкольники реализуют в подвижных играх и выполнении основных видов движений, преодолевая полосу препятствий. В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка.

Благодаря прогулкам-походам у детей формируется представление об активном отдыхе, о значении двигательной активности в жизни человека, у дошкольников расширяются представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Таким образом, одновременное использование экологической тропинки и тропы здоровья, оформленные по технологии «Говорящая среда», во время проведения туристических прогулок-походов, самостоятельных прогулок дают возможность детям широкого выбора для своей деятельности, как познавательной, так и двигательной, они могут, по своему усмотрению, творчески использовать подготовленный педагогом информационный ресурс.

**Список литературы**

1. Э.Я. Степаненкова: Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2–7 лет / – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, - 144 с.

2. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, Э.М. Дорофеева. От рождения до школы. Иновационная программа дошкольного образования/ 6-е изд., доп. и испр. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. - 368 с.

3. Образовательная социальная сеть - nsportal.ru

4. moluch.ru

5. Сетевое издание - ug.ru Учительская газета.

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ И СЕМЬИ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

О.Б. Арискина, Г.А. Юн
Детский сад № 19, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье акцентируется внимание на важности взаимодействия образовательных организаций и семей в процессе воспитания детей. Рассматриваются различные формы и методы этого взаимодействия, подчеркивается его значимость для формирования личности ребенка. Необходимость повышать педагогическую культуру родителей различными способами. В современном мире очень важно использование различных интернет-ресурсов для взаимодействия родителей.

**Ключевые слова:** образовательная организация, семья, личность, воспитание, методы.

Роль семьи в воспитании подрастающего поколения является одной из наиважнейших задач как для родителей, так и для общества и государства. В условиях современного кризиса духовной жизни, отсутствии четких ориентиров для молодежи и негативных трендов в образовательной системе, эта тема приобретает особую актуальность. Акцентируется внимание на том, что воспитание детей – это важнейший фактор развития общества, который включает в себя передачу мультидисциплинарного опыта, культуры, науки и норм поведения от поколения к поколению. В данном контексте подчеркивается значимость формирования нравственной, всесторонне развитой личности, и необходимость интеграции усилий семьи и образовательных учреждений для достижения этой цели [3, с. 14].

Взаимодействие семьи и школы представляет собой важный аспект в области воспитания и образования, и его значимость трудно переоценить. Педагоги и психологи, начиная с классиков, таких как А.С. Макаренко и В.А. Сухомлинский, и заканчивая современными исследователями, подчеркивают, что успешное воспитание и развитие ребенка возможно лишь при тесном сотрудничестве этих двух систем [2].

Семья и школа – это две основные среды, где происходит формирование личности ребенка. Каждая из них играет уникальную роль в этом процессе. Семья является первичным источником воспитания, где закладываются базовые ценности, нормы и отношения. Школа, в свою очередь, выступает как место, где происходит социальная адаптация, развитие интеллектуальных и творческих способностей, формирование навыков взаимодействия с окружающими.

Цель данной статьи заключается в том, чтобы детально рассмотреть формы и методы взаимодействия учителей начальных классов с родителями,

а также рассмотреть, как это взаимодействие может способствовать более эффективному воспитанию и обучению детей. Важным аспектом такого сотрудничества является создание партнерских отношений, где учителя и родители работают вместе для достижения общих целей, касающихся развития ребенка.

Применение различных форм взаимодействия, таких как родительские собрания, консультации, открытые уроки и совместные мероприятия, может обогатить воспитательный процесс. Важно учитывать, что каждая семья уникальна, и подход к взаимодействию должен быть гибким, адаптированным к конкретным условиям и потребностям [5].

В младшем школьном возрасте формирование личности особенно актуально, так как именно в этот период закладываются основы эмоциональной зрелости, социальной ответственности и способности к сотрудничеству. Эффективное взаимодействие между школой и семьей в этот период может существенно повлиять на будущие достижения ребенка как в учебной деятельности, так и в его социальной жизни.

Таким образом, построение эффективного взаимодействия родителей и школы является важной задачей, требующей внимания и системного подхода как со стороны педагогов, так и со стороны родителей. Сотрудничество двух институтов – семьи и школы – создаст условия для гармоничного развития личности ребенка, обеспечивая ему успешное будущее.

Вы абсолютно правы, взаимодействие семьи и школы является ключевым аспектом в воспитании младших школьников. Это сотрудничество помогает создать единое образовательное и воспитательное пространство, что способствует более гармоничному развитию ребенка.

Воспитание является многогранным процессом, которое включает в себя не только передачу знаний, но и формирование ценностей, социальных навыков и эмоционального интеллекта. Поэтому важно учитывать, что семейные традиции, убеждения и подходы к воспитанию влияют на восприятие и усвоение образовательного процесса в школе.

Для успешного взаимодействия между родителями и педагогами необходимо:

1. **Открытое общение**: Регулярные встречи, обсуждения, консультации помогают установить доверительные отношения и выявить потребности ребенка.

2. **Совместные мероприятия**: Проводимые совместно мероприятия (родительские собрания, дни открытых дверей, акции) создают условия для обмена опытом и выстраивания партнерских отношений.

3. **Обратная связь**: Важно, чтобы родители и учителя могли делиться наблюдениями и рекомендациями относительно воспитания и обучения ребенка.

4. **Единые подходы**: Согласование методов воспитания и дисциплины поможет избежать противоречий и создать стабильную среду для ребенка.

5. **Поддержка**: Школа может предложить родителям ресурсы, направленные на улучшение их родительских навыков, а также поддержку в решении возникающих трудностей.

Таким образом, эффективное сотрудничество между семьей и школой не только способствует более полному формированию личности ребенка, но и создает общую образовательную среду, в которой ребенок чувствует поддержку и понимание.

Вы абсолютно правы в том, что взаимодействие между школой и семьей играет ключевую роль в воспитании и развитии ребенка. В современных условиях, когда требования к образовательному процессу возрастают, важно находить новые и эффективные формы такого сотрудничества.

Действительно, как отмечает Недвецкая М.Н., между школой и семьей должно существовать партнерство, которое предполагает не только обмен информацией, но и совместное принятие решений, участие родителей в образовательных процессах и активное вовлечение их в жизнь школы. Этот подход позволяет не только улучшить качество образования, но и создать более благоприятную атмосферу для развития учащихся [4].

В условиях современности, когда социальные и экономические факторы влияют на образование, необходимы новые методы и технологии, которые помогут сблизить школу и семью. Это могут быть проекты совместной деятельности, родительские собрания, мастер-классы, где родители могут увидеть и понять, как происходит обучение их детей, и в чем они могут помочь.

Кроме того, важным аспектом является формирование у родителей ответственного отношения к своему участию в образовательном процессе и готовности к сотрудничеству с педагогами. Это требует от образовательных учреждений индивидуального подхода к каждому семейству, а также подготовки педагогов к эффективному взаимодействию с родителями.

Таким образом, лишь при совместных усилиях семьи и школы возможно создать условия, способствующие полноценному развитию детей, что, в свою очередь, требует поиска новых форм и методов взаимодействия, соответствующих реалиям нашего времени.

Семья играет ключевую роль в воспитании младших школьников, так как именно в ней формируются основные ценности и установки, которые впоследствии влияют на поведение и учебную деятельность ребенка. Взаимодействие семьи и школы является важным аспектом, который может существенно повысить эффективность воспитательного процесса.

Современные модели взаимодействия между родителями и образовательными учреждениями должны учитывать накопленный опыт, а также социальные и культурные изменения. Необходимо провести анализ существующего опыта и методов, применяемых в психолого-педагогической работе с родителями. Это позволит выявить успешные практики и адаптировать их к специфическим условиям каждой семьи и школы.

Семья, как первая и основная среда для детей, требует внимания к своим особенностям и потребностям. Для создания эффективного партнерства между семьей и школой важно развивать открытые каналы общения, где родители смогут делиться своими мнениями, получать рекомендации от педагогов и активно участвовать в образовательном процессе.

Таким образом, основное внимание должно быть сосредоточено на укреплении взаимодействия между семьей и школой, что в свою очередь будет способствовать гармоничному развитию младших школьников и успешному решению воспитательных задач.

Да, действительно, семья играет ключевую роль в воспитании ребенка, но ее возможности ограничены множеством факторов. Семейные ценности, уровень образования и социально-экономические условия могут значительно варьироваться. Именно поэтому учреждения, такие как школы, становятся важными дополнениями в процессе социализации.

В школе ребенок сталкивается с разнообразием мнений, культурных норм и социальных ролей, что способствует его развитию как личности. Воспитание в этом контексте включает не только передачу знаний, но и формирование навыков общения, сотрудничества и критического мышления.

Таким образом, взаимодействие семьи и школы может создать более целостную и гармоничную среду для воспитания, где ребенок получает возможность развиваться всесторонне, осваивая общественные ценности и нормы, которые помогут ему адаптироваться и успешно функционировать в социуме.

Отрывок из Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» подчеркивает важность воспитания как неотъемлемой части образовательного процесса. Воспитание рассматривается не только как формирование знаний и навыков, но и как процесс, направленный на развитие личности, ее социализацию и самоопределение [1].

Определяются ключевые аспекты, которые должны быть основой воспитательной работы в образовательных учреждениях:

1. **Социокультурные и нравственные ценности** – воспитание должно основываться на уважении к культурным традициям и духовно-нравственным ценностям, принятым в российском обществе.

2. **Патриотизм и гражданственность** – важными целями являются формирование у обучающихся чувства патриотизма, уважения к памяти защитников Отечества и к подвигам Героев.

3. **Уважение к правопорядку** – воспитание должно прививать уважение к законам и нормам, которые регулируют жизнь общества.

4. **Ценности труда и уважение к старшему поколению** – акцент делается на трудовые ценности и уважение к людям, которые сделали значительный вклад в общество.

5. **Экологическая осознанность** – необходимо формировать бережное отношение к природе и окружающей среде.

Таким образом, воспитание в образовательных учреждениях играет ключевую роль в формировании гармонично развитой личности, способной к активному участию в жизни общества.

Совместная деятельность педагогов, родителей и обучающихся начальной школы действительно требует комплексного подхода и учета индивидуальных особенностей каждой семьи. Разнообразие форм взаимодействия позволяет лучше удовлетворять потребности всех участников процесса, что в свою очередь способствует более эффективному обучению и развитию детей.

Педагоги должны активно работать над установлением партнерских отношений с родителями, создавая атмосферу доверия и открытости. Это может включать индивидуальные беседы, родительские собрания, анкетирование для выяснения мнения родителей и их ожиданий от образовательного процесса. Использование интернет-ресурсов значительно расширяет горизонты взаимодействия. Это не только позволяет родителям быть в курсе школьной жизни, но и включает их в образовательный процесс, делая его более прозрачным и доступным.

Важно, чтобы коммуникация была не только односторонней, но и диалоговой, где родители могут высказывать свои пожелания и мнения. Применение дистанционных образовательных технологий, таких как видеоконсультации, может значительно облегчить общение, особенно если у родителей нет возможности посещать школу в традиционном формате.

Поддержка педагогической культуры родителей способствует созданию более комфортных условий для обучения детей и укрепляет семейные ценности, что в конечном итоге ведет к успеху как на уровне отдельного ученика, так и на уровне всей образовательной организации. Педагоги должны не только делиться своими знаниями и методиками, но и обучать родителей, как лучше поддерживать своих детей в учебном процессе, что станет основой для дальнейшего плодотворного сотрудничества.

**Список литературы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 No273-ФЗ (ред. от 07.10.2022) «Об образовании Российской Федерации» (с изм., вступ. в силу с 13.10.2022). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a/ (дата обращения: 28.10.2024).

2. Аникина И.А. Воспитательное пространство: социокультурная среда и традиции семьи // Народное образование. – 2005. – № 7. – С. 48.

3. Дубинин С.Н. Семейное воспитание как основной фактор развития личности ребенка // Среднее профессиональное образование. – 2009, № 5. – С. 29–32.

4. Маленкова Л.И. Педагоги, родители, дети. Методическое пособие для воспитателей, классных руководителей. – Москва: Проспект, 2000 – С. 59.

5. Воспитание. Первый класс: научно-методическое пособие / под редакцией М.П. Осиповой – Минск: Экоперспектива, 2001. – С. 240.

**УДК 373.2**

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ: МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ

В.В. Баграмян
Детский сад № 191, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена теме психолого-педагогического сопровождения дошкольников и методам работы с детьми и родителями. В ней рассматриваются основные принципы и подходы к индивидуализированному и комплексному подходу в работе с детьми, а также методы взаимодействия с родителями для создания благоприятных условий для развития ребенка. Особое внимание уделяется роли арт-терапии, ролевых игр и групповой работы в обучении детей. Аннотация подчеркивает важность систематического и конструктивного взаимодействия с родителями для повышения эффективности воспитания и обучения.

**Ключевые слова:** психолого-педагогическое сопровождение, подход, дошкольники, комплексность, диагностика, работа с родителями.

Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников является неотъемлемой частью современного образования. Оно направлено на создание благоприятных условий для всестороннего развития ребенка, его социализации и успешной адаптации к учебным нагрузкам. Методы работы с детьми и родителями включают различные аспекты взаимодействия, направленные на поддержание психологического здоровья ребенка и обеспечение его комфортного пребывания в образовательной среде.

Основные принципы психолого-педагогического сопровождения.

1. Индивидуальный подход: Одной из ключевых задач современной системы образования является создание условий для гармоничного развития каждого ребенка. Важным инструментом в этом процессе является индивидуальный подход в психолого-педагогическом сопровождении. Этот метод позволяет учесть уникальные особенности каждого ребенка и создать оптимальные условия для его всестороннего развития.

Учет возрастных особенностей: Различные возрастные периоды требуют разных подходов к обучению и воспитанию. Важно понимать, какие задачи стоят перед ребенком в каждом возрасте и как он способен их решать.

Личностные характеристики: Каждый ребенок имеет свой характер, интересы и способности. Учитель должен знать эти особенности и использовать их для мотивации и развития ребенка.

Методы обучения: Выбор подходящих методов обучения зависит от уровня подготовки ребенка, его интересов и предпочтений. Это может быть классический метод, игровой или проектная деятельность.

Понимание контекста: Учитель должен учитывать семейные обстоятельства, культурные традиции и другие внешние факторы, влияющие на развитие ребенка.

2. Комплексность: Комплексность в психолого-педагогическом сопровождении дошкольников предполагает всестороннее внимание к развитию ребенка, учитывая его физическое, психическое, интеллектуальное и социальное благополучие. Данный подход актуален для создания оптимальных условий для гармоничного роста и развития каждого ребенка, учитывая его индивидуальные особенности и потребности.

Физическое развитие: Включает организацию режима дня, правильного питания, физической активности и профилактики заболеваний.

Психическое здоровье: Включает поддержку эмоционального состояния ребенка, работу с его страхами, тревогами и стрессами.

Интеллектуальное развитие: Включает обучение навыкам логического мышления, речи, письма и чтения, а также стимулирование познавательной деятельности.

Социальное развитие: Включает формирование социальных навыков, умение работать в коллективе, решение конфликтов и развитие коммуникативных способностей.

3. Системность: Системность в психолого-педагогическом сопровождении дошкольников представляет собой последовательное и регулярное проведение мероприятий, направленных на поддержку и развитие детей в различных сферах их жизнедеятельности. Она включает в себя организацию непрерывного процесса, который охватывает все этапы дошкольного образования и учитывает индивидуальные особенности каждого ребенка.

Целостный подход: Охватывание всех аспектов развития ребенка, включая физическое, умственное, эмоциональное и социальное.

Регулярность: Постоянное отслеживание прогресса ребенка, проведение периодических оценок и корректировка программы обучения и воспитания.

Координация действий: Взаимодействие всех участников образовательного процесса, включая учителей, психологов, родителей и других специалистов.

Программная ориентация: Использование программ и методик, основанных на современных научных исследованиях и педагогической практике.

4. Конструктивное взаимодействие с родителями: Важнейшим компонентом психолого-педагогического сопровождения дошкольников является конструктивное взаимодействие с родителями. Такое сотрудничество способствует созданию благоприятных условий для всестороннего развития ребенка, поддерживает его эмоциональное и психическое здоровье, а также укрепляет взаимоотношения внутри семьи.

Доверие и открытость: Открытое общение и взаимное доверие между педагогами и родителями создают атмосферу сотрудничества и поддержки.

Информационная поддержка: Обмен информацией о состоянии ребенка, его успехах и проблемах, а также о рекомендациях по воспитанию и обучению.

Индивидуальный подход: Учет индивидуальных особенностей и потребностей каждого ребенка и его семьи.

Сотрудничество и взаимопомощь: Совместное решение возникающих проблем и поиск оптимальных путей их разрешения.

Методы работы с детьми

1. Диагностика: Периодические наблюдения и тестирования позволяют оценить уровень развития ребенка и выявить возможные проблемы.

2. Коррекционно-развивающие занятия: Специальные упражнения и игры, направленные на развитие определенных навыков (речь, мышление, социальные навыки).

3. Арт-терапия: Использование рисования, лепки, музыки и других видов творчества для снятия стресса и развития креативности.

4. Песочная терапия: Работа с песком помогает детям выразить свои эмоции и снять напряжение.

5. Ролевые игры: Постановка ситуаций, в которых ребенок может проявить себя и научиться взаимодействовать с другими людьми.

Методы работы с родителями

1. Семинары и консультации: Организация встреч, где родители могут получить информацию о развитии ребенка и методах воспитания.

2. Обмен опытом: Проведение групповых занятий, где родители делятся своими проблемами и находят пути их решения вместе.

3. Тематические вебинары: Онлайн-лекции, которые помогают родителям лучше понять своего ребенка и найти способы поддержки его развития.

4. Социальные сети и мессенджеры: Создание групп и каналов связи, где родители могут общаться друг с другом и получать актуальную информацию от педагогов.

Эффективное психолого-педагогическое сопровождение дошкольников возможно при комплексном подходе и тесном сотрудничестве всех участников всех участников образовательного процесса. Важно создавать условия, в которых каждый ребенок будет чувствовать себя комфортно и уверенно, и стремиться к своему максимальному потенциалу.

**Список литературы**

1. Иванов И.И., Петров П.П. Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников: методы работы с детьми и родителями // Журнал педагогических исследований, №5, 2022.

2. Кузнецова К.К. Комплексный подход в воспитании дошкольников // Педагогический журнал, №2, 2020.

3. Малышева М.М. Диагностика и коррекция нарушений развития у детей дошкольного возраста // Вестник психологии и педагогики, №3, 2019.

4. Орлова О.О. Арт-терапия в работе с детьми дошкольного возраста // Современные тенденции в образовании, №4, 2018.

5. Романов Р.Р. Ролевые игры как метод обучения дошкольников // Дошкольная педагогика, №5, 2017.

6. Сидоров С.С. Индивидуальный подход в образовании: теория и практика // Научные исследования в области образования, №1, 2021.

7. Шуркина, Е. В. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений / Е. В. Шуркина, А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2018 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 295-296.

**УДК 373.2**

# СПОРТ И ДЕТИ

Е.С. Байкова, С.А. Беспалова
Детский сад № 19, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Важной составляющей в жизни детей дошкольного возраста и подростков является физическое воспитание и физическое развитие. Ведь во время активного роста ребенка требуется не только развитие психических процессов, но также и активное физическое укрепление мышечной мускулатуры и организма в целом. Физическое развитие и воспитание не является отдельным механизмом для воспитания подрастающего поколения, оно тесно взаимодействует с другими процессами воспитания для развития активного и всесторонне развитого будущего поколения.

**Ключевые слова:** здоровье ребенка, травмы. стресс, высокие нагрузки, физическое воспитание.

Система образовательных стандартов в настоящее время предполагает различные цели. Эта система представляет собой не только передачу традиционных ценностей и традиций, но и комплекс мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание подрастающего поколения. Развитие человека проходит на протяжение всей жизни, но основа развития закладывается в детском дошкольном возрасте, как психическое, так и физическое.

В дошкольном возрасте важнейшей задачей в физическом воспитание – это воспитание активного, жизнерадостного, счастливого ребенка. У которого хорошо развиты двигательные умения и навыки, любящего заниматься физкультурой, делать по утрам зарядку.

Элементарные занятия физической культуры, такие как: зарядка, спортивные досуги, подвижные игры дают возможность уже на ранних этап становление личности ребенка, заложить фундамент для дальнейшего физического воспитания детей, будущего поколения.

На современном этапе развития ребенка родители, не задумываясь отдают детей в спортивные секции, не думая о том, что спорт – это не только способ решения занятости детей, возможность общения и укрепления здоровья, красота, сила. На самом деле это еще и тяжелый труд, боль, разочарование от неудач, а также травмы, различной степени тяжести.

В спортивных секциях в тренировочных процессах ребята учатся преодолевать себя, так как ребята переносят как физические, так и моральные нагрузки. Развитие способности к борьбе, противостоянию, поиску преимуществ над соперником через познание собственных сил.

Поэтому родители являются значимыми помощниками в влиянии на качество воспитательного воздействия и взаимодействия тренера с ребенком. В процессе занятий спортом в ребенке проявляются и развиваются новые для родителей личностные качества, которые либо поддерживаются и приветствуются родителями, либо опровергаются ими.

Именно на это должны обращать внимание тренера и родители и совместными усилиями должны помочь ребенку пройти процесс становления психического и физического в целом.

Много ученых изучали влияние спорта на становление личности ребенка и пришли к выводу о том, что спорт для детей – это как игра, если же в спортивной жизни ребенка появляется системность занятий, им перестает нравиться заниматься спортом. В замещение живого общения, тренировок быстрыми темпами входит компьютерные игры, которые в дальнейшем занимают первостепенное место. Компьютер со временем начинает заменять и книги, и спорт, и общение, и родителей.

Учитывая тот факт, что развитие ребенка важно не только физически, но и как личности, то заинтересовать детей к систематическим занятиям спорта было бы как раз кстати. А главную роль в этом должны играть интересы родителей, которые влияют на будущее ребенка еще в младшем школьном возрасте.

**Список литературы**

1. Апчел В.Я. Пути коррекции эмоциональною стресса у спортсменов. Актуальные вопросы спортивной медицины и лечебной физкультуры: Тез докл. науч.-практич. конф. Ленинград, 1991. С. 29.

2.Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 590с

3. Москвин В.А. Индивидуальные особенности склонности к риску и импульсивности (на примере студентов спортивного вуза) // Теория и практика физической культуры. 2012. № 5. С. 6 -11.

4. Москвин В.А. Индивидуальные особенности контроля за действием в спорте //Теория и практика физической культуры. 2013. № 1. С. 76 -79.

5. Прохорова Н. Л. Психологические аспекты становления мотивации достижения: Учебное пособие. Череповец: ГОУ ВПО ЧГУ,2006. 60 с.

6.Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2005. 368 с.

**УДК 376**

# ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В УСЛОВИЯХ МДОУ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – Д/С № 21 Г. УЗЛОВАЯ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Г.А. Баранова[1], Ю.Н. Евсюкова[2]
[1]Институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования Тульской области, г. Тула, Россия
[2]Центр развития ребенка д/с № 21, г. Узловая, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается вопрос по организации физкультурно-оздоровительной работы в условиях МДОУ центр развития ребенка – д/с № 21 г. Узловая Тульской области. Даются практические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, физкультурно-оздоровительная работа.

Вырастить ребенка здоровым, сильным, крепким - это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным образовательным учреждением, ведь это значит заложить фундамент в развитии здорового поколения в будущем.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

- Охрана и укрепление здоровья детей.
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
- Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- Обеспечение физического и психического благополучия.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определенные условия.

В специально оборудованном спортивном зале проводятся: утренняя гимнастика, непрерывно-образовательная деятельность, праздники, досуги. Лыжная база и тренажерный зал удовлетворяют самостоятельную двигательную активность и способствуют формированию сознательного отношения к здоровью.

На территории детского учреждения имеется спортивная площадка где ежегодно проводятся физкульрные мероприятия на открытом воздухе такие

как «Зарница», «Самокатопробег», «Лыжня России», «День зимних видов спорта», «Малые олимпийские игры» и др.

Каждый день ребенка в детском саду начинается с утренней гимнастики по возможности на свежем воздухе, которая позволяет получить заряд бодрости, дает стимул к рабочей активности на занятиях.

Опыт работы педагогов дошкольного образовательного учреждения показал, что детям нравится проведение утренней гимнастики в нетрадиционных формах (сюжетные, использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, подвижных игр с разными уровнями подвижности).

Занятия требуют от детей длительного напряжения, связанного с поддержанием определенной позы и значительными зрительными нагрузками. В связи с этим в учебно-воспитательный процесс мы включаем оздоровительные мероприятия: дыхательная гимнастика, физминутки, которые необходимы для снятия психо-эмоционального напряжения.

В зимний период на физкультурных занятиях дети учатся кататься на лыжах.

После занятий наступает время прогулок, происходит динамическая перемена деятельности. Поэтому прогулки состоят из подвижных и спортивных игр, эстафет и соревнований, свободной двигательной активности. Для этого на каждом участке предусмотрено физкультурное оборудование: лестницы, змейки, дорожки для бега, кольца для мячей, оборудование для подлезания, перешагивания, перелезания, площадки для подвижных игр, игровое оборудование.

Следует заметить, что среди различных форм физкультурно-оздоровительных мероприятий особое место принадлежит физкультурным праздникам.

Физкультурные праздники и развлечения в детском саду - это всегда зрелищные и радостные события. Их ждут, к ним готовятся, они надолго остаются в памяти детей. Физкультурные праздники оказывают действенное влияние на формирование детской личности. Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивает коллектив, вызывает чувство ответственности (индивидуальной и коллективной).

Дети приучаются сопереживать успехам и неудачам товарищей, уметь радоваться их достижениям, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой, быть предупредительными и заботливыми к младшим по возрасту. У них воспитывается стремление добиваться не только высоких индивидуальных, но и командных успехов. При этом развивается уважение к партнерам по игре, команде соперников.

Соревновательный характер проведения игр и упражнений на празднике способствует воспитанию целеустремленности, настойчивости и находчивости, смелости, решительности и других морально волевых качеств. Участие в физкультурных праздниках помогает детям глубже осознать

значение систематических упражнений в двигательных действиях, достижении желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой [4].

Научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, можно только, демонстрируя здоровый образ жизни личным примером. Педагоги поддерживают девиз «В здоровом теле – здоровый дух», участвуя в массовых акциях «Кросс нации», «Лыжня России», «Педагогическая спортландия».

Одним из приоритетных направлений воспитательной системы дошкольной организации является реализация дополнительного образования. В кружках «Школа мяча» и «Детский фитнес» физическое воспитание дошкольников осуществляется в процессе игровой деятельности, в результате ребенок учится взаимодействию с другими детьми, у него формируются нравственные формы поведения. Что касается эмоциональной сферы дошкольников, то все педагоги отмечают подъем настроения от занятий, чувство бодрости, прилив сил и желание заниматься еще и еще. Это подтверждает, что физкультура приносит и глубокое эстетическое удовлетворение.

Ребенок, который хорошо выполняет упражнения, испытывает неповторимое ощущение от умения владеть своим телом, от свободы и легкости своих движений, его радуют их точность, красота и пластичность [2]. Музыкальное сопровождение движений эмоционально обогащает детей, дает возможность полнее понять движение и лучше его выполнять.

Физкультурно-оздоровительная работа невозможна без сотрудничества с родителями, ведь именно они больше всех заинтересованы в здоровье своего ребенка. Совместные занятия не только формируют у детей устойчивый интерес и влечение к занятиям физической культурой и спортом, но и совершенствуют их физическое развитие и физическую подготовку. Занятия способствуют расширению у родителей и детей общих интересов, укреплению внутрисемейных связей, установлению доброжелательных межличностных отношений. Формируют добрые семейные традиций, улучшают нравственный климат в семье.

Незабываемые впечатления дети получают на совместных с родителями спортивных праздниках «День пап», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу», «Праздник мяча». Такое неформальное взаимодействие способствует укреплению доверия и открытости со стороны всех участников образовательного процесса.

Любому родителю интересно как проходит жизнь ребенка в детском саду. В этом нам помогает успешно развивающаяся информационная система: официальный сайт ДОУ, RuTube-канал, Telegram, сообщество в VK. На своих каналах мы выкладываем мастер-классы, фрагменты занятий, видео-обзоры выставок и значимых событий жизни детского сада.

Хорошее здоровье – основополагающее условие достижения успеха в образовательном процессе и становлении основ личности. Здоровый ребенок

жизнерадостен, активен, любознателен, выносли в, с достаточно высоким уровнем физического и интеллектуального развития.

Мы надеемся, что будущие поколения наших воспитанников будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

**Список литературы**

1. Гурьев С.В. Совершенствование двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста. М.: КноРус, 2023. 289 с.

2. Гурьев С.В. Теория и методика физического воспитания с практикумом (детей дошкольного и младшего школьного возраста): учебник и прктикум. М.: КноРус, 2023. 211 с.

3. Гусева Т.А., Соколова А.А. Содержание и методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям: учебно –методическое пособие. М.: Русайнс, 2023. 79 с.

4. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания дошкольников: учебное пособие для вузов. М.: Изд-во Юрайт, 2024. 282 с. URL: https://urait.ru/bcode/542485 (дата обращения: 03.11.2024).

5. Завьялова Т.П. Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду: учебное пособие. М.: Изд-во Юрайт, 2024. 228 с. URL: https://urait.ru/bcode/539664 (дата обращения: 01.11.2024).

**УДК 373.24**

# ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

О.А. Батулина, О.В. Талалай, Е.П. Колесникова
Центр – детский сад № 23 «Вишенка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья акцентирует внимание на взаимосвязи моторного и речевого развития у детей. Приводится описание морфофункциональных основ данной взаимосвязи. Выявлены критерии диагностики уровня сформированности моторной сферы у детей старшего дошкольного возраста. Приведены результаты личного опыта внедрения указанных критериев в работу с данным контингентом.

**Ключевые слова:** дошкольники; старший дошкольный возраст; физическое развитие, речевое развитие, уровни сформированности моторной сферы.

Известно, что речь является основным компонентом коммуникации человека. Несвоевременное ее освоение приводит к нарушению межличностного взаимопонимания и расценивается специалистами как патология, требующая незамедлительной коррекции [5].

Речевые навыки, как часть двигательной активности, требуют освоения и общих неречевых кинестезий [1]. Морфологическим субстратом такой взаимосвязи является близость общего двигательного ассоциативного центра и центра Брока (двигательный центр речи) [1]. В целом, организацию речевой активности принято рассматривать через призму учения о доминанте А.А. Ухтомского и теории функциональных систем П.К. Анохина-К.В. Судакова. Это означает, что речевые зоны в головном мозге представлены не только морфологически, но и посредством функциональных связей разных отделов головного мозга [5].

В.С. Шабаев с коллегами экспериментально подтвердили состоятельность гипотезы о том, что повышение уровня владения двигательной активностью способствует ускорению овладения артикуляционным аппаратом, и, как следствие, самой речью [5]. Авторы выявили статистически значимую прямую положительную связь между уровнем развития мелкой моторики и состоянием речевых навыков. Полученные данные в совокупности с устоявшимся научным мнением по данной проблеме позволяют говорить о том, что общие двигательные навыки включены в механизмы системогенеза речевой активности. Это крайне важно учитывать в практической работе при составлении и применении методик диагностики уровня развития речи и методик коррекции речевой патологии.

Зачастую, у родителей и педагогов прослеживается снисходительное, если не пренебрежительное отношение к двигательной активности детей. Как

спонтанные подвижные игры на улице, так и организованная двигательная активность в виде урочных, и особенно внеурочных, форм занятий, приносится в жертву деятельности, стимулирующей сугубо интеллектуальное развитие. Однако следует помнить, что у детей дошкольного возраста развитие двигательной сферы первично, поскольку именно посредством движения ребенок впервые познает окружающее пространство, у него формируется схема тела. От первых лет жизни зависит, будет ли ребенок уверен в своих силах, приступая к каким-либо активным двигательным действиям. На базе этой уверенности в дальнейшем строится коммуникативная составляющая личности человека, у него закладываются способности и стремление к познанию нового и сложного.

Старший дошкольный возраст следует рассматривать как важный рубеж, отделяющий игровую форму познания мира от учебной деятельности. Именно в возрасте 5-7 лет социально одобряемо развитие чтения, заучивания стихов, пересказа сказок и коротких рассказов. Общество ожидает, что выпускник дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), в достаточной степени владея устной речью, активно вольется в ряды школьников. В контексте сказанного ранее, важно содействовать повышению как общей двигательной активности, так и мелкой моторики у детей в дошкольном возрасте. Моторные навыки, очевидно, являются существенными компонентами формирующейся функциональной системы речевой активности, поскольку выступают в роли инструмента для достижения полезного приспособительного результата (овладение речью).

Нормальное развитие речи у детей определяется по наличию у них общественно принятых форм речевой активности. Отклонения от данных характеристик принято определять как патологии речевого развития. Отмечается, что вне зависимости от того, является ли патология речи врожденной, либо приобретенной, освоение правильных речевых кинестезий затруднено, если имеет место задержка развития общих двигательных навыков. Это говорит о том, что как при профилактике нарушений речи, так и в коррекционной работе, одним из важнейших требований к адекватному овладению речью ребенком является приобретение им общих двигательных навыков [2].

Так, в исследовании Е.И. Рябовой и А.Е. Тереньтьева на современных детях (2016 год исследования) показано, что «…уровень сформированности процессуальной лексики у них снижен вследствие недостаточной организации двигательной сферы детей. Трудности пространственной ориентации и координации отмечаются как на уровне моторной сферы, так и при оречевлении двигательных актов. Те же особенности взаимосвязи наблюдаются при оречевлении разного рода действий, в том числе при использовании глаголов движения, перемещения, социального взаимодействия и т. д» [4, с. 125]. Также Е.И. Рябова провела исследования физического развития в группе детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи (ОНР), где результаты показали у таких детей

наличие многообразных затруднений при выполнении предлагаемых педагогом инструкций. Были обнаружены такие ошибки как нарушение показателей правильности техники выполнения движений и их точности. Для оценки использовались проба Ромберга, выполнение серии движений, выполнение строевых упражнений, приседания, задания с изменением темпа выполнения движений, повторение ритмических рисунков [3]. Особого внимания, на наш взгляд, в работе И.Е. Рябовой заслуживает подход, распределяющий детей на группы по уровню сформированности моторной сферы [3]:

1. Критический уровень – стойкие нарушения в координации движений (особенно в точности). Исключительно наглядно образное восприятие (не делает по словесной инструкции). Нуждается в постоянной дополнительной помощи педагога. Не исправляет ошибки.
2. Достаточный уровень – избирательные нарушения в координации движений. Помощь педагога требуется частично. Ряд заданий может выполнить по вербальной инструкции. Ошибки замечает, но полностью исправить не может.
3. Оптимальный уровень – без затруднений выполняет практически все задания. Ошибки единичны. Хорошо воспринимает словесную инструкцию, часто показ не требуется. Способен не только самостоятельно заметить, но и исправить свои ошибки.

В работе нашего ДОУ мы реализуем инклюзивный подход. С учетом того, что количество детей с ОНР ежегодно увеличивается, мы обратили внимание на приведенные выше методики диагностики и применили их для оценки двигательной активности наших воспитанников. По результатам тестов, предложенных Е.И. Рябовой, мы разделили детей старших и подготовительных к школе групп по уровням сформированности моторной сферы. Эти данные были сверены с данными логопедического обследования и взаимосвязь между речевыми дисфункциями и нарушениями моторной сферы проявилась достаточно наглядно. На основе полученных данных был внесен ряд изменений в коррекционные занятия, пересмотрен подход к неурочным формам организации двигательной активности детей (усилен контроль над реализацией запланированных мероприятий досугового характера), воспитателям и родителям были даны рекомендации по организации индивидуального подхода для работы с детьми, имеющими критический и достаточный уровни сформированности моторики в сочетании с недоразвитием речи. В данных рекомендациях указывались допустимые и желательные виды двигательной активности, указывались критерии оценки для проверки правильности выполнения заданий. Полученные результаты свидетельствуют о положительном воздействии перечисленных мер на развитие как моторной, так и речевой сферы обследуемых детей.

Таким образом, можно заключить, что для детей старшего дошкольного возраста актуальна профилактика и коррекция речевых

нарушений посредством формирования не только речевых, но и неречевых кинестезий. При этом следует учитывать уровень сформированности моторной сферы ребенка, которая включает в себя навыки выполнения заданий по словесной инструкции.

**Список литературы**


1. Визель Т.Г. Приобретение и распад речи: монография. - Барнаул: АлтГПУ, 2016. – 289 с.
2. Дудьев В.П. Психомоторика: Словарь-справочник. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. 366 с.
3. Рябова Е.И. Особенности физического развития детей дошкольного возраста, обучающихся в условиях инклюзивного образования // Педагогическое образование в России. 2016. №9. – С. 95-98.
4. Рябова, Е.И., Терентьев А.Е. Взаимосвязь физического и речевого развития у детей старшего дошкольного возраста // Педагогическое образование в России. 2016. № 1. – С. 122-126.
5. Шабаев В.С., Денисенко А.С., Шабаева И.А., Лагутина Л.В. Неречевые кинестезии в механизмах направленной коррекции патологии речи у детей // Вестник НовГУ. 2018. №2 (108). С. 95-98.

**УДК 373.2**

# ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОО

И.В. Белая, О.А. Никитина, Ю.С. Коноваленко
Детский сад № 95, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассказывается о функциях, видах, личностных и профессиональных особенностях коммуникативной деятельности в условиях дошкольной образовательной организации, перечисляются положительные и отрицательные факторы коммуникации, приведены примеры проявления коммуникативной деятельности воспитателя с различными субъектами – педагогами, родителями детьми дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** коммуникация, функции коммуникации, воспитатель, дошкольная образовательная организация, родители, дети дошкольного возраста.

Коммуникативная сторона общения предполагает взаимодействие воспитателя с другими педагогами, детьми дошкольного возраста и родителями воспитанников с целью передачи информации. Особое место в организации коммуникации играют цели, мотивы, установки каждого из субъектов взаимообщения. Каждый их участников общения стремится повлиять на другого и использует для этого различные формы коммуникации (вербальные, невербальные, интерактивные) [5]. При построении взаимообщения воспитатель должен минимизировать авторитарный тип коммуникации (преодолевать установку, что партнер – это пассивный объект, который должен только слушать и подчиняться) и стремиться к типу диалоговой коммуникации (реализация установки «на равных», при которой партнер – это активный участник общения, имеющий собственное мнение). Для детей, педагогов и родителей не меньшее значение при осуществлении коммуникации играет знаковый тип (слова, жесты, мимика).

Каждый субъект коммуникации (воспитатель, ребенок и родитель) в дошкольной образовательной организации признает значимость детства, игры для развития каждого. Это увеличивает роль применения вербальной и невербальной коммуникации. Особенности работы в детском саду формируют особенности функций коммуникации воспитателей, личностных особенностей и особенности условий [4].

Прагматическая функция основана на единстве целей. Цель педагогов и родителей – развивать, обучать, воспитывать детей. Цель детей – организовать собственную деятельность с учетом личных желаний. Задача воспитателя соединить развивающую, воспитывающую и обучающую цель с интересами и способностями детей.

Формирующая функция предполагает наличие сопровождения деятельности с коллегами (сопровождение процесса работы с детьми и

методической работы с коллегами), родителями (консультативную и просветительскую работу), с детьми (организация детских видов деятельности в игровой форме).

Функция организации и поддержки межличностных отношений с коллегами (на основе реализации семинаров, педагогических советов, мастер-классов), между родителями и с родителями (общение в чатах, на родительских собраниях, в индивидуальных беседах), с детьми и между детьми (организация игрой, обучающей деятельности, развивающей коллективные формы коммуникации).

Внутриличностная функция - наличие и владение методами самоанализа, самооценки, рефлексии. Воспитатель постоянно анализирует результаты собственной деятельности и от объективности этой оценки зависит эффективность корректировки целей, задач и содержания профессиональной деятельности [2, 3].

К положительным личностным особенностям коммуникативной деятельности воспитателя можно отнести следующие качества:

- эмпатия – способность объединяться в эмоциях, чувствах, деятельности для единения задач и повышения эффективности коммуникации;

- рефлексия – умение воспитателя видеть себя со стороны, анализировать собственные успехи и ошибки, понимать свои потребности и учитывать состояние и способности;

- идентификация - способность воспринимать деятельность с точки зрения других педагогов, родителей и детей. Эти позиции различны и воспитатель должен учитывать интересы, ценности, способности каждого субъекта.

Нередко встречаются еще и отрицательные личностные особенности коммуникации воспитателей:

- каузальная атрибуция – приписывание причин неудач или ошибок другим людям (другим педагогам, трудным детям или некомпетентным родителям – они виновны, а я нет);

- стереотипизация – наличие стереотипов в восприятии других людей или ситуаций (уверен, что руководитель или методист плохой, дети агрессивные или глупые, родители неблагодарные и тому подобное);

- эффект ореола – формирование специфической установки по отношению к партнеру по общению (следование заранее созданному образу или представлению о человеке и трудность его корректировать – все дети непослушные, родители не интересуются детьми, коллеги плохо работают, а получают много денег и прочее, значит я не буду их уважать и считаться с их мнением);

- фактор привлекательности – стремление создать первое положительное впечатление (при родителях воспитатель хвалит ребенка, а в течение дня ругает, не считается с его мнением; старшему воспитателю

говорит, что реализует план по самообразованию, а в результате формально подходит к этому вопросу);

- фактор превосходства – наличие позиции значимости (родителей нужно учить воспитывать детей, детям нельзя разрешать свободно выбирать, коллегам нужно показать как правильно работать) [1].

Таким образом, у воспитателя особенности коммуникации обусловлены наличием положительных и отрицательных особенностей личности, знаниями и навыками по созданию условий общения между воспитателем и коллегами, родителями и детьми, знаниями возрастных особенностей и педагогических технологий.

**Список литературы**


6. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 2005. - С. 464.
7. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – Изд. Союз, 2006. - С. 160.
8. Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. - М., 2004. - С. 156.
9. Самоходкина Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
10. Самоходкина Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# ПРИЕМЫ УМЕНЬШЕНИЯ УТОМЛЯЕМОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДЕТСКОМ САДУ

Я.И. Белозерова
Детский сад № 117, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Занятия физической культурой в детском саду играют важную роль в развитии детского организма. Однако, из-за особенностей детской психофизиологии ребята могут быстро уставать. Эффективное отслеживание состояния детей, а также управление утомляемостью являются ключевыми аспектами, которые помогут сохранить интерес детей к занятиям и обеспечить стабильное психоэмоциональное и физическое развитие.

**Ключевые слова:** утомляемость, усталость, эмоциональное состояние, здоровье ребенка.

Физическое воспитание в детском саду может быть вихрем энергии и эмоций, но оно так же может привести к усталости, если не проводить его должным образом. Большинство детей по своей природе энергичны, однако, нужно следить, чтобы ребята оставались вовлеченными и активными на протяжении всего занятия. Утомляемость у детей в процессе занятий физической культурой в детском саду – явление достаточно обычное. Понимание причин этого состояния позволяет разработать стратегии его предотвращения и управления им. Рассмотрим основные факторы, способствующие появлению утомляемости у дошкольников.

1. Физическая культура.

— Интенсивность и продолжительность занятий. Дети имеют ограниченные физические ресурсы, и высокая интенсивность или продолжительность занятий может приводить к быстрой утомляемости.

— Неподходящие упражнения. Некоторые упражнения могут быть слишком сложными для определенного возраста или уровня подготовки ребенка, что вызывает утомление и снижение интереса.

2. Психологические факторы.

— Эмоциональное состояние. Дети могут испытывать страх, неуверенность или стресс перед занятием, что в свою очередь приводит к эмоциональной усталости. Бывают случаи, когда ребенок стесняется выполнять то или иное действие, потому что он «новенький» в группе, или потому что у него получается не так хорошо, как у других, или потому что кто-то из детей посмеялся над ним… Так же бывает страх выполнения заданий, если ребенок боится высоты, или боится громких звуков, или у ребенка ранее была травма, полученная при двигательной активности. Все эти страхи и стеснения мы проговариваем и работаем индивидуально с психологом, родителями и ребенком.

— Отсутствие интереса. Если занятия не привлекают внимания или не разнообразны дети могут быстро уставать от однообразия.

3. Социальные факторы.

— Конкуренция среди сверстников. Соревновательный дух может вызывать дополнительное давление на детей, что ведет к утомляемости, особенно у тех, кто боится проиграть.

— Групповая динамика. Обстановка в группе и взаимодействие с другими детьми могут как поддерживать, так и угнетать. Конфликты и недопонимание среди сверстников могут усугублять утомляемость.

4. Физиологические факторы.

— Индивидуальные особенности. Каждый ребенок уникален, и уровень физической подготовки, выносливости и общего здоровья может значительно варьироваться.

— Влияние внешних условий. Температура воздуха, влажность и качество воздуха во время проведения занятия на улице или в помещении могут оказывать влияние на уровень утомляемости. Жаркая или душная атмосфера может вызвать более быструю усталость.

5. Неправильное питание.

— Недостаток энергии. Недостаточное количество питательных веществ и энергии перед занятием может снизить общую выносливость ребенка. Правильное питание крайне важно для поддержания жизненной активности растущего организма.

— Обезвоживание. Недостаток жидкости может привести к быстрой утомляемости, поэтому важно, чтобы воспитатель перед занятием и во время него контролировал потребление воды детьми.

Понимание причин появления утомляемости на занятиях физической культурой в детском саду – важный шаг на пути к созданию более эффективной и продуктивной образовательной среды. Учитывая физические, психологические и физиологические аспекты, инструкторы могут разрабатывать индивидуальную работу, направленную на поддержание интереса и активности детей.

Рассмотрим некоторые приемы, которые помогут инструктору по физической культуре уменьшить усталость детей на занятиях:

1. Правильная организация занятий.

— Четкое планирование. Заранее продуманная структура занятия поможет избежать излишней нагрузки на детей. Каждый этап должен быть сбалансирован по времени и интенсивности. Избегайте долгую продолжительность выполнения одной и той же деятельности. Для этого на каждое занятие мы пишем план, в котором подбираются упражнения и игровые ситуации согласно возрастным и психофизиологическим особенностям каждой группы.

— Разнообразие упражнений. Чередуйте активные упражнения с более спокойными, например, бег и прыжки с растяжкой. Включайте

дыхательные практики, чтобы восстановить дыхание и сердечный ритм после динамической нагрузки.

— Тематическое планирование. Занятия, построенные на основе темы недели больше увлекают детей, т.к. они уже в группе ознакомились этой тематикой. Им интересно рассказать о том, что они узнали и когда мы, например, используем тему «профессии» в структуре занятия – дети быстрее включаются в процесс, для них это тема более понятна. А когда детям интересно, то и скучать им некогда.

— Музыкальное сопровождение. Уделяйте внимание мелодиям и громкости музыкального сопровождения, т.к. некоторые дети итак плохо переносят многолюдность и столпотворение, и громкая музыка их еще больше угнетает. Используйте знакомые детям мелодии. Если вводите что-то новое, то обратите внимание детей на это. Подготовительные группы очень любят на разминке ремикс «Катюши», настроение у них сразу на максимуме, они поют эту песню во время выполнения ОРУ, а если вы еще и адаптируете эту (или любую другую активную) мелодию под счет и количество повторений, то детям будет еще веселее и занятие пройдет интересно.

2. Учет физиологических особенностей детей.

— Индивидуальный подход. Важно учитывать уровень подготовки, общий тонус каждого ребенка. Детям, которые демонстрируют признаки усталости необходимо предоставить индивидуальные перерывы для отдыха или предложить альтернативное задание, это поможет снизить утомляемость. Так же есть дети с гипервозбудимостью, им мы даем больше определенных заданий: задействуем их в уборке инвентаря и помощи другим, но не забываем про соответствие этих поручений возрасту и физическому развитию ребенка.

Если в группе есть дети с ОВЗ или дети-инвалиды, то для них мы прописываем индивидуальную работу. В занятии задействованы все дети, но каждый со своим заданием.

— Контроль за ритмом нагрузки. Инструктор по ФК и воспитатель должны постоянно наблюдать за признаками утомляемости и адаптировать занятие в соответствии с состоянием детей в данный момент. Даже если у вас стоит какой-то план, здоровье детей первично, как физическое, так и эмоциональное.

Проговаривайте информацию о том, что если ребенку нужен перерыв, то он может отдохнуть.

3. Применение игровых форм.

— Игры на основе физической активности. Игровая форма занятий делает процесс обучения более увлекательным и менее утомительным. Например, сюрпризный момент, сказочная история в начале занятия мотивируют детей участвовать в активностях. А командные игры или эстафеты позволяют детям не только развлекаться, но и поддерживать свою физическую активность.

— Включение в занятия соревновательного эффекта. Мягкие соревнования стимулируют детей к активной деятельности и делают занятие интереснее, что снижает восприятие нагрузки. Дети увлечены и забывают о том, что устали.

— Игры на воображение. Предлагайте детям фантазировать и воображать во время подвижных игр. Так занятие пройдет в позитивном активном ключе.

4. Регулярные перерывы.

— Короткие паузы. Использование коротких перерывов для отдыха и питья воды во время проведения занятий поможет детям восстановить силы и вернуться к активности без утомления.

— Простые расслабляющие упражнения. Можно во время кратковременных пауз выполнить с детьми простые упражнения на растяжку или релаксацию, что поможет предотвратить усталость. Можно использовать для восстановительного перехода между упражнениями логоритмические упражнения, они еще и поднимут эмоциональный настрой детей.

5. Психологический аспект.

— Позитивная атмосфера. Командная игра, взаимопомощь и взаимовыручка очень важны на занятиях по физический культуре, поощряйте такие ситуации, в которых дети проявляют эти качества. Это укрепит дружеские отношения между детьми и поспособствует позитивной атмосфере на занятиях.

Дети должны чувствовать дружелюбную обстановку в зале. Ощущение комфорта способствует снижению стресса и утомляемости. Для этого я подбираю разнообразную музыку, которую любят и подпевают дети. Дети знают, что я с ними «на одной волне», могу и пошутить, и по-доброму поругать, но все делаю из любви к ним.

— Поддержка и похвала. Регулярное поощрение и невербальная поддержка со стороны инструктора мотивируют детей, увеличивая их эмоциональный ресурс и снижая ощущение усталости. Я всегда стараюсь встречать детей с улыбкой, сказать пару позитивных фраз для всей группы. В конце занятий у нас ритуал «Дай пять» или «обнимашки», причем каждый ребенок выбирает, что ему сейчас важнее. Если мы встречаемся с детьми вне спортивного зала и даже за пределами детского сада они знают, что я всегда открыта к объятиям и добрым пожеланиям. Такое отношение с детьми дает им чувство безопасности и доверия, а это очень важно при работе с чистыми детскими сердцами.

Комплексный подход к организации занятий поможет минимизировать утомляемость и повысить уровень увлеченности дошкольников физической культурой. Важно помнить, что здоровье и удовлетворение физиологических потребностей ребенка должны быть в центре внимания каждого инструктора по физической культуре.

**Список литературы**

1. Горькова Л.Г. Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: основные виды, сценарии занятий / Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова. – М.: 5 за знания, 2005. – 112 с.

2. Дронов А.Ф. Как сберечь здоровье ребенка. – М.: Кронус, 2020. – С. 189-194.

3. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.

4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. 5-6 лет. Старшая группа / Л.И. Пензулаева. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 191 с.

5. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / М.А. Рунова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2004. – 256 с.

6. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре / К.К. Утробина. – М.: ГНОМ и Д, 2006. – 128 с.

**УДК 159.9**

# ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ

Е.И. Берилова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация**. В работе представлены результаты исследования, которые были получены после внедрения программы, направленной на развитие внимания у старших дошкольников. Основным содержанием программы было включение детей в художественно-продуктивную деятельность. У дошкольников достоверно выше стали устойчивость, концентрация, объем, переключаемость, распределение, продуктивность внимания после проведения данной программы

**Ключевые слова:** дошкольники, внимание, познавательная процессы, художественная деятельность, продуктивная деятельность

Проблеме развития внимания в дошкольном возрасте уделяется сегодня много внимания. Это обусловлено тем, что произвольное внимание является не только основой включения дошкольников во все виды деятельности, но и одним из основных компонентов готовности к обучению к школе [4, 5]. В настоящее время есть данные, подтверждающие эффективность развития познавательной сферы дошкольников посредством включения дошкольников в различные коррекционно-развивающие программы, в том числе, посредством продуктивной и художественной деятельности [1, 2, 3].

Цель исследования – установить особенности развития внимания дошкольников средствами художественно-продуктивной деятельности.

В исследовании принимали участие 20 дошкольников в возрасте 6 лет (11 мальчиков и 9 девочек).

Для диагностики внимания применялись методики Р.С. Немова. У дошкольников диагностировалось такие свойства внимания как устойчивость и концентрация (методика-игра «Перепутанные линии»), объем внимания (методика-игра «Что увидел»), переключение и распределение внимания (методика-игра «Найди к домику ключ»), продуктивность и устойчивость внимания (методика-игра «Найди картинку»).

После первичной диагностики была проведена программа, направленная на развитие внимания у детей с помощью средств художественно-продуктивной деятельности. После реализации данной программы была проведена повторная диагностика особенностей внимания у дошкольников.

В рамках программы были проведены занятия, направленные на развитие внимания у детей с помощью средств художественно-продуктивной деятельности. На занятиях дошкольников обучали различным техникам рисования (рисование сюжетное в технике «восковые мелки и акварель», кляксография, рисование с использованием нетрадиционной техники изображения (свеча + акварель и др.), лепки (рельефная лепка, лепка из соленого теста, пластилинография и др.), аппликации (объемная аппликация, аппликация из фольги и фантиков, аппликация в технике «декупаж» и др.). В ходе реализации программы также развивались творческие способности дошкольников, воображение, образное и логическое мышление, навыки сотрудничества.

Перед реализацией данной программы были установлены особенности внимания у дошкольников. Данные, полученные нами, говорят о присутствии трудностей в концентрации и устойчивости внимания почти у половины дошкольников (у 45 % детей), у 40 % детей – низкий уровень объема внимания, у 35 % дошкольников присутствуют трудности с переключением и распределением внимания. У 25 % детей установлен низкий уровень продуктивности и устойчивости внимания.

Таким образом, мы видим, что у достаточно большого количества дошкольников имеются трудности в концентрации и распределении внимания, устойчивости и переключаемости.

После проведения данной программы у детей дошкольного возраста достоверно выше стал объем внимания, а также устойчивость и переключаемость, распределение и продуктивность. Следует отметить также, что после реализации данной программы в группе дошкольников снизилось количество низких значений выраженности свойств внимания, а также повысился процент детей с высоким уровнем развития данных свойств.

По результатам проведения программы, направленной на развитие свойств внимания средствами художественно-продуктивной деятельности. можно сделать вывод о ее положительном влиянии на развитие познавательной сферы дошкольников.

**Список литературы**

1. Босенко, Ю. М. Особенности воображения у детей дошкольного возраста с разным уровнем развития мышления / Ю. М. Босенко, А. С. Распопова // Коммуникации. Общество. Духовность - 2023: Материалы XXIII Международной научно-практической конференции, Ухта, 18–19 мая 2023 года. – Ухта: Ухтинский государственный технический университет, 2023. – С. 155-159.

2. Дробышева, К. А. Развитие произвольного внимания в старшем дошкольном возрасте посредством игры / К. А. Дробышева // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – С. 115-116.

3. Дюжакова, М.В. Продуктивная деятельность как средство развития дошкольника / М. В. Дюжакова, О. И. Лавлинская, А. В. Коломеец // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2016. – № 5. – С. 580-582.

4. Пархоменко, Е.А. Особенности сформированности компонентов готовности детей к обучению в школе с учетом образовательной среды / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубовова, Я. Е. Есауленко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 12 февраля 2020 года. Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 137-138.

5. Самоходкина, Л.Г. Изучение способностей дошкольников как основа индивидуализации обучения в условиях дошкольной организации / Л. Г. Самоходкина, О. И. Панкова // Психология и педагогика: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей II Международной научно-практической конференции, Пенза, 10 ноября 2016 года / под общей редакцией Г.Ю. Гуляева. – Пенза: «Наука и Просвещение» (ИП Гуляев Г.Ю.), 2016. – С. 92-96.

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОУ С СОЦИАЛЬНЫМИ ИНСТИТУТАМИ КАК СРЕДСТВО УСПЕШНОГО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.С. Беседина, Л.С. Пятунина
Центр развития ребенка – детский сад № 171 «Алые паруса»,
г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье представлен опыт работы МАДОУ МО г. Краснодар «Центр-детский сад № 171 «Алые паруса» по взаимодействию с социальными институтами с целью успешного воспитания и развития дошкольников в современном мире, в том числе, укрепления и сохранения здоровья детей, приобщению к здоровому образу жизни. Опыт детского сада показывает необходимость социального партнерства в образовательном процессе в условиях реализации ФГОС дошкольного образования.

**Ключевые слова:** социальное партнерство, дошкольное учреждение, физическое развитие, ребенок дошкольного возраста.

По указу президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина с 1 января 2019 года стартовал федеральный проект «Спорт – норма жизни» нацпроекта «Демография», целью которого является повышение качества жизни и формирование культуры спортивной жизни населения. Формирование понятия «Спорт-норма жизни» должно закладываться уже в дошкольном возрасте, а это значит, что физическое воспитание ребенка – одна из приоритетных задач, которые призваны решать как родители, так и педагоги дошкольных образовательных учреждений [1]. Современная дошкольная организация уже давно перестала быть закрытой системой, которое самостоятельно решает задачи всестороннего развития дошкольника. В настоящее время детский сад все активнее взаимодействует с различными социальными учреждениями, что позволяет создать условия для полноценного, гармоничного развития ребенка, повышению грамотности педагогов, вовлечению семей в педагогический процесс [8].

МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад № 171 «Алые паруса» не стал исключением. Достаточно продолжительное время детский сад активно использует взаимодействие с социальными партнерами, целью которого является укрепление и совершенствование взаимосвязей с социумом, установление творческих контактов, повышающих эффективность деятельности ДОО [7]. Социальными партнерами ДОУ являются:

- МАОУ СОШ № 103. Взаимодействие со школой обеспечивает полноценное взаимодействия игровой и познавательной деятельности в педагогическом процессе; формирует у старших дошкольников мотивацию и

желания в обучения в школе; создает условия для успешной адаптации дошкольников к условиям школьного обучения.

- ГБУЗ «Детская городская поликлиника № 5 города Краснодара». Сотрудничество способствует профилактике простудных и респираторных заболеваний; формированию у детей навыков здорового образа жизни; привлечению родителей к формированию навыков здорового образа жизни у всех членов семьи; повышению уровня знаний педагогов в области оздоровления детей; созданию системы взаимодействия специалистов.

- Музеи города Краснодара: Краснодарский государственный историко-археологический музей-заповедник им. Е.Д. Фелицына, ГБУК КК «Краснодарский краевой художественный музей имени Ф.А. Коваленко», музей технического творчества МЧС России. Взаимодействие нацелено на развитие у дошкольников активной гражданской позиции и патриотизма, воспитание любви к Родине, родному краю, интереса к героической истории своего города; привитие чувства гордости за воинов – защитников Отечества, радость от совместного с родителями творчества; воспитание интереса и любви к культурному и духовному наследию своего народа.

- Краснодарское высшее военное училище имени генерала армии С.М. Штеменко. Сотрудничество с училищем способствует формированию у старших дошкольников мотивации и желания к обучению. Сотрудничество педагогов ДОО и училища направлено на гражданско-патриотическое воспитание детей дошкольного возраста, а также общее физическое развитие дошкольников.

- Детская библиотека им. С.Я. Маршака. Формирует бережное отношение и любовь к книгам, как к источнику знаний.

- ГБУ «Центр диагностики и консультирования» Краснодарского края. Оказывает психолого-педагогическую помощь и поддержку семьям с детьми с ОВЗ.

- ДОО города Краснодара и Краснодарского края. Взаимодействие обеспечивает сотрудничество педагогов; обмен практическим опытом; развивает инновационную деятельность.

На основании приказа министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 31.08.2022 №2046 «Об организации работы по реализации программы раннего физического развития детей в дошкольных образовательных организациях Краснодарского края» наш детский сад стал участником сетевой пилотной площадки ФГБНУ «ИВФ РАО» по созданию центров раннего физического развития. Для более успешной реализации программы было решено установить социальное взаимодействие с Автономной некоммерческой организацией дополнительного образования спортивной школой «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ». Целью такого взаимодействия является приобщение к здоровому образу жизни и физическому развитию всех участников процесса: воспитанников, педагогов, родителей. В процессе взаимодействия решался ряд задач:

- формирование у детей интереса к занятиям спортом;

- формирование у детей осознанного ведения здорового образа жизни;
- развитие физических качеств детей: силу, ловкость, быстроту и т.д.;
- расширение кругозора воспитанников;
- формирование навыков общения детей в различных социальных ситуациях с различными участниками ситуаций;
- повышение качества образования: психолого-педагогическая компетентность педагогов, тренеров, родителей [4].

В рамках сотрудничества были запланированы и реализованы мероприятия физкультурно-оздоровительной работы. В просветительных целях организованы экскурсии для воспитанников старших и подготовительных к школе групп. В ходе экскурсий ребята познакомились с видами спортивных секций, доступных для их возрастных категорий, посетили тренировки, получили небольшие мастер-классы от тренеров. Больше всего детей впечатлили стеллажи с медалями, кубками и другими спортивными наградами, что не могло не стимулировать приобщение к спорту [3, 5].

Для того, чтобы стимулировать интерес детей к занятиям спортом, помимо занятий по физической культуре проводятся различные спортивные мероприятия, в которых участвуют воспитанники одной группы, воспитанники нескольких групп одной возрастной группы, родители, педагоги, приглашенные тренеры и спортсмены спортивной школы [2, 6, 8].

Также велась активная работа с семьями воспитанников с целью формирования знаний о необходимости физического развития детей. Были проведены тематические родительские собрания, анкетирования родителей о физическом развитии детей, мастер-классы от педагогов, консультации, флешмобы, организовано информационное обеспечение родителей.

Как показывает опыт нашего ДОО, взаимодействие с другими социальными институтами делает воспитательный процесс более эффективным, открытым и полным, позволяет решать многие образовательные задачи, положительно влияет на личную позицию педагогов, детей, родителей.

**Список литературы**


11. Авилова С.А., Калинина Т.В. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. – Волгоград издательство: Учитель, 2008.
12. Безденежных Г.А. Педагогические инновации в физическом воспитании в дошкольном образовании: понятия, перспективы и направления развития // Молодой ученый. – 2011. – №4.
13. Журнал «Инструктор по физкультуре» №1, 2010 г., стр.84, Тарасова Т. А. «Совершенствование физической подготовки старших дошкольников в условиях ДОУ и семьи»
14. Прищепа С.С. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет»: Творческий Центр, Москва, 2005.
15. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.

16. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2017. – 128 с.
17. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
18. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373**

# ПРОГРАММА «КУБАНЬ – МОЯ МАЛАЯ РОДИНА» КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ПАТРИОТИЗМА СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ю.С. Бойкова
Детский сад № 85, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается формирование основ патриотизма в проектной деятельности через реализацию авторской программы «Кубань – моя малая Родина», раскрывается актуальность патриотического воспитания, использование проектной деятельности в работе со старшими дошкольниками, описывается структура Программы, методика проведения проектных занятий с детьми.

**Ключевые слова:** основы патриотизма, старшие дошкольники, проектная деятельность, программа «Кубань – моя малая Родина», портфолио достижений.

Патриотическое воспитание дошкольников становится все более актуальным в современном обществе, где важные ценности, такие как любовь к Родине, уважение к ее культуре и традициям, требуют особого внимания со стороны родителей и педагогов. В результате патриотического воспитания у ребенка закладываются основы гражданской позиции, что способствует развитию его личности и социальной ответственности.

Воспитание патриотизма и гражданственности должно начинаться с дошкольного детства. Это возраст, когда закладывается фундамент первооснов личности, высших нравственных чувств, ценностного отношения к малой и большой Родине. Основой для воспитания у дошкольников основ патриотизма служит семья, ближайшее окружение, социум, город, край, его малая Родина. Первые патриотические чувства ребенок начинает испытывать к своей семье и близким, у него появляется привязанность к родному дому, детскому саду, городу или станице – месту, где он родился и вырос [3].

Каждый город или край нашей огромной страны обладает своей, уникальной, только ему свойственной богатой культурой, традициями и разнообразной природой. Изучение истории родного края, обычаев и традиций людей, проживающих на Кубани; знакомство детей с многообразием достопримечательностей г. Краснодара и Краснодарского края; воспитание бережного отношения к природным богатствам способствует формированию у них качеств, которые помогут стать патриотами и гражданами своей страны.

Проектная деятельность в детском саду становится важным инструментом в воспитании патриотизма у дошкольников. Она предоставляет возможность детям активно участвовать в образовательном процессе,

развивать критическое мышление, коммуникативные навыки и эмоциональную привязанность к родине. Проекты могут быть разнообразными и охватывать разные аспекты культуры и истории страны [1].

Главная задача педагога заключается в создании условий для осуществления проектной деятельности. Проекты реализуются через различные виды деятельности: творческую, экспериментальную и продуктивную. Реализация проектов патриотической направленности позволяет детям собирать информацию о географии, истории, культуре и традициях своей малой Родины. Эти знания формируют чувство принадлежности к своему краю. Ребята исследуют местные памятники, традиции и значимые события, что углубляет их понимание исторической и культурной среды [2].

В рамках проектов воспитанники знакомятся с биографиями выдающихся личностей, прославивших свой край. Это могут быть герои войны, видные ученые, художники и другие созидатели, которые своей деятельностью оставили заметный след в истории. Знакомство с такими фигурами вдохновляет детей на собственные достижения, формируя у них стремление быть полезными обществу.

Программа по формированию основ патриотизма старших дошкольников «Кубань – моя малая родина» разработана в соответствии с целями и задачами, представленными в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО), Федеральной образовательной про-грамме дошкольного образования (ФОП ДО); целевыми ориентирами воспитательной работы с дошкольниками по патриотическому и социальному направлениям воспитания, обозначенными в Примерной программе воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования [6, 7].

Программа интегрирует в себе патриотическое воспитание и проектную деятельность, создает уникальную среду для всестороннего развития личности ребенка, позволяет ему не только познавать мир, но и осознавать свою роль в нем, формируя базу для успешной социализации в будущем.

Программа направлена на формирование основ патриотизма у детей старшего дошкольного возраста в проектной деятельности, которая, в свою очередь, способствует патриотическому воспитанию дошкольников, благодаря своим возможностям:

- темы проектов дети выбирают по своим интересам, что делает проблему внутри проекта важной для каждого ребенка и способствует его мотивации к освоению различных знаний о своей малой родине;

- на каждом этапе проекта детям предоставляется доступная им самостоятельность, что поддерживает интерес ребенка к содержанию проекта и формирует его личный опыт, в том числе в области познания родного края, Родины;

- деятельность по изучению истории, традиций, природы родного края становится эмоционально значимой для ребенка, поскольку вся работа выполняется в тесном взаимодействии со взрослыми и другими детьми, объединенными одной целью;

- взрослый выступает равноправным партнером и соучастником в деятельности, что дает ребенку возможность проявлять свою познавательную активность;

- возможность создания коллективного продукта проекта помогает ребенку осознать ценность взаимодействия с воспитателем, родителями и другими детьми [4].

Принципы Программы базируются на традиционных, гражданских и духовно-нравственных ценностях российского общества, соответствуют принципам дошкольного образования, определенными ФГОС ДО, ФОП ДО, а также, принципам воспитательной работы, представленным в Примерной программе воспитания для дошкольников.

Методологической основой программы является деятельностный подход, в соответствие с которым формирование у старших дошкольников основ патриотизма как сложного многокомпонентного интегративного личностного образования, осуществляется на деятельностной основе, то есть в процессе организации, приобщения и освоения ими способов проектной исследовательской деятельности.

Проектная деятельность играет ключевую роль в формировании патриотических чувств у дошкольников. Она не только обогащает знания о родине, но и способствует развитию гуманитарных и социальных навыков, что крайне важно в нашем обществе. Проекты патриотической направленности способствуют развитию этических норм и эстетических ценностей. Ребята учатся понимать и уважать традиции и культурные особенности своего региона. Это важный аспект, который помогает сформировать гармоничную личность, способную оценить красоту окружающего мира и его людей.

Кроме того, работа над проектами позволяет воспитанникам расширять их возможности. Они могут общаться с экспертами, участвовать в экскурсиях, организовывать выставки и презентацию продуктов проекта, что обогащает их практический опыт и помогает развивать критическое мышление.

Таким образом, Программа «Кубань – моя малая Родина» не только способствуют накоплению знаний и впечатлений о родном крае и его людях, но и формируют у детей важные качества, необходимые для полноценной жизни в обществе.

Структуру программы образуют три модуля: образовательный модуль, модуль методического сопровождения, модуль мониторинга результатов.

Первый модуль – образовательный, его целью является поэтапное освоение старшими дошкольниками способов работы над проектом. На первом этапе проводятся занятия с детьми по подготовке к проектной

деятельности; на втором этапе детям предлагается самостоятельно выбрать тему для своего проекта, сформировать команду участников для совместной работы над проектом, при поддержке взрослых (педагогов, родителей) реализовать проект и презентовать результат (продукт проекта).

Образовательный модуль программы содержит цикл дополнительных занятий, подготавливающих детей к проектной деятельности, которые проводятся во второй половине дня. Проектная деятельность является частью проблемного обучения, поскольку в основе проекта лежит проблема, то задача педагога – научить детей 7-го года жизни видеть противоречия в проблемной ситуации и уметь вербально сформулировать проблему. На дополнительных занятиях, которые проводятся по подгруппам, детям предлагаются различные задания, включающие проблемные ситуации, детей учат находить противоречия, формулировать проблему, в том числе и гипотезу.

Второй модуль программы представляет собой модуль методического сопровождения проектной деятельности старших дошкольников, предусматривает разработку комплектов учебно-методических материалов, включающих конспекты проведения занятий с дошкольниками, содержание семинаров, круглых столов, практикумов и других форм работы с педагогами и родителями.

Третий модуль программы – это модуль мониторинга результатов формирования основ патриотизма старших дошкольников, включает разработку контрольно-измерительных материалов (критериально-диагностического инструментария и проведение диагностических процедур (анкетирования, беседы с родителями, педагогами, диагностику уровня сформированности когнитивного, эмоционально-мотивационного и деятельностного компонентов патриотизма у старших дошкольников).

За время реализации программы у каждого дошкольника формируется портфолио достижений, куда складываются индивидуальные и коллективные продукты проектной деятельности, фотографии участия в инсценировках, социальных акциях, волонтерских мероприятиях и т.д. Портфолио достижений способствует развитию рефлексии и формированию адекватной самооценки ребенка, в том числе, оценки своего вклада в общий результат деятельности.

Реализация проектов формирует у каждого дошкольника навыки самостоятельной проектно-исследовательской деятельности, в том числе, лидерские качества как организаторов и руководителей собственных мини-проектов [5].

Методика проведения проектных занятий с детьми

1. Выбор темы. Картинки с темами проектов можно разложить перед детьми, прикрепить на доске или вывести на экран презентации. В обсуждение выбора темы включаются все дети. Главное, чтобы они выбрали то, что им действительно интересно.

2. Составление плана проекта. Нужно объяснить детям: их задача - получить как можно больше новых сведений о том, что является предметом их проекта, каким будет продукт, и подготовить о нем сообщение - небольшой доклад. Для того чтобы выполнить эту работу, надо исследовать все, что можно, собрать всю доступную информацию и обработать ее. Возможные методы: подумать самостоятельно, узнать из книг, понаблюдать, спросить у взрослого, найти в интернете и др. Чем больше методов задействованы, тем лучше и интереснее будет работа. Для составления плана можно использовать карточки с изображением методов, фиксировать информацию на ментальной карте проекта.

На этом этапе детям предлагается ответить на вопросы:

- Тема проекта (Почему мы это делаем?)
- Цель проекта (Зачем мы это делаем?)
- Задачи (Что мы делаем?)
- Методы и способы (Как мы делаем?)
- Оценка имеющихся и недостающих материалов (Что уже есть для выполнения проекта, а чего не хватает?)
- Сроки выполнения (Когда мы должны это сделать?)
- Каким будет продукт/Что у нас получится и как будем презентовать продукт проекта?

3. Сбор материала. Включает поиск и умение работать с информацией, анализировать собранный материал. Дети действуют по намеченному плану. Задача воспитателя создать в группе условия для осуществления детских замыслов. Реализация проектов происходит через различные виды деятельности (творческую, экспериментальную, продуктивную). Распределяются обязанности внутри группы, если это групповой проект. Практическая помощь взрослых оказывается по необходимости.

Дошкольникам сложно запоминать все собираемые сведения, поэтому лучше сразу их фиксировать на ментальной карте с помощью символов, картинок, зарисовок, надписей и др. Детям приходится обращаться к разным источникам информации, проявлять активность, инициативность, творчество, умение договариваться и работать в команде, объединенной одной целью. Ментальная карта позволяет систематизировать информацию в виде древовидной схемы, что способствует восприятию целостного визуального образа всего проекта. С помощью используемых при построении карт зрительных образов усиливается глубина впечатления, что существенно увеличивает запоминаемость материала. При построении ментальных карт идеи становятся более четкими и понятными, хорошо усваиваются связи между ними; метод позволяет охватить материал «единым взором», воспринять как единое целое. Карты легко поддаются расширению и модернизации, реализуя принцип движения от общего к деталям. Кроме того, их можно легко и быстро повторять, что способствует прочному закреплению материала в памяти.

4. Создание продуктов проекта: рисунков, коллажей, фотоматериалов, альбомов, коллекций выставок и др. В ходе создания продукта раскрывается творческий потенциал дошкольников, находят применение сведения, полученные в ходе реализации проекта. На этом этапе можно давать домашние задания детям и родителям. Привлекать родителей к участию в детских проектах.

5. Анализ и обобщение полученных данных. На этом этапе собранные сведения надо проанализировать и обобщить. Нужно рассуждать: что интересного мы узнали? Что нового мы можем рассказать другим по результатам проекта? На первых порах, надо активно помогать дошкольникам обобщать полученные данные. Для ребенка это очень сложная задача. Расположение информации на ментальной карте по принципу от главного – к деталям позволит детям выделить главные идеи, отметить второстепенные. Во время презентации проекта, ментальная карта будет хорошей зрительной опорой для ребенка.

6. Этап представления и защиты проекта. Подготовка к презентации. Дети учатся аргументировать свою точку зрения, отстаивать ее. Воспитателю необходимо создать условия для того, чтобы дети имели возможность рассказать о своей работе, почувствовать свою успешность, испытать чувство гордости за достижения, осмыслить результаты своей деятельности. На этом этапе подводятся итоги и определяются задачи для новых проектов.

7. Оформление портфолио достижений, куда складываются индивидуальные и коллективные продукты проектной деятельности, фотографии участия в инсценировках, социальных акциях, волонтерских мероприятиях и т.д.

Процесс презентации продукта проекта сверстникам и взрослым включает не только рассказ дошкольников о своем продукте и этапах выполнения проекта, но и обсуждение результатов, ответы на вопросы.

**Список литературы**


19. Веракса Н.Е. Проектная деятельность дошкольников: пособие для педагогов дошкольных учреждений: для работы с детьми 5-7 лет / Н. Е. Веракса, А. Н. Веракса. - Москва: Мозаика-Синтез, 2008. – 108 с.
20. Виноградова Н.А. Образовательные проекты в детском саду: пособие для воспитателей / Н. А. Виноградова, Е. П. Панкова. - Москва: Айрис-пресс, 2008. – 199 с.
21. Виноградова Н.Ф. Дошкольникам о родной стране: методическое пособие для педагогов, работающих с детьми старшего дошкольного возраста / Н. Ф. Виноградова. - Москва: Просвещение, 2009. – 108 с.
22. Полат Е.С. Метод проектов: типология и структура / Е.С. Полат // Лицейское и гимназическое образование. – 2002. – № 9. – С. 9-17.
23. Савенков А.И. Маленький исследователь. Как научить дошкольника приобретать знания / А.И. Савенков. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: Национальный книжный центр, 2017. - 240 с.
24. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО). Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. №1028. [Электронный ресурс] URL:

https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405942493/?ysclid=m1alds5ip4811007055 (дата обращения: 25.09.2024)
25. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. [Электронный ресурс]. URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=m1al91c9kl615044930 (дата обращения: 20.09.2024)

**УДК 796.01:159.9**

# ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЮ СПОРТОМ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.С. Бондаренко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Мотивация спортсмена является важнейшим условием его профессионального совершенствования, достижения наивысших спортивных результатов и повышения работоспособности. Предполагается, что у дошкольника доминирующей является внутренняя мотивация и интроекция. Важно знать особенности проявления данной мотивации и уметь правильно ее направить в формирование внутренней мотивации.

**Ключевые слова:** мотивация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, интроекция, дошкольный возраст.

Мотивы – это основа поведения спортсмена, а также способ преодолеть разочарование в достижении результатов. Спортивные результаты напрямую связаны с мотивацией достижений, которая, в свою очередь, рассматривается как своего рода мотивация человеческой деятельности, обусловленная желанием добиться успеха и избежать неудач [1]. Мотивация спортсмена – ключевой фактор в его способности расти профессионально, достигать высоких результатов и трудоспособности. В области исследования спортивной мотивации обычно рассматривают стабильные свойства (мотивные структуры, ценностные ориентации и социальные установки) и динамические свойства, т. е. нормативное проявление свойств [4].

Предполагается, что в дошкольном возрасте у маленького спортсмена доминирующей является внутренняя мотивация и интроекция. Внешняя мотивация - это стремление и потребность, подкрепленные эмоциями, которые побуждают человека к выполнению определенной деятельности без каких-либо внешних вознаграждений. Спортсмены, нацеленные на познание себя и своего потенциала, больше мотивированы врожденными характерологическими способностями. В отличие от внутренней мотивации, внешняя мотивация относится к более широкому набору поведения, вызванного внешней средой. Чаще всего это регулируется внешними условиями психической и материальной деятельности.

Ребенку в данном возрасте важна не польза от занятия каким-либо видом спорта, а его внешние признаки, например, яркие костюмы, красивый инвентарь, возможность часто проводить время в компании детей своего возраста. Интроекция характеризуется как ситуация включения в спорт под влиянием внешних факторов, но содержащая в качестве элемента внутренней регуляции чувство ответственности перед значимыми другими, в

дошкольном возрасте это родители, страха не оправдать их ожидания, стыда за возможные неоправданные ожидания. В дошкольном возрасте ребенок думает, что его любят только за хорошее поведение и хорошие результаты, а если он где-то проявит себя плохо, то по его мнению, родители сразу же разлюбят. Конечно же это не правда и необходимо говорить ребенку, что его любят не за результат в какой-либо деятельности, а за то, что он просто существует. Даже если он потерпел неудачу, важно разобрать его ошибки, сказать, что все люди проходят через это и самое важное, что мама и папа все равно будут его любить несмотря ни на что [3].

В дошкольном возрасте необходимо начать формировать внутреннюю мотивацию. Сделать это можно в первую очередь опираясь на ведущую деятельность данного возраста – игру. Необходимо применять дидактические, подвижные игры, игры-забавы, инсценировки, мультики, музыку, сказочных героев. Данные методы также являются профилактикой монотонии. Разнообразие видов деятельности способствует поддержанию интереса к занятиям и предоставляет возможность попробовать различные виды спорта. Важно создать комфортную атмосферу, в которой дети будут ощущать уверенность и безопасность во время занятий. Для этого необходимо обеспечить качественное оборудование и подходящую форму. Важно развивать конкурентные качества, конкуренция стимулирует ребенка к лучшим результатам, но должна быть здоровой и не вызывать негативных эмоций у детей. Как говорилось ранее достижения детей дошкольного возраста необходимо поощрять и поддерживать. Вовлечение родителей является основным компонентом в формировании внутренней мотивации спортсмена дошкольного возраста. Они могут помочь выбрать подходящий вид спорта и обеспечить необходимое оборудование для занятий. Необходимым является поддержания интереса к спорту дома. Ведь ребенок – это отражение его родителей. Если родители не занимаются спортом и нейтрально, а бывает и с насмешкой относятся к спорту, то о формировании мотивации к занятию спортом даже не может идти и речь [2].

Мотивация в спортивной деятельности представляет собой многогранное психическое образование во взаимодействии индивида с особенностями избранного вида спорта. Уровень мотивации играет крайне важную роль в достижении поставленных целей, что говорит о необходимости серьезной работы над этим динамическим процессом. В целом, важно отметить, что спортивная деятельность значительно влияет на формирование личности и всех когнитивных функций. [5].

**Список литературы**

1. Бондаренко, Н. А. Влияние полоролевых стереотипов на мотивацию и самоотношение спортсменов : специальность 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Н.А. Бондаренко. – Краснодар, 2006. – 209 с.

2. Волошина Л. Н., Курилова Т. В. Игры с элементами спорта для детей 3–4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ / Л. Н. Волошина, Т. В. Курилова – М. : Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 65 с.

3. Голощекина М. Активизация умственной деятельности на занятиях по физической культуре / М. Голощекина // Дошкольное воспитание. – 1973.- № 4. – С. 81-87.

Гордеева, Т. О. Психология мотивации достижения: теории, факты, методики / Т.О. Гордеева. – М.: Смысл-Академия, – 2016. – 334 с.

4. Довжик, Л. М. Психология спортивной травмы / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. - М.: Спорт, 2019. - 272 с.

5. Пилоян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилоян. – М.: ФиС, – 1984. – 104с.

**УДК: 373.2**

# ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

Ю.М. Босенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Представленные в публикации материалы отражают особенности адаптации детей к условиям пребывания в дошкольном учреждении. Выявлены психологические аспекты развития дошкольника, Применены методы диагностики, посредством которых установлена необходимость психолого-педагогического сопровождения адаптации детей раннего возраста (n=20). Предложена программа психолого-педагогической поддержки данного процесса, а ее реализация доказала эффективность для детей дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** адаптация, дошкольники, детский сад, социальные навыки, тревожность, сопровождение.

Начало посещения детского дошкольного учреждения – это новый значимый этап, затрагивающий не только самого ребенка, но и его социальное окружение. Ребенок входит в мир социальных отношений со сверстниками и взрослыми, осваивает новые навыки конструктивной деятельности. Все это происходит вне пространства дома и семьи. Именно поэтому новые яркие впечатления от игровой и конструктивной деятельности могут сопровождаться симптоматикой нарушений адаптации: проблемы со сном, аппетитом и настроением [1, 3]. Симптоматика дезадаптации может быть детерминирована отрывом от семьи, изменением режима дня, а ее степень определяется индивидуальными особенностями каждого отдельного ребенка, что и определяет актуальность данной тематики, несмотря на ее широкое освещение в литературе [2, 4, 5].

Цель исследования – доказать эффективность программы психолого-педагогической поддержки адаптации детей к условиям детского сада.

«Опросник поведения дошкольников» Л. Бехар позволил выявить психологические особенности детей. Четвертая часть от всего количества детей демонстрирует агрессивность в поведении по отношению в сверстникам и негативные реакции на требования взрослых, а также тревожность из-за появления новых людей, новой обстановки. Они часто огорчаются и плачут, играют в одиночестве. У половины детей в поведении проявляется гиперактивность. Они неусидчивы, имеют неустойчивое внимание, шалят и не умеют ждать.

Методика «Изучение психолого-педагогических параметров и определение готовности поступления ребенка в дошкольное образовательное учреждение» К.Л. Печора дала возможность установить: 40 % находятся в благоприятном эмоциональном состоянии, и только 25 % (5 детей) – неблагоприятное.

Определение степени адаптации ребенка показало результаты, которые свидетельствуют о необходимости психологической поддержки: если четвертая часть детей имеет легкую степень адаптации, то большая часть - среднюю и тяжелую (35 % и 40 % соответственно).

Анализ качественных данных продемонстрировал, что у четверти детей с легкой степенью адаптации оптимизация состояния произошла через три недели. У них не было трудностей во взаимодействии с персоналом детского сада. Быстро проявился интерес и к детям, и к окружающей обстановке.

У 35 % детей со средней степенью адаптации были более длительные нарушения общего состояния, аппетита и сна. Отношения с воспитателями были избирательными.

У 40 % детей с тяжелой степенью адаптации были ярко выраженные нарушения сна, проблемы засыпания, частые пробуждения, плач. Снизился аппетит. Проявлялся отказ от совместных игр и заданий, избегание сверстников и агрессия в коммуникации. Эти дети часто болели ОРВИ.

На основе собранных данных мы создали программу, направленную на обеспечение комфортной среды для социальной адаптации детей и их родителей в условиях детского сада.

После проведения программы мы повторили диагностическое обследование детей. Для проверки достоверности реализованной программы использовался метод математической статистики – Т-критерий Вилкоксона.

В результате реализации программы произошло снижение агрессивности, тревожности и гиперактивности, что уже демонстрирует ее эффективность. Психологическая программа поддержки значительно улучшает адаптацию детей к детскому саду, создавая благоприятные условия для их эмоционального и социального развития.

Интересно, что уровень тревожности не изменился. Вместе с тем, у детей снизились проявления страхов перед новыми людьми и обстановкой, повысился фон настроения во время пребывания в детском саду, появилась устойчивость к стрессам, снизилось психическое напряжение.

Работа по программе дала важный результат в виде снижения гиперактивности, что выразилось в соблюдении правил в процессе игр и повышении усидчивости, в снижении числа нарушений правил в виде шалостей.

Те дети, которые испытывали наибольшие трудности в процессе адаптации, достигли улучшения состояния от негативного до оптимального, их готовность приобрела условный уровень, что также оценивается как позитивный результат, требующий обязательного продолжения работы.

Повторная диагностика показала, что имеется прирост в количестве детей с позитивным эмоциональным фоном (прирост на 3 человека). Интересно, что лети со средним уровнем перешли на более высокий.

Стоит отметить снижение случаев проявления негативных эмоций у детей в группе с благоприятным состоянием. Настроение приобрело стабильно положительный фон, дети стали более включены в игры и занятия, стало меньше проявлений страхов, меньше отвлекаемости.

Дети из группы с неблагоприятны состоянием после мероприятий программы продемонстрировали улучшения в виде снижения частоты плача, подавленности, страха.

У детей с проблемами адаптации статистически подтверждено, что адаптация достигла среднего уровня, что выражается в снижении медианы показателей. В поведении это выразилось улучшении ряда наблюдаемых признаков, но не все из них полностью исчезли: не полностью налажен сон и аппетит. В социальном плане появился интерес к общению и совместным играм. Осталась проблема общения с незнакомыми взрослыми, а с привычным окружением в коммуникации стало меньше плача и истерик. Анализ результатов диагностики до и после программы позволил доказать не только ее эффективность, но и необходимость ее систематического применения и продолжения работы. статистически подтверждена благоприятная динамика адаптации детей к условиям детского учреждения.

Результаты программы соответствуют ожиданиям и подчеркивают важность систематической работы не только с ребенком, но и с его окружением. Чтобы адаптация к условиям детского сада проходила благоприятно, необходимо повышать психологическую культуру родителей, освещать вопросы педагогики и воспитания, способствовать появлению доверия и сотрудничества между педагогами и семьями. Разработанная нами программа не только способствует развитию детей, но и помогает построению отношений между воспитанниками, их родителями и воспитателями в атмосфере доверия, сотрудничества и уважения.

**Список литературы**

1. Берилова Е.И. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников средствами физической культуры // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием.- 2019. – С. 43-44.

2. Носенко Н. П. Воспитание и обучение детей раннего возраста: Курс лекций. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2012. – 128 с.

3. Распопова А.С., Хасанова Д. Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста как основа здорового образа жизни // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Редколлегия: С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. Краснодар, 2022. – С. 271.

4. Чуб Е. В., Волошина А. В. Особенности формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 1. – С. 210-211.

5. Шуркина, Е.В. Дубовова А.А., Пархоменко Е.А. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2018. – С. 295-296.

**УДК 373.2**

# НЕЙРОГИМНАСТИКА И ЕЕ ПОЛЬЗА ДЛЯ РАЗВИТИЯ МОЗГА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ю.А. Бранчеко, Л.А. Романенко
Детский сад № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье говорится о пользе комплекса упражнений, направленных на формирование и повышение качества межполушарных связей у детей дошкольного возраста. Авторы делятся рядом упражнений и результатами проведенной работы. В статье был сделан вывод о необходимости внедрения нейрогимнастики в дошкольных учреждениях с целью развития речи, внимания и других психо-физических качеств детей.

**Ключевые слова:** межполушарные связи, нейрогимнастика, развитие детей дошкольного возраста, физические упражнения.

Все мы знаем о пользе физических упражнений, гимнастики для нашего тела, здоровья и самочувствия в целом. Но мало кто из нас задумывался о том, как повысить уровень работоспособности и здоровья нашего мозга. Речь идет не о медицинских препаратах, а о гимнастике. Гимнастика для мозга другими совами называется нейрогимнастика.

Как и обычная физическая нагрузка, нейрогимнастика приносит пользу человеку любого возраста, но чрезвычайно полезной она является для детей. Определенный комплекс упражнений, направленный на активацию работы левого и правого полушарий головного мозга, помогает развить речь и память ребенка, повышает уровень концентрации его внимания.

Совокупность операций, связанных с получением, обработкой, хранением и получением информации, объединена в понятие когнитивных процессов. Когнитивные процессы изучаются в когнитивной психологии, направленной на изучение и поиск новых методик обработки информации человеком. Поток информации, как мы сами можем наблюдать, непрерывно увеличивается. В связи с этим нагрузка на психику и мозг возрастает. Особенно это актуально для детей дошкольного и среднего возраста. Поскольку именно в это период их жизни у них закладывается основа для дальнейшего обучения и поведенческие навыки.

Родоначальником когнитивной гимнастики, или другими словами нейрогимнастики, стал американский ученый Пол И. Деннис в 1970-х гг. прошлого века.

Перед тем, как приступить к выполнению нейрогимнастики, можно вспомнить, как устроен мозг человека. Как мы помним, он состоит из двух полушарий, каждое из которых отвечает за определенные виды деятельности. Так, правое полушарие контролирует деятельность всей левой части тела: левой руки, ноги и т.д. кроме того, правое полушарие отвечает за

координацию движений, креативность, творчество и нестандартность мышления.

Левое полушарие, в свою очередь, несет ответственность за речь, логическое и абстрактное мышление. При развитии левого полушария у человека наблюдаются математические способности.

Таким образом, в процессе своей деятельности, в мозге происходит постоянный взаимный обмен активности между полушариями. Зная это, становится понятно, насколько важно не только развивать мозговую деятельность как таковую, но именно межполушарные связи.

Нами был опробован комплекс упражнений, разработанный и реализованный в игровой форме. С данными упражнениями были ознакомлены родители воспитанников. Родителям была донесена информация о пользе нейрогимнастики, и они стали нашими помощниками и соратниками в данном проекте.

Симптомы, с которыми может эффективно бороться нейрогимнастика:

1. Ребенку тяжело сконцентрироваться, он часто отвлекается во время занятий.
2. Быстрая утомляемость и усталость ребенка, даже при отсутствии тяжелых нагрузок.
3. Гиперактивность и неусидчивость.
4. Затруднения в усвоении информации.
5. Дезориентация в пространстве, путаница правой и левой сторон.
6. Трудности социальной адаптации.
7. Эмоциональные всплески и проблемы самоконтроля.

Итак, что важно знать и помнить при проведении комплекса упражнений по нейрогимнастике с детьми?

Во-первых, детям должно быть интересно, поэтому все занятия необходимо проводить в игровой форме.

Во-вторых, очень важна регулярность занятий. Лучше заниматься двумя-тремя упражнениями ежедневно, чем выбирать время они раз в неделю и делать сразу 10 упражнений подряд.

В-третьих, продолжительность мозговой тренировки не должна превышать 10–15 минут, иначе ребенок устает и потеряет интерес к происходящему.

Кроме того, лучше не привязывать выполнение упражнений к одному времени и месту. Частая смена локации позволит поддерживать интерес к занятиям.

Упражнения можно постепенно усложнять, например повышая скорость выполнения упражнения или добавляя хлопки между повторяющимися упражнениями.

Помимо этого, важно следить за правильностью выполнения упражнений.

Итак, какими же могут быть упражнения? Вот некоторые из них.

1. «Ушко-носик». Одна рука захватывает кончик носа, а другая ложится поверх нее на ухо, и наоборот.

2. «Яблочко - червячок». Зажав, пальцы в кулаке, в одной руке освобождаем большой палец, а в другой по-прежнему прячем его в кулаке. Затем меняем пальцы, делаем упражнение обеими кулачками одновременно.

3. «Блинчики» просим детей положить руки на стол одной ладошкой вниз, а другой – вверх. Переворачиваем ладошки на три счета. Усложняем упражнение, закрывая пальчики в кулачок поочередно каждой рукой на счет «три». «Блинчики закрываем».

4. «Бумага и ножницы». Одна рука ладошкой ложится на стол. Другая изображает ножницы указательным и средним пальцами. Поочередно меняем фигуры руками.

5. «Зеркальный рисунок». Берем в каждую руку карандаш и рисуем на бумаге что угодно, двигая руками одновременно: вверх-вниз, навстречу друг другу, стараясь сделать симметричный рисунок.

6. «Перекрестные шаги». Ребенок стоит прямо. Сгибая левую ногу в колене, он пытается прикоснуться к правому локтю. При этом туловище не сгибается, спина остается ровной. Затем меняем направление движения: прикасаемся правым коленом к левому локтю.

7. «Позитивные ушки». Просим детей большими и указательными пальцами оттянуть свои уши, подвигать их в разных направлениях, потянуть вверх, вниз и в стороны. Прощупываем край уха с верха к мочке. Это упражнение способствует улучшению настроения.

Важно помнить, что при проведении упражнений в помещении не должно быть отвлекающих факторов: музыки, работающего телевизора, громких разговоров. Кроме того, перед тем, как ребенок начнет выполнят упражнения, их обязательно должен показать и повторить взрослый.

Нейродинамические упражнения можно разделить условно на два блока: мануальный и психомоторный. Мануальный, или ручной, блок направлен на повышение способности мозга к углубленной, интегральной работе. Такие упражнения характеризуются частыми мелкими движениями пальцев. Это важно, поскольку с точки зрения анатомии около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция руки. Импульс от движения пальцев поступает в мозг и включается механизм «единства мысли и движения». При большом и частом повторении таких движений образуются большое количество нервных волокон, связывающих между собой оба полушария головного мозга.

Психомоторный блок упражнений призван укреплять функциональные взаимосвязи между полушариями. Упражнения этого блока помогают улучшить сенсомоторную и пространственную координацию, повысить усидчивость и внимание.

По итогам проведенной работы мы пришли к выводам о пользе нейрогимнастики для детей. К ее достоинствам можно отнести повышение уровня внимания на занятиях, развитие памяти и мышления, улучшение

настроения детей и умение управлять собственными эмоциями. Кроме того, мы получили массу одобрительных отзывов от родителей. Занимаясь дома с детьми, они испытали положительные эмоции, получили новый определенный опыт и заметили улучшения как в поведении своих детей, так и уровне их успеваемости. Руководствуясь полученными результатами, мы, в свою очередь, удовлетворены своей работой и нацелены на дальнейшую деятельность в направлении развития своих воспитанников.

**Список литературы**

1. П.Деннисон «Гимнастика мозга», 2010.
2. Ш. Ахмадуллин Нейрогимнастика. Развиваем мозг ребенка 4-6 лет. Книга – тренажер. М.: НЕВА - 2022 160 с.
3. Пархоменко Е.А. Нейропсихологический подход в формировании памяти у детей дошкольного возраста // В сборнике: Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Киров, 2024. С. 62-66.
4. Интернет-источник: https://don-int.ru/ispolzovanie-neyrogimnastiki-na-logopedicheskih-zanyatiyahhttps://don-int.ru/ispolzovanie-neyrogimnastiki-na-logopedicheskih-zanyatiyah Информационный портал

**УДК 355.233.231**

# ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ И НРАВСТВЕННАЯ РОЛЬ РУССКИХ НАРОДНЫХ СКАЗОК В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

Ю.А. Бранчеко, Л.А. Романенко
Детский сад № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассказывается о важной роли русских народных сказок в воспитании детей. Авторы обобщают достоинства сказок, говорят об их уникальности. Опытные педагоги делятся своим опытом работы с детьми по чтению русских народных сказок. Статья посвящена тому, чтобы через увлекательные фабулы, смелую метафористику, тонкую символику, а еще благородство чувств и сердечную доброту волшебной сказки благотворно воздействовать на читателя и слушателя.

**Ключевые слова:** русские сказки, народ, воспитание, культура.

«Все мы родом из детства» - так часто мы говорим, пытаясь разобраться в себе и окружающих. С чего начинается человек? Где лежит та точка, от которой каждый из нас отталкивается и превращается во взрослого? Вопросы обширные и общие. Одно только бесспорно – у каждого из нас было детство и оно было наполнено фантазией и мечтами, волшебством и чудом. Именно все это формируется, перекликается и заполняется в душе с помощью сказок. Именно сказки наполнены тем светом добра и справедливости, к которому стремится и невольно тянется человек.

Когда ребенок знакомится со сказкой? Практически с рождения. Мама или бабушка поет малышу колыбельную, потом мы читаем и рассказываем ребенку сказки, а иногда он и сам их сочиняет.

Сказки играют важную роль в формировании эмоционального фона ребенка. В них, как правило, есть плохие и хорошие герои. Очень важно то, что в сказке всегда добро должно победить зло. Этот факт не должен подвергаться сомнению, всегда должно быть именно так. Таким образом ребенок понимает и привыкает к тому, что, несмотря на все трудности и перипетии, в итоге восторжествует справедливость, зло будет повержено и добро победит. Понимание этого факта чрезвычайно важно: в будущем подросший человек будет стремиться именно к такому развитию событий. Конечно, жизнь не настолько проста и предсказуема, ситуации и обстоятельства у всех могут быть абсолютно разными. Но мы говорим о детстве, о самом его раннем периоде и о том, что именно через сказку можно заложить ненавязчиво и глубоко понятия добра и зла, честности, взаимовыручки, любви и милосердия.

С психоаналитической точки зрения сказки помогают ребенку обратиться к себе и проливают свет на известную взрослым истину: основная

причина, по которой в нашей жизни что-то происходит не так, заключается в нас самих [6].

Итак, сказка – это не просто история с хорошим концом, но и инструмент воспитания [2]. Проведем анализ особенностей русских сказок, в частности русских народных.

Что общего у всего многообразия наших сказок?

Во-первых, это воспевание труда. Только трудолюбивые персонажи в итоге становятся счастливыми, получают заслуженное вознаграждение, признание или почет. Кроме того, именно через труд в человеке раскрываются его самые лучшие, ценные качества: терпение, усердие, милосердие, кротость. Например, герои из «Репки» все прилагали совместные усилия: дед посадил, а вытащили уже все вместе. Одному и даже вдвоем не справиться. Героини сказки «Морозко» – это два наглядных примера лености и чванства с одной стороны и кротости и трудолюбия с другой. В конце концов, может и не сразу, но терпение и труд Настеньки оценены по достоинству, а Марфа опозорена.

Потрясающая сказка «Царевна-лягушка» показывает нам на примере заколдованной царевны, как долго может тянуться несправедливость. И все же царевна сама, своими руками и ткала рубаху, и пека хлеб. Да и сам Иван-царевич заслужил свое счастье, лишь пройдя массу трудных испытаний.

Помимо уже названных, примерами трудолюбия щедры и такие сказки, как «Маша и медведь», «Волшебная дудочка», «Вершки и корешки», «Зайкина избушка», «Крошечка- Хаврошечка».

В рамках психоанализа психологи и педагоги старались помочь человеку принять свою сложную природу, а не убегать от нее. Именно об этом говорят многие сказки: преодоление трудностей неизбежно, но если герой не струсит и встретит лицом иногда несправедливые трудности, то он преодолеет все преграды и станет победителем [6].

Чем еще богаты русские народные сказки?

Безусловно, они полны примерами взаимовыручки. Так, в сказке «Гуси-лебеди» сестрица Аленушка помогла и печке, и яблоньке, и речке, несмотря на то, что сама очень спешила. В дальнейшем еще большим добром ей отплатили все, кого она выручила.

Сказка «Петушок – Золотой гребешок» тоже служит примером взаимопомощи. Не бросили друга в беде дрозд и кот, выручили Петушка и простили ему его наивность и беспечность.

На своих занятиях с воспитанниками мы часто читаем сказки и обязательно обсуждаем их. Очень важно подчеркнуть и обратить внимание детей на поступки героев и их последствия.

Исходя из своего опыта работы, хотели бы обобщить некоторые мысли по поводу роли русских народных сказок в воспитании детей.

1. Сказки всегда нужно читать в хорошем настроении, а еще лучше – рассказывать [1]. Почему именно рассказывать? Потому что при личном

повествовании можно увидеть реакцию детей, остановиться и заострить внимание на необходимых в это время моментах.

2. Бывает так, что ребенок просит рассказывать одну и ту же сказку несколько раз или несколько дней подряд. Это означает, что его что-то волнует и сказка помогает ему решить вопрос или проблему.

3. Очень полезно и интересно отыграть сказку по ролям.

В группе мы иногда проводим инсценировку сказок. В этот момент в действо вовлечены все дети, не только задействованные актеры. При игре в сказку ребенок проецирует ситуации из нее, более глубоко анализирует героев и их поступки. Визуализация надолго запоминается и это имеет большое воспитательное значение.

4. На групповых занятиях можно играть в сказку даже индивидуально, используя книгу или рисунки по сказке. Дети проговаривают слова из сказки и водят пальчиком по картинке. Так задействуются сразу несколько центров внимания: речевой, слуховой и двигательный.

5. Более того, традиционная волшебная сказка моделирует логику творчества, которую мы связываем с диалектическим мышлением. Так, советский исследователь Я.Э. Голосовкер (1987) отмечал общность диалектики мифа и логики научного открытия.

Еще хочется сказать о пользе сказок в нравственно-культурном становлении детей, поскольку во многих русских сказках герои настолько ярко окрашены, что мы можем передать голосом их характер, образ. Некоторые герои даже поют. Например в сказке «Теремок» мышка пищит, косолапый медведь говорит низким голосом, петушок тянет нараспев «ку-ка-ре-ку!». Песенка часто входит в диалог. В сказке «Колобок» сам Колобок наивен, открыт и поет всем встречным свою песенку. Так, Колобок в ответ на слова зайца: «Колобок, колобок, я тебя съем!» – поет веселую песню:

Я Колобок, Колобок,
Я по коробу скребен…

Песенку в сказке следует спеть, но ее мелодия должна быть простой, несложной.

Сказка дает своим героям меткие прозвища, которые так нравятся детям:

Лисичка – сестричка, лягушка – квакушка, мышка – норушка.

Слова – прозвища часто подкрепляются и звукоподражаниями:

Петух в сказке поет: «Ку-ка-ре-ку», собачка лает «ав-ав-ав»

Психологи отмечают, что для лучшего понимания малышам необходимо опираться не только на словесное описание, но и на изображение.

Зрительный образ служит основной опорой для прослеживания событий.

Такими опорами могут быть хорошо иллюстрированные детские книжки [4].

Когда взрослый или ребенок рассказывает такие сказки, он может голосом отыгрывать главных персонажей. При таком прочтении занятие получается ярким, интересным и запоминается надолго.

Важнейшую роль играют русские сказки в воспитании патриотизма у детей. Не просто патриотизма, а любви к родной земле и своим корням. Сам русский народ придумал сказки и былины, воспел в них ширь и простор родины, красоту своей земли, готовность пожертвовать жизнью при ее защите. Это, конечно, уникально. Богатый русский язык, сила русского слова воспевает богатырей, русских князей и всех защитников земли русской. При этом противник или враг никогда не выглядит ничтожным, мелким или слабым. Всех чудищ и захватчиков русская сказка передает как сильных, страшных и безжалостных. При этом им противостоит сила, мужество, жертвенность богатырей, воинов или князей. О ратных делах и русской земле нам повествует сказка «Иван-крестьянский сын» и былины о трех богатырях.

В чем еще уникальность и неповторимость русских народных сказок? В том, что они являются источником вдохновения для величайших художников и музыкантов.

В конце XIX в. великий русский художник Виктор Васнецов написал серию картин по мотивам русских народных сказок: «Три богатыря», «Иван-царевич на сером волке», «Царевна лягушка», «Кощей Бессмертный» [5]. Показывая карточки или иллюстрации этих картин детям, мы можем привить им художественный вкус и расширить кругозор.

Русские народные сказки вдохновляли и композиторов на написание своих бессмертных произведений. М. Глинка, Н. Римский-Корсаков, А. Бородин – эти гении русской музыки оставили нам прекрасное музыкальное наследие по мотивам русской сказки.

Русская народная сказка – это тот инструмент в руках мудрого или любящего взрослого, с помощью которого можно многого достичь. Рассказывая сказку на ночь, мы формируем теплые воспоминания о детстве. Воспоминания, полные любви, заботы, чувства защищенности. Рассказывая или читая сказки в детском саду, мы прививаем любовь к родному языку, к своей культуре и земле. Через сказку ребенок учится мыслить и анализировать, он видит, что зло всегда поругаемо и добро всегда побеждает! Читайте сказки сами и рассказывайте их детям!

**Список литературы**

1. Боголюбская М. К. Художественное чтение и рассказывание в детском саду: пособие / М.К. Боголюбская, В.В.Шевченко.- М.: Просвещение; Издание 2-е, испр. и доп.,1996.- 192 с.

2. Субботина Л.Ю. Развитие воображения у детей /Л. Ю. Субботина. – Ярославль: «Академия развития», 1997. – 240 с.

3. Эльконинова Л.Л.Роль сказки в психическом развитие ребенка:статья/ Мир психологии : научно-методический журнал/Ред. Д.И. Фельдштейн, А.Г. Асмолов. – 1998. – №3 июль-сентябрь 1998. – С.123-136. – URL: http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=34674

4. Интернет - ресурс https://ru.rbth.com/watch/2167-russkie-skazki-kartiny - узнай Россию

5. Интернет - ресурс https://nsportal.ru/detskiy-sad/risovanie/2015/01/13/rol-russkoy-narodnoy-skazki-v-vospitanii-detey-doshkolnogo-vozrasta //Роль русской народной сказки в воспитании детей дошкольного возраста

6. Веракса А. Н. О пользе волшебной сказки: психоаналитический подход6 научная статья/ Современное дошкольное образование / А. Н. Веракса . - 2009 .- с. 36-39

**УДК 373.2**

# ОСОБЕННОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ С УЧЕТОМ ФГОС

Т.А. Бычева, В.А. Гусева, И.Н. Литовка
Детский сад № 184, Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассмотрены сущность и особенности информационно-коммуникационных технологий и их значение в образовательном процессе детей дошкольного возраста. Внедрение информационно-коммуникационных технологий является одним из перспективных направлений развития дошкольного образования с учетом Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС). Рассмотрен педагогический опыт в данном направлении. Указано на необходимость повышения педагогических компетенций в области информационно-коммуникационных технологий, что является залогом повышения эффективности дошкольного образования в целом.

**Ключевые слова:** дошкольники, ФГОС, информационно-коммуникативные технологии, образовательный процесс, цифровой мир.

Современная Россия вышла на новый путь развития, одной из приоритетных целей которого является воспитание здоровой, нравственной, всесторонне развитой, образованной, творческой личности. На первой ступени образования, в условиях дошкольной образовательной организации, педагоги стремятся вывести детей на качественно новый уровень образования с учетом задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Внедрение информационно-коммуникационных технологий в образование способствует формированию умений детей дошкольного возраста ориентироваться в потоке информации, совершенствованию коммуникативных способностей, повышению исследовательского интереса ребенка ко всему новому. Внедрение информационно-коммуникационных технологий служит организации интегрированного воспитательно-образовательного процесса, подготавливающего детей к освоению инновационных форм и методов обучения на последующих этапах образования [3].

А.А. Акчулпанова, Р.Ф. Маликова указывают на то, что внедрение информационно-коммуникативных технологий в детском саду позволяет средствами мультимедиа, в доступной игровой форме, достигнуть нового уровня знаний у дошкольников, ориентировать их на творческую деятельность [1].

Следует отметить, что современные дети дошкольного возраста с интересом осваивают новые информационно-коммуникативные технологии. Они без труда пользуются гаджетами, общаясь в социальных сетях, осваивая простейшие и сложные уровни компьютерных игр и другое. Несмотря на то, что многие родители жалуются на пристрастие детей к гаджетам, остановить этот процесс практически невозможно, а вот регулировать и использовать на благо растущей личности следует в обязательном порядке. Именно на педагога возлагаются обязанности привить дошкольнику интерес к полезному для него контенту, отвечающему задачам воспитания и всестороннего развития. Поэтому, следуя задачам ФГОС, воспитатель, как ответственное лицо, вовлечен в процесс построение модели внедрения и управления информационно-коммуникационными технологиями в условиях дошкольной образовательной организации.

В виду этого, педагог, прежде всего, сам осваивает инновационные формы воспитания творческой личности, изучает новые подходы в управлении образовательным процессом через внедрение информационно-коммуникационных технологий и их компонентов. А также развивает свои профессиональные и личностные качества, постоянно работает в поисковом режиме по изучению, освоению и внедрению информационно-коммуникативных технологий в образовательную среду. При этом внедрение информационно-коммуникативных технологий подразумевает также вовлечение родителей в данный процесс, повышение уровня их заинтересованности, мотивацию к достижению качественного уровня информационно-коммуникационных знаний и умений ребенка, с учетом его возрастных, индивидуальных способностей и возможностей. Построение модели управления педагогическим процессом в данном направлении объединяет коллектив педагогов, родителей и дошкольников в едином образовательном пространстве [5].

З.А. Нагорокова указывает на типичные ошибки, при внедрении информационно-коммуникативных технологий. Они могут быть в виде недостаточной методической подготовленности педагога, неправильном определении дидактической роли и места в образовательном процессе, бесплановости, случайности применения, перегруженности занятий и другое [7].

И.Р. Коваленко предлагает проводить анкетирование педагогов по теме «ИКТ-компетентность педагогов ДОУ», что позволит выявить ключевые проблемы, на которые следует обратить внимание в процессе реализации внедрения информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс дошкольной образовательной организации [6].

Педагогам следует повышать собственный уровень знаний в этой области, в том числе путем обзора сетевых сообществ педагогов, площадки которых позволяют находить и использовать необходимые методические разработки, изучать полезные материалы и педагогический опыт по внедрению информационно-коммуникативных технологий [2].

Воспитателям рекомендуется ознакомиться с успешным опытом других участников внедрения информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс детского сада. Например, заслуживает внимание авторская разработка воспитателей Л.Б. Артеменко и И.М. Галуенко в виде компьютерной игры «Овощи, фрукты, ягоды». Играя, дошкольники, в том числе с особыми образовательными потребностями, имеют возможность ознакомиться с названиями овощей, фруктов и ягод, классифицировать их. В процессе игры у дошкольника повышается концентрация внимания, скорость реакции. Играя, дошкольники могут проговаривать названия, рассуждать, оценивать внешние признаки. Управляя самостоятельно мышкой, у детей развивается моторика кисти и пальцев, активизируется работа больших полушарий мозга, что способствует решению логопедических задач. Следовательно, информационно-коммуникативные технологии могут являться средством визуальной поддержки для развития речи у детей дошкольного возраста [8]

О.Н. Ежова советует в работе с дошкольниками использовать различные компьютерные игры - «игрушки»: развлекательные, обучающие, развивающие, диагностические, сетевые игры. Это игры на развитие математических представлений: «Баба Яга учится считать», «Остров Арифметики», «Лунтик. Математика для малышей»: на развитие основных психических процессов: «Звериный альбом», «Снежная королева», «Русалочка», «Спасем планету от мусора», «От планеты до кометы», «Маленький искатель»; на развитие памяти и воображения; «Говорящие словари» иностранных языков и другие. Также О.Н. Ежова предлагает обратить внимание на авторскую работу региональной интерактивной Школы по созданию компьютерных игр для воспитателей детских садов, что поднимает уровень педагогической компетенции педагогов [4].

Однако, следует учитывать, что дети дошкольного возраста быстро привыкают к одним и тем же информационным задачам и теряют к ним интерес. Поэтому следует постоянно обновлять методический материал, мотивируя детей на освоение новых информационно-коммуникативных технологий. В этих целях, по нашему мнению, следует поощрять тех воспитателей, которые стремятся получать новые знания в области внедрения информационно-коммуникационных технологий, в том числе обучаясь в профильных вузах и на отделениях повышения квалификации.

Таким образом, одним из перспективных направлений развития дошкольного образования является внедрение современных педагогических технологий, в том числе информационно-коммуникационных. Освоение информационно-коммуникационных технологий позволяет дошкольнику выйти на новый уровень развития, общения, понимания окружающего «цифрового мира». Педагог должен заботиться о собственном высоком профессионализме в данной области, черпая знания и совершенствуя навыки, что позволит повысить качество образования детей дошкольного возраста.

**Список литературы**

1. Акчулпанова, А.А. Значение информационных технологий для дошкольного образовательного учреждения / А.А. Акчулпанова, Р.Ф. Маликова // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. – 2020. – №2 (55). – С. 102-106.

2. Аносова, И.В. Консультация «круглый стол» для педагогов. Тема: «Информационно – коммуникативные технологии в рамках ФГОС ДОУ» [Электронный ресурс] – URL: https://xn-j1ahfl.xn--p1ai/library/ informatcionno_ kommunikativnie_ tehnologii_v_ramk_125723.html (дата обращения 24.10.2024).

3. Боргоякова, И.Г. Использование ИКТ-технологий в образовательном процессе ДОУ в условиях ФГОС / И.Г. Боргоякова // Проблемы науки. – 2019. – №3. – С. 91-92.

4. Ежова, О.Н. Использование информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе ДОУ [Электронный ресурс] // Академия дошкольного образования. – 2024. – URL: https://www.adou.ru/ conference_ notes/ 250 (дата обращения 24.10.2024).

5. Ермишина, Е.Б. Направления перспективного развития дошкольного образовательного учреждения / Е.Б. Ермишина // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2017. – №4. – С. 58-63.

6. Коваленко, Р.И. Обобщение опыта работы «Использование ИКТ в образовательном пространстве ДОУ» [Электронный ресурс] // Артталант. ру. – URL: https://www.art-talant. org/publikacii/16823-obobschenie-opyta-raboty-ispoly-zovanie-ikt-v-obrazovatelynom-prost ranstve-dou (дата обращения 24.10.2024).

7. Нагорокова, З.А. Опыт работы «Возможности использования ИКТ в современном дошкольном образовании» [Электронный ресурс] // Копилка уроков.ру. – URL: https://kopilkaurokov.ru/doshkolnoe Obrazovanie/prochee/ opyt_ raboty_po_tiemie_ vozmozhnosti_ ispol_ zovaniia_ikt_v_sovriemiennom_doshkol_no (дата обращения 24.10.2024).

8. Самылова, О.А. Средства визуальной поддержки для развития фразовой речи детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи / О.А. Самылова // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 3 (88). – С. 107-109.

**УДК 373.24**

# ЗНАЧЕНИЕ КНИГИ В ЖИЗНИ И СЕМЬЕ РЕБЕНКА-ДОШКОЛЬНИКА

М.Е. Вавилова, Е.А. Мерцалов, А.В. Швеина
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье обсуждается значение книги в жизни детей дошкольного возраста, а также способы воспитания любви к чтению с раннего возраста. Рассматриваются методы использования книг для всестороннего развития ребенка, включая развитие речи, воображения и социально-эмоциональных навыков. В данной статье поднимаются проблемы чтения в семье, как традиции, ее значимость и необходимость.

**Ключевые слова:** обучение, развитие дошкольника, чтение, любознательность ребенка, литература, мыслительные способности.

Сейчас перед всем миром стоит проблема сохранения интереса к книге, к чтению как процессу и ведущей деятельности нынешнего подрастающего поколения, она сегодня актуальна как никогда. Техника (аудио, видео, компьютерная) дающая готовые слуховые зрительные образы, особым способом воздействующая на людей, ослабила интерес детей к книге и желание работы с ней. Плоды этого мы уже начинаем пожинать сегодня: низкий уровень развития речи, восприятия, воображения, коммуникативных навыков и нравственных устоев. Работая в детском саду, мы с коллегами сталкиваемся с данной проблемой постоянно, что и послужило написанию этой статьи. На сегодняшний день актуальность решения этой проблемы очевидна, ведь чтение связанно не только с грамотностью и образованностью. Оно формирует идеалы, расширяет кругозор, обогащает внутренний мир человека. [6, с. 84].

В психологии принято считать, что дошкольный возраст длится от трех до семи лет. Начинается этот период, так называемым «кризисом трех лет» и заканчивается поступлением ребенка в общеобразовательную организацию. Общеизвестно, что именно в этом возрасте активно формируется личность ребенка, развиваются разнообразные способности, формируются наиболее важные качества человека, складываются черты характера, от которых во многом зависит будущее ребенка. Эффективность его обучения в школе, а также его дальнейшие успехи в различных областях производственной, научной и художественной деятельности, его положение в обществе, особенности взаимоотношений с окружающими людьми.

Одной из важнейших и поразительных особенностей этого возраста является чрезвычайная сенситивность ребенка – чувствительность нервной системы к разным стимулам внешней среды в процессе обучения, влияющего на развитие определенных навыков ребенка. Учитывая в процессе обучения,

воспитания сенситивные периоды развития, мы развиваем ребенка гармонично, не нарушая его природную закономерность, не мучая его нервную систему. Что бы ребенок рос психически здоровым, ему необходимо полноценное общение с родителями, личностное общение, когда внимание уделяется ему полностью. И совместное чтение дает такую возможность [3, с. 97]. При формировании интересов у дошкольников особо следует иметь в виду повышенную любознательность детей, их познавательную активность, о чем свидетельствуют бесконечные «что» и «почему». Природную любознательность ребенка полнее всего удовлетворяют книги. Чтение в дошкольном возрасте открывает чудесный мир. Привить ребенку любовь к чтению означает зажечь вечный двигатель любознательности.

Какую же роль играет книга в жизни ребенка-дошкольника? Книга – это не просто набор страниц с картинками и буквами. Она - волшебный портал в мир знаний, фантазии и эмоций. В руках ребенка-дошкольника книга становится инструментом развития речи и мышления, она обогащает словарный запас, развивает грамматику и логику, стимулирует образное мышление. Книги знакомят с окружающим миром, историей, культурой, научными фактами, расширяют кругозор. Сказки и рассказы учат добру, честности, состраданию, ответственности. Книги помогают ребенку переживать различные эмоции, учить понимать чувства других людей.

Не существует таких детей, которые не любили бы, когда им читают. Исследования социологов и психологов неустанно твердят о важности приобщения ребенка к чтению в кругу семьи. Чтение вслух родителями – это не только передача информации, но и способ провести время с ребенком, создать атмосферу уюта и близости. Такие моменты имеют сильное влияние на формирование безопасного ощущения мира. Ребенок ценит то время, когда папа или мама откладывают все дела, сажают на колени малыша и они вместе читают любимую книгу. Можно крепко-крепко прижаться к маме, слышать ее голос, вместе с ней сопереживать любимым героям, смеяться над их приключениями. Кроме того, у ребенка формируется умение слушать, а это очень важное качество. Чтение для малышей должно стать ежедневной привычкой, стать необходимостью. [1, с. 16].

Необходимо создать библиотечную среду для пробуждения у ребенка подлинного интереса к чтению. В современном мире библиотека чаще всего электронная, но к счастью, во многих семьях имеется и традиционная библиотека. Родители зачастую, с особой трепетностью и тщательностью создают дома свою собственную домашнюю библиотеку, которую долгое время собирают самостоятельно. Ребенок учится на примере родителей, поэтому важно показывать ему, что вы сами любите читать. Своим примером показывать бережное отношение к книгам. Чтение никогда не станет старомодным, несмотря на современные средства информации. Ничто не может заменить этой давней формы знакомства с литературными

произведениями. Культ книги, пожалуй, самый безопасный и самый красивый из всех культов на земле.

Выбор книг для детей-дошкольников – это серьезная задача. На сегодняшний день существует огромное количество литературных произведений для детей, и важно уметь выделить те, которые окажут наибольшее влияние на развитие. Книги для дошкольников должны быть разнообразными. Они могут включать книги о дружбе, семье, животных, природе и волшебстве. Важно, чтобы содержание книги было адаптировано под возраст и понимание ребенка. Картинки и иллюстрации должны быть яркими и привлекательными, чтобы удерживать внимание маленького читателя. Современные книги часто содержат интерактивные элементы, такие как наклейки, игры или загадки. Это делает чтение более увлекательным и способствует вовлечению ребенка в процесс. Наличие элементов взаимодействия помогает развивать мелкую моторику и внимание, так как детям нужно будет заниматься и читать одновременно [4, с. 187].

В дошкольном возрасте дети знакомятся с русским и мировым фольклором во всем многообразии его жанров – от колыбельных песен, потешек, считалок, дразнилок, загадок, пословиц до сказок и былин, с русской и зарубежной классикой. С произведениями А. С. Пушкина, П. Г. Ершова, Ш. Перро, братьев Гримм, Х. К. Андерсена, С. Я. Маршака, К. И. Чуковского, и многих других. В дошкольных учреждениях обязательно создана уютная зона для чтения в группе. Для уюта и комфорта можно использовать яркие подушки, мягкие коврики, книжные полки с интересными книгами. Для каждого возраста уже подобрана подходящая литература, соответствующая возрасту. По мотивам сказки организовываются театрализованные постановки, это помогает детям лучше понять сюжет, запомнить героев и развивать творческие способности, или же проводятся викторины и конкурсы по книгам. Это стимулирует интерес к чтению и способствует запоминанию информации. Книга занимает особое место в жизни и семье ребенка-дошкольника. Она становится не просто источником знаний и увлечений, но и незаменимым инструментом для эмоционального и социального развития. Взаимодействие с книгами развивает у детей воображение и креативность, позволяет им переноситься в увлекательные миры, где они могут встретить различных персонажей и пережить приключения, что активно способствует формированию их личной идентичности [2, с. 93].

Чтение книг в кругу семьи укрепляет семейные связи. Совместное времяпрепровождение за чтением укрепляет доверие и понимание между родителями и детьми. Это создает атмосферу уюта и тепла, где ребенок чувствует поддержку и любовь. Во время чтения у родителей есть уникальная возможность делиться своим опытом, учить жизненным урокам и формировать нравственные ценности. Книги способствуют развитию языковых навыков, расширяют словарный запас, память и улучшат способность к обучению. Таким образом, значение книг в жизни и семье

дошкольника невозможно переоценить, так как они способствуют гармоничному развитию личности и укреплению семейных отношений. [5, с. 142].

Разнообразие детских книг удивляет, но не всегда радует. Важно помнить, что в любой книге, в том числе и детской, самое главное содержание. Лучше поменьше прочесть книг, но побольше подумать над их содержанием.

**Список литературы**

1. Болотина Л., Микляева Н.В.«Обеспечение преемственности в работе ДОУ и школы: методическое пособие» // Айрис-Пресс, 2006 г

2. Бизикова О.А. «Теории и технологии развития речи детей дошкольного возраста в определениях, таблицах и схемах: учеб. пособ.» // Нижневартовск: Изд-во НГУ, 2014. 93 с.

3. Городилова В.И., Радина Е.И. «Воспитание правильной речи у детей дошкольного возраста». // М. – Л., 1947 г., с. 97–98, 107.

4. Дошкольное воспитание, 1976 г., сборник № 1 // Москва, Просвещение.

5. Романова Э.Н., «Роль книги и чтения в жизни детей» / Романова Э.Н., Данилова О.А., М. Л. Ведерникова, Чернышева М.Н. – Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы V Междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2014 г.). – Москва : Буки-Веди, 2014. – С. 187-190.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

7. Тихомирова О.В. «Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования : учебник и практикум для вузов» // О. В. Тихомирова О.В.– 2-е изд., перераб. и доп.– Москва : Издательство Юрайт, 2024.

**УДК 373**

# РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.А. Волкова, Т.Н. Лобода, Е.Н. Углянская,
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье речь пойдет о развитии физического потенциала дошкольников, о способах формирования мотивации и удержания внимания ребят на здоровом образе жизни, любви к спорту, о формах поддержки детской инициативы при выборе своей будущей деятельности.

**Ключевые слова:** потенциал, дошкольники, физическое развитие, здоровье, деятельность, инструктор по физической культуре.

Физическое развитие и здоровье всегда будут стоять на первом месте в развитии и взрослении детей. Развитием физического потенциала преимущественно занимаются инструктора по физической культуре и спорту под чутким контролем и содействии родителей. Чем больше ребенок замотивирован к соблюдению здорового образа жизни, чем больше он занимается физическими упражнениями и спортом, тем интереснее и разнообразнее его жизнь и крепче организм в целом. Несмотря на огромный выбор видов деятельности и развития – спорт всегда будет на первом месте в становлении и росте детей. Потенциал физического развития детей будет расти вместе с изучением и внедрением в их жизнь той или иной информации о видах спортивных игр, а мотивацией – история становления из обычных детей чемпионов олимпийских игр [1].

Как прекрасен мир дошкольника, когда он еще не обременен взрослыми задачами и вечной суетой. Можно играть, обучаясь: весело и беззаботно проводить время, не отвлекаясь на внешние раздражители; никуда не спешить и с каждым днем расти и развиваться все больше и больше. Во всем этом, конечно же, помогут педагоги и родители, которые контролируют процесс детства – его качественный и количественный потенциал, связанный с процессом становления личности, интеллектуальным и физическим развитием в целом [2].

Давайте же разберемся, что такое потенциал? Потенциал дошкольника – это набор внутренних качеств, находящихся еще в задатке, внешне-физических, психологических и эмоциональных проявлений личности ребенка, являющихся основой для развития и роста ребенка. Сколько раз родители слышали фразу: «У вашего ребенка большой потенциал к тому или иному виду деятельности?». А это значит, что у дошкольника есть еще нераскрытые способности, знания и умения в определенном виде

деятельности, которые в течении времени обучения будут только укрепляться и увеличиваться.

В современном мире на первом месте сейчас остро стоит проблема здоровья и его сохранности. Актуальней всего эта тема затрагивает детский возраст – период адаптации организма к вирусам и инфекциям, до этого времени неведомых им ранее. Всем известно, что лучше всего закаляет организм любого человека хороший сон, режим дня, полноценное сбалансированное питание, физические нагрузки и спорт. Режим дня, сон и питание, в основном, это зона ответственности родителей дошкольников. А вот физическим развитием и выводом потенциала к спортивному будущему и успехам дошкольников всецело занимаются педагоги – инструктора по физической культуре и спорту, а также педагоги дополнительного образования и развития детей [3, с. 226].

Не следует забывать, что маленькому ребенку неподвластны еще те знания и умения, которые есть у взрослого, да и очень многое, в том числе результативность и эффективность обучение, зависит от физических особенностей, наследственного генетического кода, заложенного с рождения у ребенка.

Чтобы наше будущее поколение было здоровым, нужно научить его осознанной любви к своему телу, к здоровью и потребности к здоровому образу жизни. Ведь известно, что правильно организованное физическое воспитание формирует не только силу, ловкость, дисциплину, ответственность и самостоятельность, но и способствует формированию крепкого здоровья и красивого телосложения, предупреждению различных вирусных заболеваний, укреплению иммунитета и здоровья организма в целом, что немаловажно для нашего подрастающего поколения. Только совместная работа педагогов и родителей над физическим воспитанием ребенка может привести к полноценному физическому развитию [4, с. 234]. Потенциал развития в том, что ребенок, глядя на пример своих родителей, близких родственников и друзей, то есть его окружение, на то, как самозабвенно и интенсивно все занимаются спортом, ведут здоровый образ жизни, формирует устойчивую внутреннюю мотивацию к занятиям спортом. Ведь в большей степени именно наглядное видение формирует то или иное представление о виде деятельности, а потом уже присоединяются и тяжелый кропотливый ежедневный труд, тренировки, иногда через напряжение и боль, и жесткий режим дня, и многочасовые тренировки. Ведь никому ничего не дается просто так. «Под лежачий камень вода не течет», – так гласит народная поговорка, которая всецело раскрывает суть трудолюбия и дальнейшего успеха [6]. Для закрепления нового материала и спортивных знаний для дошкольников проводят открытые спортивные мероприятия с родителями, которые не только объединяют семью, но и помогают проявить ребенку свои умения и способности в глазах взрослого и помочь еще больше гордиться родителей достижениями своего ребенка. Совместно с родителями педагоги готовят говорящую развивающую среду для комфортных условий

пребывания в спортивных залах дошкольников и эффективному достижению результатов [5]. Педагоги готовят наглядные стенды, где размещена информация по той или иной тематике физического развития, а также разнообразные консультации. Все это позитивно влияет на организацию физической активности ребенка и увеличивает его потенциал.

**Список литературы**

1. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов дошк. учреждений. - М., 2020.

2. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - 3-е изд. - М., 1986.

3. Самоходкина, Л. Г., Сологубова, Н. В. Оценивание эффективности деятельности педагогов ДОО как компетенции менеджеров образования / Л. Г. Самоходкина, Н. В. Сологубова // Культура родительства и семейные ценности в современном мире: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. - Киров, 2021. - С. 224-230

4. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

5. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации - М., 2015.

6. Филиппова С.О, Пономарева Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников: Учеб. Пособие для педагогов дошкольных учреждений - СПб., М., 2018. – 656 с.

**УДК 373.2**

# ОРГАНИЗАЦИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

И.С. Володина, Л.А. Понедельникова
Центр развития ребенка – детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье авторы раскрывают свой педагогический опыт применения подвижных игр для физического воспитания младших дошкольников, рассматривают последовательность проведения таких игр, приводят примеры игр, а также некоторые методические приемы в ходе их организации и проведения.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, подвижные игры, младшие дошкольники, физические качества, игровые правила.

Подвижные игры являются одним из наиболее эффективных способов физического воспитания младших дошкольников, развития у них интереса к физкультуре и спорту. В Федеральной образовательной программе дошкольного образования [6] подвижные игры отмечаются в качестве одного из средств работы современного педагога по физическому воспитанию детей.

Вопросы применения подвижных игр для физического развития дошкольников раскрываются в работах О.Е. Громовой [1], Т.В. Лисиной [2], Е.А. Покровского [3], Э.А. Степаненковой [4] и др.

Наш опыт работы с детьми младшего дошкольного возраста показывает эффективность применения подвижных игр. Младшие дошкольники подвижны, они любят играть, поэтому подвижные игры являются одним из лучших способов физического развития детей [5]. В ходе подвижных игр у детей развиваются ловкость, точность движений, гибкость, крупная моторика, координация движений.

Рассмотрим подробнее, как мы организуем подвижные игры с детьми. Прежде всего, мы осуществляем подбор игр. Нами создана картотека подвижных игр для каждого возраста дошкольников. Игры мы подбираем исходя из времени года, места проведения игр (на участке детского сада или в помещении), а также интересов и уровня физического развития детей.

После выбора игры проводим подготовку к ее проведению. Для этого мы подготавливаем атрибуты для игр, проводим с детьми предварительную работу (чтение художественных произведений, связанных с темой игры, организация наблюдений и др.), объясняем детям игровые правила и задачи игры.

Непосредственно в ходе проведения подвижной игры мы следим за тем, как дети поняли и правильно ли выполняют игровые правила, насколько

точно выполняют движения, какое эмоциональное состояние детей, какие взаимоотношения между детьми, не возникает ли конфликтов.

Подвижную игру мы завершаем, когда видим, что у детей снизился интерес к игре или они стали утомляться. Игра завершается ходьбой, чтобы дети постепенно успокоились, а их пульс пришел в норму. Мы обязательно обсуждаем с детьми, как прошла игра, хвалим детей за успех в игре.

Приведем несколько примеров подвижных игр в зимнее время года, которые мы проводим с детьми младшего дошкольного возраста.

Так, например, когда только выпадает первый снег, проводим с детьми игру «Снежинки и ветер». Предлагаем детям понаблюдать за тем, как за окном падает снег. Потом выходим с детьми на площадку. Дети берутся за руки, становятся в круг и двигаются в любую сторону, представляя, что они снежинки. По сигналу «Подул сильный ветер, снежинки разлетаются» дети разбегаются в разные стороны и хаотично двигаются на участке. Через некоторое время даем детям сигнал: «Снежинки, возвращайтесь! Ветер стих». Дети снова берутся за руки, образуя круг, водят хоровод. В этой игре у детей развиваются умение играть в коллективе, ловкость и внимательность.

Когда мы подбираем игры для детей, обращаем внимание, чтобы игра помогала создать у детей хорошее настроение, была веселой и командной. Например, проводим подвижную игру «Зима пришла» на участке детского сада. Эта игра развивает у детей находчивость, ловкость, умение играть в команде. Дети разбегаются по участку, прячутся за снеговиками, сугробами, елочками, льдинками. Когда говорим «Сейчас светит яркое солнце, тепло, давайте с вами погуляем!» дети выходят и гуляют. Через минуту говорим «Зима пришла, стало холодно!» дети снова разбегаются по участку и прячутся, присаживаясь на карточки.

Нами создана отдельная картотека подвижных игр, которые мы проводим с детьми летом на улице. Летом дети очень много времени проводят на улице, и подвижные игры в это время года – важная часть физического воспитания и развлечения детей. Например, проводим подвижную игру «Мыши водят хоровод»: вначале игры выбирается «кот», который спит на печке (лежит на скамейке). Остальные дети играют роль мышек. «Мышки» водят хоровод, воспитатель читает в это время стихи. На последней фразе «Побежали мышки вон!» «кот» просыпается и начинает ловить «мышей». Ребенок, которого поймали, становится «котом». Игра развивает у детей координацию движений, ловкость, быстроту.

В завершение статьи мы хотели бы поделиться некоторыми методическими приемами, которые, на наш взгляд, повышают интерес подвижных игр для детей дошкольного возраста. Прежде всего, мы стараемся включать музыкальное сопровождение для большинства подвижных игр, мы подобрали музыкальные записи для каждой игры. Ритмичная, веселая музыка, детские песенки привлекают детей, заряжают их энергией, повышают настроение и двигательную активность ребят. Кроме того, мы тоже участвуем в подвижных играх вместе с детьми. Когда дети

видят, что воспитатели – это не только организаторы, но и участники игры, им становится еще интереснее, радостнее от того, что взрослые участвуют в их играх.

Также хотелось бы отметить, что мы подбираем для дошкольников такие игры, которые помогают развивать разные физические качества детей – ловкость, быстроту, координацию движений, силу, выносливость, меткость.

Таким образом, подвижные игры являются высокоэффективным средством приобщения младших дошкольников к физической культуре и спорту, так как игровая деятельность интересна детям в этом возрасте, соответствует их потребностям, двигательным возможностям.

**Список литературы**

1. Громова О.Е. Подвижные игры для детей. Москва : Сфера, 2018. 128 с.

2. Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников. Москва : Сфера, 2021. 128 с.

3. Покровский Е.А. Детские игры. Москва : Юрайт, 2024. 420 с.

4. Степаненкова Э.А. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. Москва : Мозаика, 2022. 168 с.

5. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.

6. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. Москва: Сфера, 2023. 208 с.

**УДК 159.922.7**

# СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Т.С. Вотинова, Н.П. Носенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается феномен социального развития дошкольников, раскрывается важность участия в этом процессе родителей. Описываются последствия, которые возникают если уделять этому мало внимания, такие как замкнутость ребенка, неуверенность в себе. Описываются положительные стороны социального развития, навык способствует эффективному решению конфликтных ситуаций. Помимо этого, рассматриваются факторы, влияющие на социализацию дошкольников: семья, ДОУ, сверстники, стили воспитания и так далее. И в заключение даны практические рекомендации в помощь родителям

**Ключевые слова:** социальное развитие, социализация, рекомендации, демократический стиль, ролевая игра

В настоящее время в период информационных технологий, общество ожидает инициативных, адаптированных личностей, которые способны к саморазвитию. Социализированный человек чувствует себя увереннее, достигает больших высот в карьере, эффективнее разрешает конфликтные ситуации. Это многогранный навык, который начинает формироваться с самого детства, в связи с этим необходимо понимать, как помочь детям в формировании навыка должным образом. Поэтому социальное развитие дошкольников является актуальной проблемой, требующей пристального внимания.

Социальное развитие – процесс включения ребенка в социум, усвоением им общих правил, ценностей, традиций, познание культуры в которой ребенок растет и развивается. Начиная с младенчества ребенок заводит контакты, первый контакт происходит с мамой. Постепенно дети начинают налаживать контакты со взрослыми, сверстниками и в целом окружающими людьми. Поэтому для развития дошкольника важно уделять внимание любопытству малыша, это поможет в его социальном развитии [1].

На первом этапе передачи опыта малышу ключевую роль играет семья. Для того чтобы этот этап прошел благоприятно необходимо создавать атмосферу дружелюбия, доброты и доверия [1].

Главным элементом социализации выделяют общение и здесь особое значение придается модели взаимодействия «дети – родители». Если рассмотреть эту модель подробнее можно увидеть, что первоочередную роль играет любовь матери. Она дает ему базовое ощущение безопасности, заботы и любви [5].

Ведущей деятельностью дошкольного возраста является сюжетно-ролевая игра, благодаря чему дети моделируют взаимоотношения между окружающими людьми, что помогает формированию социального поведения. Например, дети могут играть в магазин, игра закрепляет отношения взаимного уважения между покупателем и продавцом. Чаще всего дети показывают эту модель ориентируясь на свой личный опыт, то есть продавца которого он видел в магазине. Если наблюдать за игрой в семью, эта сюжетно-ролевая игра покажет какая атмосфера царит в семье, какие конфликты возникают между супругами. Ребенок копирует поведение родителей, что становиться образцом и формирует отношение в его собственной семье в будущем [3].

Козлова С.А. выделяет три основных фактора которые влияют на социальное развитие ребенка [2]:

1. Влияние воспитателей.
2. Влияние семьи.
3. Влияние сверстников.

Посещая детский сад, ребенок коммуницирует с воспитателем. Здесь он учиться подчиняться правилам, то есть прямым инструкциям воспитателя. Различают стили взаимодействия воспитанника и воспитателя, такие как демократический, авторитарный, что во многом влияет на социализацию ребенка. Например, воспитатели с авторитарным стилем воспитания больше предпочитают использовать систему приказов, указаний, негативные оценки преобладают над позитивными. Однако воспитатели, придерживающиеся демократического стиля воспитания, больше прибегают к мягких формам наказаний, то есть рекомендация, советам и так далее. Взаимодействие происходящее по схеме «ребенок-взрослый», указывает на то, что каждый участник оказывает влияние друг на друга. Ребенок имитирует поведение взрослого, что оказывает наибольшее воздействие на социальное развитие.

Как говорилось раннее семья является наиважнейшим, ключевым фактором развития ребенка. Наличие положительного эмоционального контакта с родителями, стиль воспитания, благоприятная атмосфера дома, все это влияет на социализацию. Например, авторитарные родители больше придерживаются силовых методов воспитания и чрезмерно контролируют, а родители с попустительским типом воспитания, ни сдерживают своих детей ни в какой деятельности.

Третий фактор, влияющий на социальное развитие это общение со сверстниками, примерно с четырех лет ребенок предпочитает игру со сверстниками. Сюжетная игра становиться развернутой с понятным сюжетом. В игре моделируются отношения и ситуации взрослого мира. Ребенку важно принятие сверстников, их внимание и сотрудничество. Дети, которые не смогли реализоваться в коммуникативной сфере, склонны больше к замкнутости, пассивности, в связи с тем, что не реализовали основную потребность этого возрастного периода.

Рекомендации родителям по развитию социализации дошкольникам:

- учите ребенка быть внимательным к окружающим;

- уважительно относитесь к интересам своего ребенка;

- поощряйте самостоятельность;

- объясняйте ребенку правила поведения, объяснить, что ему можно, а что нельзя;

- в старшем дошкольном возрасте, важно совместно анализировать его поступки, и поступки других людей. Задавать уточняющие вопросы о том, почему человек так или иначе поступил, как можно поступить по-другому;

- создавайте условия для социализации ребенка, кружки, хобби, посещение детского сада, детских площадок и так далее [4].

Таким образом обобщая вышесказанное можно сделать вывод о том, что социальное развитие дошкольника является важным в данный период. У детей возникает чувство доверия к миру и самому себе. Каждому ребенку важно сформировать представления о нормах жизни, традициях, а также создать благоприятные условия для развития, обеспечить возможностью коммуницировать со сверстниками, участвовать в различной деятельности, посещать кружки, и оказать поддержку со стороны взрослых. Это поможет дошкольнику стать увереннее в себе, эффективно взаимодействовать с окружающими людьми и гармонично существовать в обществе.

**Список литературы**

1. Гулевич Т.М. Развитие социальных умений у старших дошкольников в современной образовательной среде // Проблемы современного педагогического образования. 2022. С. 93-96.

2. Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. – М.:Академия, 2004.-150 с.

3. Логачева Л.Р., Черникова Т.А. Особенности реализации социального развития дошкольников // СДО. 2021. С. 34-45.

4. Миннуллина Р.Ф., Нуриева А.Р. Сунгатуллина А.Ф. Проблемы социально-личностного развития дошкольников в условиях детского сада // Проблемы современного педагогического образования. 2023. С. 252-254.

5. Солодянкина О. В. Социальное развитие ребенка дошкольного возраста: Методическое пособие. Издательство: «АРКТИ», 2006. - 86 с.

**УДК 373.2**

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОУ ПОСРЕДСТВОМ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В КОНТЕКСТЕ ФГОС ДО

А.В. Гайдамак, И.И. Кырымханова
Детский сад общеразвивающего вида № 191, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена вопросам здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) с акцентом на взаимодействие с родителями. В рамках реализации ФГОС ДО подчеркивается важность активного участия семей в процессах формирования здоровья дошкольников. Рассматриваются различные формы взаимодействия, такие как тематические мероприятия и семейные встречи, которые способствуют развитию творческой индивидуальности детей и формированию у родителей ответственности за здоровье их детей. Также рассказывает об нашем опыте работы.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающая деятельность, дошкольные образовательные учреждения (ДОУ), взаимодействие с родителями, формирование здоровья дошкольников, тематические мероприятия, физическое здоровье.

«Здоровье детей – здоровье нации!» Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. Здоровье детей – будущее нашей страны, ее национальной безопасности. Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно построить здание потребности в здоровом образе жизни.

По ФГОС одним из основных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) дошкольного образования (ДО) вносят важные изменения в подход к здоровьесбережению в образовательных учреждениях. Основное внимание уделяется охране и укреплению физического и психического здоровья детей. Педагоги должны не только обеспечивать обучение, но и активно участвовать в сохранении здоровья воспитанников, что напрямую связано с формированием положительной образовательной среды.

Здоровьесберегающая деятельность в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) представляет собой важный аспект современного образования, который направлен на формирование и поддержание здоровья детей, а также на создание условий для гармоничного развития их личности. В условиях быстро меняющегося мира, где уровень стресса и влияние

негативных факторов на здоровье детей постоянно растут, необходимость внедрения здоровьесберегающих технологий становится особенно актуальной. Важным элементом этой деятельности является взаимодействие с родителями, которое не только способствует формированию здорового образа жизни у детей, но и укрепляет связи между семьей и образовательным учреждением.

Здоровьесберегающая деятельность в ДОУ представляет собой структурированную систему мероприятий и практик, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса: детей, педагогов и родителей. Важным аспектом реализации данной системы является активное взаимодействие с родителями, что позволяет не только вовлечь их в образовательный процесс, но и повысить уровень осознания значимости здоровьесберегающих практик.

Одним из эффективных методов оздоровления является интеграция задач физкультурно-оздоровительных мероприятий в различные виды совместной деятельности. Такой подход активизирует детей, вовлекая их в игры и упражнения. Формирование привычек ведения здорового образа жизни начинается с ранних лет, и ключевую роль в этом процессе играют как педагоги, так и родители.

Активное участие родителей в этом процессе играет ключевую роль. С семинарами и тренингами для родителей следует проводить регулярные встречи, совместные мероприятия, где родители могут получить рекомендации по формированию здоровья в семье. Всесторонняя информация о значении физической активности, режима дня и питания, предоставляемая родителям, может существенно изменить привычки и взгляды на здоровье. Многие исследования подтверждают, что осознанный подход к здоровью со стороны родителей приводит к позитивным изменениям в поведении детей. Формирование у родителей культуры здоровья и активного образа жизни стало важным направлением работы ДОУ в контексте выполнения требований ФГОС ДО. Например, если родители имеют четкие представления о том, как физическая культура и здоровье влияют на развитие детей, они с большей вероятностью будут поддерживать и внедрять подобные ценности в повседневную жизнь своих детей

Общее направление работы по здоровьесбережению несет в себе комплексный подход, включающий как физические, так и социальные аспекты. Примеры внедряемых практик, такие как проведение семейных спортивных праздников, пеших походов или акций по оздоровлению, успешно развивают и укрепляют здоровьесберегающие позиции, а также налаживают взаимодействие между всеми активными участниками образовательного процесса.

Таким образом, создание гармоничной комплексной системы, включающей педагогов, медицинских работников и родителей, является залогом успеха в реализации здоровьесберегающей деятельности в ДОУ. Наличие четко сформулированной стратегии и готовность всех участников к

сотрудничеству позволяют выработать долговременные здоровьесберегающие навыки у детей, что в свою очередь создает условия для формирования ответственного отношения к своему здоровью в будущем.

Формы такого взаимодействия можно условно разделить на несколько категорий: коллективные, индивидуальные, традиционные и нетрадиционные. Коллективные формы могут включать массовые мероприятия, такие как праздники и открытые занятия, которые способствуют укреплению сообщества и позволяют родителям видеть процесс воспитания и обучения в действии. Индивидуальные формы предполагают личные консультации и посещения семей, что помогает углубить понимание потребностей каждого ребенка и его семьи.

Традиционные методы взаимодействия, такие как родительские собрания и открытые уроки, позволяют родителям обмениваться опытом и узнавать о новшествах в образовательном процессе. Однако часто таких мероприятий недостаточно для обеспечения глубокого взаимодействия. Поэтому ДОУ применяют нетрадиционные формы, такие как педагогические гостиные или мастер-классы, которые создают неформальную атмосферу для общения и обучения.

В целом, здоровьесберегающая деятельность в ДОУ – это не просто набор мероприятий, а комплексное взаимодействие, которое требует от обеих сторон открытости и готовности к совместной работе. Родители, активно вовлеченные в процесс, не только повышают качество образования, но и становятся непосредственными участниками формирующейся культуры здоровья, что в свою очередь служит основой для успешного развития детей в их будущем.

В нашем детском саду мы на регулярной основе организовываем встречи с родителями, где обсуждаем важность физической активности для детей. На этих встречах рассказываем о том, какие виды физкультурно-оздоровительных мероприятий проводятся в нашем детском саду, как они влияют на развитие детей и какие упражнения можно выполнять дома для поддержки этого процесса. Демонстрируем эффективные методики проведения утренней гимнастики, подвижных игр, как в помещении, так и на свежем воздухе.

Кроме того, используем электронные средства связи (группы в мессенджерах, социальные сети) для оперативного обмена информацией. Например, после проведения утренней зарядки или спортивного праздника делимся фотографиями и видео, чтобы родители видели, чем занимаются их дети.

Один из ключевых моментов нашего опыта – организация совместных спортивных мероприятий, где родители активно участвуют вместе с детьми. Мы проводим «Недели здоровья», «Дни здоровья», спортивные праздники и эстафеты, где родители и дети соревновались друг с другом, тематические экскурсии и многое другое. Такие мероприятия не только направлены на формирование у детей и их родителей ответственного отношения к своему

здоровью и любви к активному образу жизни, но и создают позитивную атмосферу в коллективе, улучшают взаимоотношения внутри семьи.

Всегда стараемся мотивировать родителей к тому, чтобы физическая активность была частью повседневной жизни их детей. Мы совместно разрабатывали рекомендации по активностям, которые можно проводить дома: прогулки в парке, активные игры во дворе, совместные занятия спортом. Некоторые родители даже организовали семейные группы для регулярных прогулок и игр на свежем воздухе.

На регулярной основе обсуждаем с родителями вопросы правильного питания. Проводим беседы о важности сбалансированного рациона, устраиваем мастер-классы по приготовлению полезных блюд. Также организовываем лекции, посвященные теме здорового питания, где специалисты рассказывали родителям о принципах составления меню для детей.

Сотрудничая с медицинскими работниками нашего учреждения, мы проводим регулярные осмотры детей. Результаты обследований обсуждаются с родителями индивидуально, чтобы они могли принимать необходимые меры для улучшения здоровья своих детей. Кроме того, мы привлекаем родителей к участию в профилактических мероприятиях, таких как закаливание и дыхательные гимнастики.

Наш опыт работы показывает, что успешная реализация здоровье сберегающих технологий возможна только при активном участии родителей. Совместными усилиями мы можем создать условия, в которых ребенок будет расти здоровым, активным и счастливым.

Однако внедрение здоровьесберегающих технологий в ДОУ не обходится без проблем и трудностей. Одной из основных проблем является недостаток времени у родителей, что затрудняет их участие в мероприятиях. Также существует риск недостаточной мотивации со стороны родителей, что может быть связано с отсутствием информации о важности здоровьесберегающих практик. Важно отметить, что эти трудности могут быть преодолены с помощью продуманных стратегий, направленных на повышение заинтересованности родителей и создание удобных условий для их участия.

Таким образом, здоровьесберегающая деятельность в ДОУ, основанная на активном взаимодействии с родителями, является ключевым фактором в формировании здоровья детей и создании благоприятной образовательной среды. Внедрение здоровьесберегающих технологий, соответствующих принципам ФГОС ДО, способствует гармоничному развитию личности каждого ребенка и формированию ответственного отношения к своему здоровью у родителей. Это, в свою очередь, создает основу для формирования здорового общества в целом, что является важной задачей для всех участников образовательного процесса.

**Список литературы**

1. Жигалева, А.Н. Современные здоровьесберегающшие технологии в дошкольном образовании / А.Н. Жигалева // Воспитатель ДОУ – 2017. - №8. С. 13-20.

2. Пархоменко, Е. А. Оособенности сформированности когнитивных процессов у младших школьников с учетом включения в спортивную деятельность / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубовова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 18 февраля 2021 года. – Краснодар: Федеральное Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Высшего Образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2021. – С. 293-294.

3. Полонский В.М. Научно-педагогическая информация: Словарь-справочник. М.: Просвещение, 2009.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – 2-е изд., испр. и доп. М.: АРКТИ, 2006.

5. Тихомирова, Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики [Текст]: монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, Изд-во ЯГПУ, 2004. – 240 с.

6. Толмачева, В.В. Образовательная среда дошкольной образовательной организации как фактор здоровьесбережения ребенка // Мир науки – 2016. - №5. Режим доступа: http://mir-nauki.com/PDF/65PDMN516.pdf

**УДК 373.2**

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

И.Э. Гацко
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье обсуждаются подвижные игры, как одно их значимых средств для экологического воспитания дошкольников, которое позволяет посредством выполнения игровых двигательных действий познать окружающий мир, сформировать эмоционально-ценностное отношение к природе.

**Ключевые слова:** игра, физическая культура, экологическое воспитание.

В нынешнее время глобальное значение придается изучению проблем, связанных с экологическим воспитанием. Факторов риска для здоровья появляется все больше. В связи с этим необходимо уже в дошкольном возрасте вкладывать в детей понимание значимости окружающей среды для человека и животного. Важно объяснить ребенку, что именно от него зависит экологическая ситуация в мире.

Конечно, самой максимально приближенной дисциплиной к экологии является физическая культура, так как ее можно проводить на улице, а значит быть ближе к природе. Главная особенность подвижных игр состоит в том, что основой их содержания является двигательная активность. Следовательно, подвижные игры способствуют не только физическому развитию ребенка, но и помогают освоить материал экологического воспитания [1, 4].

Как известно, игра является лучшим инструментом для обучения. При помощи нее легко усваивается даже самая сложная информация. В игре ребенок, сам того не понимая, поддается обучению, узнает много нового, совершает открытия. Через игру маленький человек движется к новым знаниям и умениям. В активной деятельности формируется его личность, его собственный внутренний мир. В игре ребенок проникает внутрь природы, становится ее частью, что способствует развитию его экологического сознания.

Дети-источники бесконечного и непрерывного движения. Им не интересно сидеть на месте, им постоянно хочется чего-то нового и неизвестного. Поэтому подвижные игры – это палочка-выручалочка для взрослого человека, будь то педагог или родитель [2, 3].

Подвижных игр существует великое множество. Их можно подобрать под любое событие, погодное явление, праздник и даже чтобы закрепить прочитанную сказку. К примеру, игра «Сбор мусора» будет актуальна перед

предстоящим субботником, игра «Лепим снежный ком» отлично подойдет как развлечение на новогоднем утреннике, когда осень вступила в свои права можно предложить детям поиграть в игру «Листопад», а если вы прочли сказку «Теремок», то вполне подходящей станет игра с таким же названием, в которой дети еще раз повторят названия животных и даже смогут рассказать из какого материала был построен домик [5].

Из изложенного можно сделать вывод, что игра способна заинтересовать не только детей, но и дать возможность взрослому окунуться в детство. Если перед взрослым стоит задача научить ребенка чему-то новому, то нет ничего проще, чем придумать игру и поиграть в нее с малышом.

**Список литературы**

1. Дыбина О.В., Рахманова Н.П., Щетинина В.В., «Неизведанное рядом», изд. Сфера, 2002. 92 с.

2. Задощенко Г.М., Сборник экологических игр «Окно в природу», ст. Егорлыкская, 2020. 256 с.

3. Маневцова Л.М., Саморукова П.Г., «Мир природы и ребенок», изд. Акцидент, 2014. 319 с.

4. Сидорова Т.В., «Физкультурно-экологическая работа в дошкольных учреждениях: Методическое пособие», изд. АГПИ, 2006. 138 с.

5. Федотова А.М., «Познаем окружающий мир играя: сюжетно-дидактические игры для дошкольников», изд. ТЦ Сфера, 2015. 112 с.

**УДК 376.1**

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ СТАТУС ОВЗ

О.С. Гирина, Д.А. Меркулова
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье написана наиболее актуальная методика воспитания детей со статусом ОВЗ, в современном образовательном пространстве. Одним из наиболее важных и эффективных компонентов являются здоровьесберегающие технологии. В статье предложены педагогам эффективные методики работы с детьми с ОВЗ.

**Ключевые слова:** здоровье, технологии, сохранение, укрепление, коррекция, комплексный подход.

Здоровье детского коллектива можно с уверенностью считать показателем благополучия общества и государства, а также качества предоставляемых услуг в государственных образовательных учреждениях. В последнее десятилетие наблюдается заметное ухудшение здоровья детей, что привело к необходимости поиска методов, направленных на эмоциональное благополучие детей и способствующих сохранению и укреплению из здоровья. Для успешной реализации поставленных задач, педагоги разрабатывают новые эффективные подходы и методики.

Для формирования, укрепления и сохранения здоровья детей педагоги стараются создать благоприятное здоровьесберегающее пространство, апробируют новые эффективные методы и приемы, пути усовершенствования учебного процесса, способы повышения качества обучения. Особенно хочется выделить актуальность проблемы в работе с воспитанниками с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Для детей с ограниченными возможностями здоровья создаются коррекционные образовательные учреждения или группы в них. Количество воспитанников с отклонениями в здоровье, развитии поведении увеличивается с каждым годом. В работе с воспитанниками с ограниченными возможностями здоровья педагоги не только выполняют воспитывающую и обучающую функцию, но и принимают активное участие в нормализации психического и физического состояния дошкольников.

Известно, что фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве, в дошкольный период. В связи с этим приоритетными в работе педагога становятся такие технологии и методы, которые направлены на сбережение и укрепление здоровья детей.

Здоровьесберегающие технологии – это единая система мероприятий, которая обеспечивается при соблюдении рационального двигательного режима, регулярном мониторинге состояния здоровья, учете возрастных и

индивидуальных особенностей детей с ОВЗ, в благоприятном психоэмоциональном климате образовательного учреждения.

Выделим три этапа реализации здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе с детьми с ОВЗ: сохранение и стимулирование здоровья; обучение здоровому образу жизни; коррекцию имеющегося отклонения. Перечисленные методы здоровьесберегающих технологий безопасны, просты в освоении и применении и очень эффективны.

Рассмотренные выше технологии имеют оздоровительную направленность, а их комплексное и систематическое применение формирует у воспитанников привычку к здоровому образу жизни, помогает укрепить здоровье, уравновесить психоэмоциональное состояние ребенка с ОВЗ, а также снизить неблагоприятное влияние имеющихся отклонений в здоровье и развитии конкретного воспитанника.

Педагоги отмечают позитивные изменения в состоянии и настроении воспитанников с ОВЗ при регулярном применении здоровьесберегающих технологий в работе: повышение работоспособности и выносливости, развитие психических процессов, значительное улучшение координация движений, развитие общей и мелкой моторики, повышение четкости артикуляции и звукопроизношения, дети становятся более раскрепощенными и эмоционально открытыми. Перечисленные изменения, отмечаемые педагогами, несомненно способствуют социальной адаптации детей с ОВЗ, создают условия для оптимального развития и коррекции имеющихся нарушений.

Важно помнить, что только правильно выстроенная системная работа позволит нам получить желаемый результат. Можно назвать следующие ключевые условия для достижения максимально ожидаемого эффекта: мероприятия должны быть выстроены в последовательную цепочку и равномерно распределяться в течение дня во всех видах деятельности; должны проводиться постоянно и систематически, в тесной взаимосвязи всех участников коррекционно-воспитательного процесса. В связи с чем важно четко и последовательно выстроить просветительскую работу с родителями. Повышение компетенции родителей в вопросах здоровьесбережения возможно следующими эффективными способами: проведение консультаций, собраний, размещение материала с рекомендациями на информационных стендах.

В результате применения представленных в статье здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками мы необходимый рост качества образовательного процесса: обеспечим индивидуальный подход к каждому ребенку, бережное отношение к физическому и духовному здоровью воспитанников, а также поможем детям успешно социализироваться в обществе.

**Список литературы**

1. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. // Ростов н/Д: Феникс, 2008.

2. Ксензова Г.Ю. Перспективные школьные технологии: Учебно-методическое пособие. // М.: Педагогическое общество России, 2000.

3. Кольцова. Ребенок учится говорить // М., 1979, 165 с.

4. Мальгавко Н.В. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР // ж. Логопед, № 1, 2012.

5. Поваляева М.А., Справочник логопеда. // Ростов-на-Дону «Феникс», 2002.

6. Панферова И.В. Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике. // ж. Логопед, №2, 2011.

7. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373**

# СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

О.А. Горбачева, Н.В. Горицкая, Т.А. Недосекина
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье речь идет о социально-психологических проблемах физкультурно-спортивной деятельности как дошкольников, так и педагогов, предложены варианты и непосредственные пути решения этих проблем в условиях дошкольной организации. Рассмотрены аспекты взаимодействия педагогов с родителями в воспитании физической активности дошкольников.

**Ключевые слова:** физическая культура, дошкольники, социально-психологические проблемы, педагоги, профессиональная деятельность, воспитание.

Физическое развитие всегда будет темой актуальной для человечества. Спорт приносит в жизнь как взрослых, так и детей, эмоциональную стабильность, дисциплину, силу и выносливость. В силу того, что иногда мотивации детей недостаточно для ведения здорового образа жизни, ведь физические нагрузки это дело энергозатратное, когда, например, игра в гаждетах или проведение времени у телевизора не отнимает много сил у детей, это становится проблемой для педагогической деятельности в целом. Напряженность деятельности инструкторов по физической культуре во взаимодействии с дошкольниками тоже является одной из актуальных проблем нашего поколения. Только совместными усилиями педагогов и родителей можно справиться со всеми социально-психологическими проблемами физкультурно-спортивной деятельности дошкольного образования [7].

Физическое воспитание дошкольников является основой здоровья и активности дошкольников, требующей от них не только силы, выносливости, самостоятельности, но и мотивации, вовлеченности в образовательный процесс физической деятельности. Как раз отсутствие мотивации может являться главной причиной проблем физической пассивности дошкольников [6].

В современном мире в век высокотехнологичных процессов и роботизации, колоссальной загруженности родителей, катастрофической нехватки времени – основной груз ответственности за физическое развитие в частности падает на плечи дошкольных организаций. Отсюда возникают социально-психологические проблемы инструкторов по физической культуре. Инструктора – это те ж педагоги, которые организовывают

обучающий процесс детей в силу их возрастных и физических возможностей. Наряду с колоссальной документальной, описательной и диагностической нагрузкой, еще инструктор по физической культуре должен организовать веселый, вовлекающий в процесс образования материал, как наглядный, так и словесный, чтобы детям максимально интересно было на занятиях. Именно нехватка времени, социальный шум на занятиях (в особенности в период организованных спортивных мероприятиях – эстафеты, игры на победу одного участника и т.д.), и ряд других нагрузок вызывает эмоционально-психологические проблемы педагогов в силу эмоционально-психологической напряженности. На помощь приходят коллеги и родители, на которых можно делегировать ряд полномочий и разгрузить инструктора для определенных видов деятельности. Поддержка коллег и родителей в комплексе всегда приводит к эффективной занятости педагогов, в какой бы области он не работал. Совместная работа предотвращает и снимает психологическое напряжение, вносит новые коррективы в работу педагога и мотивирует на дальнейшую деятельность. В любой другой ситуации без этой поддержки инструктора быстро «выгорают», а порой и уходят из профессии, выбирая что-то менее ответственное и психологически напряженное [4].

Конечно, физическое образование является одним из ведущих видов деятельности, направленное на формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, развитие любви к спорту и физическим занятиям в целом, развитие внимания, усидчивости, силы воли и стимула к победе. Немаловажна увлеченность детей разными видами спорта – именно в раннем возрасте закладывается корень будущего чемпиона, а главную роль во всем этом играет педагог – инструктор по физической культуре. Иногда эмоциональная связь педагога и обучаемого играет важную роль в выборе будущих занятий дошкольника и выборе будущей профессии, связанной со спортом в целом [5].

Интерес и непосредственное участие в спортивных играх, укрепление физического развития формирует навыки самосовершенствования ребенка, а также развивает эмоционально-стабильный фон, что немаловажно в нынешнее время для детей. Чем больше ребенок расходует энергии, тем больше навыков и достижений он получает. Но не стоит забывать про загруженность детей. Иногда чрезмерная занятость ребенка может привести к обратной реакции – чувству раздражения, эмоциональному напряжению, усталости, болям в мышцах. Чтобы избежать всего этого, нужно соблюдать возрастную нагрузку – времени, проведенном на занятиях; количество занятий и их разнообразие в день; расписание дополнительной нагрузки на неделю и так далее. Физическая активность требует много энергии, а чрезмерная увлеченность спортом может также пагубно отразиться на еще неокрепшем организме ребенка. Поэтому в первую очередь родителям стоит правильно распределять недельную нагрузку секций и занятий вне дошкольных организаций на ребенка, чтобы не сделать вред для развития дошкольника. Если же родители или педагоги будут пренебрегать правилом

возрастной нагрузки, это все может сильно пошатнуть как эмоциональное, так и физическое развитие ребенка, где возможен даже откат или полный отказ, протест на посещение тех или иных занятий. Если же время и нагрузка на ребенка выбраны верно, то дошкольник точно сможет приобрести новые качества, такие как настойчивость, целеустремленность, решительность, не говоря уже о физических навыках ловкости, силы и стремления к достижению успеха [3].

Конечно же инструкторам по физической культуре стоит прилагать много усилий для мотивации детей к занятиям спортом. Для этого нужна разнообразная, повышающая интерес и желание к занятиям физической культурой, учитывая инициативу и возраст ребенка, программа, насыщенная эффективными упражнениями и веселыми играми [2].

Для эффективного проведения физической деятельности для дошкольников следует создавать программу развития, включающую различные виды упражнений, основанную на учете психологических особенностей, связанных с проведением занятий в условиях дошкольных организаций. Педагогами разрабатываются досуговые мероприятия, программы тренировок разных возрастных групп воспитанников, в которых выделили возрастные особенности и включили в них необходимые виды упражнений, направленные на эффективное проведение занятий по физической подготовке с учетом возрастного и моторного развития дошкольников [1, с. 59].

Только общими усилиями родителей и педагогов мы сможем справиться со всеми проблемами физического воспитания и сделать не только жизнь дошкольников счастливой и комфортной, но и эффективной работу инструкторов по физической культуре. Для этого нужно учесть ряд организационных моментов: достаточность сна и полноценное питание, которые являются необходимым условием гармоничного развития дошкольников и влияет на продолжительность жизни. Ведь именно во сне осуществляются основные метаболические и рационально-физиологические процессы, влияющие на готовность к занятиям физической культурой и восприимчивость к нагрузке. Благодаря слаженной совместной работе мы сможем достичь огромных результатов в физическом воспитании дошкольников.

**Список литературы**

1. Власова Ж.Н. «Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни» // Гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология. 2014. № 1. С. 58-62.

2. Ловягина Е.В. «Психология физической культуры и спорта»: учебник и практикум для СПОМ.: Издательство Юрайт, 2016. – 338 с.

3. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду»/ Л. И. Пензулаева. – М., 2009. – 107 с.

4. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду»/ М. А. Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2016 г. – 256 с.

5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

7. Степаненкова Э. Я. «Проблемы физического воспитания и развития ребенка» / Э. Я. Степаненкова. – М., 2021. – 352 с.

**УДК 373.2**

# ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ И МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ

А.П. Грачева, Н.А. Калинина
Центр развития ребенка – детский сад № 63, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Эффективным способом формирования у детей дошкольного возраста знаний и мотивации к занятиям спортом является знакомство детей со спортивными знаменитостями. Такие встречи обеспечивают приобщение детей к спорту, здоровому образу жизни, формируют стойкую мотивацию заниматься в спортивных секциях и выполнять двигательные действия.

**Ключевые слова:** спорт, мотивация, знания, спортивные встречи, дошкольный возраст, здоровый образ жизни.

Одной из задач ФГОС ДО является формирование у детей дошкольного возраста начальных представлений о здоровом образе жизни через систему знакомства со спортом, его видами, овладения элементарными правилами питания, гигиены, закаливания, развития полезных привычек, соблюдения режима дня.

Встречи со спортсменами, в том числе с выпускниками учреждения, добившимися значимых результатов в спортивной карьере, стали традицией детского сада.

У воспитанников на личном примере спортсмена появляется интерес к физической культуре и спорту, систематизируются представления о его видах, двигательной деятельности, о спортсменах, спортивных наградах и системе соревнований. При этом совершенствуются навыки общения, умение вести диалог, задавать вопросы по теме, по существу. Такие встречи обогащают представления детей о многообразии спортивного мира и результатах занятий спортом для организма, о развитии физических качеств – силы, быстроты, ловкости, выносливости, повышении физической работоспособности, освоении двигательных умений и навыков.

Интерес и то удовольствие, которые воспитанники испытывают во время общения со спортсменами, позволяет им в дальнейшем сделать собственный осмысленный выбор спортивной деятельности.

Общение со спортсменами формируют у детей знания в области физической культуры, спорта и ЗОЖ, побуждают их подражать спортсменам, добиваться поставленных целей и результатов - спортивных достижений. К таким встречам готовятся не только взрослые спортсмены, подготовка ведется и у детей.

С целью расширения объема знаний и формирования мотивации к занятиям спортом проходят предварительные беседы, экскурсии, просмотры

видеороликов, отрабатываются вопросы, строятся диалоги, формируется культура общения.

На встречах с представителями спорта в доступной для детей форме рассматриваются вопросы о достижениях и наградах, о том какими качествами должен обладать человек, чтобы стать спортсменом, как нужно питаться, как укреплять свое здоровье, какие полезные привычки необходимо прививать с детства. Дети заранее готовят интересующие их вопросы, а спортсмены – развернутые доступные ответы.

Закрепление знаний у детей в области физкультуры и спорта осуществляется через проведение интеллектуальных игр и викторин, конкурсов, флешмобов, турниров, фестивалей.

Завершаются встречи спортивным концертом детей: музыкально-спортивными композициями.

Встречи с представителями спорта позволяют привить воспитанникам определенные культурные ценности в области физической культуры и спорта.

Систематическая организация и проведение спортивных мероприятий, является составляющей процесса развития ребенка дошкольного возраста, служит универсальным средством решения педагогических задач. Ребенок успешно развивается в той деятельности, которая приносит ему удовольствие, создает условие для проявления его творческой активной.

**Список литературы**

1. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19–22.

2. Программа физического развития детей дошкольного возраста «Вечное движение» (спортивно-ориентированный аспект) / Е.В. Демидова, А.И. Демидова, И.В. Румянцева и др.; под ред. Е.В. Демидовой. –Краснодар: Экоинвест, 2016. – 268 с.: ил.

3. Козырева О.В. Спортивное воспитание детей дошкольного возраста (Концепция и методика): Монография. – Москва. Гуманитарный центр «СпАрт» Российской государственной академии физической культуры: Воронеж.: Воронежский государственный университет, 2002. – 405 с.

4. Чернышенко Ю. К., Баландин В. А., Демидова Е. В., Соленова Р. И. Спортизация воспитания в условиях дошкольной образовательной организации детей 3-7 лет // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 10. – С. 321–325.

**УДК 373.2**

# ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И МЕТОДЫ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Г.А. Гребенникова, Д.А. Кравцова
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья полезна студентам и педагогам дошкольных учреждений. Актуальность определяется современными вызовами в системе дошкольного образования, требующими от педагогов и родителей гибкости и адаптивности в подходах к обучению, постоянного осмысления и обновления образовательного контента. Необходимость взаимодействия между государственными структурами, образовательными учреждениями и семьями, обеспечивая условия, позволяющие каждой части общества эффективно участвовать в образовательных преобразованиях, достижению качественных результатов в развитии дошкольного образования.

**Ключевые слова:** педагогические инновации, инновационные методики, STEAM-технология, Smart-обучение.

**Новшества в образовательном процессе.** Современные образовательные программы, кардинально отличающиеся от своих традиционных аналогов, играют важную роль в всестороннем развитии детей. Они не только сосредотачиваются на формировании навыков, необходимых для решения нестандартных ситуаций, но и активно способствуют развитию творческого мышления. В таких подходах важную роль играют технологии, направленные на развитие навыков XXI века. Примером этого является STEAM-технология, которая помогает детям справляться с нестандартными жизненными ситуациями [Поданева, 2023, 2 с.]. Эти программы создают безопасную и стимулирующую среду, в которой дети могут развивать свои способности и интересы.

Одним из ключевых аспектов внедрения инноваций в образовательный процесс является применение Smart-обучения. Это направление ориентировано на создание среды, способствующей достижению высокого уровня конкурентоспособного образования. Благодаря таким программам, дети приобретают важные качества, такие как сотрудничество и критическое мышление [Поданева, 2023, 3 с.]. Smart-обучение предоставляет учащимся возможность взаимодействовать с разнообразными информационными источниками и инструментами, что расширяет их познавательные возможности и развивает навыки, жизненно важные в современном мире.

Передовые образовательные программы также подчеркивают необходимость интеграции различных сфер знаний и навыков. «Современные образовательные программы, отличные от традиционных, способствуют всестороннему развитию детей, акцентируя внимание на

развитие творческого мышления» [Базаева, 2022, 2 с.]. Это развитие требует от педагогов изменений в подходах, касающихся как содержания образования, так и методов его преподнесения. Современные технологии помогают активно внедрять эти подходы, позволяя педагогам адаптировать образовательные процессы для формирования более компетентного и творчески мыслящего поколения. В результате дети получают не только академические знания, но и социальные и эмоциональные навыки, необходимые для успешной интеграции в социум.

**Сравнение традиционных и современных подходов.** Современные образовательные программы в дошкольных учреждениях представляют собой важный элемент в формировании и развитии когнитивных и творческих способностей детей. Они значительно отличаются от традиционных методик, акцентируя внимание на развитие творческого мышления и навыков решения нестандартных ситуаций. В процессе обучения все большее значение приобретают такие подходы, как «современные образовательные программы, отличные от традиционных, способствуют всестороннему развитию детей, акцентируя внимание на развитие творческого мышления» [Базаева, 2022, 2 с.]. Данные подходы помогают не только в организации более эффективного педагогического процесса, но и в подготовке будущего поколения к вызовам, которые ожидают их в жизни.

Одной из ключевых инноваций в учебных процессах стали STEAM-технологии, известные своим вкладом в формирование у детей навыков, необходимых для решения нестандартных задач. Эти технологии способствуют интеграции различных областей знаний, таких как наука, техника, инженерия, искусство и математика, создавая условия для комплексного обучения. Подчеркивая значимость данной методики, отмечается, что STEAM-технология рассматривается как современный образовательный феномен, формирующий у детей навыки решения нестандартных жизненных ситуаций [Поданева, 2023, 2 с.]. Этот подход не только развивает интеллектуальные способности учащихся, но и стимулирует их любознательность и интерес к новизне.

Еще одной передовой методикой является Smart-обучение, ориентированное на создание сред, которые обеспечивают высокий уровень конкурентоспособного образования. Благодаря этой технологии, у детей развиваются ключевые навыки XXI века, такие как сотрудничество и критическое мышление. Как отмечено, Smart-обучение направлено на создание среды, обеспечивающей высокий уровень конкурентоспособного образования, развивая у детей навыки XXI века, такие как сотрудничество и критическое мышление [Поданева, 2023, 3 с.]. Таким образом, использование Smart-обучения в дошкольных учреждениях позволяет сформировать у детей не только академические, но и социальные компетенции, необходимые для успешного взаимодействия в коллективе и решения многогранных, многоаспектных задач.

**Применение педагогических технологий в дошкольном обучении.** Современные подходы в обучении дошкольников продолжают значительно отличаться от традиционных, предлагая более масштабное применение педагогических инноваций. Одним из таких новшеств является инклюзивное образование, которое позволяет интегрировать детей с различными образовательными потребностями в общее образовательное пространство. Оно способствует расширению возможностей для детей, создавая более комплексную и всеобъемлющую образовательную среду. Основное отличие педагогических инноваций заключается в масштабе их применения: от единичных до массовых, как это видно на примере инклюзивного образования [Базаева, 2022, 3 с.]. Такие изменения требуют от образовательных учреждений не только инновационного подхода к разработке программ, но и адаптации физической и психологической среды для полноценного участия всех детей в процессе обучения.

Эти новшества требуют значительных изменений в педагогической практике и соответствующей адаптации со стороны преподавателей. Современные педагоги обязаны быть не только учителями, но и наставниками, которые направляют и поддерживают процесс обучения, внедряя новые подходы и технологии. Роль преподавателя в педагогическом процессе расширяется за счет внедрения инновационных подходов и технологий [Базаева, 2022, 3 с.]. Таким образом, преподаватели становятся своего рода архитекторами образовательного пространства, обеспечивая благоприятные условия для личностного роста и развития каждого ученика.

Кроме того, современные подходы побуждают использовать технологии для создания более персонализированной образовательной траектории. Это позволяет учитывать индивидуальные особенности и нужды каждого ребенка. Инновационные методы, такие как адаптивное обучение, способствуют улучшению образовательных результатов через более глубокое вовлечение детей в процесс познания. Стратегии, ориентированные на развитие социальных и эмоциональных компетенций, становятся неотъемлемой частью образовательного процесса, укрепляя интеграцию, сотрудничество и взаимопонимание в коллективе, что в дальнейшем готовит детей к успешной социализации и самостоятельной жизни. Прогрессивные методы, такие как STEAM-технологии и Smart-обучение, становятся неотъемлемыми элементами нового образовательного процесса. Они способствуют синтезу различных областей знаний и навыков, создавая условия для более высокого уровня образовательного опыта и подготовки детей к вызовам современного мира. Эти методики помогают развивать когнитивные, социальные и эмоциональные компетенции у детей, что является основой для их дальнейшего образования и успешного вхождения в общество.

Перспективы дальнейших исследований в области дошкольного образования могут включать вопрос эффективности новых образовательных стандартов и методов, а также разработку программ профессионального

развития педагогов. Приоритет на развитии социальных и эмоциональных компетенций детей, а также на укреплении взаимодействия между образовательными институциями и родителями, может способствовать созданию более гармоничного и плодотворного образовательного пространства. Такие усилия позволят обеспечить постоянное, устойчивое совершенствование качества дошкольного образования и поддержат детей в их процессе становления как активных, самостоятельных и инициативных участников общества.

**Список литературы**


1. Базаева Ф. У. Инновационная образовательная среда как фактор самореализации личности // Педагогика. – 2022. – DOI: 10.34708/GSTOU.2022.19.29.005.
2. Поданева Т.В. Обновление содержания дошкольного образования.
3. Проблемы и перспективы в системе дошкольного и начального образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции (14 ноября 2019 г.) / отв. ред. Т. В. Диль-Илларионова. – Орск: Издательство Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, 2019. – 213 с.
4. Суматохина В.А., Иванова И.В. Воспитывающий потенциал дошкольной образовательной организации как средство становления субъектности дошкольника // [б. и.]. – 2023.
5. Традиции и инновации в современной психологии и педагогике: сборник статей Международной научно-практической конференции (4 ноября 2023 г., г. Стерлитамак) / под ред. А. А. Сукиасяна. – Уфа: Аэтерна, 2023. – 156 с.
6. Шишова Е.О. Влияние типа образовательной среды на психическое развитие дошкольников [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2021. Том 13. № 1. С. 84–100. DOI:10.17759/psyedu.2021130106.

**УДК 372.2**

# ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК СТРАТЕГИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ СОБСТВЕННОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ РОССИИ И КИТАЯ: СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Джиминь Чжан[1], Е.А. Пархоменко[2]
[1]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, Китайская Народная Республика
[2]Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Актуальность.** Россия и Китай рассматривают дошкольное образование как стратегический компонент собственной национальной политики, активно проводят ряд приоритетных мероприятий по обновлению и реформированию этих систем. В статье дан сравнительный анализ развития дошкольного образования в соседних странах: России и Китае. Китайский подход к построению рыночных отношений в системе дошкольного образования кардинально отличается от российской системы управления своим прагматизмом и творческим отношением к реформам. Развития современного дошкольного образования в России и Китае показал, что путь и направления изменений являются одинаковыми, однако способы их реализации различны: в России осуществляются резкие и радикальные изменения, а китайское дошкольное образование характеризуется ситуацией медленных, постепенных изменений в усовершенствовании дошкольной структуры, оптимизации ее управленческих механизмов, обновлении содержания образования.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, российское дошкольное образование, китайское дошкольное образование, дошкольные учреждения, дети дошкольного возраста.

Развитие дошкольного образования в Китае и России в основном анализируется с точки зрения популяризации дошкольного образования и качества развития дошкольного образования. Популяризация образования может отражать базовый уровень развития образования в стране, а качество развития может отражать уровень образования в стране. развитость и даже ее общая национальная сила. Первое – это акцент страны на образовании, а второе – устойчивость образовательного развития страны. Россия может обеспечить 100 % услуги дошкольного образования для детей школьного возраста, оснащенные полноценными яслями и детскими садами, и превратить это решение в национальную стратегию, в то время как китайское правительство создает возможности для расширения набора детей школьного возраста, включая, помимо прочего, ликвидацию семейная бедность, чтобы обеспечить их прием. Китай и Россия также стремятся поддержать частное

дошкольное образование, чтобы облегчить невозможность создания образовательных возможностей для детей из-за национальных финансовых ограничений. В Китае высшим управленческим органом, отвечающим за все образование, является Министерство образования и провинциальное агентство управления является Департаментом образования или Советом образования, Городским или окружным бюро образования, Национальное министерство образования находится в ведении Центрального народного правительства Китайской Народной Республики, а другие агентства находятся в юрисдикции местных органов власти.

Для обеспечения качества образования сходство развития двух стран заключается в обеспечении достаточных финансовых инвестиций в детские сады и гарантиях учителей. Разница в том, что в России сформулирована конкретная нормативная система дошкольного образования, обеспечивающая качество образования, как правило, равное, со статусом стандартизации, в то время как в Китае нет единых стандартов образования, но преподавать знания высокого уровня в детских садах строго запрещено.

75-летие установления дипломатических отношений между Россией и Китаем знаменует собой начало энергичного развития добрососедских и дружественных отношений между двумя странами в сфере образования. Впереди будут новые задачи. Поэтому России и Китаю следует активно работать над обменом имеющимися результатами развития, продвигать инновации в сфере дошкольного образования, создавать условия для дальнейшего и качественного внедрения инноваций в дошкольном образовании.

**Список литературы**

1. Боревская Н. Е. Образовательная политика в Китае и России: сравнительный анализ // Педагогика. 1996. № 1. С. 94–103.

2. Денисова Р. Р. Дошкольное образование России и Китая: ситуация развития // Ученые записки Забайкальского государственного университета. 2020. Т. 15, № 1. С. 32–38. DOI: 10.21209/2658-7114-2020-15-1-32-38.

3. Денисова Р. Р. Современное дошкольное образование России и Китая: опыт сотрудничест-ва // Дошкольное образование России и Китая: новые грани сотрудничества: материалы междунар. науч.-метод. конф. Благовещенск: БГПУ, 2017. С. 8–19.

4. Лю Вэньцюань. Педагогические подходы к организации образования в России и Китае (сравнительный анализ): дисс. … канд. пед. наук: 13.00.01. Иркутск, 2012. 186 с.

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В СИСТЕМЕ КОРРЕКЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДОШКОЛЬНИКОВ С ТНР

С.А. Драчева, Н.Г. Савкина
Центр-детский сад № 118, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье раскрываются пути и основные направления взаимодействия учителя-логопеда и музыкального руководителя в системе коррекционно-образовательного процесса дошкольников с ТНР, описывается опыт и приемы работы по сотрудничеству специалистов с целью развития речевых функций у особых детей.

**Ключевые слова:** взаимодействие, учитель-логопед, музыкальный руководитель, коррекционно-образовательного процесс, дошкольники с ТНР.

В настоящее время в теории и методике коррекционного обучения разрабатываются модели работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи (ТНР). Проводимая работа с данной категорией детей нуждается в комплексном сопровождении всего коррекционно-образовательного процесса, в поддержке и взаимодействии всех ведущих специалистов. Немаловажную роль в этом процессе играет сотрудничество учителя-логопеда и музыкального руководителя.

Взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя в системе коррекционно-образовательного процесса дошкольников с ТНР играет важное значение для повышения качества усвоения языка и развития речевых навыков у детей с тяжелыми нарушениями речи.

В ряде исследований (Н.А. Симашкова) отмечается важность взаимодействия специалистов в логопедической работе [2]. Некоторыми исследователями отмечается и общность приемов, используемых логопедом и музыкальным работником. Так Г.А. Волкова предлагает учителям-логопедам использовать музыкальную ритмику.

А. Ю. Николаева, Л. М. Гришина предлагают «использовать музыку и игровые элементы для развития темпо-ритмической стороны речи у детей» [1]. Среди различных методов авторами предлагаются игра на барабане, перкуссионных инструментах. Такая работа поможет детям с ТНР осознать и контролировать свое дыхание, а также развить четкость и ритмичность речи.

И логопед, и музыкальный руководитель добиваются в ходе коррекционной работы общих задач:

- стремятся развивать интерес к занятиям;
- осуществляют формирование навыков правильного дыхания;

- развивают слух;

- развивают силу голоса.

Сугубо логопедические задачи:

- стремятся развивать интерес и осознанность действий при постановке звуков;

- учит выполнять артикуляционную гимнастику;

- формирует правильное положение органов артикуляции.

Задачи музыкального руководителя:

- формирует музыкальную культуру;

- развивает певческие навыки;

- развивает движения под музыку.

Развитие мелкой моторики.

Взаимодействие осуществляется по следующим направлениям:

- логопед информирует музыкального работника о результатах диагностики речевых нарушений;

- логопед разрабатывает индивидуальную программу коррекции речевых нарушений и знакомит с ней музыкального руководителя;

- совместно с музыкальным руководителем обговаривается план работы и вносятся индивидуальные занятия в индивидуальный образовательный маршрут;

- проводятся совместные занятия, мероприятия с участием логопеда и музыкального работника;

- музыкальный работник информирует логопеда о видах и способах развития вокальных навыков, музыкальных игр для развития слухового восприятия, использовании ритмопластики для развития темпо-ритмической организации речи, способах развития и постановки правильного дыхания, о влиянии лечебной музыки на развитие психических процессов, снятие мышечных зажимов и т.д.

- логопед делится опытом с музыкальным руководителем о проведении логоритмических упражнений, о способах постановки тех или иных звуков, рекомендует упражнения для закрепления правильного произношения;

- логопед и музыкальный работник обмениваются опытом и присутствуют друг у друга на занятиях, проводят открытые занятия для родителей;

- логопед и музыкальный работник проводят совместные мероприятия для родителей, консультируют их по вопросам развития речи и использовании музыкальных игр и упражнений;

- логопед и музыкальный работник проводят совместное обсуждение результатов коррекционного воздействия, отмечают успехи в индивидуальном развитии ребенка, разрабатывают дальнейшие рекомендации родителям и педагогам.

В нашей практике работы осуществляется планомерное взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя.

Логопедическая ритмика широко используется в работе с детьми с ТНР как учителем-логопедом, так и музыкальным руководителем. Логопед, как правило, знакомит детей с текстом упражнения. Проговаривая его многократно, стимулируя детей к подражанию. Музыкальный руководитель закрепляет эти логоритмические упражнения уже с музыкальным сопровождением, поощряя детей вспоминать и озвучивать уже знакомые рифмы.

Замечено, что использование логопедической ритмики с музыкальным сопровождением более эффективно способствует развитию интереса детей с ТНР к такой деятельности и позволяет осуществлять закрепление правильного произношения у детей.

В ходе взаимодействия в нашей практике мы использовали обмен мнением, в ходе которого были выработаны единые подходы к преодолению речевых нарушений, разработаны комплексы упражнений по вокалированию гласных звуков, картотеки коротких песен, попевок, карточки логоритмики с картинками. Поэтому «сложно переоценить использование логопедической ритмики двумя специалистами в коррекционно-развивающей и музыкальной деятельности в развитии детей» [1].

Мы практиковали совместное проведение занятий учителя-логопеда и музыкального руководителя. Интеграция образовательных областей дало положительные результаты в коррекции речевых нарушений детей с ТНР.

Было замечено, что «смена деятельности, использование разнообразных игровых приемов позволяет поддерживать интерес детей на протяжении всего занятия» [1].

Так были проведены следующие совместные мероприятия: семинар для педагогов «Система коррекционно-образовательного процесса дошкольников с ТНР», мастер-класс для воспитателей «Роль музыкальных и речевых игр для постановки и закрепления правильного произношения» (проводили логопед и музыкальный руководитель), родительское собрание «Игровые методы и приемы в развитии речи детей с нарушениями речи». Были разработаны практические рекомендации для педагогов «Как развивать и обогащать словарь детей в совместных играх», «Чистоговорки и попевки в режимных моментах для правильного звукопроизношения». Для родителей были подготовлены буклеты «Научим ребенка вокалировать», «Развитие правильного дыхания», «Роль музыкально-дидактических игр в развитии и стимуляции речи», «Материнское пение и его роль в становлении детской речи».

В ходе проводимой работы, было замечено, что взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя позволяет эффективно воздействовать на коррекционный процесс обучения, учитывать рекомендации и проводимую работу другим специалистом. Были замечены позитивные изменения в речевом развитии детей с тяжелыми нарушениями речи: улучшилось понимание речи педагога у 45 % детей, у 34 % произошло обогащение словаря, 15% неговорящих детей стали вокалировать, у 27 %

улучшилось звукопроизношение отдельных фонем, у 55 % замечены положительные сдвиги в развитии связной речи, грамматический строй улучшился у 17 % детей. Родители отмечают позитивные изменения в развитии детей: 100 % родителей удовлетворены проводимой работой специалистов, 94 % родителей отметили повышение интереса детей к речевым играм, 78 % родителей стали чаще использовать рекомендации логопеда и музыкального руководителя в домашних условиях, 76 % отметили улучшение качества речи, 90 % родителей заметили, что дети стали чаще вокалировать, у них возник интерес с музыке и пению.

В перспективе дальнейшего сотрудничества мы планируем организацию совместной онлайн-конференции по обмену опытом с педагогами и другими специалистами в области коррекционной педагогики. Будет также проведена работа по организации онлайн-семинара для родителей, воспитывающих детей с ТНР.

Таким образом, взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя играет важную роль в системе комплексного коррекционно-образовательного процесса дошкольников с ТНР. От эффективного сотрудничества специалистов зависит в конечном итоге успех в речевом развитии детей с ТНР.

**Список литературы**

1. Николаева А. Ю. Взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя в развитии темпо-ритмической стороны речи дошкольников / А.Ю. Николаева, Л. М. Гришина. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2023. – № 37 (484). – С. 116-118. – URL: https://moluch.ru/archive/484/105957/ (дата обращения: 27.10.2024).

2. Нищева Н.В. Образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Издание 3-е, перераб. и доп. в соответствии с ФГОС ДО. – СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРОГРЕСС», 2016. – 240 с.

3. Симашкова Н.А. Взаимодействие учителя-логопеда и музыкального руководителя в системе коррекционно-развивающего процесса дошкольников с ТНР. – URL https://www.erono.ru/archive/?SECTION_ID=151&ELEMENT_ID=6238 (дата обращения:27.10.2024)

4. Овчинникова Т.С. Логопедические распевки. Автоматизация трудных звуков. – СПб.: КАРО, 2022. – 65 с.

5. Радынова О.П., Катинене А.И. Музыкальное воспитание дошкольников. – М.: Академия, 1998. – 240 с.

**УДК: 796.01:159.9**

# ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.А. Дробышева
Кубанский государственный университет
физической культуры спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В работе анализируется эмоциональная сфера детей дошкольное периода разного возраста. Установлено, что дошкольники могут дифференцировать, показывать и понимать эмоции других, но с усложнением ситуации проявления эмоций, дошкольники начинают испытывать трудности, при этом дети подготовительной группы лучше распознают эмоции в контексте ситуации. Согласно результатам, важно проводить систематические дополнительные занятия по развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст, эмоциональная сфера, возрастные особенности.

В дошкольном возрасте ребенок осваивает новые виды деятельности, активно идет развитие личностной и познавательной сферы, расширяется круг контактов, активная социальная и предметная деятельность сопровождается эмоциями, которые так же развиваются. Эмоции откладывают отпечаток на все сферы деятельности ребенка. Дошкольный возраст является сенситивным для развития эмоциональной сферы. В этот период активно развиваются познавательные эмоции, к которым относятся чувства удивления, любопытства, любознательности. В дошкольном возрасте эмоции имеют бурный и нестойкий характер. В среднем дошкольном возрасте развивается эмпатия, пятилетний ребенок уже способен воспроизводить переживания других. К концу дошкольного возраста ребенок способен различать истинные и внешние эмоции. В период дошкольного детства у ребенка формируются многие высшие чувства [3, 5]. На развитие эмоциональной сферы дошкольника оказывает большое влияние семья, как первый институт социализации. Стиль детско – родительского воспитания может выступать индикатором гармоничного или дисгармоничного развития эмоций и личности. Мать является фактором тревожности, если дошкольник не чувствует защиты от матери, то он испытывает страхи. Стили родительского отношения «принятие», «кооперация» способствуют гармоничному эмоционально-личностному развитию ребенка [4]. Развитие эмоциональной сферы во многом сопряженно с физической активностью [2]. Эмоциональная сфера дошкольника связанна напрямую с адаптацией к дошкольному образовательному учреждению. При благоприятной адаптации у детей снижается агрессивность и тревожность и повышается общий

эмоциональный фон [1]. Исходя из описанного теоретического анализа установлено, что дошкольный возраст важен в развитие эмоциональной сферы.

**Целью исследования** изучить особенности сформированности эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Для реализации поставленной цели использовалась диагностика эмоциональной сферы ребенка Л.П. Стрелкова. Для расчета достоверности различий в двух выборках использовался непараметрический критерий U-критерий Манна–Уитни.

**В исследование приняли участие** 30 дошкольников 5–6 лет, количество дошкольников средней группы – 15 человек, количество дошкольников подготовительной группы – 15.

В эмоциональной сфере были изучены такие параметры как: понимание эмоций, речевое и графическое изображение эмоций, использование эмоций в мимике и пантомимике, психоэмоциональное состояние, также агрессивность, тревожность и импульсивность. Согласно полученным данным, достоверных различий установлено не было. В обоих группах установлен высокий уровне использование мимики и пантомимики при демонстрации эмоций, у детей 6 лет выше данный показатель, но усложнение данного задания в контексте ситуации сказочного героя вызвало затруднения в обоих группах. Дети обоих групп еще плохо демонстрируют и распознают эмоции, когда они разыграны в действие, им легче дается разовая демонстрация эмоций, но при этом у детей средней группы данный показатель выше, мы предполагаем, что это связанно с постепенной сменой, ведущей деятельность с сюжетно-ролевой игры на учебную деятельность. В обоих группах выразительность речи при эмоциях и графическое изображение эмоций на среднем уровне, что говорит о том, что дети могут окрашивать свои эмоции речью и дифференцировать внешнее проявление эмоций. Понимание эмоциональных состояний других людей сформировано в обоих группах на среднем уровне, при этом дети средней группы лучше справлялись с простыми эмоциями и распространенными ситуациями, в то время как дети подготовительной группы, показали лучше результат во второй усложненной серии, где сложнее эмоции и чувства и ситуации не имеют прямого контекста с эмоцией.

Исходя из полученных данных, дошкольники могут дифференцировать, показывать и понимать эмоции других, но с усложнением ситуации проявления эмоций дошкольники начинают испытывать трудности, при этом дети подготовительной группы лучше распознанию эмоции в контексте ситуации.

Согласно результатам, важно проводить систематические дополнительные занятия по развитию эмоциональной сферы детей как подготовительной, так и средней группы включенные в вариативную часть образовательной программы дошкольного образовательного учреждения.

**Список литературы**

1. Босенко Ю.М. Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной организации // Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI ВЕКЕ. Сборник научных трудов I всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2023. С. 10-15.

2. Берилова Е.И. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников средствами физической культуры // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием.- 2019. – С. 43-44.

3. Реан, А.А. Психология человека от рождения до смерти. / А.А. Реан -М.: АСТ, 2002. – 683 с.

4. Шуркина Е.В. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений / Е.В. Шуркина, А.А. Дубовова, Е.А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - 2018. - С. 295-296.

5. Шаповаленко, И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) / И.В. Шаповаленко. – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.

**УДК 373.2**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОИГР В РАБОТЕ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.С. Друкер
Центр-детский сад № 173, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассмотрены нейроигры и упражнения для занятий, которые использует инструктор по физической культуре в своей работе с детьми дошкольного возраста. С помощью нейро-игр у детей улучшается зрительная и моторная координация, общая и мелкая моторика, развивается слуховое, зрительное восприятие, развивается воображение, память, речь.

**Ключевые слова:** нейроигра, дошкольный возраст, физическая культура, дети, игра, память.

В настоящее время в преподавании физической культуры в дошкольных образовательных учреждениях используется нейропсихологический подход. В основе этого подхода лежат представления о сложной структуре высших психических функций. Эффективность использование этого подхода доказана современной наукой. Следует отметить, что данный нейропсихологический подход является игровой и здоровьесберегающей методикой. Как показывает практика нейроигры могут быть успешно интегрированы в традиционные занятия инструкторов по физической культуре с детьми дошкольного возраста и стать частью учебного процесса.

Что такое нейроигра? Нейропсихологическая игра – это интересный комплекс телесно-ориентированных упражнений и техник, направленных, на активизацию естественных механизмов работы мозга, через физическое упражнений. Нейропсихологические игры активизируют участки мозга, связанные с речью, мышлением, вниманием и памятью, а также с другими психическими процессами.

Нейроигры, включают в себя: нейроигры с карточками; нейроигры с мячом; глазодвигательные упражнения; дыхательные упражнения; кинезиологические упражнения; релаксационные упражнения; когнитивные упражнения. Они просты и увлекательны, можно использовать, как на индивидуальных, так и на подгрупповых занятиях с детьми дошкольного возраста. Нейроигр существует очень много, рассмотрим некоторые из них.

1. Игры на развитие межполушарного взаимодействия.

Механизм объединение левого и правого полушария в едино работающую систему называется межполушарным взаимодействием. Его развитию способствуют игры и упражнения, в ходе которых задействованы

оба полушария мозга, например, если ребенок работает двумя руками одновременно, формируется навык согласованности движений рук, ног и движений глаз. Например, этому способствует, упражнение с нейроскакалкой, когда нужна разнонаправленная работа ног. Одна нога совершает вращательные движения, а другая прыжки.

2. Кинезиологические упражнения можно использовать вначале комплекса общеразвивающих упражнений и сопровождать их стихами, рифмовками.

3. Игры на развитие координации движения, внимания, моторики и логического мышления.

Игра «Зайчик» (с мячом). Описание игры: Дети строятся в одну колонну, последовательно друг за другом перепрыгивая координационную лестницу, в это время инструктор бросает мячик в руки ребенку и называет съедобные и несъедобные предметы (если съедобные занимающийся прыгает на одну клетку вперед, если несъедобные стоит на месте.)

Игра «на лесной полянке» (с обручем). Описание игры: Инструктор делит детей на 2 команды и строит в 2 колонны. Дети должны пройти лесную полянку и выполнить задания. Обращаем внимание детей, что сначала проходим по мостику (по ортопедическим коврикам), далее занимающиеся перепрыгивают овраги из обруча в обруч, берут 2 деревянные ложки (рядом лежат 3 вида ложек, дети выбирают нужные) собирают па полу грибы (на полу лежат грибы, желуди), кладут на ложки грибы и несут ежику в корзинку. Назад возвращаются шагом.

Игра «Лесные животные». Описание игры: Дети, взявшись за руки ходят по кругу и говорят стих, на команду инструктора «мишки» мальчики хлопают в ладоши. Далее снова ходят по кругу, по команде «лисички», девочки хлопают в ладоши. По команде «ежики» мальчики и девочки садятся поднимают 2 руки вверх.

3.Балансировочные упражнения

Упражнения на балансире воздействуют на мозжечок ребенка, который отвечает за эмоции, координацию, речь, память, равновесие. Балансовые упражения улучшают мозговую деятельность, развивают координацию и умение удерживать равновесие, а также укрепляют все мышцы тела, даже мелкие. Это помогает улучшить осанку и укрепить опорно-двигательный аппарат при минимальном воздействии на суставы. Балансиры отличаются по высоте, форме, устойчивости. В работе мы используем «Балансировочные дорожки», «Лабиринты», «Островки», «Доски Совы»,

Игры должны состоять из простых и веселых упражнений. Проводится в доброжелательной обстановке, в проветриваемом помещении, могут сопровождаться фоновой музыкой. Главный принцип нейроупражнений – дать мозгу возможность непривычным образом, решать привычные задачи. Упражнения постепенно усложняются, увеличивается объем их выполнения.

Таким образом, мы видим, что нейроигры и упражнения, можно включать в комплексы утренней оздоровительной гимнастики, в занятия по

физической культуре. Регулярное использовании таких упражнений у детей улучшается координация движений, равновесие, память, речь и мышление,

**Список литературы**

1. Бабаева Т. И., Гогоберидзе А. Г., Солнцева О. В. и др. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство». – СПб. : ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019.

2. Праведникова Ирина Игоревна, Нейропсихология. Игры и упражнения, Изд. «АЙРИСпресс»,2017 3. Соболева О.Л. Экспериментальный учебник. М.-Новая школа,1997

3. Семаго Н.Я. Методика формирования пространственных представлений у детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Айрис, 2007. -112с.

4. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений / Под ред. С.О.Филипповой. - Санкт-Петербург: Детство-Пресс – 2005.

5. Тимощенко Е.Г. Нейропсихологические занятия для детей. ООО «Издательство АСТ» 2021г.

6. Пархоменко Е.А. Нейропсихологический подход в формировании памяти у детей дошкольного возраста // В сборнике: Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Киров, 2024. С. 62-66.

**УДК 373.2**

# ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ДОО КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЧЕСКОГО САМОСОЗНАНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

А.В. Дубина, С.В. Циминданова
Детский сад № 172, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** формирование патриотического самосознания у дошкольников является актуальным направлением работы на сегодняшний день, о чем свидетельствуют нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность ДОО. В ходе работы по данному направлению мы выявили эффективность физкультурно-массовых мероприятий, которые помогают качественно реализовывать задачи формирования гражданственности и патриотизма у детей. Такие формы работы позволяют повысить познавательный интерес у детей и активизировать для сотрудничества родителей воспитанников.

**Ключевые слова:** патриотизм, гражданственность, физкультурная деятельность, спорт, взаимодействие.

За основу работы по формированию патриотического самосознания у дошкольников была взята одна из целей Федеральной образовательной Программы ДОО – разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций. Эффективным способом решения данной задачи было выявлено физическое воспитание, спорт и занятия физкультурой.

Патриотизм – это преданность и любовь к Родине, к ее природе, культуре, к народу. Патриотическое воспитание ребенка – основа формирования будущего гражданина. На базе нашей дошкольной организации мы создаем условия для нравственно-патриотического воспитания дошкольников через образовательное пространство (групповые уголки, мини-музеи, выставки, галереи детского творчества, выездные музеи), через воспитательно-образовательную деятельность (занятия, игровые и проблемные ситуации, проекты, акции, музыкальные и тематические развлечения и конечно же физкультурно-массовые мероприятия). Так как воспитание и особенно нравственно-патриотическое начинается с семьи, то педагоги и родители должны объединить усилия и сотрудничать в данном направлении. В настоящее время бывает сложно привлечь родителей к процессу воспитания в дошкольной организации из-за повышенной загруженности, занятости на работе и городской суеты. Но с

помощью ярких и интересных, массовых мероприятий и развлечений нам все-таки удается вовлекать родителей воспитанников в наш воспитательно-образовательный процесс.

В нашем детском саду положительно зарекомендовали себя следующие виды массовых мероприятий: спортивные, физкультурно-развлекательные, военно-патриотические.

Физкультурно-развлекательные мероприятия имеют большое значение для комплексной реализации широкого круга оздоровительных и воспитательных задач. Такая форма работы позволяет закрепить и обобщить знания и умения детей в рамках определенной темы, объединить детей разного возраста общими чувствами и переживаниями. При подготовке и проведении физкультурных развлечений дети объединяются общими целями, обретают ответственность, дисциплину, культуру поведения. У воспитанников развиваются социально-коммуникативные навыки при взаимодействии со сверстниками, с детьми других возрастных групп и педагогами ДОО. Нами были проведены следующие мероприятия: ко Дню Семьи праздник - «Наша дружная семья» - ребята с педагогами подготовили концерт для родителей со стихами и песнями, с танцами и энергичным флешмобом, а также организовали тропу развлечений, где дети совместно с родителями выполняли различные задания, творческие и физкультурные конкурсы. Ко дню народного единства мероприятие - «Моя Россия». Музыкально-физкультурное развлечение «Осенний марафон». Ко дню здоровья «Здоровье – это здорово». Ко дню Великой Победы мы уже традиционно ежегодно организовываем «Парад Победы» с приглашением ветеранов и представителей военных профессий, где воспитанники нашего детского сада маршируют под знаменитые песни военных лет и представляют разные рода войск.

Спортивные мероприятия направлены на развитие физической активности, формируют чувство коллективизма, сплоченности, коммуникативные навыки, воспитывают нравственные качества. Ежегодно мы организовываем соревнования между старшими дошкольными группами: «Мы со спортом дружны!», «Тропа приключений», «Юные чемпионы». Соревнования проходят всегда в игровой форме с использованием сюрпризных моментов, с различными сказочными героями. Педагоги используют презентации и видеофильмы о видах и истории спорта, о российских спортсменах, тем самым внося образовательный элемент в спортивные мероприятия. Соревнования формируют командный дух, сплоченность коллектива, стремление прийти на помощь, оказать поддержку, стимулируют ответственность, развивают выдержку, выносливость, настойчивость, честность. Хорошие результаты показывает работа по организации соревнований с привлечением родителей воспитанников: «А ну-ка папы», «Наши мамы хороши», «Семейный квест». Родители вовлекаются в процесс, видят, как с педагогической точки зрения детям преподносится информация, а также как и с помощью чего мы формируем нравственные

качества. С помощью таких мероприятий укрепляются внутрисемейные отношения, а воспитательно-образовательный процесс становится более эффективным за счет примера значимых для ребенка взрослых (его родителей).

Военно-патриотические мероприятия проходят в течение года и ежегодно в феврале и мае. Февраль знаменуется месячником военно-патриотической и нравственной работы. Это торжественные линейки, встречи с ветеранами, приглашение гостей из кадетского военного училища, представителей военных профессий. Праздничные концерты к празднику 23 февраля Дню защитников отчества: «На страже Родины», «Музыкальная открытка». Помимо концертов организовываются зарницы для пап «Богатыри земли русской», «Сила мужества». Где родители воспитанников также на своем примере демонстрируют детям свои коммуникативные навыки, сплоченность, ответственность, умение поддерживать друг друга и действовать сообща.

В такие военно-патриотические месячники активно проводится просветительская работа с детьми и родителями о традициях нашего государства, народных праздниках, достижениях народа, о нашей армии, о отчизне о защитниках. Главная задача сформировать уважительное отношение к друг другу и к Родине в целом.

В мае детский сад празднует День великой победы и чтит память наших прадедов, дедов и солдат. Родители с детьми вовлекаются в проектную деятельность, изучают историю своей семьи, участвуют в акциях «Посылка солдату», «Бессмертный полк», «Окна победы». В течение недели мы организовываем мероприятия, посвященные дню Победы. Одним из дней является тематический физкультурно-патриотический праздник «Вместе – мы сила!» со спортивными состязаниями, интеллектуальными и творческими конкурсами. Итогом недели является «Парад победы» или праздничный концерт с флешмобами, спортивными танцами и творческими номерами.

Эффективность данной работы отображается в мониторинге по образовательной области «социально-коммуникативного развития» в высоких показателях по направлению формирование основ гражданственности и патриотизма. А также выражается в положительных отзывах родителей воспитанников и их активном участии в мероприятиях детского сада.

Исходя из этого мы утверждаем, что физкультурно-массовые мероприятия в ДОО являются эффективной формой формирования патриотического самосознания старших дошкольников.

**Список литературы**

1. Богославец Л.Г., Давыдова О.И. «Россия – моя история». Гражданско-атриотическое воспитание детей в едином образовательном пространстве семьи и ДОО. М.: ТЦ Сфера, 2021. – 144 с.

2. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания дошкольников: учебное пособие для вузов. Изд. 2-е, М.: Издательство Юрайт, 2024. – 282 с.

3. Зеленова Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. М.: Скрипторий, 2022 г. – 96 с.
4. Кириллова Ю.А. Спортивно-патриотическое воспитание дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях (из опыта работы: сценарии физкультурных досугов и праздников для старшего дошкольного возраста). СПб.: Детство пресс, 2024. – 144 с.
5. Пархоменко Е.А. Мультипликационные фильмы как способ развития нравственности у детей старшего дошкольного возраста / Е.А. Пархоменко, А.А. Дубовова, З. Р. Совмиз [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12(202). – С. 283-287.
6. Стефанович И.А. Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3–7 лет. М.: Учитель, 2014 г. – 74 с.

**УДК 376.2**

# СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ: ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

И.С. Емельянова, Н.Г. Стрельникова
Детский сад «Сказка», структурное подразделение № 149, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются современные проблемы социального воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада. Акцент сделан на необходимость создания инклюзивной образовательной среды, способствующей их социализации и общению. Обсуждаются аспекты адаптации учебных материалов и пространства для комфортной интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья. Особое внимание уделено психоэмоциональному состоянию детей и значимости формирования их положительной самооценки.

**Ключевые слова:** социальное воспитание, дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата, инклюзивное образование, социализация.

Решение современных проблем социального воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в детском саду является актуальной темой для всех педагогов. Это связано с растущим интересом к инклюзивному образованию, которое требует от педагогов переосмысления подходов к работе с детьми, испытывающими трудности в развитии, то есть с ограниченными возможностями здоровья. Такие дошкольники испытывают затруднения в осуществлении произвольных движений, имеют слабый мышечный тонус, не могут долго держать равновесие. Именно поэтому им нужен особый уход, поддержка и достаточный уровень мотивации.

Социальное воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья, в частности с нарушениями опорно-двигательного аппарата, включает в себя формирование у них навыков общения и социализации. Педагоги должны быть не только профессионально подготовленными, но и способными создать благоприятную среду для поддержки таких детей. Как отмечает П.Б. Шухов, «успешное социальное развитие детей с ограниченными возможностями здоровья во многом зависит от атмосферы, созданной в образовательной среде» [1]. Направленность работы, обучения должна быть комплексной, поддерживающей совершенствование и моторики, и речи, и эмоционального восприятия.

Важно отметить, что дети с ограниченными возможностями здоровья, особенно с нарушениями опорно-двигательного аппарата, могут участвовать в коллективных играх и занятиях. Н.Е. Лаврова подчеркивает, что

«инклюзивная среда должна обеспечивать равный доступ к образовательным ресурсам и мероприятиям для всех детей, независимо от их физических способностей» [2]. Поэтому в дошкольных образовательных учреждениях необходимо адаптировать пространство и учебные материалы, чтобы все дети чувствовали себя комфортно и безопасно.

Исходя из своего многолетнего опыта работы, я могу с уверенностью сказать, что родители детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата должны активно участвовать в жизни дошкольного образовательного учреждения. Это помогает установить тесные и доверительные отношения не только с родителями, но и с самими детьми. Важно устраивать групповые собрания, проводить индивидуальные беседы, создавать почту доверия, куда родители могут присылать документы, обращения, фотоотчеты. В дополнение поможет метод анкетирования, нацеленный на выявление основных сложностей в отношениях родителя и ребенка, родителя и воспитателя, на формирование основных приоритетных направлений в работе. Важно, чтобы близкие присутствовали на выставках, акциях, разделяли с дошкольником радости и поддерживали в трудные минуты.

В результате совместной работы родителей, специалистов и педагогов достигается действительно эффективная работа с такими детьми. Социальное воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья значительно улучшается, когда все участники процесса работают сообща. Р.А. Петров говорит об этом следующим образом: «Поддержка семьи и реализация партнерских отношений между родителями и педагогами способствуют успешной социализации ребенка с особыми потребностями» [3].

Однако важно также обратить внимание на психоэмоциональное состояние детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Это может затруднять их интеграцию в детский коллектив, и поэтому педагогам необходимо обладать знаниями и навыками в области психологии. Г.И. Сафонова подчеркивает, что «работа над формированием положительной самооценки и уверенности в своих силах способствует успешной адаптации ребенка в социальной среде» [4].

Мой опыт работы показывает, что с каждым годом количество детей с ограниченными возможностями здоровья, в частности с нарушениями опорно-двигательного аппарата, неуклонно растет. Число их в 2023 году составило 1 млн. человек, что подтверждает актуальность проблемы нынешнего исследования. Для сравнения, в 2006 году эта цифра была меньше почти в два раза. Дети становятся все более сложными. Их вниманием часто завладеть очень трудно ввиду низкой концентрации. Они становятся эмоционально возбудимы, порой не слушают воспитателя.

Для решения указанных проблем стоит чередовать умственные и физические нагрузки, использовать образовательный инвентарь. Применение ходунков, палочек для ходьбы, мягких кресло-качалок, этапных гипсовых повязок поможет облегчить жизнедеятельность ребенка. Дошкольник сможет чувствовать себя комфортно, станет меньше отвлекаться во время занятий.

Значимым элементом образовательного процесса также является голосовая среда. Важно, чтобы дети принимали участие в организации и оформлении центров активности, писали правила, чертили сетку занятий, заполняли журнал погоды.

Как было упомянуто выше, социализация имеет огромное значение. Однако дошкольники с нарушениями опорно-двигательного аппарата часто испытывают трудности в общении со сверстниками, проявляют застенчивость и тяжело работают в команде. Для устранения данной проблемы педагогу важно использовать метод «Мозгового штурма», ставя перед группой определенные задачи. Это побуждает детей раскрывать творческие способности, доказывать свою точку зрения, проявляя настойчивость и рассудительность. Такая техника тренирует навык формирования альтернативных решений, навык понимания и умственные способности.

Методы мотивации играют также немаловажную роль. Педагог должен сочетать наглядные техники, заключающиеся в демонстрации предметов, образцов, кинокартин, со словесными и практическими. Детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата важно развивать мышечный тонус. Воспитатель может использовать игровую технику «Зеркало» - показывать ребенку движения, ожидая их повторения; «Скульптура» - ставить дошкольника в разные положения, поворачивая голову, сгибая кисти рук и засекая определенное время, в течение которого подопечный должен удержать равновесие. При этом стоит обеспечить ребенку полную безопасность, подстраховать, чтобы он не получил никаких травм. Пальчиковый театр, например, способствует улучшению моторики, ловкости. Есть еще множество игр, позволяющих ребенку раскрыть свои таланты, улучшить физические навыки и примерить различные социальные роли.

Таким образом, создание инклюзивной среды и описательная работа должны осуществляться в тесном взаимодействии всех специалистов, педагогов детского сада и родителей. Я убеждена, что инклюзивное образование станет более эффективным, если будет ориентировано на максимальную социализацию и интеграцию таких детей в общество. Мы должны заботиться о самочувствии каждого ребенка, говорить дошкольникам о важности здорового образа жизни, укреплять их морально-волевые качества, привлекать родителей к решению задач. Государству, в свою очередь, важно выделять средства из бюджета для закупки необходимого учебного инвентаря. Использование коррекционных техник, современных методик и участие в образовательной деятельности специалистов разного профиля поможет улучшить жизнедеятельность детей и укрепить в них чувство самоценности.

**Список литературы**

1. Шухов, П.Б. Влияние образовательной среды на социализацию детей с особыми потребностями. – Москва: Изд-во Педагогика, 2015. – 230 с.

2. Лаврова, Н.Е. Инклюзивное образование: теория и практика. – Санкт-Петербург: Инфра-М, 2018. – 400 с.

3. Петров, Р.А. Семейное воспитание детей с ограниченными возможностями. – Нижний Новгород: Наука, 2016. – 295 с.

4. Сафонова, Г.И. Психология развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. – Казань: Академия, 2017. – 250 с.

**УДК 373.2**

# НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.А. Ермакова
Детский сад № 48, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Разговоры о здоровье, ежедневная зарядка, полезное питание, спорт – занимают важное место в воспитании детей дошкольного возраста. Для развития навыков физической культуры нужно совершенствовать не только моторные навыки и тело, но так же внимание, память, чувство себя и окружающего мира, ориентацию в пространстве. Именно поэтому, в этой статье повествуется об эффективности использования нейропсихологии в качестве упражнений для улучшения здоровья детей.

**Ключевые слова:** нейропсихология, дети, дошкольники, здоровье, координация, движение и тело.

Дошкольный возраст это критически важный период в жизни ребенка, когда закладываются основы его физического, социального и эмоционального развития. Исследования в области нейропсихологии показывают, что в этот период формирование нейронных связей в мозге происходит особенно активно, что определяет не только текущие способности ребенка, но и его будущую успешность в обучении и социальной адаптации. В раннем возрасте формируются базовые двигательные навыки, закладываются основы здорового образа жизни и формируются физические качества.

Нейропсихология активно развивается в медицине, психологии, логопедии, в последнее время это наука успешно продвинулась в работе с детьми. Ее методы используются для занятий по физической культуре и спорта, которые применяются с целью решения нескольких важных задач, связанных с развитием ребенка:

1. Улучшение координации;
2. Повышение концентрации;
3. Укрепление нейропсихологических функций;
4. Эмоциональное развитие;
5. Стимуляция нейропсихологических процессов.

Упражнения на координацию, соединяющие физическую активность и когнитивные задачи, помогают развивать моторику и ощущения тела в пространстве. Задания, требующие внимания и фокусировки, тренируют мозг, что влияет на общую производительность в спорте. Упражнения, требующие запоминания последовательности движений или действий,

развивают внимание и память. Игры на реакцию, распознавание цветов, форм и команд помогают развивать познавательные способности.

Особая дыхательная гимнастика и релаксация помогают детям справляться с негативными эмоциями и стрессом. Коллективные игры развивают навыки общения, сотрудничества и командной работы, что способствует социальному взаимодействию и умению работать в группе. «Физическая активность способствует нейропластичности – способности мозга формировать новые соединения, что особенно важно в период интенсивного роста и развития» [2,3,5]. Регулярные физические упражнения способствуют общей физической подготовке, укреплению мышц и сердечно-сосудистой системы.

Примеры нейропсихологических средств в физкультуре для улучшения здоровья для детей 5-6 лет:

1. Передавать мяч по кругу с заданием, например, кидать правой рукой, а ловить левой;
2. Использовать балансир, например, доску Бильгоу;
3. Нейроскакалка;
4. Игры «моталочки»;
5. Кинезиологические упражнения.

Физическая активность в дошкольном возрасте играет важную роль в нейропсихологическом развитии. «Упражнения, направленные на развитие моторики, координации и гибкости, способствуют не только укреплению физического здоровья, но и улучшению психоэмоционального состояния ребенка» [1,6]. Взаимосвязь между физической активностью и когнитивным развитием очевидна: регулярные физические нагрузки помогают активировать гормоны, улучшающие настроение, и создают благоприятные условия для обучения и социальной деятельности.

Использование нейропсихологических методов поможет дошкольникам лучше понять свое тело, научит управлять и координировать им в пространстве так, как хочется или нужно. Упражнения будут полезны как для детей, имеющего проблемы в развитии, так и для нормально развивающегося ребенка.

Нейропсихологические упражнения на физкультуре создают возможность для всестороннего развития детей, обеспечивая их как физическое, так и психологическое благополучие. Их регулярное применение помогает обеспечить гармоничное развитие дошкольников и подготовить их к школе и взрослой жизни.

Таким образом, нейропсихология предлагает эффективные подходы к пониманию и поддержке развития ребенка в дошкольном возрасте. Создание благоприятной образовательной среды, использование нейропсихологических упражнений и активное вовлечение детей в физические и социальные активности способствуют формированию крепких основ для их будущего. Важно помнить, что в этот период каждый ребенок

уникален, и подходы к его обучению и развитию должны быть индивидуальными.

**Список литературы**

1. Глозман Ж.М., Соболева А.Е., Титова Ю.О. Нейропсихологическая диагностика дошкольного возраста: в 3 ч. Ч. 1. Теоретические и методологические основы нейропсихологической диагностики в дошкольном возрасте. – М.: АЙРИС – пресс, 2020. – 94 с.

2. И.И. Праведникова. Нейропсихология. Игры и упражнения. – М.: АЙРИС-пресс, 2017. – 112 с.

3. Пархоменко Е.А. Нейропсихологический подход в формировании памяти у детей дошкольного возраста // В сборнике: Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Киров, 2024. С. 62-66.

4. Созончук Е., Созончук А. Нейропсихолог родителям: как помочь ребенку? – Издательские решения, 2018. – 146 с.

5. Цветков А.В. Нейропедагогика для учителей: как обучать по законам работы мозга. – М.: Издательство «Спорт и Культура – 2000», 2017. – 128 с.

6. Ю.В. Микадзе. Нейропсихология детского возраста: Учебное пособие. – Санкт-Петербург: Питер, 2021. – 288 с.

**УДК 373.2**

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.А. Ефименко, Н.И. Шпак
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Физическое и психологическое становление ребенка в раннем возрасте является неотъемлемой частью всей его жизни. Умение коммуницировать в различных социальных группах необходимо развивать с раннего возраста, так как это помогает комфортной жизнедеятельности в целом. Важную роль играет в развитии ребенка предметная деятельность, которая отражается в поведении и сознании детей этого возраста в целом.

**Ключевые слова:** ребенок, возраст, эмоции, группа, деятельность, речь.

В раннем возрасте любого ребенка происходят значимые физиологические изменения в организме. Развиваются органы, происходит становление мозга и других функций тела. Особенностей в детском возрасте очень много и происходят они, в основном, в параллели друг с другом.

Если рассматривать ранний детский возраст, то в психологии его принято считать от одного года до трех лет. Именно это время является для ребенка самым главным и помогает ему в будущем. К раннему возрасту относится два периода: младенческий и от одного до трех лет.

Почему так важен этот возраст? Объяснение этому служит связь с важными, заложенными постулатами жизни: речевое общение, предметная деятельность, прямохождение. Важно отметить, что в таком возрасте дети осваивают умение, которое очень помогает в последующем поведенческом, умственном и личностном становлении, а конкретно вникать и активно коммуницировать с другими людьми. С помощью речи ребенок постигает культуру и духовную сторону жизни людей. Сам процесс становления речевой деятельности непосредственно связан с моторикой. Моторика помогает развивать интеллект ребенка. Поэтому пристальное внимание нужно уделять на занятиях моторике рук.

Существенной особенностью раннего детства является взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития детей. Крепкий, физически полноценный ребенок не только меньше подвергается заболеваниям, но и лучше развивается психически. Но даже незначительные нарушения в состоянии здоровья малыша влияют на его эмоциональную сферу. Течение болезни и выздоровление в большой степени связаны с настроением ребенка, и, если удается поддержать положительные эмоции, самочувствие его улучшается и выздоровление наступает быстрее [1, 2, 3].

В моменты, когда у ребенка плохое настроение или самочувствие, то у него могут возникать трудности, например: низкая работоспособность, функциональные расстройства. Если у ребенка не наблюдаются признаки развития, то это «первый звоночек» того, что у него имеются отклонения.

Также еще одной особенностью является нестабильность и незавершенность умений и навыков. Влияние неблагоприятных событий (перенесенное заболевание, стресс и др.) могут утеряться ранее приобретенные навыки. Неоднозначность детской психики раннего возраста разъясняется тем, что появление всевозможных функций происходит в различные сроки; для всякой из них имеются свои сензитивные стадии.

В общем ранний возраст проявляется сензитивным для развития эмоциональной сферы ребенка, всех видов восприятия, непроизвольной памяти и речи.

Явление этих процессов возникает в соответствии с активной деятельностью взрослых. По статистике человек за три года проходит почти половину пути в своем психическом и психологическом становлении. В этом возрасте происходит усвоение языка.

Первое изучение себя у ребенка происходит к первому году жизни. Малыш представляет части своего тела по отдельности, но понять, что это единое целое он, пока понять не в силах. Если ребенком занимаются взрослые, то к году он сможет делать уже некоторые операции, которые другие дети еще делать не могут, например, узнавать в себя в отражении зеркала.

К трехлетнему возрасту – новый этап самоидентификации: с помощью зеркала ребенок получает возможность формировать свое представление о себе настоящем. Трехлетний малыш интересуется всем, с ним связанным, например, тенью. Начинает использовать местоимение «я», усваивает свое имя, пол. Идентификация с собственным именем выражается в особом интересе к людям, которые носят такое же имя.

К 3 годам ребенок уже знает свою принадлежность к полу. Такие знания ребенок получает из людений за поведением родителей, старших братьев и сестер. Это дает ребенку понять, каких форм поведения в соответствии с его половой принадлежностью ждут от него окружающие.

В этом возрасте происходит разделение линий психического развития мальчиков и девочек. Им присущи разные типы ведущей деятельности. У мальчиков на основе предметной деятельности формируется предметно-орудийная. У девочек на основе речевой деятельности – коммуникативная.

В раннем возрасте содержанием совместной деятельности ребенка и взрослого становится усвоение культурных способов употребления предметов. Взрослый становится для ребенка не только источником внимания и доброжелательности, не только "поставщиком" самих предметов, но и образцом человеческих действий с предметами. Такое сотрудничество уже не сводится к прямой помощи или к демонстрации предметов. Теперь

необходимо соучастие взрослого, одновременная практическая деятельность вместе с ним, выполнение одного и того же дела.

Ранний возраст является периодом наиболее интенсивного усвоения способов действий с предметами. К концу этого периода, благодаря сотрудничеству со взрослым, ребенок в основном умеет пользоваться бытовыми предметами и играть с игрушками.

Предметная деятельность является ведущей потому, что именно в ней происходит развитие всех сторон психики и личности ребенка. Прежде всего нужно подчеркнуть, что в предметной деятельности малыша происходит развитие восприятия, а поведение и сознание детей этого возраста целиком определяется восприятием. Так, память в раннем возрасте существует в форме узнавания, т.е. восприятия знакомых предметов. Мышление ребенка до 3 лет носит преимущественно непосредственный характер – ребенок устанавливает связи между воспринимаемыми предметами. Он может быть внимателен только к тому, что находится в поле его восприятия. Все переживания ребенка также сосредоточены на воспринимаемых предметах и явлениях[2, 3].

Другой линией предметной деятельности является развитие наглядно-действенного мышления и познавательной активности. Ребенок раннего возраста мыслит, прежде всего, действуя руками. Соотнося форму или размер отдельных предметов, он связывает свойства предметов, учится воспринимать их физические качества. Для таких занятий существуют многочисленные игрушки, специально предназначенные для малышей. Это всевозможные вкладыши различной формы, пирамидки, простые матрешки, башенки и пр. Проводя шарики по лабиринту или пытаясь открыть загадочные коробочки, в которых спрятан желанный приз, малыш решает самые настоящие мыслительные задачи. И хотя решение этих задач неотделимо от практических действий, оно требует значительных умственных усилий и познавательной активности. Задача взрослого здесь состоит не в том, чтобы показать правильный способ действия (т.е. подсказать решение задачи) а в том, чтобы вызвать и поддержать познавательную активность, заинтересовать малыша загадочным предметом и побудить к самостоятельному экспериментированию.

Еще одним важнейшим направлением развития предметной деятельности является формирование целенаправленности и настойчивости действий ребенка. Известно, что деятельность ребенка до 2-х лет имеет процессуальный характер: малыш получает удовольствие от самого процесса действий, их результат еще не имеет какого-либо самостоятельного значения. К трем годам у ребенка уже складывается определенное представление о результате того, что он хочет сделать, и это представление начинает мотивировать действия ребенка. Ребенок действует уже не просто так, а с целью получения определенного результата. Таким образом, деятельность приобретает целенаправленный характер. Очевидно, что нацеленность на результат, настойчивость в достижении цели является важнейшей

характеристикой не только деятельности ребенка, но и его личности в целом. Для формирования этого ценного качества необходима помощь взрослого. Маленькому ребенку нужно помогать «удерживать» цель, направлять его на достижение желанного результата. Для этого можно использовать конструктивные игры и игрушки, предполагающие получение определенного продукта. Это могут быть фигурные пирамидки, из которых нужно собрать определенный предмет (машинку, солдатика, собачку и пр.), всевозможные мозаики или пазлы, из которых складываются картинки, кубики или простые конструкторы для маленьких детей. Все эти игры требуют определенного представления о том, что должно получиться, и настойчивости в достижении результата [4]

В раннем возрасте возникает еще одна чрезвычайно важная сфера жизнедеятельности ребенка - его общение и взаимоотношения со сверстниками. Несмотря на то, что потребность в сверстнике занимает далеко не главное место в раннем возрасте и обычно не рассматривается как главная линия его развития, первые формы взаимодействия малышей играют исключительно важную роль для развития личности ребенка и дальнейшего развития межличностных отношений. Именно здесь закладывается чувство непосредственной общности и связи с другими, равными ребенку людьми. Как показывают исследования, потребность в общении со сверстниками возникает на третьем году жизни. В этом возрасте общение малышей имеет весьма специфическое содержание, которое представляет собой эмоционально-практическое взаимодействие. Особое место в таком взаимодействии занимает подражание друг другу. Дети как бы заражают друг друга общими движениями и эмоциями и через это чувствуют взаимную общность. Такое взаимодействие дает ребенку ощущение своего сходства с другим, равным ему существом. Переживание сходства и общности вызывает бурную радость и способствует осознанию себя.

У детей раннего возраста второго периода страхов больше, чем у младенцев. Это зависит от того, что дети от года до трех лет более восприимчивы, у них больше умственных способностей и жизненного опыта. Подмечая, что иногда объекты могут пропадать из их поля зрения, дети страшатся, что и сами они могут исчезнуть. Страхи у детей пропадают постепенно, путем освоения ребенком нового способа мышления и понимания картины мира. Большое количество раздражительных факторов, систематического гнева родителей, могут лишь ухудшить состояние ребенка и у него появится сильное чувство отверженности. Гиперопека также оставляет у ребенка чувство страха. Хорошим способом является поэтапное приучение их к знакомству с предметами, которые вызывают страх, а заодно хороший пример.

Младенческому периоду необходимо осознание безопасности, а вот в раннем возрасте ребенок ищет подтверждения любви. Именно в этот период дети полностью зависят от своих пап и мам, они систематически хотят

ощущать их физическую близость. Главная роль для отдачи энергии отдается родителю противоположного пола.

В психическом развитии ребенка раннего возраста ведущая роль принадлежит взрослому. Поскольку взрослый обеспечивает все условия, необходимые для развития и оптимального состояния здоровья малыша. Например, общаясь с ним, несет тепло, ласку, ту информацию, которая необходима для развития души и умственных способностей ребенка. Поэтому доброжелательный тон, постоянное, ровное к нему отношение- это залог уравновешенного состояния ребенка.

Таким образом, можно сделать вывод, что на адаптацию ребенка влияют и возрастные особенности. Большое значение имеют обычное общение и деятельность в различных возрастных группах. Если знать качества каждого ребенка, его особенности возраста, критическое состояние. Вся эта информация в дальнейшем поможет как воспитателю, так и учителю создать комфорт в будущем для детского коллектива. Владение информацией о возрастных особенностях детей раннего возраста, структурой ведущей деятельности, поможет верно организовать их пребывание в группе детского сада, в школе в период адаптации, что будет хорошо сказываться на жизнедеятельности ребенка в целом.

**Список литературы**

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков : учеб. пособие. - СПб. : Изд-во Михайлова В.А., 1998. - 379 с.

2. Ватутина Н. Д. Ребенок поступает в детский сад : Пособие для воспитателей детского сада / под ред. Л. И. Каплан. - М. : Просвещение,1983. - 80 с.

3. Возрастная и педагогическая психология : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / сост. И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин . - М.: Академия, 1999. - 320 с.

4. Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т. В., Мещерякова С.Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет. - М. : АНО «ПЭБ», 2007. - 128 с.

5. Стребелева Е. А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста. - М. : Просвещение, 2009. - 164 с.

6. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. // Российская газета. Режим доступа: http://www.rg.ru.

**УДК 373.2**

# МОТОРНЫЕ ДОРОЖКИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Н.Г. Запорожец, Е.С. Осипенко
Детский сад комбинированного вида № 223 «Лебедушка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлен опыт педагогов детского сада по использованию моторных дорожек в процессе формирования двигательных и речевых навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

**Ключевые слова:** дети дошкольного возраста; речедвигательная координация; моторное планирование; моторные дорожки.

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) часто сталкиваются с трудностями в развитии речи и крупной моторики. Для таких детей особенно важно использовать комплексные методы, которые способствуют улучшению их речевых и двигательных навыков. Развитие крупной моторики играет ключевую роль в стимуляции высших психических функций, включая речь [3]. В данной статье рассматривается использование «моторных дорожек» как нейропсихологического приема в практической деятельности педагогов дошкольных образовательных учреждений, работающих в группах комбинированной и компенсирующей направленности.

Моторное планирование речевой деятельности – это сложный процесс, который включает в себя координацию движений мышц, участвующих в производстве речи. Этот процесс начинается с формирования намерения говорить и заканчивается выполнением артикуляционных движений, необходимых для произнесения звуков, слов и фраз [2].

Прежде чем успешно овладеть звуко-слоговой структурой слова, ребенку необходимо научиться чувствовать собственное тело на уровне координированных, точных движений рук и ног, ориентироваться в пространстве относительно себя, уметь быстро переключаться с одного движения на другое. Эти навыки способствуют дальнейшему развитию мелкой, в частности артикуляционной моторики [3].

«Моторные дорожки» представляют собой специальные упражнения, направленные на развитие крупной моторики и координации движений. Эти упражнения могут быть адаптированы для детей с ОВЗ и использоваться в рамках занятий физкультурой. Постоянная стимуляция зон коры головного мозга, отвечающих за моторику, является необходимым элементом в системе логопедического воздействия. Исследования показывают, что регулярные занятия с моторными дорожками способствуют улучшению артикуляции, увеличению словарного запаса и развитию грамматической структуры речи [1].

При создании моторных дорожек могут использоваться массажные коврики, полусферы, балансировочные дорожки, бумажный скотч для обозначения полей, также для усложнения при добавлении движений руками можно использовать маракасы, клавесы, кинезиологические мячики и мешочки.

Примеры использования простых моторных дорожек:

«Слушай сигнал»

Ребенок должен прыгать в каждую обозначенную клетку дорожки, но очередной прыжок он должен сделать только по сигналу педагога – это может быть хлопок. Также можно обозначить конкретный звук, услышав который ребенок должен совершить движение, при этом при назывании другого звука ребенок стоит на месте. Это упражнение помогает развивать внимание и координацию движений.

«Прыгалки»

Ребенок прыгает в 1 клетку на правой ноге, во 2 клетку он прыгает на левой ноге, в третью клетку – двумя ногами вместе и так до конца дорожки. Это упражнение развивает координацию и чувство ритма.

«Прыгни, хлопни, назови»

Ребенок встает около дорожки, а педагог дает задание - прыгни на двух ногах, хлопни и назови, что лежит в клеточке. Это упражнение можно использовать для автоматизации звуков и развития словарного запаса.

«Посчитай-ка»

На дорожке в разных клетках расположены цифры от одного до пяти. Взрослый говорит: «Посчитай сколько роз». Ребенок, прыгая двумя ногами по клеткам с расположенными цифрами, называет количество предметов. Это упражнение помогает автоматизировать звуки и отрабатывать согласование числительных с существительными.

«Хозяюшка»

На дорожке в разных клетках расположены картинки с предметом, в названии которого присутствует проблемный звук. Предварительно, перед началом прыжков по дорожке, ребенку проговаривается предложение, в которое он будет вставлять название предметов, изображенных на картинке. Это упражнение способствует развитию связной речи и автоматизации звуков.

«Один – много»

Ребенок прыгает одной ногой в одну клетку, двумя ногами в две клетки, проговаривая слова в единственном и множественном числе.

«Что где лежит»

Ребенок, передвигаясь по массажной дорожке, называет предметы, расположенные справа, слева от ковриков, или между другими предметами.

«Стрелочки»

Ребенок ориентируется и двигается по стрелкам на заготовленном плане и называет предметы, встречающиеся на пути.

Моторные дорожки могут быть интегрированы в физкультурные занятия, что делает процесс обучения более интересным и эффективным. Например, можно использовать дорожки для выполнения различных упражнений: прыжки на одной ноге – ребенок прыгает по дорожке на одной ноге, проговаривая слова с проблемными звуками; бег с препятствиями - ребенок бежит по дорожке, перепрыгивая через препятствия и называя предметы, изображенные на картинках, и т.д. [4].

После проведения регулярных занятий с использованием моторных дорожек в группе для детей с ОВЗ, были получены следующие результаты:

– Улучшение крупной моторики. У детей значительно улучшилась координация движений и чувство ритма. Они стали более уверенно выполнять сложные двигательные упражнения, что положительно сказалось на их общем физическом развитии.

– Развитие речи. У детей улучшилась артикуляция и произношение звуков. Они стали более четко и правильно произносить слова, что способствовало улучшению их речевой активности. Также было отмечено увеличение словарного запаса и улучшение грамматической структуры речи.

– Эмоциональное развитие. Занятия с моторными дорожками создавали благоприятный эмоциональный фон в группе. Дети стали более активными и радостными, что способствовало их общему развитию и улучшению качества жизни.

Использование моторных дорожек в коррекционной работе с детьми с ОВЗ способствует развитию крупной моторики, что положительно влияет на речевую деятельность воспитанников. Эти упражнения также создают эмоционально положительный настрой, формируют чувство ритма, активизируют словарь, помогают формировать слоговую структуру слова и автоматизировать поставленные звуки.

**Список литературы**

1. Волкова, Г.А. Логопедическая ритмика: Учеб. для студ. высш. учеб, заведений. - М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - 272 с. – (Коррекционная педагогика).

2. Визель, Т.Г. Основы нейропсихологии. Теория и практика: учебник / Т. Г. Визель. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : АСТ, сор. 2021. – 541.

3. Соботович, Е.Ф. Речевое недоразвитие у детей и пути его коррекции (Дети с нарушением интеллекта и моторной алалией): Учеб. пособие для студентов. - М.: Классике стиль, 2003. – 160 с.

4. Шашкина, Г.Р. Логопедическая ритмика для дошкольников с нарушениями речи: учебное пособие для вузов / Г.Р. Шашкина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2023. - 215 с.

**УДК 373.2**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСНОВ АЛГОРИТМИКИ НА ЗАНЯТИЯХ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ

Т.С. Захарова, С.С. Мотова
Детский сад комбинированного вида № 108, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается использование основ алгоритмики на занятиях в подготовительной группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи. Подчеркивается важность алгоритмических подходов в формировании когнитивных и коммуникативных навыков у детей. Применение алгоритмов способствует развитию логического мышления, улучшению речевых навыков и социальной адаптации, что значительно усиливает образовательный процесс и терапевтический эффект.

**Ключевые слова:** алгоритмика, нарушение речи, дошкольники, развитие, игровые технологии.

В современном образовательном процессе особое внимание уделяется развитию и поддержке детей с ограниченными возможностями здоровья, особенно в области речевого развития. Применение инновационных методов и подходов в коррекции нарушений речи дошкольников позволяет дает возможность улучшить учебный процесс. Одним из таких методов является использование основ алгоритмики. Алгоритмические приемы стимулируют улучшению речи, а также развивают логическое системное мышление. В данной статье рассматриваются основные аспекты использования алгоритмических подходов на занятиях с детьми, имеющими речевые нарушения, а также практические рекомендации по их внедрению в образовательный процесс [4].

Алгоритмика представляет собой систему действий для решения задач. Это не только алгоритмы в их традиционном понимании, но и подход к организации мышления. Основные элементы алгоритмики включают:

Понимание задачи. Осознание условий задачи и желаемого результата.

Планирование последовательности действий. Выбор шагов, необходимых для достижения цели.

Выполнение плана. Реализация намеченных действий.

Анализ результата. Оценка выполненной работы и корректировка, если это необходимо.

Эти шаги могут быть полезны на всех этапах обучения детей с нарушениями речи, помогая детям структурировать свои мысли и организовывать процесс общения.

Обратим внимание на значение алгоритмики в работе с детьми с нарушениями речи.

1. Структурирование информации

Дети с нарушениями речи часто испытывают сложности в восприятии и переработке информации. Использование алгоритмов позволяет разбить информацию на более простые и понятные части. Например, при изучении новых слов можно использовать следующую последовательность:

Слушаем – учитель произносит слово и объясняет его значение.

Повторяем – дети повторяют слово за учителем, что помогает им запомнить его.

Применяем – дети составляют предложения с новым словом.

Следовательно, дети учатся не только понимать значение слова, но и применять его в контексте. Это способствует лучшему усвоению материала и формированию речевой активности.

2. Пошаговые инструкции

Пошаговые инструкции помогают детям не только в обучении, но и в повседневной жизни. Например, при составлении рассказа о летнем отдыхе можно использовать алгоритм:

Подумать о теме – что произошло.

Составить план – какие события были важнейшими.

Начать с описания – кто был с вами.

Перейти к основным событиям – что вы делали.

Это позволит детям научиться организовывать информацию логично и последовательно, что является важным навыком для развития речи.

3. Игровые методы, как повышение мотивации

Игровые методы обучения активно развивают интерес детей к образовательной деятельности, что немаловажно для детей с речевыми нарушениями. Игры с элементами алгоритмики могут включать:

Алфавитные игры – игры, в которых ребятам предлагается на определенную букву составить слова, применяя алгоритмы. Например, можно использовать схему: "Выбираем букву – Выдумываем слово – Составляем предложение".

Сказкотерапия с алгоритмическими элементами – дети могут сами создавать сказки, следуя алгоритму, например: "Персонаж – Проблема – Решение – Конец". Это развивает не только речь, но и творческое мышление.

4. Повышение уверенности, развитие личностных качеств.

Алгоритмы дают возможность детям выполнять самые трудные задачи, показывая, что решение может быть доступным, а комплексный подход позволит преуспеть. Каждый выполненный шаг, каждая маленькая победа становится основанием для дальнейших свершений. Это особенно важно для детей, у которых часто возникают сомнения в своих силах и способностях.

Принципы и практические рекомендации по внедрению алгоритмики

1. Визуализация

Создание наглядных моделей и схем может заметно упростить понимание алгоритмов. Дети с нарушениями речи часто воспринимают информацию нагляднее. Например, использование рисунков, карточек или постеров для отображения алгоритмов – отличный способ привлечь их внимание и помочь усвоить материал.

2. Интеграция музыкальных и художественных элементов

Музыка и искусство могут стать мощными инструментами в обучении детей с нарушениями речи. Стихи и ритмы, организованные алгоритмически, могут помочь детям проще запомнить новые слова и фразы. Использование песен с повторением и рифмами усовершенствует навыки речевой практики.

3. Индивидуальный подход

Каждый ребенок неповторим, и подходы к его обучению должны быть соответствующими. Использование алгоритмических методов можно адаптировать под индивидуальные потребности каждого ребенка, учитывая его уровень готовности и интересы.

4. Поддержка и поощрение

Процесс обучения должен быть наполнен позитивом. Важным аспектом является поддержка детей в их усилиях и достижениях. Каждое успешное задание должно быть отмечено похвалой, что повысит их уверенность и желание заниматься дальше.

5. Введение в повседневную практику

Алгоритмы можно внедрять не только на занятиях, но и в повседневной жизни. Например, создание алгоритма для выполнения домашнего задания может помочь детям научиться структурировать свою учебную деятельность.

Таким образом, использование основ алгоритмики на занятиях в подготовительной группе компенсирующей направленности по нарушению речи имеет существенное значение. Это не только улучшает усвоение знаний и навыков, но и повышает уверенность детей в своих силах. Системный подход, включающий шаги по структурированию информации, использование пошаговых инструкций, игровые методы и визуальные элементы, делает процесс обучения интересным и доступным [5]. Разработка и внедрение алгоритмических методов в образовательный процесс требует творческого подхода и чуткости к потребностям каждого ребенка, что в конечном итоге способствует более успешной коррекции речевых нарушений и всестороннему развитию личности.

**Список литературы**

1.Беляев, М. В. Алгоритмическое мышление как цель современного образования [Текст] / М. В. Беляев // Экология человека: взаимодействие культуры и образования в современных условиях : сб. материалов Междунар. регион. конф. Юнеско. - Новосибирск, 1998. - Ч. 1. - С. 12-17.

1. Кушниренко, А.Г. Методика обучения алгоритмической грамоте дошкольников и младших школьников [Текст] / А.Д. Кисловская, А.Г. Кушниренко //Информационные технологии в обеспечении федеральных государственных

образовательных стандартов: материалы Международной научно-практической конференции 16-17 июня 2014 года. – Елец: ЕГУ им. И. А. Бунина, 2014. – Т. 2. – С.3–7.

2. Рогожкина, И.Б. «ПиктоМир: дошкольное программирование, как опыт продуктивной интеллектуальной деятельности», Ярославский педагогический вестник – 2012. – № 2 - С.27-31.

3. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

4. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

5. Утюмова Е. А. Условия формирования алгоритмических умений у детей дошкольного возраста. Педагогическое образование в России/ Научный журнал.- Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет.-2016. - № 3. - 256 с.

**УДК 373.2**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРАКТИК МЕДИТАЦИИ И ЙОГИ КАК СРЕДСТВО ПСИХО-ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В ДОО

Т.С. Звягинцева, Л.Г. Казьмина, А.М. Проценко
Детский сад комбинированного вида № 104 «Рукавичка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описывается использование детских медитаций и йоги в условиях ДОО, как современного, эффективного средства, помогающего справиться с проблемами детского развития, которые проявляются в низком уровне психофизического развития и снижении иммунитета детей, анализируются причины снижения концентрации и внимания, увеличения стрессов и повышения раздражительности дошкольников.

**Ключевые слова:** дошкольники, дошкольная образовательная организация, медитация, йога, психофизическое развитие, иммунитет, эмоциональный фон.

В настоящее время, работая в детском саду, мы с коллегами все чаще наблюдаем возникающие проблемы развития детей, их психологического и физического здоровья. Это связанно с ухудшением эпидемиологической обстановки в мире, резким развитием технологий, а как следствие - увеличение времени использования детьми не полезных для растущего организма гаджетов, что влечет за собой снижение концентрации и внимания, увеличение стрессов и повышение раздражительности. Этому способствует халатность родителей в воспитании детей, или же, наоборот, чрезмерная гиперопека, а также не соответствующая возрасту, умственная и физическая нагрузка дошкольников с целью их всестороннего развития. Все это негативно воздействует на хрупкий, развивающийся организм и его психоэмоциональное состояние ребенка. А самое страшное, что данные проблемы, если не решать их, имеют накопительный негативный эффект, который проявится определенными психологическими или физическими последствиями во взрослой жизни. Именно поэтому важно в процессе воспитания и обучения научить ребенка не только учебным дисциплинам, но самое главное – обучить его справляться с психическими и физическими нагрузками, чтобы уметь оказывать своевременную помощь своему организму, что позволит детям наиболее продуктивно развиваться и обучаться, поддерживая при этом крепкий психологический и физический иммунитет [1].

Современные проблемы требуют современных решений! Изучив более подробно проблему и рассмотрев все известные методы и приемы, которые могли бы помочь ее решить, в своей работе мы решили использовать хорошо забытые, но набирающие популярность в последнее время практики

медитации с элементами йоги. Ведь это именно тот инструмент, который влияет на развитие детского организма не поверхностно, а более глубоко, создавая полезную привычку.

Рассмотрим более подробно практику медитации и йоги.

Медитация (от лат. «размышление») – это практика использования различных техник дыхания и концентрации внимания на определенных объектах, мыслях или деятельности с целью тренировать внимание, осознанность, эмоционально спокойное и стабильное состояние, а также расслаблять организм эмоционально и физически. Только когда сознание и ум ребенка ясный, безмятежный, можно говорить о состоянии глубокого внутреннего спокойствия и радости [5]. Медитация в ДОО является творческой попыткой перенести обычный фокус внимания ребенка, направленный на проявления внешнего мира, на свое внутреннее состояние спокойствия и безмятежности, что позволяет концентрировать его внимание на воспитательно-образовательном процессе.

Йога – это совокупность различных психических и физических практик, нацеленных на управление психическими, физиологическими, дыхательными процессами в организме, с целью развития и улучшения физического, психологического и эмоционального состояния. Для дошкольников более подходящей практикой является специально адаптированная для детей хатха-йога - это удобные позы (асаны), определенные положения тела, изображающие объекты животного и растительного мира [4]. Выполнение таких физических упражнений не требует использования специальных приспособлений. Элементы детской хатха-йоги помогают убрать все напряжение и стресс, накопившиеся в теле, и восстанавливают работу внутренних органов.

Исходя из этих определений и описаний практик, основными инструментами в детской медитации и йоге являются сосредоточение внимания и сознательное управление им, развитие правильного глубокого дыхания, а также статические или динамические физические упражнения. Цель данных практик заключается в стабилизации и укреплении психоэмоционального и физического состояния воспитанников, что позволит в целом повысить уровень развития детей и их способность к обучению [2].

Чтобы описанные выше практики вошли в жизнь ребенка как полезная привычка, приносящая радость, необходимо учитывать и соблюдать некоторые условия.

Особенности детской медитации и йоги заключаются в следующих аспектах: занятия проводятся с 3-х лет; подбор техники и программы практик зависит от возраста ребенка; продолжительность практик также зависит от возраста (3-4 года - 5 минут, 4-5 лет - 7 минут, 5-6 лет - 9 минут, 6-7 лет - 11 минут); практику необходимо выполнять в одно и тоже время суток, например включить в режимные моменты перед завтраком или во время прогулки перед обедом; вводить различные игровые приемы для повышения интереса детей; использовать специальную детскую музыку для медитации;

проводить практики только в позитивной, спокойной обстановке. Чтобы медитация и йога проходила наиболее эффективно, необходимо знать психофизиологические особенности воспитанников и правильно подобрать необходимые методические материалы, наглядные пособия, музыкальное сопровождение, упражнения [3].

Таким образом, обучая дошкольников с 3-х лет практикам медитации и йоги, мы заметили их влияние на изменения в состоянии и развитии наших воспитанников, а именно: практики помогают детям контролировать свои эмоции, тело, дыхание, улучшают их усидчивость, терпение, концентрацию внимания, повышают самооценку, а также формируют такие качества личности, как уверенность в себе и самоконтроль. Медитация с элементами йоги – это замечательный для детей способ расслабиться, отдохнуть эмоционально и физически, укрепить мышцы тела, мотивировать себя на деятельность (творчество и самовыражение), а главное - справиться с негативными последствиями стрессов и скорректировать некоторые особенности, такие как гиперактивность, повышенная рассеянность, всевозможные поведенческие расстройства, физические зажимы.

Благодаря внедрению в процесс обучения и воспитания дошкольников практик медитации и йоги решились такие задачи, как обучение их управлению своими эмоциями и способам психологического и физического расслабления, что улучшило психологическое состояние детей, а также их эмоциональный фон, способствовало развитию концентрации и внимания, укреплению мышечного корсета, развитию правильного дыхания.

Мы рекомендуем активно применять данные практики в ДОО и внедрять их в семейное домашнее воспитание, так как они эффективно способствуют всестороннему развитию личности детей.

**Список литературы**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте, СПб., 2021.

2. Веракса А.Н., Алмазова О.В. Развитие саморегуляции у дошкольников. М., 2020.

3. Медведева, С.А. Особенности психофизического развития детей старшего дошкольного возраста / Медведева С.А. // Профессиональная педагогика: становление и пути развития : материалы научно-практической конференции, 3 ч. Ч. 3 / Рос. гос. проф.-пед. ун-т, Урал. отд-ние Рос. акад. образования. - Екатеринбург: РГППУ, 2006 г.

4. Платохина Л.И. Хатха-йога для детей: книга для учащихся и родителей. М.: Просвещение, 1993 г.

5. Робертс Л. (перевод Тимофеева Ю.) Научите ребенка медитации. 70 простых и веселых упражнений, которые помогут детям снять стресс. Минск, 2020.

**УДК 373.2**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ КАК ИННОВАЦИОННОГО НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

М.А. Зенкова, Н.П. Носенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается специфика арт-терапии как инновационного направления в современной образовательной системе дошкольного образования. Раскрыты области направления арт-терапии в условиях функционирования ДОУ, в том числе в работе с детьми, имеющими эмоциональные и поведенческие нарушения.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, арт-терапия, коррекция, ребенок дошкольного возраста, инновационные технологии, ФГОС ДО.

Система дошкольного образования, как и любая образовательная сфера, на протяжение истории собственного развития являлась динамической основой. Постоянное преобразование и реформирование образовательной структуры дошкольного образования создало новые тенденции, согласно которым приоритетом современного образования является личностная-ориентированная парадигма, которая позволяет учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, вести организацию его деятельности в виде творческой активности, тем самым формируя и воспитывая ребенка как активного субъекта образования (согласно ФГОС ДО). В следствии данных тенденций, важно внедрять современные и инновационные технологии в образовательный процесс ДОУ, для создания эффективной и продуктивной в воспитании и развитии среды. Арт-терапия, являясь одновременно диагностической, психотерапевтической, развивающей, воспитывающей, а также коррекционной технологией работы с детьми, позволяет обеспечить реализацию инновационного характера в систему дошкольного образования.

Термин арт-терапия на английском языке напрямую означает «лечение творчеством» [3]. Главнейшей целью арт-терапии является гармонизация личности, психологического, а также эмоционального состояния ребенка [2].

Арт-терапия является одной из наиболее мягких и продуктивных средств психолого-педагогической коррекции, кроме того, арт-терапия применяется в качестве диагностического инструментария психолога в ДОУ, а также обладает педагогическим характером воздействия, обеспечивая функции воспитания, обучения, социализации и развития детей.

Арт-терапия позволяет развивать познавательные способности ребенка, стимулируя процессы восприятия, внимания, памяти, мышления, а также воображения; арт-терапия направлена на развитие коммуникативных

способностей, коррекцию социальной тревожности, стеснительности и застенчивости, с помощью проведения групповой арт-терапии дошкольник учится социализации и адаптации в комфортных для ребенка условиях [5].

Арт-терапия становится незаменимым методом коррекции отдельных психоэмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста, таких как замкнутость, аутизация и тревожность [1]. Также арт-терапия является методом коррекции поведенческих нарушений: агрессивности; синдрома дефицита внимания и гиперреактивности (СДВГ); демонстративности [4].

Самыми распространенными видами арт-терапии являются: изотерапия, сказкотерапия, библиотекотерапия, куклотерапия, песочная терапия, музыкальная и танцевальная терапия. С помощью них ребенок выражает свои переживания посредством привлекательной для него деятельности [5].

Таким образом, инновационный характер арт-терапии позволяет обеспечивать реализацию всех современных тенденций в дошкольной образовательной среде, регулируемых ФГОС ДО.

**Список литературы**

1. Волченкова Т.В., Сафонова Т.Н. Преодоление эмоциональных и поведенческих нарушений у дошкольников группы компенсирующей направленности / Т.В. Волченкова, Т.Н Сафонова // Проблемы современного педагогического образования. - 2018. - №60-4. - С. 94-97.

2. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий [Текст] / Лебедева Л.Д. // СПб.: Речь – 2003. - С. 256.

3. Нуриева А.Р,, Газизова Ф.С., Галич Т.Н. Арт-терапия в работе с детьми дошкольного возраста / А.Р. Нуриева, Ф.С. Газизова, Т.Н. Галич // Проблемы современного педагогического образования. - 2018. - №61-3. – С. 142-146.

4. Суббота И. Ю., Иванова В. А. Арт-терапия как средство коррекции агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста /И.Ю. Суббота, В.А. Иванова // Приволжский научный вестник. - 2014. - №7 (35). – С. 112-114.

5. Толкова Н.М., Морозова Т.Н. Возможности арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста / Н.М. Толкова, Т.Н, Морозова // Проблемы современного педагогического образования. - 2022. - №74-1. – С. 272-274.

**УДК 373.2**

# РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ КАК ВАЖНЕЙШЕЕ УСЛОВИЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

В.В. Иванова, Е.В. Липатникова
Центр развития ребенка – детский сад № 49, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Формирование коммуникативных умений у дошкольников оказывает влияние не только на результативность их обучения, но и на процесс их социализации и развития личности в целом. В статье поднимается вопрос проблемы коммуникации как важного инструмента социального развития детей на современном этапе развития системы образования. Приводятся варианты актуальных задач, диагностических методик, приемов, ожидаемых результатов при составлении программ по развитию коммуникативных способностей у дошкольников.

**Ключевые слова:** инициативность, коммуникация, психогимнастика, релаксация, саморегуляция, социализация, социальная адаптация.

Одной из основных ступеней готовности ребенка-дошкольника к жизни в детском коллективе, обществе является его социальное развитие. Ребенку, для того чтобы быть социально успешным, необходимо быть познавательно активным, ответственным, проявлять инициативу, обладать чувством нравственности. Общество ждет от подрастающего поколения умения общаться и дискутировать, различать те или иные ситуации общения, понимать состояние других людей в разных ситуациях и на основе этого адекватно выстраивать свое поведение, уважать других людей и уметь проявлять к ним сочувствие и эмпатию [1]. Проблема коммуникации как важного инструмента социального развития детей в настоящее время является особо актуальным по ряду причин:

- недостаточная сформированность дифференциации эмоциональных состояний и саморегуляции у детей дошкольного возраста;
- отсутствие или несовершенство адекватной оценки своего места в мире взрослых людей, и, как следствие, недостаточное развитие коммуникативных способностей и возможностей;
- ограниченность времени у взрослых для общения с детьми;
- замена живого полноценного общения со взрослыми и сверстниками интерактивным из мира «новых технологий» (интернет, компьютерные игры, телевидение) [5].

Разработка проблемы общения и развития коммуникативных способностей детей дошкольного возраста не является новой. Данным вопросом занимались такие психологи и педагоги, как: А.А. Леонтьев, М.И. Лисина, А.Г. Арушанова, В.С. Мухина, Т.А. Федосеева, В.С. Селиванов, Я.Л. Коломенский, Л.А. Венгер и другие. Однако, все эти теоретические

разработки не являются достаточно востребованными в системе дошкольного образования [1, 2].

Сегодня многие педагоги, психологи определяют степень социальной успешности дошкольника по следующим критериям:

- социальная адаптированность (ребенку комфортно в детском саду в окружении сверстников и педагогов);
- положительное отношение ребенка к самому себе (у него высокая самооценка, он уверен в себе);
- положительное отношение к окружающим его детям и взрослым;
- достаточно развитые социальные, коммуникативные навыки;
- наличие инициативности в игровой деятельности;
- оптимальное психическое и физическое здоровье [4, 6].

Поэтому, при разработке программ, направленных на развитие коммуникативных способностей, педагогам дошкольных учреждений необходимо включать задачи по:

- развитию самостоятельности, инициативности;
- развитию умений устанавливать контакт со сверстниками и взрослыми;
- формированию умений договариваться при выполнении какой-либо деятельности;
- развитию мимических, пантомимических навыков;
- развитию эмоциональной выразительности;
- формированию навыков конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях;
- развитию уверенности в себе;
- формированию эмпатии [5].

Важным этапом работы по развитию коммуникативных навыков является проведение первичной диагностики. Для этой цели подходят следующие методики:

- Наблюдение.
- Методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (выявление особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальных особенностей эмоционального развития).
- Методика «Лесенка» В.Г. Щур (исследование самооценки ребенка старшего дошкольного возраста).
- Методика «Изучение особенностей использования детьми мимики, пантомимики при демонстрации эмоций» В.М. Минаевой.
- Методики «Выявление уровня развития коммуникативных способностей» (понимание ребенком состояния сверстников).
- Методика «Выявление уровня развития коммуникативных способностей» (представление ребенка о способах выражения своего отношения к сверстникам).

- Методика «Определение уровня развития коммуникативных способностей» (понимание ребенком задач, предъявляемых взрослым в различных ситуациях).

- Диагностика готовности ребенка к школе Н.Е. Вераксы [1, 3].

По набору методов и приемов, направленных на развитие коммуникативных способностей у детей дошкольного возраста, педагоги не имеют расхождений во мнениях и активно используют элементы психогимнастики, игровой деятельности, релаксации, изо-деятельности, внедряют в деятельность с детьми проблемные ситуации, игры со сказкой, песком, лепку пластилином, глиной.

Упражнения по развитию коммуникативных навыков целесообразно чередовать с элементами здоровьесберегающих технологий, таких как: дыхательная, двигательная, пальчиковая, зрительная гимнастики.

Результатом целенаправленной работы с дошкольниками по развитию коммуникативных способностей должны стать показатели:

- повышение уровня самостоятельности, инициативности дошкольников;
- наличие умения устанавливать контакт;
- наличие умения договариваться со сверстниками, выполнять с ними деятельность;
- сформированность навыков невербального общения (активное пользование мимикой, пантомимикой);
- наличие умения понимать свое эмоциональное состояние и состояние сверстников, окружающих взрослых;
- наличие умения конструктивно взаимодействовать в конфликтной ситуации.
- уверенность в себе;
- наличие эмпатии.

Таким образом, в современных условиях развития образования качественное освоение детьми школьных знаний, успешное межличностное взаимодействие со сверстниками и взрослыми во многом зависят от эффективности процесса формирования коммуникативных навыков у дошкольников и в целом способствуют их социализации.

**Список литературы**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 2005. - С. 464.

2. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – Изд. Союз, 2006. - С. 160.

3. Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. - М., 2004. - С. 156.

4. Пархоменко Е.А. Мотивационная направленность как предиктор социально-психологической адаптированности личности в социуме // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 12 (166). С. 335-339.

5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным

участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ДИЗАЙН КАК СИСТЕМООБРАЗУЮЩАЯ КАТЕГОРИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КОНТЕНТА В ВУЗЕ

Н.В. Иванова
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье актуализируется проблематика изучения педагогического дизайна с позиции системообразующей категории формирования образовательного контента в вузе. Были определены обязательные условия практической реализации идей педагогического дизайна при построении курсов в электронной образовательной среде, выделены его основные системообразующие этапы. В результате проделанной работы сформулирован вывод о том, что педагогический дизайн рассматривается как системообразующая категория, которая позволяет привести в эффективное взаимодействие педагогов, их профессиональные компетенции, предметные знания, умения, навыки и способности с мотивационными, индивидуальными траекториями обучающихся, преобразуя и формируя образовательный контент вуза.

**Ключевые слова:** педагогический дизайн, образование, образовательный контент, построение курсов, электронная образовательная среда, подготовка специалистов, профессиональные компетенции.

Пандемия, обрушившая все стороны социальной жизни, определила необходимость активного использования современных электронных образовательных систем и технологий. Переходы в дистанционный режим для всего педагогического сообщества были болезненными и неожиданными, хотя предпосылки к внедрению цифровых технологий уже имелись давно.

Учеными велись плановые исследования, связанные с разработкой и внедрением в массовое образование высшего звена технологических цифровых аспектов, но практика показала, что эти нововведения не получили широкого распространения в организации и построении образовательной среды в вузе [4, с. 283–285].

Тем не менее, сложившиеся обстоятельства, позволили актуализировать необходимость ускоренной разработки и внедрению цифровых образовательно-предметных курсов, в связи с введением удаленного (онлайн) формата организации образовательной деятельности во всех ступенях образования.

В первую очередь необходимо было изучить уже имеющиеся результаты научных исследований, чтобы принять технологические, цифровые рекомендации к внедрению в образовательный процесс, который

осуществлялся в дистанционном (онлайн) формате, посредствам использования цифровых образовательных технологий [5, с. 213–215].

Анализ научно-методической литературы выявил, что в данной области преуспели ученые, которые рассматривали педагогический дизайн как системообразующую категорию формирования образовательного контента в вузе. Сущностное понимание результатов научных исследований, заключалось в реализации предметно-содержательных, дистанционно-образовательных курсов, основанных на использовании алгоритмов категории педагогического дизайна. Цель, которого содержалась в понимании важности создания качественного методико-технологического подхода и перехода на широкое использование электронной образовательной среды, для использования всеми участниками образовательного контента.

Рассматривая категорию педагогического дизайна, следует отметить, что данное понятие для российского образования новое, пришедшее из зарубежного образования и означающее в начальном толковании *instructional design* – разработка, дизайн конструкций». На сегодняшний момент в зарубежном образовании четко сложилась терминологическая база данной категории. Тем не менее, сложилось единое понимание, что под педагогическим дизайном рассматривают научно-методологическую дисциплину, в основе которой заложены технологии построения и моделирования наиболее комфортных и эффективных способов, методов, методик и систем обучения в вузе [6, 429–432]. Исходя из вышеизложенного, следует, что основной акцент ставится на установлении связи между мотивационными запросами обучающегося и методики преподавания.

Российские ученые М.Е. Вайндорф-Сысоева, Е.О. Воробчикова, Е.В. Чернобай, Ю.Н. Корешникова [2, 4, с. 283–285; 7, с. 44] и др., глубоким погружением в проблематику, выявили две слагаемые педагогического дизайна: теоретическую (рассматривается как область научных знаний, в основу которых заложены исследования, с целью поиска наиболее эффективных средств, которые обеспечивают формирование благоприятной образовательной среды для современного обучающего) практическую (рассматривается как процесс моделирования и проектирования оценочных условий и средств).

Данные составляющие дают комплексное понимание определения педагогический дизайн, которое рассматривается как системообразующая категория формирования образовательного контента в вузе.

Профессор Е.В. Чернобай с соавт. [7, с. 44] отмечает, что категория «педагогический дизайн» состоит из нескольких взаимосвязанных слагаемых. При этом, данные понятия не следует смешивать: проектирование образовательного опыта (*learning experience design*) и учебный дизайн (*instructional design*), так как учебный дизайн строится на алгоритмах и закономерностях процесса обучения, а моделирование и проектирование образовательного опыта, в основе полагается на личность обучаемого, его индивидуально-ориентированные мотивы познания.

Таким образом, следует, что при использовании в отдельной предметной дисциплине основ педагогического дизайна следует акцентировать внимание на корректном преобразовании предметной информации в электронную образовательную среду для достижения сформулированной цели.

При проектировании образовательного контента предметной области следует придерживаться алгоритма, представленного в работах отечественных ученых, учитывающих специфику российской образовательной системы, который состоит из пяти взаимосвязанных этапов ADDIE: A – анализ; D – дизайн; D – разработка; I – реализация; E – оценка [3, с. 29–32; 6, с. 429–432; 7, с. 44].

В результате проведенного анализа были определены обязательные условия практической реализации идей педагогического дизайна при построении курсов в электронной образовательной среде:

- специфические, индивидуально-мотивационные потребности обучающихся;
- баланс форм организации образовательного пространства;
- наличие и свободный доступ к использованию средств цифровых образовательных технологий;
- использование различных форм построения образовательного контента;
- четко определенные критерии оценочных средств, учитывающие специфику предметной области, а также индивидуальные особенности занимающихся (одаренность, ОВЗ и др.);
- траектории обратной связи и взаимодействия.

Практическая деятельность, связанная с реализацией идей педагогического дизайна в условиях использования вузовской электронной образовательной среды выявила, что высокая эффективность разрабатываемого предметного образовательного контента, возможна лишь при алгоритмическом построении, учитывающего его системность [1, с. 63–65; 2]. Нами были определены основные системообразующие этапы:

1. Получение и обработка исходных данных (целевая аудитория, предметная область, направленность и профиль подготовки обучающихся (их специфика), формируемые компетенции (УК, ОПК, ПК), содержание и формат реализации будущего курса).
2. Прогнозирование продуктов (результатов) образовательной деятельности.
3. Установление зависимости и взаимообусловленности между составляющими содержания для трансформации его в образовательный контент.
4. Разработка контрольно-оценочных мероприятий.
5. Организация экспертизы, корректировка содержательной, технологической составляющей курса.

В результате проведенного исследования, нами было определено, что педагогический дизайн рассматривается как системообразующая категория, которая позволяет привести в эффективное взаимодействие педагогов, их профессиональные компетенции, предметные знания, умения, навыки и способности с мотивационными, индивидуальными траекториями обучающихся, преобразуя и формируя образовательный контент вуза.

**Список литературы**

1. Бгуашев, А. Б. Особенности профессиональной деятельности и личностных качеств учителя физической культуры и тренера / А. Б. Бгуашев, И. В. Макрушина, Т. П. Кайтмесов // Физическая культура и спорт в современном мире: социальная роль и пропаганда здорового образа жизни : Материалы Международной научно-практической конференции, Грозный, 17–20 апреля 2015 года. – Грозный: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Чеченский государственный педагогический институт", 2015. – С. 63-65. – EDN VISDDV.

2. Вайндорф-Сысоева М. Е., Воробчикова Е. О. Педагогический дизайн как системообразующая категория: подходы и определения // Вестник Мининского университета. 2023. №1 (42). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskiy-dizayn-kak-sistemoobrazuyuschaya-kategoriya-podhody-i-opredeleniya (дата обращения: 12.09.2024).

3. Емченко, А. В. Научные подходы к формированию модели профессионально-трудовой социализации будущих специалистов / А. В. Емченко, А. А. Горбачев, И. В. Макрушина // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 4(89). – С. 29-32. – DOI 10.24412/1991-5497-2021-489-29-32. – EDN GUJGFU.

4. Коломийцева, Н. С. Повышение эффективности физического воспитания учащихся средних классов за счет использования дифференцированного подхода / Н. С. Коломийцева, Н. Х. Кагазежева, И. В. Макрушина // Физическая культура и спорт в современном мире: социальная роль и пропаганда здорового образа жизни : Материалы Международной научно-практической конференции, Грозный, 17–20 апреля 2015 года. – Грозный: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Чеченский государственный педагогический институт», 2015. – С. 283-285. – EDN VISFAR.

5. Личностно-профессиональное развитие спортивных педагогов в процессе профессиональной подготовки / С. А. Хазова, А. Б. Бгуашев, И. К. Гунажоков [и др.]. Том ЧАСТЬ II. – Владикавказ : ИП Цопановой А.И., 2016. – 247 с. – ISBN 978-5-98161-090-5. – EDN WARKNR.

6. Макрушина, И. В. К вопросу обеспечения информационно-психологической безопасности личности школьников в образовательном процессе / И. В. Макрушина, Т. А. Цергой // Социализация растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста : Сборник научных трудов I всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Якутск, 01–03 апреля 2015 года / Министерство образования Республики Саха (Якутия); ФГБНУ «Институт управления образованием Российской академии образования»; ФГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова», Педагогический институт; Под общей редакцией Т.И. Никифоровой, Т.И. Гризик, Л.А. Григорович. – Якутск: Общество с ограниченной ответственностью "Центр научного сотрудничества "Интерактив плюс", 2015. – С. 429-432. – EDN UMHTSD.

7. Педагогический дизайн: российская и зарубежная исследовательская повестка / Е. В. Чернобай (научная редакция), Е. А. Ефимова, Ю. Н. Корешникова, М. А. Давлатова; Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. - М.: НИУ ВШЭ, 2022. - 44 с.

**УДК 376.1**

# ПРОЯВЛЕНИЕ И ПРЕОДОЛЕНИЕ ЗАИКАНИЯ У ДЕТЕЙ

Е.В. Кальченко, Э.Р. Юрченко
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются основные проблемы заикания и его причины. В детском дошкольном возрасте профилактика заикания. Рассмотрение вопроса детей, с нарушениями речи в условиях дошкольной образовательной организации их психолого-педагогической поддержки. В статье приведены основные симптомы заикания, возможные причины. Рассматривается педагогический комплекс занятий и упражнений для преодоления этого заболевания.

**Ключевые слова:** речевой аппарат, специалисты, методы, заикание, коллективные игры, эффективность.

Заикание у детей дошкольного возраста выражается в нарушении речевой функции, а также в отклонениях личностных, вегетативных и соматических. В результате появления заикания неизбежно происходят изменения в самом заикающемся ребенке в отношении к нему окружающих. Складывается так называемая «социальная ситуация развития» - сочетание внутренних процессов развития и внешних условий, которые обусловливают динамику развития и появление новых психологических образований.

В первом, пубертатном периоде развития ребенка происходят радикальные изменения в психофизиологическом состоянии детей, формируются определенные качества личности: самостоятельность, инициативность, активность, - складывается регулирующая функция речи. В зависимости от особенностей детского организма и тех вредных влияний, которые воздействуют на него и в этот сложный период развития, у некоторых детей может возникнуть заикание. Изучение заикающихся детей в возрасте четырех – семи лет, условий их жизни, микросоциального окружения, особенностей поведения и речи позволяет утверждать, что в основе заикания лежат нарушения преимущественно системного характера [4, с. 12].

Причины заикания можно разделить, на вызывающие и предрасполагающие. Предрасполагающие причины ослабляют работу нервной системы ребенка. Значение вызывающих причин в том, что разные, даже незначительные на первый взгляд неблагоприятные факторы, такие как: громкий или резкий звук, болезни, страшный сон, нервные потрясения и т. д., накапливаясь, могут оказаться сильным раздражителем и толчком к возникновению заикания.

К предрасполагающим причинам заикания можно отнести: наследственные факторы; особенности речевого развития и функциональной

асимметрии мозга; соматическая ослабленность ребенка; плохое состояние ЦНС; неблагоприятные условия воспитания в семье. К вызывающим причинам относятся психотравмы, в результате которых, появляются запинки судорожного характера, например, такие как испуг. Он вызван: животными (громкий лай собаки, резкие спонтанные движения животного), транспортными авариями, явлениями природы (наводнение, землетрясение гроза, и т.п.) и всевозможные мероприятия, которые могут негативно повлиять на центральную нервную систему, посредством громкого звука и другими звуковыми раздражителями и действиями, а также, нетактичным поведением педагогов и врачей [3].

Заикание внешне проявляется в судорожных явлениях клонического, тонического и смешанного характера разной степени выраженности. Различаются три степени заикания: тяжелая, легкая, средняя.

Легкая степень заикания в которой наблюдаются судороги только в самостоятельной речи, обуславливается тем, что дети с легкостью вступают в общение со сверстниками, выполняют поручения старших, в которых им необходимо речевое общение и активно принимают участие в играх.

Ребята при средней степени заикания, в общении испытывают затруднения в связи с новыми ситуациями, во время коллективных игр и присутствии посторонних и незнакомых людей. Судороги можно наблюдать в различных отделах речевого аппарата, к примеру, во время самостоятельной и отраженной речи. У детей с тяжелой формой заикания наблюдаются те же затруднения что и у детей со средней степенью заикания, но наряду с этим, проявляется искажение поведенческих реакций. Судороги наблюдаются - при всех формах речи [5].

Появляющиеся различные отклонения поведения у заикающегося ребенка, выражается в игровой деятельности. В различных играх по–разному проявляется степень общительности заикающихся дошкольников. Одним детям легко вступить в общение, другие с неустойчивым характером, есть ребята с негативными и аутистическими реакциями. Дети испытывают особые затруднения, когда надо предложить игру, подобрать игровой материал, распределить роли и т.д. Они не могут самостоятельно развивать игру, соблюдать правила, доводить игру до конца, оценивать результат. Во время игр в поведении заикающихся детей появляются особенности их моторики. Для большинства ребят характерна общая моторная напряженность и скованность. Они двигательно заторможены, не сразу реагируют на замечания и просьбы, медленно переключаются с одного движении на другое, неловки в подвижных играх, зачастую тормозят ход игры.

Есть ребята с двигательной расторможенностью. Такие дети легко возбуждаются и не могут быстро успокоиться. Во время игры у них наблюдается гиперактивность. Обычные движения у них порывисты, недостаточно координированы и целенаправленны, а тонкие произвольные

двигательные акты формируются с большой задержкой, им мешает разбросанность, несдержанность в движениях [6].

В настоящее время существует широкая сеть логопедических учреждений, где проводится работа. Логопедическое воздействие зачастую направляется лишь на механическую тренировку детей, в медленном и плавном проговаривании. А особенности их речевого развития вовсе не учитываются. Большинство заикающихся дошкольников обладает достаточным словарным запасом, иногда превосходящим возрастную норму. Некоторые дошкольники в момент речевой коммуникации путают названия элементарных геометрических фигур, времена года, оттенки цветов. Названия времени суток и дней недели, хотя эти понятия им хорошо известны. Подобные затруднения в речевом построении мысли, неумение правильно употреблять подходящие слова -усиливают заикание, вызывают продолжительность пауз и частое добавление лишних звуков, слов (а, ну, э, вот, и, там, это и т.д.). Наблюдается что, в речи заикающихся детей отсутствует последовательность. Многим присущи многословие, вербализм, стремление к длинным, пространственных рассуждениям, лишенным смысла [2, с. 21].

Детей с заиканием нужно учить использовать свой собственный словарный запас, правильно формулировать мысли, стараться передавать содержание в строгой логической последовательности, точно и быстро подбирать определенные слова, то есть, нужно развивать у детей с заиканием все стороны связной речи. Они должны, научиться свободно владеть своей речью во всех жизненных ситуациях, отвечать на вопросы и уметь правильно выстроить вопрос для собеседника, суметь развернуто рассказать о происходящих или о будущих событиях, о своих возможных планах, выражая при этом четко свои мысли и желания. Само собой разумеется, что для этого недостаточно логопедического воздействия, направленного лишь на механическую тренировку речи детей.

Для нормального общения у детей с заиканием, огромное значение имеет сформированность процессов, таких как: устойчивость памяти, внимание, наблюдательность при переключении на разные виды деятельности, способность управлять своим мышлением. [1, с. 38].

Дети с заиканием, к сожалению, как правило, этими качествами не обладают. Они не могут вовремя переключать мысль от одного объекта к другому, и удерживать в памяти необходимое в момент высказывания, не проявляют достаточного внимания к речи собеседника, не запоминают ее содержания и не всегда верно соотносятся со своими ответами. У таких детей отсутствует воля, они не управляют собой, направленным мышлением и различными видами деятельности. Поэтому работа по преодолению заикания сможет достичь стойкого и полного эффекта, только в том случае, если будет вестись работа сразу в двух направлениях - непосредственное исправление речи детей, и коррекции особенностей их психической деятельности [7, с. 23].

Полный успех в работе с детьми с заиканием, может быть обеспечен только в том случае, если будут строго учитываться все рекомендации учителя-логопеда.

**Список литературы**


1. Залужская М.В. Дошкольное воспитание. 1-4 // М., 1976.
2. Залужская М.В. Дошкольное воспитание. 9-12 // М., 1976.
3. Оганесян Е.В. Логопедическая ритмика для занятий с заикающимися подростками и взрослыми. // М., 1998.
4. Селиверстов В.И. Заикание у детей. Психокоррекционные и дидактические основы логопедического воздействия // М., 2001.
5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.
7. Ястребова А.В. Коррекция заикания у учащихся общеобразовательной школы. // М., 1980.

**УДК 373.2:796.032**

# СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ю.В. Канищева, А.Р. Гайдарова, А.С. Переверзева
Детский сад общеразвивающего вида № 191, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье актуализируется проблема формирования представлений о здоровом образе жизни у детей в дошкольный период детства. Важно отметить, что именно в этом возрасте закладываются основы отношения к здоровью, что делает данную тему особенно актуальной. Авторами представлен опыт работы в дошкольной организации, направленный на реализацию современных подходов, способствующих формированию у дошкольников представлений о здоровом образе жизни – проблемных ситуаций, квестов, сказкотерапии, акций, викторин в форме телеигр и др.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровый образ жизни, дети дошкольного возраста, здоровьесберегающая среда, здоровьесбережение, ДОО.

Работа по формированию представлений о здоровье и здоровом образе жизни у подрастающего поколения является важной и необходимой задачей. Обусловлено это тем, что сегодня непрерывно растет общий уровень заболеваемости детей, в том числе дошкольного возраста. Однако существуют еще причины, препятствующие полноценному формированию представлений о здоровье у детей, к таким относятся экологический фактор, безграмотность взрослых по вопросу культуры здоровья, тенденция низкого физического и психического уровня населения [5]. Поэтому перед дошкольной организацией стоит важнейшая задача по организации целенаправленной и систематической работы с детьми, основной целью которой является формирование представлений о здоровом образе жизни и ценности здоровья.

Установка на здоровый образ жизни не возникает спонтанно, а требует целенаправленного педагогического воздействия. Формирование этой установки начинается с раннего возраста [3].

Здоровье является многогранным понятием, которое выходит за рамки простого отсутствия болезней. Оно включает в себя несколько ключевых аспектов, которые важны для формирования благополучия личности: состояние оптимальной работоспособности, творческую отдачу, эмоциональный тонус [1].

Для дошкольников здоровый образ жизни представляет собой совокупность знаний, умений и привычек, которые формируются с раннего возраста и способствуют поддержанию и укреплению здоровья [4, 6].

В нашем ДОУ активно реализуется работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Чтобы решить эту задачу сегодня в полном объеме, мы считаем необходимым использовать современные подходы, обеспечивающих наибольшую эффективность, по сравнению с традиционными.

Используемые нами современные подходы направлены на сохранение и укрепление здоровья детей, а также на формирование у них навыков и потребностей в здоровом образе жизни. Современные подходы в ДОУ, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, представляют собой комплексное сочетание различных форм, методов, технологий и приемов [2].

Проведение исследования исходного уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста является важным шагом для определения дальнейших задач и корректировки образовательного процесса. Это позволит не только более эффективно обучать детей, но и формировать у них устойчивые привычки, которые будут способствовать их здоровью и благополучию в будущем. В исследовании приняли участие 42 ребенка старших групп. Для проведения диагностики мы определили критерии, показатели и уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников. Основными критериями стали когнитивно-смысловой, мотивационно-волевой, деятельностный.

Когнитивно-смысловой критерий включает следующие показатели: знание основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни (например, что такое здоровье, почему оно важно); осознание факторов, способствующих укреплению здоровья (правильное питание, физическая активность, гигиена); понимание последствий нездорового образа жизни (например, вред от фастфуда, недостатка движения).

Мотивационно-волевой критерий предполагает следующие показатели: стремление следовать правилам здорового образа жизни (например, желание заниматься спортом, есть фрукты и овощи); способность к волевой регуляции поведения (умение отказаться от вредных привычек, например, сладостей в избытке).

Деятельностный критерий включает: умение применять полученные знания на практике (например, участие в физической активности, соблюдение гигиенических норм); способность самостоятельно принимать решения, связанные со здоровьем (например, выбор здоровой пищи); участие в мероприятиях, направленных на пропаганду здорового образа жизни (например, участие в спортивных играх); уровень интереса к занятиям, связанным со здоровьем (участие в спортивных мероприятиях, играх на тему здоровья).

Обобщая результаты проведенного исследования по выделенным критериям, было выявлено, что для 47,6 % детей (20 человек) демонстрировали средний уровень сформированности представлений о

здоровом образе жизни, для 40,5 % (17 человек) характерен низкий уровень, лишь у 11,9 % (5 человек) испытуемых наблюдался высокий уровень. Исходя из полученных результатов исследования, делаем вывод о недостаточной сформированности представлений у старших дошкольников о здоровом образе жизни.

Нами выделен ряд задач, которые мы решаем в процессе реализации работы в ДОУ по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.

1. Формирование понимания сущности здоровья и здорового образа жизни. Дети должны осознавать, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а комплексное состояние физического, психического и социального благополучия. Важно объяснить им, что здоровый образ жизни включает в себя правильное питание, физическую активность, соблюдение гигиенических норм и эмоциональное здоровье.

2. Формирование представлений об укреплении и сохранении собственного здоровья. Дети должны понимать, как их повседневные действия влияют на здоровье.

3. Профилактика заболеваний включает обучение детей умению мыть руки, соблюдать правила личной гигиены, знать о важности вакцинации.

4. Ознакомление с правилами здорового образа жизни. То есть дошкольники должны знать ключевые правила поддержания здоровья – правила питания, физической активности, режим дня и важность отдыха.

5. Формирование умения использовать знания о здоровом образе жизни на практике. Очень важно не только передавать знания, но и научить дошкольников применять их на практике.

6. Развитие самостоятельности у детей включает формирование умения принимать решения, связанные со здоровьем. Взрослым нужно поддерживать их инициативу и поощрять самостоятельные действия детей.

7. Воспитание ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. То есть дошкольники должны понимать, что забота о собственном здоровье и здоровье окружающих является их ответственностью.

Для решения поставленных задач мы использовали следующие современные подходы. Например, для формирования у детей понимания здоровья и здорового образа жизни мы использовали викторины в форме телеигр «Самый умный» и «Своя игра» – «Кто больше знает о здоровье», «Здоровыми быть здорово», сказкотерапию как средство познания через игру и сказочные персонажи («День чистых брызг», «Мочалкина сестра», «Зубик-зазнайка», «Твой носовой платок» и др.). Также мы активно применяем возможности игровой технологии В.В. Воскобовича «Сказочные лабиринты игры», благодаря героям и вариативности пособий, мы постоянно создаем новые условия для детей, погружаясь в которые они с удовольствием решают поставленные задачи – помогают Жужже вылечиться, рассказывают

гномикам о важности здоровья, Магнолик узнает от детей о вредных привычках и т.д.

Для формирования у старших дошкольников стремления осуществлять здоровый образ жизни мы проводили акции «Я за ЗОЖ», «Вместе мы здоровая нация», «Здоровая семья»», квест-игры «Сокровищница здоровья», «Секреты здоровья», «Здоровье в наших руках».

Наиболее не сформированным критерием по результатам проведенного исследования был деятельностный. Проблемные ситуации являются эффективным способом вовлечения детей в активное обучение, а также для применения знаний о здоровом образе жизни на практике. Мы предлагали детям такие проблемные ситуации как «Необычное угощение», «Полезная покупка», «Простуда», «Коронавирус», «Масочный режим», «Как защититься от гриппа», «Что мне угрожает в автобусе», «Первая медицинская помощь» и т.д.

Таким образом, формирование представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста является важной задачей, и применение современных подходов может значительно повысить эффективность этого процесса. Применяемые педагогами современные подходы позволяют решать задачи по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей не формально, а учитывая особенности и потребности современных дошкольников, привлекая их внимание и повышая интерес к проблеме здоровья и здорового образа жизни через призму современных реалий.

**Список литературы**

1. Бурда С.А. Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста / С.А. Бурда, Н.Н. Кривунец // Молодой ученый. – 2018. – № 46.2 (232.2). – С. 17-22.
2. Маринович М.А. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей среды дошкольной образовательной организации// Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2022. – С. 287-291.
3. Петрова Т.И., Петров С.С. Формирование здорового образа жизни у дошкольников//Мир науки, культуры, образования. – 2021. – С. 156-158.
4. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.
5. Рязанцева О.А. Актуальность формирования представлений о ценности здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста// Современный урока. – 2023. – № 1. – С. 1-3.
6. Флинкман М.В. Проблемы и условия формирования представлений о здоровом образе жизни в теории и практике дошкольного образования // Молодой ученый. – 2022. – № 4 (399). – С. 382-386.

**УДК 372.2**

# СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

И.В. Каракай, М.Г. Багужаева
Центр – детский сад № 107, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена изучению влияния семейных традиций на ценностные ориентиры детей дошкольного возраста. Автор рассматривает традиции как фактор развития личности и укрепления семейных связей, подчеркивая их роль в воспитании уважения к старшим, любви к семье и культурному наследию. Обсуждаются практические рекомендации по созданию и поддержанию семейных традиций, а также идеи для семейных мероприятий, способствующих формированию ценностных ориентиров. Статья будет интересна специалистам в области педагогики, психологии и семейной терапии, а также родителям, желающим создать благоприятную среду для развития своих детей.

**Ключевые слова:** семейные традиции, ценностные ориентиры, родители, педагогический процесс.

Семья является первой и наиболее важной социальной группой, в которой ребенок начинает свое развитие. Именно в семье формируются первые представления о мире, ценностях и нормах поведения. Одним из ключевых факторов, влияющих на формирование ценностных ориентиров у детей дошкольного возраста, являются семейные традиции.

Однако семейные традиции играют ключевую роль в формировании ценностных ориентиров у детей дошкольного возраста. Они помогают детям различать правильное и неправильное поведение, узнавать о нормах и ценностях общества, определить, что для них важно, и заложить основы собственных ценностей и убеждений. Кроме того, традиции укрепляют эмоциональную связь между детьми и родителями, создают ощущение единства и поддержки, а также учат детей ответственности за свои действия и за благополучие семьи.

В многолетней педагогической работе заметили, что семейные традиции в современном мире утрачиваются, молодые родители не считают их необходимыми. И, часто, дети, имея все материальное, одиноки духовно.

А ведь семейные традиции играют важную роль в формировании ценностных ориентиров у детей дошкольного возраста. Они помогают детям различать правильное и неправильное поведение, узнавать о нормах и ценностях общества, определить, что для них важно, и формировать свои собственные ценности и убеждения.

Традиции укрепляют эмоциональную связь между детьми и родителями, создают ощущение единства и поддержки, учат детей ответственности за свои действия и за благополучие семьи.

Мы решили обратить внимание родителей на это, помочь вспомнить о традициях в их семьях, поделиться собственным опытом. Выяснили, что существует множество семейных традиций, которые могут помочь детям сформировать ценностные ориентиры:

совместные ужины – это время, когда вся семья собирается за столом и делится новостями, впечатлениями и эмоциями;

чтение книг перед сном – это традиция, которая помогает детям расслабиться и подготовиться ко сну, а также развивает их воображение и любовь к чтению;

семейные праздники – это дни, когда вся семья собирается вместе, чтобы отметить какое-либо событие. Это может быть день рождения, Новый год, Рождество или любой другой праздник;

семейные путешествия – это возможность провести время вместе, узнать новое о мире и о себе;

участие в благотворительности – это традиция, которая учит детей быть добрыми и помогать другим.

Все это мы узнали от наших родителей, бабушек и дедушек, которые активно включись в нашу совместную деятельность. Родители стали делиться своим семейным опытом на родительских собраниях, проводимых в нетрадиционной форме, на заседаниях Семейного клуба. Родители делились рецептами печенья к семейному чаепитию, фотографиями из путешествий, сценариями к праздникам, семейными библиотеками.

Мы обратили внимание на то, что никакая «Алиса» не может заменить голос и тепло мамы или папы, а вкуснее бабушкиных блинчиков и печенья нет ничего, самые яркие впечатления от путешествий можно получить, только тогда, когда вся семья вместе, а благотворительность воспитывает у ребенка милосердие. Такое общение сблизило родительский коллектив группы. Они стали более отзывчивыми, заинтересованными жизнью детей в детском саду, активными участниками педагогического процесса.

Таким образом, семейные традиции являются важным фактором формирования ценностных ориентиров у детей дошкольного возраста. Они помогают детям понять, что такое хорошо и что такое плохо, формируют их собственные ценности и укрепляют эмоциональную связь с семьей.

**Список литературы**

1.Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL:https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 20.10.2024 г.)

2. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным

участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

3. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 No 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r. (дата входа: 19.10.2024).

5. Под общей редакцией И.А. Кузьмина. «Семейные традиции». Книга для развития детей дошкольного возраста (6–8 лет), М.: Издательский дом «Истоки», 2017. - 56 с.

**УДК 373.2:796.032**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Т.Ф. Каширова, Т.Н. Лобода, Е.Н. Углянская
Центр – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье речь идет о применении ИКТ (информационно-коммуникационных технологий) при проведении занятий по физической культуре в детских садах. Рассмотрены и выявлены минусы и плюсы такой технологии, а также приведены примеры эффективного проведения интересного занятия по физической культуре при использовании ИКТ.

**Ключевые слова:** ИКТ (информационно-коммуникационные технологии), занятия, дошкольники, физическая культура, деятельность.

Современный мир диктует нам свои правила новых технологических разработок и применение их в деятельности дошкольников. Физическое развитие детей является важной частью их развития, которое напрямую зависит от возможностей и желании дошкольников вести здоровый и активный образ жизни. Физическая активность детей обусловлена рядом методов и приемов, которыми владеет педагог, для вовлечения дошкольников в выполнении ряда упражнений и действий, рекомендуемых инструкторами по физической культуре [2].

Как известно, детей становится все сложнее удивить и замотивировать в век множества гаджетов и огромного количества игр. Поэтому внедрение информационно-коммуникативных технологий стало одним из важнейших этапов в развитии интересного и увлекательного занятия по физической культуре [6]. Сейчас педагог может продемонстрировать и показать «скучную» теорию на экране с яркими и привлекающими внимание изображениями. Повышается активность детей и возрастает интерес и мотивация повторить определенные упражнения за персонажем на экране или увидеть то, о чем рассказывал только что педагог наглядно, например, об истории образования того или иного вида спорта, или пользы определенных упражнений для групп мышц с наглядным изображением на экране [4, 5]. Конечно, не обязательно каждое занятие проводить с применением ИКТ, так как мы знаем, что есть шанс перенасытить детей тем, чем они увлеченно могут заниматься дома: смотреть мультфильмы по телевизору или на других гаджетах и так далее. Применение ИКТ ни в коем случае не заменит педагога, а только станет инструментом для эффективного усвоения теоретического материала дошкольниками и станет элементом разрядки, ярким сюрпризным моментом при проведении занятия [1, с. 3]. Если педагог

хочет внедрить новое упражнение для развития детей, всеми известный и любимый персонаж на экране, подготовленный заранее, может продемонстрировать его, или же нужно провести интересный квест – подсказки можно получать также с применением ИКТ и так далее. Презентации, обучающие мультфильмы и видео ролики, веселые физминутки и песенки – все это стало доступным в занятии при помощи информационно-коммуникационных технологий. Также существует ряд программ для создания своего персонажа, который будет делать физические упражнения и элементы, которые запрограммируют. С такими программами, при желании, может работать любой родитель и вместе со своим ребенком создавать или повторять физические упражнения и их элементы дома или демонстрировать, как обратную связь инструктору по физической культуре и всей группе ребят, свои новые достижения и свершения. Совместно с родителями дети могут подготовить поочередно и по желанию свои понравившиеся физминутки или интересную информацию по физической культуре или презентацию, которой они бы хотели со всеми поделиться – все это не только объединит детей и родителей, но и поможет разнообразить физическую деятельность в детском саду [3].

Таким образом, при занятии физической культурой развивается и повышается не только физическая активность, но и задействуется мозговая деятельность, а уж то, что у детей повышается гормон радости на таких занятиях – об этом и говорить не стоит. Если ребенок счастлив, бодр, весел и с радостью взаимодействует с педагогом и другими детьми – все это уже говорит об эффективном и интересном занятии, которое вдохновляет и мотивирует ребят на активное занятие спортом в целом. Верно, что многое зависит от педагога и его навыков вовлечения и расположения детей к новым элементам знаний. Именно педагог, который ежегодно совершенствуется и растет, сможет дать детям то самое ценное, что должно быть у детей – веселое и радостное детство в совокупности с эффективной деятельность, которая проходит в радость для детей. Делаем вывод, что именно новые технологии и правильное их использование в деятельности с детьми выведут образовательную деятельность на новый уровень. Применение ИКТ не будет иметь минусов, если их использовать по правилам, соблюдая временные ограничения и правильное расположение самой аппаратуры в залах по физической культуре. Если же все условия соблюдены, то занятия будут носить наиболее продуктивный и эффективный характер, что принесет пользу не только детям и родителям, но и педагогам. Применение ИКТ может облегчить задачу преподнесения сложного материала в игровой и более увлекательной форме.

**Список литературы**

1. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Ценности физической культуры в здоровом образе жизни. 1994, 4. - С. 3-5.

2. Волков В.Ю. Компьютерные технологии в физической культуре, оздоровительной деятельности и образовательном процессе. 2001.- № 4-5. – С. 56-63.

3. Дядюшкина Т.С. Использование информационных технологий на уроках физической культуры. ИТО – Ростов – 2010.

4. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.

5. Попов Г.И. Информационные технологии в образовании в отрасли физической культуры и спорта. – 2004. - №1(2).

6. Самоходкина Л.Г., Жадан Н.В. Актуальные аспекты в физическом воспитании дошкольников в современных условиях, в соответствии с ФГОС ДО: формирование здоровой, физически развитой личности. В сборнике: Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2019. С. 294-295.

**УДК 373.2:796.032**

# КРЕАТИВНЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ДЕТСКОМ САДУ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ТЕАТРА, МУЗЫКИ И ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА ДЕТЕЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Н.В. Колбунова, К.В. Шеина
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена креативным подходам к организации физической активности в детском саду, направленным на повышение мотивации и вовлеченности детей. В ней рассматривается интеграция театральных элементов, музыки и художественного творчества в физкультурные занятия как эффективные способы повышения интереса дошкольников к физической активности.

**Ключевые слова:** дошкольники, физкультурные занятия, театр, музыка, художественное творчество, физическая активность.

Современные исследования в области дошкольного образования подчеркивают важность интеграции различных видов деятельности для всестороннего развития детей. Сегодня детский сад является центром «трансляции социальных норм, опыта, культурных ценностей, развития физических, интеллектуальных, эстетических и других качеств ребенка» [2]. В условиях детского сада физическая активность играет ключевую роль в формировании здоровья и гармоничного развития детей. Для подержания интереса детей к физкультурным занятиям требует от воспитателя внедрения инновационных и творческих методов [3].

В своей практической деятельности мы используем элементы театра, музыки и художественного творчества для повышения мотивации и вовлеченности детей в физическую активность.

Введение элементов тетра в физкультурные занятия способствует созданию эмоционально насыщенной и игровой среды, которая стимулирует детей к активному участию. Театрализация позволяет детям погружаться в различные ролевые ситуации, что не только повышает их интерес к занятиям, но и развивает эмоциональную сферу, коммуникативные навыки и воображение [1, с. 74]. Например, интеграция элементов драматизации в процесс физической активности может включать выполнение движений и упражнений, основанных на сюжетах сказок или историй, где дети принимают на себя роли различных персонажей.

Театральные игры, такие как «путешествие в волшебный лес» или «подводный мир», где дети имитируют движения животных или персонажей,

могут включать в себя разнообразные физические упражнения. Эти упражнения способствуют развитию двигательных навыков, координации и силы, создавая при этом благоприятный эмоциональный фон и усиливая интерес к занятиям.

Музыка, будучи мощным стимулятором, играет важную роль в организации физической активности дошкольников. Ритмическое сопровождение способствует улучшению координации движений, формированию чувства ритма и общей моторики. Музыкальные занятия в детском саду могут включать в себя упражнения на развитие гибкости, силы и выносливости, выполняемые под музыку. Например, такие упражнения, как танцевальные движения, ритмические шаги или простые прыжки, выполняемые под музыку, способствуют улучшению общей физической подготовки детей.

Использование музыкальных игр, таких как «ритмическая гимнастика» или «музыкальные стулья», адаптированных к потребностям дошкольников, помогает не только поддерживать высокий уровень физической активности, но и развивать у детей музыкальные способности, слуховое восприятие и чувство ритма.

Художественное творчество, как форма активности, также может быть интегрировано в физические занятия для повышения их привлекательности и эффективности [4]. Дети могут быть вовлечены в создание декораций для физкультурных игр, рисование тематических картин или изготовление простых поделок, связанных с физической активностью. Это способствует развитию мелкой моторики, воображения и творческих способностей.

Например, перед началом физкультурного занятия дети могут нарисовать или сконструировать обстановку, которая затем станет частью их занятия. В процессе выполнения физических упражнений дети могут использовать созданные ими элементы как часть игровой среды. Таким образом, занятия становятся более увлекательными и вовлекающими, что способствует поддержанию высокого уровня физической активности [5].

Синтез театра, музыки и художественного творчества в рамках физической активности позволяет создать целостный педагогический процесс, направленный на всестороннее развитие ребенка. Такой подход способствует формированию у детей положительного отношения к физической активности, развитию их творческих способностей, эмоциональной сферы и коммуникативных навыков [6].

Интеграция различных видов искусства в процесс физического воспитания в работе позволило достигнуть значительных результатов в развитии двигательных навыков и укреплении здоровья у воспитанников и способствовало эмоциональному, социальному и творческому развитию детей.

**Список литературы**

1. Антонов А.А. Интегративное развитие здорового образа жизни детей дошкольного возраста // Научный поиск. 2016. № 2. С. 73-75.

2. Осипова А.А. Физическое воспитание дошкольников // Медработник дошкольного образовательного учреждения. – 2017. – № 5. – С. 56-59.2020. С. 109-112.

3. Профилактика и коррекция нарушений осанки детей в образовательных организациях: монография /авт колл.: Рябова И. В., Правдов М. А., Нежинская Н.Н. и др; под ред. И.В. Рябова. М: МГПУ, 2019. С 148.

4. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

5. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

6. Шипарь В.Б. Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми. Ростов-на-Дону, 2006.

**УДК 373.2**

# ИГРА КАК СОВРЕМЕННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Е.Н. Колошко, О.В. Дусь, К.А. Елисеева
Центр развития ребенка – детский сад № 199 «Радужный», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается одно из современных образовательных направлений физической культуры и спорта – игра, раскрывается ее понятие, функции и принципы. Автор подчеркивает роль игры в жизни ребенка как необходимого условия формирования полноценной личности, рекомендует при выборе подвижных игр учитывать возрастные и физиологические особенности детей. Проанализированы результаты эксперимента и сделаны выводы о значении игры в жизни детей старшего дошкольного возраста. Определены основные направления работы с родителями по улучшению здоровья детей посредством игровой деятельности.

**Ключевые слова:** игра, старший дошкольный возраст, развитие, способность, физическая культура, современное направление.

Игра занимает в физической культуре важное место, поскольку она способствует не только физическому развитию, но и социальным, эмоциональным и когнитивным навыкам. Вот несколько ключевых аспектов:

1. Развитие физических навыков: Игры помогают развивать координацию, ловкость, силу и выносливость. Они способствуют улучшению моторики и общей физической подготовки.

2. Социальные навыки: игры часто требуют командной работы и сотрудничества, что способствует развитию коммуникации, лидерства и умения работать в группе.

3. Эмоциональное развитие: Участие в играх помогает детям и взрослым управлять эмоциями, учиться справляться с победами и поражениями, а также развивать уверенность в себе.

4. Когнитивные навыки: Многие игры требуют стратегического мышления, планирования и принятия решений, что способствует развитию аналитических способностей.

5. Инклюзивность: Современные игры могут быть адаптированы для людей с различными физическими возможностями, что делает их доступными для всех.

6. Технологии: Внедрение технологий в игры (например, виртуальная реальность или мобильные приложения) открывает новые горизонты для физической активности и вовлеченности.

7. Здоровый образ жизни: Игры могут стать частью активного образа жизни, способствуя профилактике заболеваний и улучшению общего состояния здоровья.

Игры в физической культуре не только развлекают, но и играют ключевую роль в формировании здорового, активного и гармоничного человека.

В современное время физическая культура призвана выполнять важные социальные функции, связанные с организацией здорового образа жизни подрастающего поколения и подготовкой его к предстоящей жизни. Физическая культура формирует интеллектуальные и социально-психологические компоненты, развивает духовный мир ребенка, расширяет мировоззрение [2]. Современный темп развития общества выдвигает новые требования к инструкторам физической культуры. Педагог в новых условиях должен не только улучшать физические качества детей, но и развивать в них творческий потенциал. Улучшить качество современного дошкольного образования поможет применение как традиционных, так и инновационных образовательных технологий на занятиях по физической культуре. Отрасль образовательных технологий находится в процессе постоянного развития и совершенствования. Любые инновации в этом направлении положительно влияют на образ жизни людей, их эмоциональное состояние и жизненные установки. В настоящее время все технологии осуществляются в соответствии с новыми открытиями медицинской и технической науки. Любая педагогическая технология имеет соответствующие цели и задачи, способствующие реализации образовательной деятельности в тех или иных формах [4].

В дошкольных учреждениях широко используются следующие виды традиционных образовательных технологий: технологии сохранения здоровья, игровые, соревновательные, технологии уровневой дифференциации, индивидуализации, технологии личностно-ориентированного образования, информационно-коммуникативные, метод проектов и другие. Технологии сохранения здоровья являются самыми значимыми, так как они способствуют сохранению здоровья ребенка на весь период обучения в дошкольном учреждении. Но, не менее значимыми являются и другие технологии, так как они способствуют формированию необходимых жизненно-важных знаний, умений и навыков у детей. Объектом нашего исследования является игра. Ее изучение всегда актуально, так как это одна из самых уникальных, интересных и доступных форм обучения, учитывающая возрастные особенности детей и отвечающая их интересам и потребностям.

Цель работы: определить значение игры в системе физического воспитания детей.

Задачи исследования:

1) изучить принципы и функции игры;

2) провести анкетирование детей старшего дошкольного возраста по проблеме заинтересованности в игровой деятельности.

Игра представляет собой современные педагогические инновации, которые основаны на процессе организации и развития деятельности дошкольников. Сфера физической культуры и спорта всегда обладает и будет обладать большим инновационным потенциалом [1]. Игра выполняет множество задач и играет ключевую роль в жизни дошкольника:

1. Развитие моторики: игры помогают развивать как крупную, так и мелкую моторику, что важно для физического развития ребенка.

2. Социальные навыки: Через игры дети учатся взаимодействовать друг с другом, делиться, сотрудничать и разрешать конфликты.

3. Эмоциональное развитие: Игры позволяют детям выражать и понимать свои эмоции, а также развивать эмпатию к другим.

4. Когнитивное развитие: Игры способствуют развитию мышления, памяти, внимания и способности к решению проблем. Например, настольные игры могут помочь в развитии логического мышления.

5. Креативность: Игры стимулируют воображение и креативность, позволяя детям создавать свои собственные истории и миры.

6. Языковое развитие: В процессе игры дети учатся новым словам и фразам, развивают навыки общения и понимания языка.

7. Физическая активность: Подвижные игры способствуют укреплению здоровья, развитию силы, координации и выносливости.

8. Самостоятельность и ответственность: Игры могут помочь детям научиться принимать решения, брать на себя ответственность за свои действия и развивать самоконтроль.

9. Познание окружающего мира: Через ролевые игры или игры с предметами дети изучают окружающий мир, его правила и законы.

10. Подготовка к школе: Игры могут помочь в подготовке к обучению в школе, развивая навыки, необходимые для учебного процесса, такие как внимание, усидчивость и способность следовать инструкциям.

Таким образом, игры являются важным инструментом для всестороннего развития дошкольников, способствуя их физическому, социальному и эмоциональному благополучию.

Умелая организация образовательного процесса и соблюдение методических требований способствуют достижению этих задач. Различные двигательные действия, входящие в состав подвижных игр, оказывают воздействие на развитие двигательной реакции, ориентированию в пространстве, скоростных и силовых способностей. Благодаря планомерным подвижным играм занимающиеся непринужденно учатся работать в команде, развивают собственную ловкость, развитие лидерских качеств, развитие ритма и музыкальности, снижение стресса, быстроту и другие физические качества [3].

Игра – это особенная тренировка перед занятиями, специальное упражнение, которое нацелено на разогрев и подготовку, сосредоточенность,

развитие навыков, эмоциональную разрядку, увеличение мотивации, развитие креативности. Интеграция игр в образовательном процессе может значительно повысить эффективность занятий и сделать их более приятными для детей [5].

Игра является одним из основных видов деятельности человека. Игровой метод может быть применен к любым физическим упражнениям, при условии, что они поддаются организации в соответствии с особенностями данного метода. Таким образом, игры на занятиях можно применять к таким разделам, как гимнастика, футбол, волейбол и другие командные виды спорта. Помогает развивать навыки работы в команде и тактическое мышление. Игровая деятельность выполняет несколько функций: диагностическая, отвечающая за самопознание в процессе игры. Коммуникативная функция игры, способствующая освоению способов взаимодействия между учащимися, а также навыков работе в команде. Игротерапевтическая функция игры, обучающая преодолевать различные трудности, возникающие в других сферах жизни. Развлекательная функция игры, нацеленная на то, чтобы воодушевить, доставить удовольствие, пробудить интерес [4].

Организация игры включает в себя следующие принципы:

- принцип прочности. Он помогает закрепить изученный материал путем многократного повторения;

- принцип наглядности. Предполагает показ игрового действия, благодаря чему учащиеся получают ясное представление о предлагаемом педагогом материале;

- принцип постепенности. В процессе игр происходит плавный переход от простых задач к более сложным;

- принцип доступности. Подбор игровых методов осуществляется с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка, давая возможность усвоить материал и в то же время представляя определенную сложность в выполнении.

В настоящее время дети дошкольного возраста предпочитают играть в интернет-игры, часами проводят время у смартфонов и планшетов. Было проведено анкетирование детей дошкольного возраста в целях изучения их заинтересованности в игровой деятельности.

Исследование проводилось на базе МАДОУ МО «Центр развития ребенка-детский сад № 199 «Радужный» города Краснодар. Контингент испытуемых: подготовительная группа в количестве 25 человек: 15 девочек и 10 мальчиков совместно с родителями. Детям и их родителям была предложена анкета из 11 вопросов по подвижным играм и игровой деятельности. Среди ответов необходимо было выбрать подходящий вариант или написать свой.

Результаты исследования. Анкетирование показало, что дети дошкольного возраста часто играют в подвижные игры на занятиях по физической культуре, что свидетельствует о применении игры в дошкольном

образовании. Наиболее известны детям такие подвижные игры, как: «Кошки-мышки», «Третий лишний», «Салки», «Вышибало», «Снайперы», «Мяч капитану», «Пионербол». Активную позицию в игре занимает 75 % детей (18 чел.), 25 % (6 чел.) играют пассивно. Страх и неуверенность в играх испытывает 12,5 % (3чел.), положительные качества проявляет большинство детей - 87,5 % (21 чел.). Самые любимые игры у детей этого возраста: «Вышибало», «Краски», «Море волнуется», «Догонялки», «Съедобное-несъедобное», «Классики». Опрос показал, что очень большое количество детей - 56,2 % (14 чел.) предпочитает играть в интернет-игры, 12,5 % (3 чел.) любят настольные игры и лишь 31,3 % (7 чел.) предпочитает играть в подвижные игры. С друзьями 1 раз в неделю играет 31,3 % (7 чел.), 2 раза в неделю играет 18,7 % (4 чел.), 50 % (12 чел.) вообще не играет в подвижные игры с друзьями. Многие дети – 93,7 % (23 чел.) – очень любят играть с родителями, испытывая при этом положительные эмоции, лишь 6,3 % (2 чел.) не хотят играть со взрослыми. Все дети – 100 % – единодушно пришли к выводу, что игра является замечательным средством воспитания.

Выводы. Игровой метод - неотъемлемая часть обучения на занятиях физической культуры для детей дошкольного возраста. В процессе игры у дошкольников происходит развитие физических, умственных, эстетических и нравственных качеств. Но самая главная задача игры – доставить удовольствие, насытить положительными эмоциями. Благодаря подвижным играм, которые применяются на занятиях, дети посещают занятия регулярно и с радостью. Показателями успешного проведения игровых технологий являются высокие результаты в спортивных соревнованиях. Педагогам в дошкольных учреждениях, а также родителям необходимо обратить внимание на снижение в современное время уровня заинтересованности детей в подвижных играх вне дошкольного учреждения. Дети все чаще увлекаются игрой в смартфонах и компьютерах, меньше двигаются и почти не играют на свежем воздухе. Игра – это детство, радость, общение, умение дружить, чего, к сожалению, становится все меньше и меньше. Мы рискуем получить неполноценное поколение, одурманенное современными гаджетами. Поэтому очень важно просвещать родителей, как в теоретическом, так и практическом аспекте применения игры [5].

В условиях домашнего воспитания надо стремиться выработать у ребенка желание играть в подвижные игры с друзьями во дворе, парковой зоне, игровой площадке. Родителям необходимо объяснить, что ни в коем случае нельзя принуждать ребенка к игре, так как он сам нуждается в движении и будет охотно выполнять игровые задания. Если же не возникает желания играть, то необходимо выяснить причину этого негативного явления и в последующем создавать благоприятные условия. Ребенка необходимо постепенно вовлекать в новые виды игр, систематически повторяя их, чтобы это закрепилось в памяти. В играх можно помогать ребенку подтянуться на перекладине, совершить прыжок, перелезть через забор, при этом, ободряя похвалой. Пробудить интерес к играм поможет демонстрация умений перед

другими членами семьи, друзьями или сверстниками. В этом случае развивается уверенность в себе и своих силах, возникает желание осваивать новое. Также для увеличения качества игровой подготовки важны совместные занятия родителей с детьми, что способствует повышению уровня мотивации и сближает их. Подвижные игры приносят пользу в том случае, когда дети занимаются систематически и с удовольствием.

**Список литературы**

1. Балашова, Е.В. «Дошкольная физическая культура: методические рекомендации». – М.: Владос, 2014.

2. Кузнецова, Н.И. «Игровые технологии в физическом воспитании дошкольников». – М.: Феникс, 2015.

3. Костюченко, Л.А. «Развитие двигательной активности у детей дошкольного возраста». – М.: Просвещение, 2011.

4. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

5. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

6. Семенова, Т.В. "Физическая культура в дошкольном образовании". – М.: Академия, 2012.

7. Шевченко, Н.В. «Физическое развитие детей: от рождения до школьного возраста». – М.: Книга по требованию, 2013.

**УДК 373.2**

# СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ

С.А. Кравченко, К.В. Пинчук
Центр развития ребенка – детский сад № 63, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Спорт играет важную роль в эмоциональном развитии детей. Особенно это касается футбола – одного из самых популярных видов спорта в мире. В процессе созерцания и самой игры дети развивают свои эмоциональные навыки. Использование средств физкультурно-спортивной деятельности (элементов футбола) для детей дошкольного возраста создает оптимальные условия для развития социально-эмоционального интеллекта ребенка.

**Ключевые слова:** социально-эмоциональный интеллект, спортивно-ориентированная деятельность, футбол, дети дошкольного возраста.

На сегодняшний день существует большая проблема развития социального и эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста. Находясь в коллективе, дети не умеют договариваться, спор постепенно переходит в оскорбление, драку, а драка приносит боль, обиду, ненависть, разочарование и т.д. Неспособность детей понимать свои эмоции и эмоции других людей, адекватно их проявлять, оценивать эмоциональные проявления других людей, а также неумение регулировать свое поведение, зачастую нарушает межличностные взаимоотношения в коллективе.

ФГОС ДО одной из важнейших задач называет укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе, их эмоционального благополучия, отмечена важность развития социального и эмоционального интеллекта ребенка, его эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками.

Одним из способов формирования умений выражать, понимать, управлять и распознавать эмоции у окружающих и у себя, является вовлечение детей в спортивно-ориентированную физкультурную деятельность. Одним из эффективных средств развития социально-эмоционального интеллекта ребенка является футбол.

Футбол – это командная игра, которая учит доверять друг другу, поддерживать и помогать, а также принимать решения вместе, работать в команде, укрепляет дружеские связи. Во время игры дети учатся контролировать свои эмоции, справляться со стрессом и выражать радость от победы или грусть от поражения. Это помогает им лучше понимать себя и других людей.

Футбол также способствует развитию эмпатии у детей. Во время игры они учатся понимать чувства других игроков, сопереживать им и поддерживать в трудные моменты.

Краснодарский «Центр развития ребенка – детский сад № 63» является базовым дошкольным образовательным учреждением города по направлению «Здоровьесберегающие технологии в системе деятельности ДОО», а также федеральной инновационной площадкой по теме «Развитие социального и эмоционального интеллекта ребенка дошкольного возраста».

Для знакомства детей с футболом была применена целая система мероприятий, увлекательных игр, упражнений, мероприятий, закладывающих знания, умения, развивающих мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, предполагающая коллективное взаимодействие детей, педагогов и родителей.

| № | Наименование мероприятия |
|---|---|
| 1. | *Конкурсы на футбольную тематику.*<br>Елочные игрушки, рисунки или поделки.<br>Кулинарный конкурс.<br>Конкурс болельщиков – «кричалок», плакатов, выступлений с использованием футбольных мячей и т.д. |
| 2. | *Фотовыставки*: футбол дома, я на матче и др. |
| 3. | *Интеллектуальные конкурсы:* викторины, «Поле чудес» и др. |
| 4. | *Встречи*: с футболистами, ветеранами футбола, тренерами, посещение музеев футбольных клубов |
| 5. | *Спортивные праздники и развлечения:* «Моя футбольная семья», «Прояви себя в футболе» (лучший финт, празднование гола, образ футболиста), «Девочки в игре!» |
| 6. | *Соревнования по футболу* среди девочек, мальчиков, воспитателей, родителей |
| 7. | *Футбольный флешмоб* |
| 8. | *Круговая тренировка* (выполнение на спортивных «станциях» упражнений с футбольным мячом или игровых заданий) |
| 9. | *Коллективное посещение официальных матчей и мероприятий* |

Анализ результатов диагностического наблюдения за эмоциональным состоянием детей (по методике Т.В. Савенковой, Л.П. Стрелковой) показал, что большинство детей владеют эмоциями радости и грусти, гнева и удивления, умеют договариваться со сверстниками.

Выстроенная система мероприятий по ознакомлению дошкольников с футболом способствует физическому развитию детей, помогает им развивать свои эмоциональные навыки, контролировать свои чувства, проявлять эмпатию, управлять конфликтами и работать в команде. Это делает детей более чуткими, уверенными и способными справляться с жизненными трудностями. Коллективное взаимодействие обогащает жизнедеятельность всех участников образовательных отношений.

**Список литературы**

1. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 288. С.

2. Программа физического развития детей дошкольного возраста «Вечное движение» (спортивно-ориентированный аспект) / Е.В. Демидова, А.И. Демидова, И.В. Румянцева и др.; под ред. Е.В. Демидовой. –Краснодар: Экоинвест, 2016. – 268 с.: ил.

3. Юдина М. Г. Эмоциональный интеллект в дошкольном возрасте и его исследования / М. Г. Юдина // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12. – № 1.

**УДК 372.2**

# РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.С. Кривова, Е.В. Гусева, А.И. Филимонова
Детский сад № 184, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассмотрены различные аспекты роли современных физкультурно-оздоровительных технологий в работе с детьми дошкольного возраста. Доказывается, что рациональное сочетание отдельных современных физкультурно-оздоровительных технологий в работе с детьми дошкольного возраста способствует росту физической и умственной работоспособности, тренированности организма, а также укреплению здоровья детей. Сделан вывод о необходимости ведения работы, направленной на приобретение и повышение уровня компетенций в области применения современных физкультурно-оздоровительных технологий педагогических работников и специалистов дошкольных образовательных организаций.

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительные технологии, образовательный процесс, компетенции, инновации, дошкольное образование.

Проблема охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста требует систематического изучения и выявления наиболее эффективных форм и методов физкультурно-оздоровительной работы в условиях дошкольных образовательных организаций.

Одним из направлений, способствующих достижению и поддержанию физического благополучия, снижению риска развития заболеваний среди детей дошкольного возраста, является внедрение и использование в работе дошкольных образовательных организаций современных физкультурно-оздоровительных технологий, включающих различные авторские оздоровительные методики и программы применения физических упражнений, современные виды двигательной деятельности и фитнес-технологии.

Главной сущностной и целевой характеристикой любой физкультурно-оздоровительной технологии является обеспечение физического здоровья занимающихся, проявляющегося в состоянии полного физического, душевного и социального благополучия.

Сегодня физкультурно-оздоровительные технологии могут реализовываться в дошкольных образовательных организациях по самым разным направлениям, таким, как игровой стретчинг, детский пилатес, степ-

аэробика, фитбол-гимнастика, аквааэробика, занятия с использованием тренажеров, игровой самомассаж и др.

В работе К.Д. Як отмечается, что в качестве эффективных занятий, направленных на развитие и координацию мышечно-двигательного корсета, а также коррекцию всех видов физиологических функций организма детей дошкольного возраста, может выступать игровой стретчинг, отличающийся от обычного тем, что все задания предполагают выполнение упражнений под музыкальное сопровождение с имитацией движений различных животных, персонажей из сказок, мультфильмов и т.д. [7].

Все игровые ситуации, задания и упражнения в игровом стретчинге направлены на решение таких оздоровительных и развивающих задач, как предотвращение различных деформаций позвоночника, укрепление суставов и связок, формирование правильной осанки, развитие гибкости, координации и выносливости.

Л.М. Лукьянова указывает на положительную роль в развитии гибкости, силы и подвижности организма детей дошкольного возраста занятий детским пилатесом. Система физических упражнений в детском пилатесе предполагает выполнение детьми плавных движений в сочетании с дыханием, направленных на активацию не только крупных мышечных групп, но и глубоких мышцы, формирующих внутренний корсет [3].

Н.М. Баранова указывает на высокую эффективность степ-аэробики в процессе проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Это танцевальная аэробика, в которой применяются специальные невысокие платформы – степы. Благодаря занятиям степ-аэробикой у детей развивается координации, совершенствуется точность движений, формируется правильная осанка, устойчивость равновесия, укрепляется сердечно-сосудистая и дыхательные системы, улучшается общее эмоциональное состояние [2].

Н.Л. Николаева указывает на возможность применения, в отдельных дошкольных образовательных организациях, еще одного вида физкультурно-оздоровительных технологий, связанного с аэробикой – аквааэробики [5].

Аквааэробика обеспечивает высокий оздоровительный эффект и способствует одновременному укреплению всех групп мышц за счет их ритмичного расслабления и напряжения в условиях водной среды.

В статье О.А. Минтимировой описывается эффективность применения на занятиях с детьми дошкольного возраста фитбол-гимнастики [4].

Фитбол-гимнастика предполагает чередование динамических и статических упражнений с использованием особого мяча. В процессе занятий фитбол-гимнастикой происходит развитие основных двигательных действий, чувства равновесия, формирование правильной осанки, укрепление мышц спины и брюшного пресса.

Также к современным физкультурно-оздоровительным технологиям следует отнести занятия с использованием тренажеров. В качестве тренажеров при работе с детьми дошкольного возраста, Т.А. Абатулова

отмечает эффективность использования дисков здоровья, велотренажеров, беговых дорожек, мини-батутов и гимнастических роллеров. В процессе занятий на тренажерах у детей более эффективно развивается сердечно-сосудистая и дыхательная системы, формируются основные физические качества и укрепляется здоровье. Также, по мнению автора, упражнения с использованием тренажеров вносят разнообразие в занятия физической культурой и спортом, что способствует проявлению большего интереса у детей к физкультурно-спортивной деятельности [1].

По мнению Е.А. Филиной, большой потенциал в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста имеется у игрового самомассажа. Такой самомассаж с музыкальным сопровождением доставляет детям чувство удовольствия, улучшает настроение, способствует формированию осознанного стремления к развитию собственных оздоровительных навыков [6].

Все представленные технологии направлены на укрепление здоровья детей дошкольного возраста и формирование здорового образа жизни.

Несмотря на то, что в Федеральной образовательной программе дошкольного образования использование современных физкультурно-оздоровительных технологий явно не предусмотрено, они могут применяться в качестве дополнительных занятий.

Внедрение современных физкультурно-оздоровительных технологий в образовательную сферу дошкольных образовательных организаций предполагает ежедневное обеспечение детей дошкольного возраста необходимым объемом двигательной активности, позволяющей повысить физическую и умственную работоспособность, а также способствующей общему развитию и укреплению здоровья детей.

Разнообразие современных физкультурно-оздоровительных технологий позволяет значительно повысить интерес детей дошкольного возраста к занятиям физической культурой и укреплению собственного здоровья.

Использование современных физкультурно-оздоровительных технологий требуют от специалистов дошкольной образовательной организации наличия специальных знаний в области физкультурно-оздоровительной деятельности. В связи с этим актуальным представляется ведение работы, направленной на приобретение и систематическое повышение уровня компетенций лиц работающих с детьми дошкольного возраста.

Понимание и умение использовать всю совокупность методов и приемов, реализуемых в современных физкультурно-оздоровительных технологиях, будет способствовать не только повышению эффективности работы педагогических работников дошкольных образовательных организаций, направленной на оздоровление детей дошкольного возраста, но и достижению результатов на основе мотивированного выбора детьми различных видов физической активности.

**Список литературы**

1. Абатурова Т.А. Использование детских спортивных тренажеров для эффективного развития физических качеств детей дошкольного возраста / Т.А. Абатурова, Л.Р. Михеева / Педагогика и психология в XXI веке: современное состояние и тенденции исследования. Сборник материалов X всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых педагогов. - Киров, 2022. - С. 188-193.

2. Баранова Н.М. Степ-аэробика как средство физического развития дошкольников / Н.М. Баранова // Актуальные исследования. - 2021. - №41. - С. 28-30.

3. Лукьянова Л.М. Использование инновационных технологий физической культуры и спорта в дошкольных образовательных учреждениях / Л.М. Лукьянова, А.Р. Малахова // Наука-2020. - 2022. - №3. - С. 122-128.

4. Минтимирова О.А. Использование фитбол гимнастики для оздоровления дошкольников 6-7 лет / О.А. Минтимирова // Актуальные научные исследования. Сборник статей IX международной научно-практической конференции. - Пенза, 2022. - С. 223-225.

5. Николаева Н.Л. Аквааэробика в ДОУ как средство развития плавательных навыков у детей дошкольного возраста / Н.Л. Николаева // Современные тенденции развития дошкольного и начального образования. Материалы II международной научно-практической конференции. - Глазов, 2023. - С. 229-231.

6. Филина Е.А. Здоровьесберегающие технологии в доу. Игровой самомассаж / Е.А. Филина, О.П. Коршина, С.Г. Гельмель // Мир детства и образование. Сборник материалов XV международной научно-практической конференции. - Магнитогорск, 2021. - С. 251-255.

7. Як К.Д. Игровой стретчинг - инновационная технология здоровьезбережения в ДОУ / К.Д. Як // Современная наука: актуальные вопросы, достижения и инновации. Сборник статей XXXI международной научно-практической конференции. - Пенза, 2023. - С. 147-149.

**УДК 372.2**

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА В ОБУЧЕНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ ПЛАВАНИЮ

Е.Н. Кудиева, Е.А. Игумнова
Центр – детский сад № 107, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Встатье рассматривается опыт использования плавания как одного из направлений по патриотическому воспитанию детей дошкольного возраста. Авторы статьи предлагает идеи использования регионального компонента в процессе обучения. Это позволит не только сформировать у детей навыки плавания, но и привить им любовь к родному краю, уважение к его истории и культуре. Статья будет интересна специалистам в области физической культуры и спорта, педагогам, инструкторам по плаванию, а также всем, кто занимается патриотическим воспитанием дошкольников.

**Ключевые слова:** региональный компонент, базовые ценности, образовательная программа.

Формирование ценностей, заложенных в Федеральной образовательной программе, у дошкольников является одной из важнейших задач в образовательном процессе. Ценности представляют собой принципы, идеалы и убеждения, которые определяют наше поведение и отношение к окружающему миру. Они помогают детям развиваться как личности, формируют их мировоззрение и определяют их будущие поступки.

Среди таких ценностей можно выделить уважение к себе и другим, терпимость, ответственность, честность, трудолюбие, любовь к природе, патриотизм и здоровый образ жизни с использованием регионального компонента.

Может ли плавание, как один из видов физической активности, способствовать реализации этих педагогических целей?

Плавание – это не только спорт и развлечение, но и важный элемент развития ребенка. Оно способствует укреплению здоровья, развитию координации движений и мышечной системы, а также формированию навыков безопасного поведения на воде. Использование регионального компонента в обучении дошкольников плаванию может сделать этот процесс более интересным и познавательным для детей.

Региональный компонент – это информация о регионе, в котором проживает ребенок. Это могут быть исторические события, культурные традиции, природные особенности и достопримечательности. Использование регионального компонента в обучении плаванию позволяет детям лучше узнать свой край, его историю и культуру.

Так, в развлечениях с детьми на воде мы стали использовать местный фольклор**,** игры, сюжеты преданий. В бассейне создавали атмосферу региона, украшали его элементами, связанными с историей Кубани, использовали кубанскую музыку. Такие развлечения, как «Живая вода и злой волшебник Коронарт», «Легенда о Кубани», «Казачьи состязания» вызвали у детей большой эмоциональный подъем. Во время развлечений в бассейне, ребята закрепляли умение координировать движения рук и ног, чтобы передвигаться по воде; правильно дышать во время плавания; дольше находиться в воде, что способствует развитию выносливости и укреплению сердечно-сосудистой системы; командному взаимодействию; развивали чувство равновесия и пространственную ориентацию. А использование регионального компонента в обучении плаванию помогли формированию у детей уважение к своему региону, его истории и культуре, что способствует их патриотическому воспитанию и развитию чувства гордости за свой край.

Такие мероприятия позволяют проводить целенаправленную работу в рамках годового плана по приобщению детей к базовым ценностям российского народа с учетом регионального компонента, систематизируют работу, способствующую реализации патриотического развития, творческого потенциала в соответствии с ФОП [6]. Региональный компонент в обучении плаванию – это отличный способ сделать занятия более интересными и познавательными. Дети будут не только учиться плавать, но и узнавать больше о своем регионе. Это поможет им лучше понять мир вокруг себя и стать более уверенными в себе.

**Список литературы**

1. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. М., ТЦ Сфера, 2012.

2. М. Рыбак, Г. Глушкова, Г Поташова «Раз, два, три, плыви» методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. Москва, обруч, 2010.

3. Н.Ж. Булгакова: Игры у воды, на воде, под водой: Физкультура и спорт 2000.

4. Рыбалова И. Ознакомление с родным городом как средство патриотического воспитания. // Дошкольное воспитание. – 2003. – No6. – С. 45-49.

5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# КУЛЬТУРА ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНКА ТРЕТЬЕГО ГОДА ЖИЗНИ

Ю.Н. Левченко, М.В. Витовецкая
Центр развития ребенка детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье дана характеристика опыта педагогической работы по развитию культуры движения у детей третьего года жизни в детском саду, приводятся примеры занятий из календарно-тематического плана, рассматриваются особенности проведения занятий с детьми, в том числе с включением игровых элементов.

**Ключевые слова:** культура движения, занятия, физическая активность, подвижные игры, дети раннего возраста, развивающие упражнения.

В раннем возрасте многие дети, как правило, проявляют двигательную активность, они подвижные, энергичные, однако их движения еще несовершенны, дети недостаточно ловкие, не всегда могут удерживать координацию движений. Задача воспитателей в этот период состоит в том, чтобы помочь детям в их гармоничном физическом развитии, помочь приобрести разнообразный двигательный опыт, а также обеспечить безопасность детей. Необходимо формирование культуры движений у детей.

Работу по формированию культуры движений у детей раннего возраста мы осуществляем в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования [1], Федеральной образовательной программой дошкольного образования [2], а также методическим пособием «Физическое развитие детей раннего возраста» для реализации образовательной программы «Теремок» (Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова) [3].

В своей работе мы учитываем рекомендации таких исследователей, которые изучали вопросы физического развития детей, как Э.А. Степаненкова [4], Т.В. Цветкова [5] и др.

Занятия по развитию культуры движений детей включены нами в календарно-тематический план, который мы реализуем в течение всего учебного года. Чтобы поддерживать интерес детей к физической активности, в рамках занятий мы применяем атрибуты (платочки, разноцветные колечки и др.). Например, в сентябре проводим занятия с погремушками на темы «Поиграем с Петрушкой», «В гости к Матрешке», в октябре – занятия с шишками «В гостях у белочки и зайчика», «Подарки», в ноябре – занятия-имитации со сказочными игровыми персонажами «На прогулку в лес пойдем», «В гости в деревню». В декабре организуем с детьми занятия с платочками, в январе – со скамейками и ленточками, в феврале – с палками и кубиками, в марте – с разноцветными колечками и игровыми персонажами.

В апреле по плану предусмотрены занятия с разноцветными косичками и обручами, а в мае – с косичками и большими мячами. В рамках занятий проводим с детьми подвижные игры.

Занятия, которые мы проводим с детьми для развития их культуры движений, состоят из трех частей – вводной, основной и заключительной. Во вводной части мы создаем у детей мотивацию к деятельности на занятия, проводим игры и упражнения. В ходе основной части организуем с детьми общие развивающие упражнения, а также самостоятельную двигательную активность детей. Все действия детей в основной части занятия подчинены теме и игровому сюжету. В заключительной части проводим с детьми упражнения в ходьбе, а также хороводы и малоподвижные игры.

Во время занятий мы уделяем внимание каждому ребенку, поэтому проводим занятия по небольшим подгруппам. Занятия проводим 2-3 раза в неделю, продолжительность каждого занятия 15–20 минут. Чтобы дети не уставали во время занятий, а сами занятия были эффективными для физического развития детей, мы соблюдаем нормативы по двигательной нагрузке. Объем нагрузки на каждом физкультурном занятии составляет примерно 780–930 шагов, которые выполняют дети, что соответствует интенсивности 62 движения в минуту. Во время занятий мы обращаем внимание на длительность непрерывного бега детей, она составляет 30–40 секунд. Дозировка общих развивающих упражнений составляет 4–5 раз, а прыжков – 4–6 раз с возможностью повторения в чередовании с ходьбой.

Во время занятий дети выполняют такие двигательные действия, как ходьба по прямой линии, по кругу и на месте, повороты, прыжки, лазание, ползание и др. Все эти упражнения формируют культуру движений детей третьего года жизни.

Педагогическое руководство занятиями следующее. Вначале занятия воспитатель показывает, как нужно выполнять упражнение, выполняет его вместе с детьми. Затем следит за тем, как задание выполняют дети. Воспитатель помогает детям, а также создает условия для того, чтобы дети приобретали двигательный опыт самостоятельно. Все занятия мы всегда проводим с музыкальным сопровождением, так как музыка благотворно влияет на детей.

Чтобы развивать культуру движений детей третьего года жизни, мы также в течение года организуем для детей физкультурные развлечения. Так, проводим развлечения на темы «Магазин игрушек», «У куклы Маши день рождения», а также совместное развлечение «Вместе с мамой». Такие развлечения являются большими праздниками для детей, во время которых дети получают заряд энергии, учатся взаимодействовать друг с другом, учатся двигаться более ловко, тренируется координация движений.

Для оценки эффективности проводимой работы в начале и в конце учебного года (в сентябре и в июне) мы осуществляем диагностику развития физических качеств детей. Диагностика показывает, что присутствует положительная динамика – дети становятся более ловкими, реже

спотыкаются, шаг становится более уверенным, они умеют прыгать, бегать, перелезать через препятствия, огибать предметы, у них повышается интерес к физической активности, двигательным играм, гимнастике.

Таким образом, развитие культуры движений у детей третьего года жизни является важной частью физического развития, формирования физической культуры и здорового образа жизни детей. Эффективность данной работы достигается за счет ее системности в течение всего учебного года, последовательности, дозирования нагрузки и формирования у детей мотивации за счет включения в занятия игр и сказочных сюжетов.

**Список литературы**

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // Российская газета. 2013. №265. 25 ноября.

2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. Москва : Сфера, 2023. 208 с.

3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Физическое развитие детей третьего года жизни. Москва : Цветной мир, 2019. 80 с.

4. Степаненкова Э.А. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. Москва : Мозаика, 2022. 168 с.

5. Цветкова Т.В. Подвижные игры для детей. Москва: Сфера, 2018. 128 с.

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГОВ В РАМКАХ ОКАЗАНИЯ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ДЕТСКОМ САДУ

С.Н. Лысенко, Г.В. Щербинская
Детский сад комбинированного вида № 70 «Березка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описано взаимодействие учителя-логопеда, педагога-психолога и воспитателя в рамках оказания логопедической помощи детям в детском саду. Рассмотрена актуальность работы с детьми с невысокой степенью речевых нарушений. Организация работы с такими детьми имеет определенные сложности и нуждается в систематическом закреплении. Исходя из этого, возникает необходимость организовать в детском саду взаимодействие педагогов для эффективного устранения речевых нарушений у детей.

**Ключевые слова:** логопедическая помощь; речевые нарушения; социальная адаптация; познавательная сфера; взаимодействие.

В настоящее время в детский сад приходит все больше детей с речевыми нарушениями, которые сказываются негативно на условиях получения ребенком образовательных услуг и его развитии в дальнейшем. Своевременная работа по устранению речевых нарушений играет огромную роль в развитии ребенка и его социальной адаптации [5]. Нарушения речи, прежде всего, влияют на развитие познавательной сферы ребенка. У таких детей наблюдается снижение продуктивности запоминания, торможение мыслительных процессов и т.д. Ввиду разной степени выраженности речевых нарушений не все воспитанники с дефектами речи могут быть зачислены в группу компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи. В настоящее время альтернативой для таких детей стала такая форма работы как оказание логопедической помощи в образовательной организации. Отбор детей для оказания логопедической помощи проходит через психолого-педагогический консилиум образовательной организации с учетом степени выраженности речевого дефекта и возрастной группы. Так, например, дети подготовительной к школе группы имеют приоритет на получение такой помощи, поскольку время для исправления речевых дефектов у них ограничено и к завершению пребывания в детском саду их нарушения речи должны быть исправлены, так как от этого напрямую зависит школьная успеваемость и адаптация в школе в целом.

Оказание логопедической помощи детям с менее выраженными речевыми нарушениями заключается в том, что дети находятся в общеразвивающих группах и учитель-логопед встраивает свои занятия в общий образовательный процесс. Такая организация работы с детьми, с одной стороны оправдана необходимостью оказания своевременной

логопедической помощи детям, с другой стороны несет определенные сложности в работе с детьми. В процессе работы с детьми в рамках оказания им логопедической помощи, мы пришли к выводу, что меры по устранению речевых нарушений у детей будут наиболее эффективны, если организовать взаимодействие учителя-логопеда, педагога-психолога и воспитателя.

Учитель-логопед разрабатывает план работы по исправлению речевых нарушений в соответствии с диагностическими данными и поставленными целями, задачами и в соответствии с возрастными особенностями и возможностями ребенка. Работа с детьми реализуется в индивидуальной и подгрупповой форме.

Исправление дефектов речи процесс сложный, многоплановый и нуждается в систематическом закреплении, как в детском саду, так и дома [3]. Исходя из этого, возникает необходимость не только повышать компетентность родителей, но и научить воспитателей групп общеобразовательной направленности работать с такими детьми. В целях привлечения к работе с детьми с речевыми нарушениями воспитателей учитель-логопед проводит индивидуальные и групповые консультации, семинары-практикумы, мастер-классы и т.д.

Воспитатель находится с детьми практически целый день и ему доступно во все режимные моменты вплетать элементы заданий учителя-логопеда, способствуя, таким образом, успешному закреплению речевых навыков. В течение дня педагог выполняет с детьми артикуляционные гимнастики, пальчиковые гимнастики и проводит игры, в которых координируется речь с движениями.

Немаловажная роль в организации работы с детьми с речевыми нарушениями отводиться и педагогу-психологу. Часто у детей с нарушениями речи присутствуют нарушения в развитии познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сферах личности [2]. Наиболее часто встречаются нарушения внимания, памяти, логического мышления. У детей с речевыми нарушениями часто наблюдается тревожность, застенчивость, низкая самооценка. Все это оказывает негативное влияние на развитие ребенка в целом и существенно тормозит процесс коррекционной работы. Педагог-психолог помогает учителю-логопеду и воспитателю найти подход к воспитанникам с учетом их особенностей, проводит индивидуальные коррекционно-развивающие занятия и подгрупповую работу с детьми, дает рекомендации воспитателю с описанием игр и упражнений, направленных на решение психологических проблем ребенка.

Совместная работа педагогов оказывает положительное влияние на развитие детей с речевыми нарушениями. Систематическое закрепление логопедического материала в режимных процессах и использование психологических приемов помогают детям быстрее справиться с нарушениями речи.

Также педагоги привлекают к работе с детьми и родителей. Для родителей воспитанников с речевыми нарушениями проводятся

просветительские мероприятия помогающие понять родителям психологические особенности ребенка и приемы работы с детьми, направленные на исправление речевых нарушений у детей. Подготовка мероприятий для родителей также проводиться совместно в связке учитель-логопед – педагог-психолог – воспитатель. Привлечение родителей к работе с детьми позволяет повысить результативность педагогических воздействий.

Опыт нашей работы позволяет нам прийти к выводу, что совместная работа педагогов, направленная на решение речевых нарушений у детей наиболее продуктивна. Таким образом, можно сказать, что взаимодействие педагогов в рамках работы по оказанию логопедической помощи воспитанникам способствует эффективной социализации ребенка.

**Список литературы**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с.

2. Волковская Т.Н., Юсупова Г.Х. Психологическая помощь дошкольникам с общим недоразвитием речи. М.: Книголюб, 2008. 96 с.

3. Нищева Н.В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи. СПб.: Детство-Пресс, 2009. 560 с.

4. Федеральный государственный стандарт дошкольного образования. М.: Сфера, 2019. 80 с.

5. Филичева Т.Б. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи: Программно-методические рекомендации / Т.Б. Филичева, Т.В. Туманова, Г.В. Чиркина. М.: Дрофа, 2009. 189 с.

**УДК 373.2**

# РАЗВИТИЕ РЕЧИ РЕБЕНКА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ

Т.Р. Мазурова, Е.В. Колокуток
Центр развития ребенка-детский сад № 134, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается связь между движением и развитием речи у детей. Обосновано, что двигательная активность способствует не только физическому, но и речевому развитию детей, формируя мышление, восприятие и коммуникативные навыки. Приведены примеры практических занятий и игр, которые интегрируют движение и речевую активность. Также обсуждаются рекомендации для родителей и воспитателей по включению движении в повседневную жизнь детей для стимуляции речевых навыков.

**Ключевые слова:** развитие речи, движение, двигательная активность, игровые занятия, речевые навыки, раннее детство, воспитание, взаимодействие, родители, воспитатели.

Речь играет ключевую роль в жизни ребенка, определяя его способность общаться, выражать свои мысли и строить социальные связи. Исследования показывают, что активные движения стимулируют речевые центры в мозге.

Целью данной статьи является изучение взаимосвязи между движением и развитием речи у детей, а также предоставление практических рекомендаций для родителей и педагогов на основе теоретических основ.

Речь формируется в контексте социальной среды, и исследование ее этапов и факторов развития является ключевым для понимания речевых затруднений и успешности обучения. Двигательная активность является основой эмоционального и социального развития. Она значительно влияет на речевые навыки.

Моторное развитие тесно связано с когнитивными функциями, так как движения активируют участки мозга, отвечающие за восприятие и обработку информации, что непосредственно влияет на навык общения.

Активное развитие общей моторики осуществляется в дошкольном возрасте. В связи с этим мы провели выборку среди родителей детей с речевыми расстройствами в дошкольном и младшем школьном возрасте. Прямая зависимость между развитием речи и уровнем развития общей моторики не была обнаружена, однако наше исследование подтверждает положительное влияние физических упражнений на речевые навыки детей. Так, 77 % опрошенных родителей, у которых есть два и более детей дошкольного и младшего школьного возраста, отметили, что физическая активность не ухудшает коррекционный процесс и не вызывает утомления у ребенка, а, напротив, способствует улучшению его внимания и концентрации

во время занятий [1]. Развивая свои двигательные способности, дети укрепляют выносливость и устойчивость, что создает благоприятные условия для логопедических занятий. В результате дети становятся все более уверенными и раскрепощенными, что, как известно, помогает преодолеть стеснение из-за речевого дефекта.

Кроме того, 76 % респондентов подчеркивают, что чередование умственной деятельности и физической активности в течение дня положительно сказывается на учебных успехах детей. В процессе исследования также подтвердилось, что двигательная координация является важным компонентом для развития произвольных движений [2]. Дети, занимающиеся спортом более одного года (65 % среди опрошенных), стали лучше выполнять тонкие и дифференцированные движения руками и ногами. Это позволяет предположить, что в целом нормализуется состояние мышечной системы, включая мышцы языка, гортани и грудной клетки, что способствует правильному произношению и улучшению речевого дыхания.

Рекомендации для родителей и воспитателей

1. Регулярная физическая активность.
2. Чередование умственной и физической нагрузки.
3. Интеграция игр с речевым развитием.
4. Создание поддерживающей атмосферы [3].

Подводя итоги, можно утверждать, что движение играет ключевую роль в речевом развитии детей. Активные игры и спортивные занятия положительно влияют на внимание, концентрацию и уверенность в себе. Улучшая физические навыки, дети также развивают свои речевые способности, что создает основу для успешной социальной адаптации и взаимодействия.

**Список литературы**

1. Бабиянц К.А., Коломийченко Е.В. Физическая культура и спорт как факторы формирования самоотношения посредством развития позитивного восприятия образа телесности у студенческой молодежи. Учебно-методическое пособие. М.: КРЕДО, 2016. 52 с.

2. Коломийченко Е.В., Пруцева А.А. Формирование ценностного отношения детей к своему здоровью средствами физической культуры // Исследования молодых ученых: психолого-медико-педагогические проблемы современного образования. Материалы Всероссийской научно-практической студенческой конференции. 2017. С. 230-233.

3. Кожалиева Ч.Б. Современные подходы к оценке психофизических особенностей ребенка для подтверждения статуса «Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», 2016. 45 с.

4. Выготский Л. С. В 92 Психология развития ребенка. – М: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2004. – 512 с. (Серия «Библиотека всемирной психологии»)

5. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях, - М.: Издательство ГНОМ и Д, 2001.

**УДК 373.2**

# ФЕНОМЕН БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

И.В. Макрушина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается феномен безопасности образовательной среды. Безопасность образовательной среды определяет уровень отношений и связей в системе образования и ее способность обеспечить условия по обучению и воспитанию обучаемых в ней по формированию общественно значимых ценностей для личности, общества и государства в нашей стране, которые выступают системообразующим фактором. Они объединяют все элементы безопасности образовательной среды и образуют систему безопасности образовательной среды.

**Ключевые слова:** феномен, безопасность, образование, образовательная среда, виды безопасной образовательной среды, образовательная организация.

Современный этап развития российского образования проявил проблемы формирования безопасности образовательной среды, обусловил необходимость научных исследований не только в области философии, психологии и социологии, но и педагогики. В период модернизации существующей системы российского образования на передний план выходят вопросы формирования безопасности образовательной среды. Данная проблема актуальна для всех участников образовательных отношений, как для учителей, преподавателей, обучающихся, для руководителей образовательных организаций и обслуживающего персонала, так и для Министерства образования, науки и молодежной политики, которые определяют цели, задачи, методы, условия формирование и совершенствование образовательной среды образовательных организаций [2, 3].

Образовательная *среда* – это совокупность элементов среды бытия людей, объективных условий и субъективных факторов, в их диалектической взаимосвязи, обусловливающих цель, мотивы, средства, способы, формы процессов научения и воспитания обучающихся, предопределяющих достижение ими результатов, соответствующих потребностям и интересам развития как самого научаемого, так и социальных общностей, обществу, стране в целом [4].

При конструировании образовательной среды в образовательной организации необходимо учитывать задачи обеспечения безопасности образовательной среды, а также решение задач в образовательной области безопасности жизнедеятельности.

Особое значение при решении этих задач имеет научная разработка феномена безопасности образовательной среды. А также обоснование и разработка, используемых метолов и средств достижения ее безопасности [1].

Основываясь на теории безопасности и гуманизации образования возможно выделить следующую совокупность компонентов безопасности образовательной среды, таких как нормативно-правовые, эмоционально-комфортные, культурно и социально ориентированные, здоровьесохраняющие и защищающие, познавательно-творческие и развивающие, процессуально-технологические [5].

Основные виды безопасности образовательной среды, которые складываются между ее участниками в процессе функционирования представлены на рисунке 1, где БОС – безопасность образовательной среды и ее субъектов; ИБ – информационная безопасность образовательной среды; БД – безопасность деятельности, функционирования образовательной среды; ДБ – духовная безопасность участников образовательной среды; ПБ – психологическая безопасность; СЭкБ – социально-экологическая безопасность;ББ – биологическая безопасность [6].

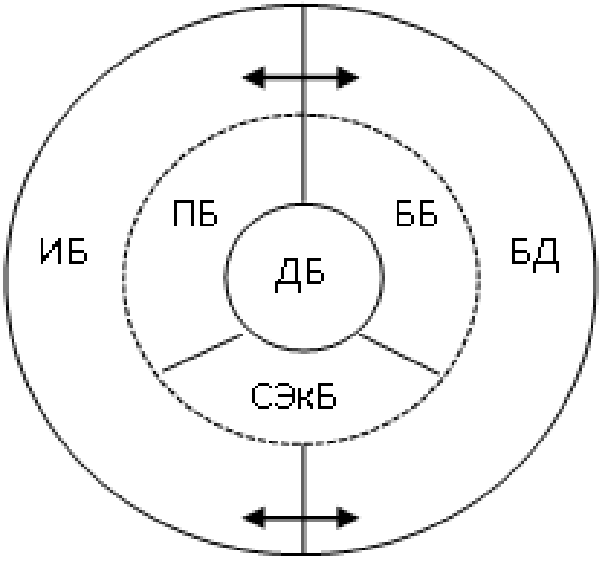



Рисунок 1 – Структура основных видов безопасности образовательной среды (по Михалкину Н.В., Аверюшкину А.Н.)

В определении безопасной образовательной среды присутствуют черты феномена «безопасность» как состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз, но не определяет природу и сущность феномена «безопасность образовательной среды» [6].

Безопасность образовательной среды – это определенный уровень отношений и связей в системе образования и ее способность обеспечить безопасные условия по обучению и воспитанию обучаемых в ней по

формированию общественно значимых ценностей для личности, общества и государства в нашей стране, которые выступают системообразующим фактором. Они объединяют все элементы безопасности образовательной среды и образуют систему безопасности образовательной среды [6].

Система безопасности образовательной среды включает в себя следующие элементы:

- субъекты деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды;
- образовательные организации и социальные институты;
- общественно-политические движения;
- безопасное сознание;
- безопасные нормы;
- культуру безопасности общества;
- общественные отношения, сложившиеся в стране, которые проявляют себя в укреплении безопасности образовательной среды;
- деятельность всех субъектов безопасности образовательной среды;
- действенное функционирование вещественных компонентов образовательной среды.

Взаимосвязи элементов системы безопасности образовательной среды представлены на рисунке 2.

.




Рисунок 2 – Элементы системы безопасности образовательной среды (по Михалкину Н.В., Аверюшкину А.Н.)

Таким образом, образовательная среда является частью среды обитания, сформированная социумом и способствует раскрытию задатков, талантов обучающихся и подготовке их к практической деятельности.

Безопасность образовательной среды, имея в себе черты феномена «безопасность», представляет собой системное образование, включает в себя разные виды безопасности и является важнейшим условием достижения безопасности обучаемых и других участников образовательной среды.

**Список литературы**


1. Ахромова, А. Г. Особенности преподавания предмета «Психологические основы безопасности жизнедеятельности» для направления подготовки «Педагогическое образование», направленность (профиль) «Безопасность жизнедеятельности»: сборник трудов конференции. / А. Г. Ахромова, К. Р. Саакова, Н. В. Иванова // Актуальные вопросы социальной педагогики и психологии: теория и практика : материалы Всеросс. науч.-практ. конф. (Азов, 19 нояб. 2019 г.) / редкол.: М. В. Залужная [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2019. – С. 23-25. – ISBN 978-5-6043758-0-8
2. Иванова, Н. В. Алгоритм построения успешной образовательной деятельности на уроке физической культуры / Н. В. Иванова // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2022. – № 4. – С. 38-43. – DOI 10.53742/1999-6799/4_2022_38_43. – EDN RNHUGI.
3. Иванова Н.В. Анализ причин неуспешной образовательной деятельности на уроке // Проблемы Науки. 2022. №9 (178). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-prichin-neuspeshnoy-obrazovatelnoy-deyatelnosti-na-uroke (дата обращения: 10.11.2024).
4. Иванова Н.В. Технология создания успешной образовательной деятельности на уроке физической культуры // Проблемы Науки. 2022. №9 (178). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-sozdaniya-uspeshnoy-obrazovatelnoy-deyatelnosti-na-uroke-fizicheskoy-kultury (дата обращения: 10.11.2024).
5. Иванова, Н.В. Практикум по профилю подготовки [Текст] : учебное пособие / Н.В. Иванова; Министерство спорта Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма». - Краснодар : КГУФКСТ, 2018. - 246 с. : ил., табл.; 21 см.
6. Михалкин Н.В., Аверюшкин А.Н. Содержание и виды безопасности образовательной среды [Электронный ресурс] // Язык и текст. 2021. Том 8. № 1. – С. 82–96. DOI:10.17759/langt.2021080110

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СОГЛАСНО ФГОС

Л.С. Мальцева, М.С. Акинина, О.В. Зубенко
Детский сад № 191, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Взаимодействие родителей и дошкольного образования является одной из ключевых тем, обсуждаемых в контексте Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС). Согласно этим стандартам, образовательные учреждения должны обеспечивать активное участие родителей в жизни ребенка и процессе обучения. Это способствует созданию благоприятной атмосферы для развития детей, их социализации и адаптации к школьной среде. Родители могут участвовать в различных мероприятиях, организованных детским садом, таких как праздники, дни открытых дверей, встречи с педагогами и другие активности. Также родители имеют право получать информацию о состоянии здоровья и развитии своего ребенка, участвовать в обсуждении планов работы воспитателей и выражать свои пожелания и предложения. Все эти меры направлены на улучшение качества образования и создание комфортных условий для детей и их семей.

**Ключевые слова:** взаимодействие, дошкольное образование, совместная деятельность, роль педагога, роль родителей, поддержка.

Взаимодействие родителей и дошкольного образования согласно ФГОС.

В современном обществе вопрос о взаимодействии родителей и образовательных учреждений, особенно в дошкольном образовании, становится все более актуальным. Одним из основных документов, регулирующих деятельность дошкольных образовательных организаций в России, является Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС). Этот стандарт определяет основные подходы, цели и задачи дошкольного образования, а также акцентирует внимание на важности взаимодействия между родителями и образовательным учреждением.

1. Значение взаимодействия родителей и дошкольного образования

Взаимодействие родителей и дошкольного образовательного учреждения имеет огромное значение для ребенка. Родители играют ключевую роль в формировании личности, поэтому их активное участие в образовательном процессе способствует более полному и комфортному развитию детей. ФГОС подчеркивает, что участие родителей в жизни детского сада помогает создать единое образовательное пространство, где ребенок чувствует поддержку как дома, так и в образовательной среде.

Активное участие родителей в жизни ребенка создает положительную атмосферу в семье. Ребенок видит, что родители заинтересованы в его

успехах и готовы помогать ему развиваться. Это укрепляет отношения между родителями и детьми, делая их более доверительными и открытыми.

Родительское участие в дошкольном образовании может значительно повысить уровень знаний и умений ребенка. Родители могут заниматься с ребенком дома, повторять пройденный материал, помогать выполнять домашние задания. Кроме того, они могут следить за прогрессом ребенка и своевременно корректировать его учебный план при необходимости.

Дошкольное образование дает возможность детям научиться общаться с другими людьми, решать конфликты и работать в команде. Активное участие родителей в этом процессе помогает ребенку быстрее освоить эти навыки и легче адаптироваться к новой социальной среде.

Каждый ребенок уникален и требует индивидуального подхода в обучении. Родители, знающие своего ребенка лучше всех, могут помочь воспитателям и учителям понять его особенности и потребности. Это позволяет создавать более эффективные методы обучения, адаптированные под конкретного ребенка.

2. Основные направления взаимодействия

Соответствующие разделы ФГОС выделяют несколько форм и направлений взаимодействия родителей с дошкольными образовательными учреждениями:

- Информационное взаимодействие. Сюда относится информирование родителей о целях, задачах и содержании образовательной программы, а также о методах работы с детьми. Это может включать родительские собрания, информационные стенды в учреждениях и современные цифровые коммуникации (например, образовательные онлайн-платформы).

- Совместная деятельность. Родители могут участвовать в различных мероприятиях, таких как праздники, творческие мастерские, спортивные соревнования и занятиях. Это не только способствует развитию ребенка, но и укрепляет отношения между родителями и педагогами.

- Консультативная поддержка. Педагоги могут предоставлять родителям советы по вопросам воспитания, развития ребенка и адаптации к условиям детского сада. Взаимодействие в этом направлении помогает родителям лучше понимать потребности и развитие своего ребенка.

- Обратная связь и вовлечение родителей в управление образовательным процессом. Важно учитывать мнение родителей при разработке учебных планов и программ, что позволяет создать более комфортную атмосферу для детей.

3. Роль педагога в организации взаимодействия

Роль педагога в организации взаимодействия является ключевой в образовательном процессе. Педагог выступает не только как источник знаний, но и как модератор и координиратор учебного взаимодействия между учащимися, их родителями и образовательной средой.

Во-первых, педагог создает атмосферу доверия и сотрудничества, что способствует активному участию учеников в учебном процессе.

Эффективное взаимодействие позволяет учащимся обмениваться мнениями, опытом и идеями, что обогащает их знания.

Во-вторых, педагог помогает развивать коммуникативные навыки учащихся, обучая их слушать и уважать мнение других. Это особенно важно в эпоху цифровых технологий, когда навыки общения становятся критически важными.

Третье, организация взаимодействия включает в себя работу с родителями, что позволяет создать единое образовательное пространство. Педагог информирует родителей о результате и процессе обучения, вовлекая их в жизнь класса.

Таким образом, роль педагога в организации взаимодействия многогранна и незаменима для успешного обучения.

4. Примеры эффективных практик взаимодействия

Эффективное взаимодействие родителей и дошкольного образования играет важную роль в развитии детей. Приведем несколько примеров практик, которые помогают укрепить это сотрудничество.

1. Регулярные родительские собрания. Проводя встречи, педагоги могут делиться успехами детей, обсуждать проблемы и совместно разрабатывать стратегии поддержки. Это укрепляет доверие и создает единое образовательное пространство.

2. Открытые дни и мастер-классы. Позволяя родителям участвовать в занятиях, дошкольные учреждения создают возможность для непосредственного знакомства с методами обучения. Это помогает родителям лучше понять подходы к развитию детей и способствует совместной деятельности.

3. Информационные рассылки и группы в мессенджерах. Регулярная информация о мероприятиях и достижениях детей позволяет родителям быть в курсе событий и активнее участвовать в жизни учреждения.

4. Обсуждение домашних заданий. Педагоги могут предлагать родителям участвовать в воспитательных занятиях дома, что способствует развитию навыков у детей и укрепляет связь между домом и детским садом.

Эти практики помогают создать гармоничную и продуктивную атмосферу для роста и развития детей.

Заключение.

Таким образом, взаимодействие родителей и дошкольного образования согласно ФГОС – это ключевое условие успешного развития ребенка в образовательной среде. Эффективное сотрудничество между родителями и педагогами создает единую образовательную среду и способствует гармоничному развитию личности. Важно, чтобы как родители, так и педагоги понимали свою ответственность и были готовы сотрудничать во благо будущего детей.

Заключение к статье на тему взаимодействия семьи и дошкольного образования согласно ФГОС подводит итоги исследования этой темы и дает рекомендации для улучшения этого сотрудничества. В данной статье было

рассмотрено несколько ключевых аспектов взаимодействия семьи и дошкольного учреждения, включая участие родителей в образовательном процессе, обмен информацией между родителями и воспитателями, организацию совместных мероприятий и проектов, а также создание условий для эффективной коммуникации между семьей и детским садом.

Основные выводы статьи заключаются в том, что успешное взаимодействие семьи и дошкольного учреждения играет ключевую роль в развитии ребенка. Родители являются главными партнерами в образовании своих детей, и они должны активно участвовать в жизни детского сада, проявляя интерес к тому, чем занимаются их дети, и поддерживая контакт с воспитателями. Важно также отметить, что воспитатели должны уметь слушать родителей, понимать их потребности и находить общий язык с ними. Совместная работа может способствовать созданию благоприятных условий для развития ребенка, повышению качества образовательных услуг и укреплению доверия между всеми участниками образовательного процесса.

**Список литературы**

1. Иванов И.И., Петров П.П. Взаимодействие родителей и дошкольного учреждения: современные подходы и технологии // Дошкольное образование сегодня, №5, 2022.

2. Сидоров С.С. Индивидуальные образовательные траектории в контексте ФГОС // Журнал педагогических инноваций, №1, 2021.

3. Кузнецова К.К. Роль семьи в дошкольном образовании: взгляд педагога и родителя // Педагогический вестник, №2, 2020.

4. Малышева М.М. Семейные проекты в дошкольном образовании: методическое руководство // Воспитание и обучение, №3, 2019.

5. Орлова О.О. Семейные вечера в детском саду: опыт и перспективы // Современные образовательные технологии, №4, 2018.

6. Шуркина, Е. В. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений / Е. В. Шуркина, А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2018 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 295-296.

**УДК 159.922.7**

# ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ КОММУНИКАЦИИ И ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

А.В. Марченко, З.Р. Совмиз
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлен анализ взаимосвязи коммуникации и тревожности детей младшего школьного возраста. Выявлена отрицательная взаимосвязь между данными феноменами. Чем выше сформирована коммуникация, тем ниже вероятность проявления различных компонентов тревожности. Коммуникация обеспечивает ребенку уверенность в себе; позволяет заводить знакомства, реализовываться в социуме. Закрытая потребность в аффиляции обеспечивает психологический комфорт, чувство безопасности и предотвращает появление тревожности.

**Ключевые слова:** тревожность, младший школьный возраст, коммуникация, эмоциональная сфера.

Тревожность одна из наиболее глобальных проблем эмоциональной сферы и благополучия детей в младшем школьном возрасте. В младшем школьном возрасте происходит ряд изменений, связанных со сменой социальной ситуации и необходимостью адаптироваться к меняющимся условиям. Особого внимания заслуживают младшие школьники, находящие на переходном этапе от младшей школы к средней. Данный факт также сопровождается рядом стрессовых факторов: экзамены, увеличение учебной нагрузки, изменение социальной ситуации, изменение в количественном составе учителей, необходимость совмещать учебную нагрузку с дополнительным образованием. На наш взгляд, а данном этапе, очень близком к подростковому, важное значение имеет коммуникация школьниками с окружением.

Основные страхи данного возраста сконцентрированы на особенностях образовательного процесса, учебной успеваемости, реализации социальных мотивов учения, а также спровоцированы несовпадением между учебными достижениями и требованиями учителей и родителей. Последнее влечет за собой чувство стыда, падение уважения к себе [2, 4, 6].

Ф.В. Ширванова и Д.Н. Каримова отмечают, что школьная тревожность может возникнуть от страха потери авторитета, не соответствия ожиданиям, а также от страха оценки. В совокупности данные факторы могут привести к эмоциональной нестабильности, неустойчивой самооценке, личностной тревожности [5].

В связи, с чем **целью исследования** явилось изучение особенностей взаимосвязи коммуникации и тревожности детей младшего школьного возраста.

**Методы исследования**: тест коммуникации как общения у младших школьников (М.И. Рожков), тест уровня школьной тревожности (Б. Филлипс), коэффициент корреляции Пирсона.

**Выборка исследования** 52 учащихся 4 классов МАОУ МО г. Краснодар СОШ № 93 им. К. Обойщикова.

**Описание результатов исследования**. Анализ особенностей взаимосвязи коммуникации с тревожностью детей младшего школьного возраста показал, что выявлена обратная взаимосвязь между исследуемыми параметрами (Таблица 1).

Так высокий уровень коммуникативных навыков будет способствовать снижению общей школьной тревожности, переживанию стресса, фрустрации, страха перед самовыражением и т.д.

Таблица 1 – Коэффициенты корреляции между показателями коммуникации и тревожности младших школьников (n=52)

| Показатели самооценки и тревожности | Коммуникация |
|---|---|
| Общая тревожность в школе | -0,522** |
| Переживание социального стресса | -0,568** |
| Фрустрация потребности в достижении успеха | -0,529** |
| Страх самовыражения | -0,54** |
| Страх ситуации проверки знаний | -0,498** |
| Страх не соответствовать ожиданиям | -0,293* |
| Низкая физиологическая сопротивляемость | -0,347* |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями | -0,408** |

Примечание: * – корреляция значима при $p \leq 0,05$,**– корреляция значима при $p \leq 0,01$.

Полученные данные мы объясняем тем, что в младшем школьном возрасте на этапе перехода в среднюю школу растет актуальность проблемы общения. Под воздействием коммуникации начинает формироваться и приобретать устойчивый и произвольный характер эмоциональная сфера. Поэтому в этом возрасте дети могут быть подвержены к недопонимаю, стрессам, конфликтам, тревожности, беспокойству, оценке себя и других. Они только учатся этому и все это в дальнейшем способствует формированию их как личности, способам совладать с собой, найти подход, прежде всего к себе, а потом и к окружающим.

Помимо этого высокий уровень коммуникации обеспечивает ребенку уверенность в себе; наличие информации о том, что его окружает; позволяет заводить знакомства, находить друзей, самореализовываться в социуме. Закрытая потребность в аффиляции обеспечивает психологический комфорт, чувство безопасности, что, в свою очередь, предотвращает появление тревожности.

Многие исследователи отмечают роль семьи и детско-родительских отношений в формировании данного феномена, так как именно семья в раннем возрасте является одним из наиболее важных источников коммуникации, а также безопасным полем для отработки коммуникативных навыков социального взаимодействия [1, 3].

Таким образом, нами выявлена взаимосвязь между изучаемыми феноменами. Данный факт еще раз подтверждает, что коммуникация и эмоциональная сфера ребенка тесно связаны друг с другом. В данном возрасте идет формирование личности и младшим школьникам еще предстоит научиться контролировать свои чувства и эмоции через процесс коммуникации и социального взаимодействия.

**Список литературы**

1. Берилова, Е.И. Перфекционизм родителей как предпосылкаразвития тревожности у спортсменов младшего школьного возраста / Е. И. Берилова // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2023. – № 13. – С. 39-40.

2. Дехканова, А.А. Факторы возникновения тревожности у младших школьников / А.А. Дехканова // Новые информационные технологии в науке : сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции, Челябинск: ООО "Агентство международных исследований", 2017. – С. 67-70.

3. Маркелова, М.Ю. Взаимосвязь стиля родительского отношения и готовности детей к обучению в школе / М.Ю. Маркелова, А.А. Дубовова, Е.А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 161-162.

4. Ожогова, Е.Г. Динамика и факторы возникновения тревожности у современных младших школьников / Е.Г. Ожогова, Е.В. Намсинк // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 61-4. – с. 314-317.

5. Ширванова, Ф.В. Особенности проявления школьной тревожности / Ф.В. Ширванова, Д.Н. Каримова // Санкт-Петербургский образовательный вестник. – 2019. – № 1-2. – с. 29-30.

**УДК 373.2**

# ПРИОБЩЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ К СОЦИОКУЛЬТУРНЫМ НОРМАМ И ЦЕННОСТЯМ В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Л.Л. Махина, М.М. Лузан, М.А. Сергеева
Центр развития ребенка – детский сад № 23 «Вишенка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация**. В статье рассматриваются особенности совмещения целей физической культуры и морально-нравственного воспитания в работе дошкольной образовательной организации. Представлен вариант группировки задач при сочетании данных взаимодополняющих направлений, показаны средства и методы, подходящие для решения поставленных задач с учетом контекста мероприятия.

**Ключевые слова:** дошкольники; социокультурные нормы; физкультурно-спортивные мероприятия.

В настоящее время проблема духовно-нравственного воспитания дошкольников приобретает все большую актуальность. Нравственные качества не могут возникнуть спонтанно без влияния человеческого окружения. Они формируются и развиваются постепенно, в процессе накопления эмоционального усвоения определенной информации, что в значительной мере зависит от среды, в которой ребенок растет, а также от средств и методов воспитания, которые к нему применяются [5].

Под социокультурным приобщением к ценностям детей принято понимать процесс социокультурного развития, в котором осваивается социальный опыт, формируется общение и взаимодействие с другими людьми, закладываются общественно принятые нормы и правила [4]. Важность данного процесса обусловлена тем, что у детей дошкольного возраста субъективное отношение к социокультурным ценностям формируется только на примере поведения значимых взрослых. Для дошкольников не свойственно интересоваться поиском смысла абстрактных понятий и оценивать их. При этом, ценностные основы отношения к действительности, несомненно, таковыми являются. Эти понятия формируются посредством целенаправленного воздействия [1]. Специалисты отмечают, что имеют место специфические проблемы приобщения к социокультурным ценностям дошкольников в условиях образовательной организации и семьи [1–4]. Так, И.С. Мартынова указывает на то, что для постижения дошкольнику доступен весьма узкий круг ценностей, доступных для его восприятия и понимания, а также ориентированных на духовные традиции общества, опирающихся на общечеловеческую культуру, имеющих гуманистическую направленность [4]. Также важно в этом возрасте, чтобы осваиваемые ценности имели обобщенный характер постижения и

обеспечивали гармонизацию взаимоотношений Человек – Природа – Общество. Такими социокультурными ценностями являются Родина, человек, жизнь, семья, труд, знание, красота, мир). С педагогической точки зрения важно понимать, что в процессе формирования социокультурных норм следует выделять познавательный, мотивационный и коммуникативный компоненты. Только комплексное их применение может привести к оптимальному результату.

Особенности психоэмоциональной сферы у детей дошкольного возраста таковы, что им близок образный характер постижения нового материала, перевод абстрактных суждений на уровень наглядно-образного мышления и представлений о них. Этот момент также обусловливает последующее эмоциональную вовлеченность в процесс освоения нового. Формируется ассоциативный ценностный образ, который, в отличие от стандартного процесса восприятия, затрагивает субъективно-личное, эмоционально окрашенное отношение ребенка к явлениям окружающей действительности [2].

Огромный воспитательный потенциал физической культуры и спорта в формировании таких мировоззренческих оснований личности, как гражданственность и патриотизм отмечается на самом высоком государственном уровне, что прямо указано в Федеральном законе Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329-ФЗ от 04.12.2007 г. Важность данных фактов способствовала тому, что в требованиях Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) и Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО) приобщение детей к социокультурным нормам является одним из основных принципов дошкольного образования. Исходя из сказанного ранее, видно, какая большая ответственность возлагается на педагогов всех уровней в области физической культуры. Особо следует отметить участников дошкольного образовательного процесса, поскольку известно, что данный возраст является периодом начального становления базовой культуры личности, когда происходит первичное приобщение к социокультурным ценностям и человек формирует свои жизненные ориентиры [3, 5].

Известно, что движение, особенно в контексте игры и игрового обучения, способствует повышению эмоционального фона, в результате чего новая информация усваивается лучше. В этой связи можно предположить, что мероприятия в рамках образовательной области «физическая культура» отвечают указанным выше условиям.

Коллектив нашего МБДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 23» комплексно подходит к организации физкультурно-спортивных мероприятий по воспитанию дошкольников. Мы рассматриваем как совмещающиеся и дополняющие друг друга цели физической культуры и морально-нравственного воспитания. Задачи, которые мы ставим перед собой можно сгруппировать следующим образом:

1. Создание условий для практической деятельности воспитанников, направленных на преодоление трудностей физического характера в ходе организации и проведения музыкально-спортивных мероприятий.

2. Организация педагогического сопровождения с учетом разностороннего раскрытия познавательного, мотивационного и коммуникативного компонентов в процессе формирования ценностных ориентаций личности ребенка дошкольного возраста.

3. Осуществление непрерывный контроль и коррекцию процесса воспитания нравственно-волевых черт личности через стимуляцию детской активности, формирование физических качеств, двигательных навыков и умений.

4. Акцентирование внимания детей на положительном отношении к себе, семье, обществу, государству и своей принадлежности к нему, укреплять установки о мире и дружбе как высших общечеловеческих ценностях в ходе формирования первичных личностных представлений.

Указанные выше задачи мы решаем в ходе следующих направлений физкультурно-спортивных мероприятий: физкультурно-развлекательные (Дни здоровья, тематические «Веселые старты», подвижные викторины и т.п), музыкально-спортивные (развлечения по типу «Мой веселый звонкий мяч», «Джунгли зовут» и т.д), физкультурно-спортивные (соревнования в рамках подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО, праздники, связанные со значимыми событиями в спортивном мире, например, когда проходят Олимпийские Игры, отмечаются памятные даты основания отдельных видов спорта) и военно-патриотические (День Победы, День Защитника Отечества).

Для формирования ценностных ориентаций личности детей дошкольного возраста мы используем все доступные формы и методы организации: физкультурные занятия, развлечения, досуги, работу с родителями, мастер-классы, конкурсы, акции, экскурсии, участие в массовых мероприятиях города. В ходе мероприятий по заранее составленному конспекту, ответственный педагог обращает внимание воспитанников на ключевые моменты, оказывающие влияние на развитие у них социокультурных норм и ценностей. На всех мероприятиях физкультурно-спортивной направленности мы акцентируем внимание детей на том, как важно ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Учитывая характер мероприятия, мы в большей или меньшей степени уделяем внимание развитию и укреплению межличностных взаимоотношений (командный дух, чувство товарищества, коллективизм), интерес к национальным традициям родного края, укрепление отношений с родителями и другими членами семьи. Собственно физкультурно-спортивные мероприятия, на наш взгляд, хороши для того, чтобы ребенок сформировал адекватную самооценку и при этом получил ориентиры для развития своих волевых качеств и физического самосовершенствования. Здесь же у ребенка формируется положительный образ себя, потому что мы подбираем задания таким образом, чтобы каждый ребенок смог найти физкультурно-спортивное занятие по своим склонностям

и интересам, освоить на высоком уровне хотя бы один двигательный навык, который он сможет безбоязненно продемонстрировать на публике и который может выступать в качестве его полезного хобби. На военно-патриотических мероприятиях мы осуществляем пропаганду военно-патриотического воспитания как важнейшего средства, способствующего всестороннему гармоничному развитию. Основным лейтмотивом при формировании социокультурных норм и ценностей здесь выступают призыв к физическому совершенству воспитанников и укреплению их здоровья. Поощряются развитие силы, ловкости, выносливости, смекалки, гордости традициями и связь поколений.

По результатам анализа обратной связи как от воспитанников, так и от их родителей, мы видим выраженную положительную динамику в укреплении позитивного образа здорового, активного человека, развитие у педагогов интереса к смежным направлениям образовательно-воспитательной работы, усиление командного взаимодействия и повышение сознательности у всех участников педагогического процесса.

Таким образом, физкультурно-спортивные мероприятия можно считать эффективным инструментом приобщения детей не только к спорту и здоровому образу жизни, но и воспитания социокультурных норм и ценностей, традиций семьи, общества и государства.

**Список литературы**

1. Ежкова Н.С. Приобщение дошкольников к ценностям: теория и методика – Тула: ТГПУ им. Л.Н. Толстого, 2006. – 118 с.

2. Зырянова С.М. Формирование представлений о социокультурных ценностях у детей старшего дошкольного возраста // Современные проблемы теории и практики специальной и социальной педагогики: материалы II Международной научно-практической конференции, Сургут, 15 декабря 2022 года. – Сургут: РИО БУ «Сургутский государственный педагогический университет», 2022. С. 311-315.

3. Коновалова Е.В. Социальные аспекты физкультурного образования дошкольника // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» : материалы конференции, Краснодар, 30 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. С. 133.

4. Мартынова И.С. Проблемы приобщения к социокультурным ценностям дошкольников в условиях образовательной организации и семьи // Социокультурные и психологические проблемы современной семьи: актуальные вопросы сопровождения и поддержки : материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Тула, 21–22 ноября 2018 года / Тула: ТГПУ им. Л.Н. Толстого, 2018. С. 108-109.

5. Муртазаева Э.М., Цунаева В.В. Усвоение норм поведения детьми дошкольного возраста // Путь в педагогическую науку: проблемы и решения, 2022. № 8(12). С. 44-50.

**УДК 373.2**

# НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В РАБОТЕ НАД АВТОМАТИЗАЦИЕЙ ЗВУКОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.Е. Монтикова, Т.С. Звягинцева
Детский сад комбинированного вида № 104 «Рукавичка», г.Краснодар, Россия

**Аннотация.** Настоящая статья посвящена рассмотрению вопроса о возможности использования приемов нейропсихологической реабилитации в рамках логопедической коррекции, В статье анализируется эффективность применения данных нейропсихологии в логопедии и нейропсихологического подхода в работе по автоматизации звуков речи, рекомендуются эффективные приемы работы, приводятся конкретные конкреные примеры упражнений.

**Ключевые слова:** дошкольники, дошкольная образовательная организация, нейропсихология, нарушения речи, автоматизация, качество коррекционного обучения.

Красивая, правильная, чистая речь у ребенка – это мечта каждого родителя и главная цель любого логопеда. Часто достижение этой цели затягивается на многие месяцы, а то и годы. Почему? Потому что нарушение речи – это наиболее видимый признак, и сегодня самую многочисленную группу, около 60 % по научным данным, составляют дети с различными нарушениями именно речевого развития. Однако, почти всегда за речевой проблемой скрывается системное нарушение организации психических процессов в целом, т.к. речь является средством овладения любой психической операцией [1]. Соответственно, более качественная и успешная коррекция речевых нарушений у детей требует применения не только стандартных методов логопедической работы, но также широкого использования данных нейропсихологии.

Работа по нейропсихологической реабилитации в рамках логопедической коррекции важна и значима, т.к. практический опыт показал, что методы и приемы нейропсихологии позволяют достичь более высокого качественного уровня воздействия на нарушения звукопроизношения [4, 5]. Нейропсихологический подход в логопедии позволяет глубже взглянуть на речевую проблему и выстроить грамотную коррекционную работу.

А.Р. Лурия отмечал, что высшие психические функции возникают на основе относительно элементарных моторных и сенсорных процессов [2].

Суть нейропсихологического подхода в логопедии состоит в использовании специальных упражнений, направленных на активизацию различных участков мозга, на координацию работы правого и левого полушарий для комплексного преодоления речевой проблемы [3].

Включение определенных заданий в занятия оказывает большое влияние на достижение необходимого результата. Эти упражнения и игры не отнимают много времени, но при этом эффективны.

Приведу примеры использования нейропсихологических упражнений при автоматизации звуков речи. Прием «проба Озерецкого»: ребенок кладет перед собой руки, одна из них сжата в кулак, другая с распрямленными пальцами. Затем ребенок должен одновременно изменить положение обеих рук, расправляя одну и сжимая другую. Другой вариант того же задания: ребенок кладет на стол перед собой обе руки и попеременно стучит правой рукой два раза, а левой – один, затем порядок ударов меняется и т.д. Каждое положение руки совпадает с называнием определенного слова. Или упражнения «коза – зайка – кольцо», «кулак – ребро – ладонь», где серия движений кистью соответствует серии слов с конкретным звуком и т.д.

Использование подобных заданий поможет в автоматизации звуков речи, научит детей дифференцированно употреблять их в связной речи, будет способствовать развитию фонематических процессов, грамматического строя, мелкой моторики, мышления, памяти и внимания, поскольку нейропсихологические задания совмещают моторные и сенсорные функции [6]. Вследствие этого в головном мозге образуются новые нейронные связи и коррекция речевой проблемы выходит на качественно новый уровень с сокращением сроков преодоления нарушения.

**Список литературы**

1. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека и их нарушения при локальных поражениях мозга. М., 2000.
2. Лурия А.Р. Мозг человека и психические процессы. М., 1970.
3. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
4. Пархоменко Е.А. Нейропсихологический подход в формировании памяти у детей дошкольного возраста // В сборнике: Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Киров, 2024. С. 62-66.
5. Самоходкина Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность»// Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». Материалы конференции. Краснодар, 2020. С. 234-235.
6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

В.Н. Назаренко, Е.С. Герус
Центр развития ребенка детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается опыт работы по применению логопедической ритмики для развития детей дошкольного возраста, в том числе для физического развития. Приводится структура занятий, примеры упражнений для совершенствования моторики и координации движений.

**Ключевые слова:** логопедическая ритмика, физическое развитие, движения, координация движений, упражнения.

Некоторые методы работы, которые мы применяем в своей педагогической практике, позволяют нам решать одновременно несколько актуальных задач развития детей дошкольного возраста [2, с. 201–203]. Одним из таких методов является логопедическая ритмика. Она позволяет нам решать задачи не только речевого развития детей и коррекции речевых нарушений, но и задачи физического развития дошкольников [3, с. 74–76].

Особенность упражнений логопедической ритмики, которые мы проводим с детьми, в том, что одновременно сочетаем движения, музыку и произнесение слов детьми. Мы подготовили и применяем картотеку игр и упражнений по логопедической ритмике, которые позволяют развивать речь, артикуляционный аппарат, мелкую и общую моторику детей, координацию движений, способствуют повышению мышечного тонуса.

Упражнения, которые мы применяем в своей работе, можно разделить на несколько групп. Так, например, это ходьба в различных направлениях [5, с. 219–220]. Дети учатся координировать движения рук и ног, ориентироваться в пространстве, выполнять словесную инструкцию. Другую группу составляют игры и упражнения, которые развивают у детей способность управлять своей мышечной системной, расслаблять и направлять мышцы произвольно [2, с. 201–203]. В отдельную группу входят пальчиковые игры, которые способствуют развитию мелкой моторики у детей [5, с. 219–220]. Также применяем упражнения на развитие мимики, речи и артикуляции [4, с. 74–76].

Большинство упражнений логопедической ритмики, которые мы проводим с детьми, сопровождаем прослушиванием музыкальных композиций. Подбираем детские песенки и мелодии, которые вызывают интерес у детей. Для ритмичных движений подбираем бодрую, быструю музыку, а для медленных – более плавную музыку. Каждая музыкальная композиция соответствует характеру упражнения логопедической ритмики. Мы сформировали картотеку музыкальных композиций по логопедической

ритмике, в ней представлены композиции для детей всех возрастов – от младшего до старшего дошкольного возраста.

На занятиях по логопедической ритмике мы предлагаем детям выполнять разные виды движений – разные способы ходьбы, прыжки, игры и общие развивающие упражнения. Когда дети выполняют движения, они при этом произносят слова. Например, педагог читает детям стихотворение о лесных зверях, дети повторяют его и выполняют движения: «По завалам, по оврагам шел медведь хозяйским шагом…» (дети ходят на внешней стороне стопы), «Вот ползет, вот ползет мишка толстопятый» (дети ползают по-медвежьи).

В работе по логопедической ритмике мы применяем наглядный, словесный и практический метод. Наглядный метод проявляется в том, что мы показываем детям, как нужно правильно выполнять движения, физические упражнения. Кроме того, показываем детям плакаты и картинки, которые помогают им представить образ, который они изображают (например, мишку или зайчика).

Словесные методы состоят в том, что мы объясняем детям, как нужно выполнять движения, чтобы это было эффективно. К словесным методам относятся словесное указание, объяснение, беседа, а также сигналы, распоряжения и команды.

Практический метод включает в себя проверку того, научились ли дети правильно выполнять упражнения логопедической ритмики.

Продолжительность занятий по логопедической ритмике зависит от возраста детей. Так, в средней группе мы проводим занятия по 15–20 минут, в старшей группе – по 20–25 минут, а в подготовительной группе длительность занятия достигает уже 30 минут [1, с. 69–71].

В подготовительной части занятия, которая обычно длится 3–6 минут, проводим упражнения на регулировку мышечного тонуса, координацию движений. В основной части – упражнения на развитие артикуляции, голоса, дыхания, подвижные игры, упражнения на координацию пения и речи с движениями и др. Заключительная часть занятия состоит из упражнений, которые помогают восстановить дыхание, устранить мышечное напряжение, успокоиться [6, с. 112–113].

В нашей практике учителя-логопеда и музыкального руководителя особое значение имеют упражнения логопедической ритмики на развитие дыхания, мелкой моторики, ритмических способностей, речевого аппарата, мимики. Например, в целях формирования чередующегося ритма движений дошкольнику предлагается повторить серию движений в заданной последовательности (к примеру, хлопнуть, топнуть ногой, ударить в ладоши). Также, например, в целях развития мелкой моторики, координации движений проводится упражнение, в ходе которого педагог читает стихотворение, а ребенок выполняет движения, которые встречаются в стихотворении.

Можно сделать вывод, что логопедическая ритмика в дошкольном образовании является эффективным средством для решения сразу

нескольких задач, в том числе физического развития детей. Подбор упражнений логопедической ритмики осуществляется в тесном контакте учителя-логопеда, музыкального руководителя и инструктора по физической культуре, так как именно двигательная активность, речь и музыка являются неотъемлемой частью занятий по логопедической ритмике.

**Список литературы**

1. Герус, Е.С. Шашки и шахматы в детском саду как средство развития логического мышления / Е. С. Герус, Н. В. Иванова // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» : материалы конференции, Краснодар, 30 октября 2020 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 69-71. – EDN EQDDRN.

2. Иванова, Н. В. STEM - образование как инновационный подход в формировании личности дошкольников / Н. В. Иванова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2022. – № 1. – С. 201-203. – EDN ARSEHT.

3. Иванова, Н. В. Особенности развития познавательных универсальных учебных действий у младших школьников / Н. В. Иванова, К. А. Буданов // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2023. – № 1. – С. 74-76. – EDN KFKTYO.

4. Иванова, Н. В. Особенности развития познавательных универсальных учебных действий у младших школьников / Н. В. Иванова, К. А. Буданов // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2023. – № 1. – С. 74-76. – EDN KFKTYO.

5. Мамий, Т.А. Формирование двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста / Т.А. Мамий, Н.В. Иванова // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – С. 219-220. – EDN DKMOPD.

6. Роо, К. В. Физическое развитие детей дошкольного возраста / К. В. Роо // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа : Материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 31 2020 года / Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. Том Часть 1. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 112-113. – EDN LKJKNF.

**УДК 373.2**

# ТРАНСФОРМАЦИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ: СОВРЕМЕННЫЕ РЕАЛИИ И БУДУЩЕЕ НАПРАВЛЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ ФГОС

В.Н. Новикова, С.М. Чирьева
Детский сад № 191, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья рассматривает ключевые аспекты трансформации дошкольного образования в России, обусловленные внедрением Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС). В ней анализируются современные реалии дошкольного образования, такие как доступность, индивидуализация и использование игровых методик. Определяются основные направления будущего развития системы: интеграция образовательных программ, технологическая оснащенность, сотрудничество с семьями и подготовка кадров. Особое внимание уделяется инклюзивному образованию, проектному обучению и междисциплинарным подходам. Статья подчеркивает необходимость гибкости и инновационного подхода для создания качественной образовательной среды, ориентированной на всестороннее развитие детей.

**Ключевые слова:** Дошкольное образование, современные реалии, технологии, современное образование, игровые методики, сотрудничество с семьями.

Дошкольное образование является фундаментом всей системы образования, определяя стартовые условия для успешного интеллектульного, физического и эмоционального развития ребенка. В современных условиях, когда социального-экономическая среда претерпевает значительные изменения, требования к качеству образования также возрастают. Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) стали важным инструментом трансформации дошкольного образования, что позволяет не только сохранить традиционные ценности, но и внедрить инновационные методики.

Современные реалии дошкольного образования.

1. Внедрение ФГОС

Одним из ключевых этапов модернизации дошкольного образования в России стало введение ФГОС ДО (Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования). Этот стандарт определяет требования к структуре образовательной программы, условиям ее реализации и результатам освоения программы. ФГОС направлен на создание условий для всестороннего развития ребенка, формирование у него навыков саморазвития и социализации.

2. Дидактические принципы и технологии

Разработка и внедрение новых дидактических принципов и технологий обучения связано с необходимостью гармоничного развития дошкольников. Игровая деятельность, проектная деятельность, использование электронных образовательных ресурсов стали неотъемлемой частью образовательного процесса. Интерактивные методы позволяют не только удерживать внимание ребенка, но и развивать его творческий потенциал.

3. Инклюзивное образование

Современные реалии диктуют необходимость обучения детей с особыми потребностями в условиях интеграции с их сверстниками. Инклюзивное образование становится нормой, что требует построения индивидуальных траекторий развития для каждого ребенка. Важно обеспечить профессиональную поддержку как детей, так и педагогов, работающих в этой сфере.

4. Повышение квалификации педагогов

Профессиональное развитие педагогических кадров – важный аспект повышения качества дошкольного образования. Регулярные курсы повышения квалификации, мастер-классы, семинары и тренинги нацелены на овладение новыми методиками и технологиями, а также на обмен опытом с коллегами.

Будущие направления развития в контексте ФГОС

1. Индивидуализация образовательного процесса

Одной из ключевых перспектив является ориентация на индивидуальные потребности каждого ребенка. Индивидуализация предполагает учет интересов, склонностей и возможностей каждого дошкольника, что способствует более эффективному усвоению знаний и навыков.

2. Развитие STEAM-образования

STEAM-образование, включающее науку, технологии, инженерное мышление, искусство и математику, становится все более популярным. Введение таких методик в дошкольное образование способствует развитию критического мышления, аналитических способностей и творческих навыков у детей с раннего возраста.

3. Активное использование информационно-коммуникационных технологий (ИКТ)

Использование ИКТ в образовательном процессе становится неотъемлемой частью современного дошкольного образования. Эти технологии расширяют возможности получения знаний, позволяют внедрять новые формы и методы обучения, такие как дистанционные занятия, интерактивные игры и мультимедийные проекты.

4. Экологическое воспитание

Возрастающая осведомленность о необходимости бережного отношения к природе находит отражение и в дошкольном образовании. Введение программ экологического воспитания, участие в экологических акциях и проектах, занятия на свежем воздухе – все это способствует формированию у детей экологического сознания и ответственности.

5. Физическое воспитание и здоровьесберегающие технологии

Здоровье детей – один из приоритетных аспектов дошкольного образования. Введение регулярных физкультурных занятий, проведение оздоровительных мероприятий, создание условий для активного отдыха и обеспечения рационального питания – все это направлено на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

6. Обеспечение психологического комфорта

Эмоциональное благополучие ребенка – важное условие его успешного развития. Психолого-педагогическая поддержка, создание комфортной и дружелюбной атмосферы в детском коллективе, воспитание толерантности и взаимоуважения – все это способствует гармоничному развитию личности дошкольника.

Заключение

Трансформация дошкольного образования в современных условиях требует постоянного обновления методик, технологий и подходов к обучению и воспитанию детей. ФГОС ДО служит ориентиром в этом непростом процессе, обеспечивая высокие стандарты качества образовательной деятельности. Перспективные направления развития, такие как индивидуализация обучения, развитие STEAM-образования, использование ИКТ, экологическое и физическое воспитание, обеспечивают формирование у детей необходимых для жизни навыков и умений, подготовку их к успешной социализации и дальнейшему обучению.

1. Цифровизация образования.

Цифровизация дошкольного образования становится все более актуальной в современных реалиях. Она включает в себя интеграцию цифровых технологий в образовательных технологий в образовательный процесс, что открывает новые возможности для развития детей.

Преимущества цифровизации:

- Доступ к новым ресурсам: Современные образовательные платформы предлагают разнообразные интерактив материалы, которые могут быть использованы для обучения.

- Индивидуальные подход: Цифровые технологии позволяют адаптировать материалы под индивидуальные интересы и уровень подготовки каждого ребенка.

- Развитие навыков: Работа с цифровыми инструментами, дети развивают навыки работы с технологиями, что важно для дальнейшего обучения.

Цифровизация дошкольного образования открывает новые горизонты для развития детей, делая процесс обучения более увлекательным и эффективным. Она требует взвешенного подхода и постоянного совершенствования навыков как педагогов, так и детей.

2.Индивидуализация обучения.

Индивидуализация обучения в дошкольном образовании становится все более востребованной методикой, направленной на учет уникальных потребностей и особенностей каждого ребенка.

Преимущества индевидуализации:

- Учет особенностей: Позволяет учитывать индивидуальные особенности, интересы и темпы развития каждого ребенка.

- Повышение мотивации: Ребенок получает задания, которые интересны и посильны, что способствует увеличению интереса к обучению.

- Эффективность: Индивидуальный подход помогает болеее эффективно развивать личные качества и навыки.

Индивидуализация обучения в дошкольном возрасте способствует созданию благоприятной образовательной среды, в которой каждый ребенок может развиваться максимально эффективно. Это требует внимательного подхода и высокий квалификации педагогов, готовых работать с каждым ребенком индивидуально.

3.Инклюзивное образование.

Инклюзивное дошкольное образование представляет собой подход, направленный на интеграцию всех детей, независимо от их физических, интеллектуальных или эмоциональных особенностей, в единую образовательную среду.

Преимущества инклюзии:

- Равные возможности: Все дети получают равный доступ к образованию и ресурсам.

- Социальное развитие: Дети учатся взаимодействовать друг с другом и уважать различия.

- Поддержка: Дети с особыми образовательными потребностями получают необходимую помощь, что улучшает их образовательные результаты.

Инклюзивное дошкольное образование является важным шагом к созданию общества, в котором каждый ребенок имеет право на качественное образование. Это требует усилий со стороны педагогов, родителей и всего общества, но результаты того стоят, так как способствуют формированию толерантного и открытого общества.

**Список литературы**

1. Васильева, Н. Г. Трансформация дошкольного образования в условиях ФГОС / Н. Г. Васильева. – Москва: Просвещение, 2015. – 240 с.

2. Иванова, Е. А. Современные методы обучения в дошкольном образовании / Е. А. Иванова, С. В. Петров. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 352 с.

3. Смирнова, Т. Ю. Инклюзивное образование в дошкольных учреждениях / Т. Ю. Смирнова. – Казань: Феникс, 2014. – 198 с.

4. Петров, И. В. Проектное обучение в дошкольных организациях / И. В. Петров. – Москва: Академия, 2017. – 310 с.

5. Воробьева, Л. П. Технологическая оснащенность дошкольных учреждений / Л. П. Воробьева // Вестник образования. – 2018. – № 4. – С. 45-52.

6. Сидорова, М. Н. Подготовка педагогов для дошкольного образования в контексте ФГОС / М. Н. Сидорова // Образовательные технологии и общество. – 2019. – Т. 22, № 1. – С. 67-74.

**УДК 373.291**

# УМСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИИЕ В ДЕТСКОМ САДУ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ ДОШКОЛЬНИКА К ШКОЛЕ

Н.Ю. Новоселова, А.Д. Андросова, М.Е. Вавилова
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье раскрываются теоретико-методологические основы умственного воспитания детей-дошкольников в условиях сегодняшнего образования. Освещаются актуальные задачи подготовки детей к предстоящему образовательному процессу в современных реалиях.

**Ключевые слова:** воспитание, умственное развитие, сенсорное воспитание, интеллект, умственные способности, преемственность детского сада и школы, познавательная деятельность, методы воспитания.

В дошкольном образовании для педагогов основной целью развития ребенка в возрасте от трех до семи лет является развитие умственное, физическое, а также, личностное. Главными задачами образования дошкольника являются донесение до ребенка базовых основ культуры и правил поведения, а также интеллектуальное и эстетическое воспитание.

Проблема умственного воспитания детей дошкольного возраста многосторонняя и сложная. Л.Н. Толстой полагал, что от рождения до пятилетнего возраста ребенок берет из внешнего мира во много раз больше информации и эмоций для своего разума, чувств, воли, характера, чем от пятилетнего возраста до конца своей жизни [5].

Вспомним классическую форму основных ступеней процесса познания по мнению В.И. Ленина: от живого созерцания к абстрактному мышлению, от него к практике, это и есть суть познания истины, познания объективной реальности.

Таким образом, всякое познание начинается с живого восприятия. Именно оно, это восприятие окружающего мира, имеет одно из основных значений в познавательной деятельности и жизни дошкольника. Оно создает базовые знания и является движущей силой умственного развития ребенка. Это объясняется тем, что жизненный опыт ребенка пока еще очень мал. У него мало чувственных пониманий об окружающей действительности. Именно поэтому наполнить и обогатить жизненный опыт дошкольника конкретными ощущениями, эмоциями и восприятиями является основной и важной задачей для педагогов и родителей.

В связи с большими задачами, которые сейчас поставлены перед школой, умственное воспитание дошкольников является особо важным значением. Быстрое и успешное усвоение знаний детьми в школе напрямую

зависит от того, как их подготовили к образовательному процессу за период пребывания в детском саду.

Требования образовательной организации заключаются не только в том, чтобы дети, поступающие в первый класс, владели базовыми умениями и знаниями, такими как уметь считать и читать. Школа обозначает требования к развитию умственной и мыслительной деятельности у детей, то есть к умению анализировать, наблюдать, обобщать, умозаключать. В детском саду закладывается фундамент многих важных представлений и понятий детей - представлений о форме, величине, движении, числе.

Умственное воспитание неразрывно связано с формированием таких качеств личности, как организованность, настойчивость, самостоятельность. Детский сад - воспитательное учреждение в широком значении этого слова, но в воспитательном процессе необходимо выделить образовательные задачи. Состоят они в том, чтобы передать детям круг знаний и умений, сформировать определенный уровень мыслительных операций [3].

Последние годы в детских садах подготовка детей к школе значительно улучшилась. Обучение на занятиях дает хорошую подготовку к умственному труду. На занятиях развиваются и формируются прочные навыки поведения в коллективе, умение внимательно слушать, спокойно выполнять требования взрослого; ответственное отношение к порученной работе, к своим обязанностям, дисциплинированность.

При хорошей подготовке к школе в детском саду, учителя, получая вчерашних наших воспитанников, могут основываясь на их умения, навыки и знания, уделять меньше времени периоду подготовки детей и обучению их грамоте, а также, счету в пределе первого десятка. В детских садах обучение должно давать не только знания и практические навыки, но и формировать активную умственную деятельность, интерес к ней [4].

Вопросы, связанные с подготовкой детей к школе, волнуют воспитателей. Готовность ребят к школе разрешается в подготовительных группах детского сада. Но непосредственному обучению грамоте и письму в подготовительной груше должна предшествовать во всех группах разносторонняя работа, особенно по развитию речи – ведь на нее опирается обучение грамоте, и до подготовительной группы дети должны быть внимательными, уметь слушать, спокойно заниматься.

Следует сказать и об огромной пользе обучения детей грамоте для воспитания поведения. На этих занятиях, как ни на каких других, воспитатель благодаря огромному интересу ребят может научить их правильной посадке, конкретности ответов, умению думать, соображать; быть подтянутым, «взрослым» – будущим учеником [1]. Этим моментам воспитания поведения педагоги придают большое значение и, нужно сказать добиваются результатов. Обучение грамоте в детском саду усилило интерес детей шести лет к детскому саду, обогатило их знания, коренным образом изменилось и отношение родителей к детскому саду. Они интересуются успехами детей. Уважение к работе воспитателя возросло.

В начале учебного года дети дошкольной группы не могут долго заниматься умственной деятельностью, им надо двигаться, работать руками. Необходима смена видов работы. Поэтому требуется пользоваться игровыми приемами и наглядными материалами, пособиями на занятиях, вызвать интерес к предстоящему обучению в школе.

Уже отмечалось, что в умственном воспитании важное значение имеют продуктивные деятельности: конструирование, рисование, лепка, труд и т. д. В процессах этих занятий развивается восприятие и мышление, формируются такие важные свойства личности, как организованность, инициатива, самостоятельность [6].

Однако, не каждая конструктивная или творческая деятельность дает верное и нужное направление умственному развитию ребенка. Необходима нацеленность и организация этих направлений в соответствии с задачами умственного воспитания. Обучая детей рисовать и конструировать, мы должны оценивать не только полученные результаты этой деятельности - рисунок или постройку, но и то, какие знания и навыки приобретает ребенок благодаря этой работе [7].

Можно показать ребенку и научить его как из кубиков построить красивый дом, большой мост и т. п., но процесс обучения может быть построен при этом так, что ребенок ничего не приобретает в умственном развитии, и восприятии информации, он просто заучит указанную ему последовательность действий и движений. Необходимо обучать дошкольников строить и рисовать так, чтобы в процессе обучения у них сформировалось умение анализировать предметы, сравнивать, обобщать. Более результативно будет предложить ребятам для постройки не один - два красивых дома, а ряд простых и элементарных, но в определенной системе усложняющихся домов. Это будет способствовать формированию обобщенных представлений о домах, обобщенных умений строить дома вообще.

Метод объяснения используется для формирования детей старшего дошкольного возраста и других достаточно сложных знаний. Существенное значение воспитания дошкольников имеют игровые методы. В качестве базовой формы методов игры является дидактическая игра. Дидактические игры, как правило, используются для закрепления и повторения знаний и умений, которые получили дети на занятиях [2]. С помощью этих игр уточняются и закрепляются знания детей об основных свойствах предметов (форме, величине, и цвете), о явлениях живой и неживой природы, математические знания и т.д. В процессе дидактических игр главное внимание детей направлено на выполнение игровых действий и получение игрового результата. Учебная задача не воспринимается ребенком, а знание усваивается им непреднамеренно. Важным моментом умственного воспитания детей дошкольного возраста является формирование у них элементов общего подхода к различным предметам и явлениям. Общий подход к вещам характеризуется тем, как ребенок рассматривает предметы и

явления по определенному плану (пусть очень простому) или случайно, хаотически. На какие стороны явлений дети обращают внимание в первую очередь: интересует ли их существенные признаки воспринимаемых явлений или они ограничиваются самым поверхностным ознакомлением с ними? Это очень ясно проявляется в вопросах детей об интересующих их предметах (и в этом сказывается хороший подход к ним).

Задача педагогов образовательных организаций и воспитателей, в первую очередь, – помочь родителям в умственном воспитании детей. Педагог дошкольной организации не просто должен, а обязан знакомить родителей ребенка с содержанием обучения на прошедших занятиях, и с возможными способами по расширению кругозора дошкольника, рекомендовать родителям интересоваться у своих детей, чем они занимались на занятиях, во что играли. Это дает возможность детям повторить пройденный материал в домашних условиях: пересказать родителям услышанную сказку, рассказать выученное стихотворение, показать и рассказать, чему научились на занятиях по лепке, развитию речи, и т.п.

Совместная работа детского сада с семьей гарантирует успешное умственное развитие и воспитание дошкольника.

**Список литературы**


26. Божович Л.И. «Личность и ее формирование в детском саду» // М. Просвещение 1968., с. 429.
27. Галигузова Л.Н., Мещерякова-Замогильная С.Ю. «Дошкольная психология» // М.: Юрайт 2016.
28. Дошкольное воспитание 9/1967 издательство Просвещение. Москва. 1967. с. 17-19.
29. Поддьяков Н.Н., «Умственное воспитание в детском саду», Теория педагогики, дошкольное воспитание // Просвещение 1976 г.
30. Поддьяков А.Ф. Говоркова А.Ф. «Развитие мышления и умственное воспитание дошкольника» // «Педагогика»// Под ред. Поддьякова Н.Н., Говорковой А.Ф., 1985.
31. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.
32. Ушинский К.Д., Избр. пед. соч., т. 2, 1939, с. 177. См.: Развитие общения у дошкольников // «Педагогика», под ред. А.В. Запорожца А.В., и Лисиной М.И. М.. 1974.

**УДК 373.24**

# ЗНАЧЕНИЕ СОВЕТСКИХ МУЛЬТФИЛЬМОВ В ФОРМИРОВАНИИ НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ У ДОШКОЛЬНИКА

Н.Ю. Новоселова, А.А. Яковенко, Н.В. Чех
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается влияние советской анимации на привитие детям базовых моральных принципов. Знакомство с персонажами и сюжетами мультфильмов не просто развлекало, но и формирует представления о добре и зле, дружбе и честности. Советская анимация играет значимую роль в воспитании подрастающего поколения, формируя у них базовые нравственные ориентиры, что позволяет ориентироваться в сложном мире.

**Ключевые слова:** формирование нравственных ценностей, культура, эстетическое восприятие, ценности дружбы, позитивные черты характера.

Дошкольный возраст – это время, когда закладываются основы личностного и умственного роста ребенка. Он характеризуется выраженной любознательностью, когда дети стремятся узнать, как все устроено, задавая множество вопросов. Важно, чтобы взрослые поддерживали этот интерес, предоставляя разнообразные ресурсы и опыт, способствующие развитию навыков. Эмоциональная поддержка со стороны родителей и воспитателей создает прочный фундамент для их будущего обучения и интеграции в общество.

В период с трех до шести лет дети активно исследуют окружающий мир, развивая свои языковые навыки, социальные умения и когнитивные способности. Игровая деятельность играет в этом процессе ключевую роль, становясь как средством познания, так и формой социализации. В этот период дети начинают формировать базовые знания о себе и окружающем их мире. Они учатся распознавать эмоции и выражать свои чувства, а также понимать эмоции других. Обогащение словарного запаса и развитие речи помогают малышам не только общаться, но и находить решения повседневных задач. Язык, становится средством самовыражения и связи с другими [2, с. 47].

По нашему мнению, важным аспектом образовательного процесса является просмотр советских мультфильмов. Эти произведения не только развлекают, но и передают ценные моральные уроки, развивая эмпатию и критическое мышление. Например, мультфильм «Крокодил Гена и Чебурашка», демонстрируют ценности дружбы и поддержку друзей, что помогает детям осознать значимость межличностных отношений. Эти уроки остаются актуальными и в современном обществе, где взаимопомощь и поддержка приобретают все большее значение.

Советская анимация обладает уникальной эстетикой и глубиной содержания, что делает ее отличным инструментом для воспитания молодых людей. Неподражаемый юмор и яркие персонажи способствуют запоминанию жизненных уроков, а также создают желание обсуждать просмотренные сюжеты с ровесниками и взрослыми. Это общение помогает развивать критическое мышление, способности к анализу и интерпретации [5, с. 70].

Знакомство с советскими мультфильмами может укрепить культурную идентичность и дать новое понимание исторических и культурных контекстов. Просмотр таких фильмов не только развивает эстетический вкус, но и помогает формировать представления о доброте, мужестве и справедливости [3, с. 17]. Включение этих мультфильмов в образовательный процесс – это не просто развлечение, а важная составляющая полноценного воспитания. Многие годы советские мультики играли значимую роль в формировании дошкольника, поскольку они сочетали в себе образовательные элементы и развлекательный контент. Через яркие образы и запоминающиеся сюжеты маленькие зрители не только развлекались, но и учились различать основные нравственные ценности.

Мультфильмы тех лет часто включает в себя элементы фольклора, что способствует укреплению культурной идентичности детей. Они знакомят детей с традициями, языком и образом жизни народа, что, безусловно, обогащает их внутренний мир и расширяет кругозор. Образы героев, такие как Винни-Пух или кот Матроскин, стали символами доброты и смекалки, что помогает формировать у детей положительное восприятие окружающего мира. Не менее важным аспектом является и музыкальное оформление мультфильмов. Песни из них запоминаются на всю жизнь, развивают слуховое восприятие, способствуют эмоциональному реагированию.

Следовательно, советские мультики стали мощным инструментом в воспитании и образовании дошкольников, оставив заметный след в их развитии. Мультфильмы часто обращались к актуальным социальным темам, что стимулировало детей к обсуждению важных вопросов, таких как забота о природе, дружба между народами и ответственность за свои действия. Например, в мультфильме «Приключения Незнайки и его друзей» герой сталкивается с проблемами, требующими коллективного решения, что подчеркивало важность командной работы и взаимопонимания. Эти ценности, заложенные в сюжете, остаются актуальными и сегодня.

Анимация, имела огромную значимость в развитии эстетического восприятия у детей. Яркий и запоминающийся стиль советских мультфильмов, будь то в рисовке или в использовании цветов, способствовал формированию художественного вкуса. Маленькие зрители, наблюдая за приключениями своих любимых героев, начали развивать креативное мышление, что стало основой для их будущей творческой активности.

И, наконец, существование таких персонажей, как Маша из «Маша и Медведь», показало, как важно иметь храбрость и уверенность в себе. Эти

истории вдохновляют детей на исследование мира вокруг и на решение собственных проблем, приучая их к восприятию жизни как увлекательного приключения.

Множество мультфильмов подчеркивают значимость исторической памяти и уважения к культурным традициям. Работы таких мастеров, как Юрий Норштейн и Анатолий Петров, отражали богатство советской культуры и ее многообразие. Через анимацию дети знакомились с народными сказками и фольклором, что способствовало укреплению идентичности и дачи знаний о своих корнях. Игровые занятия, такие как сюжетно-ролевые игры, помогают детям развивать воображение и креативность. В таких играх они могут примерять на себя различные социальные роли, учась взаимодействовать с другими и решать возникающие проблемы. Это не только способствует расширению их кругозора, но и укрепляет навыки сотрудничества и ведения диалога [1, 5].

Мультфильм «Как казаки в футбол играли» демонстрирует важность физической активности для детей дошкольного возраста. Яркие персонажи, живые эмоции и динамичные сцены игры в футбол создают атмосферу, которая вдохновляет детей на активный отдых и занятия спортом. Значимость физической активности способствует развитию не только моторных навыков, но и улучшают эмоциональное состояние. Совместные игры проявляют командный дух и дружбу, учат детей ценить работу в группе, что особенно важно для их личностного роста. Занятия спортом с друзьями формируют у детей чувство сопереживания, ответственность и умение решать конфликты, что является основой здоровых взаимоотношений [8].

Дошкольный возраст – это время, когда дети начинают осознавать свою индивидуальность. Они начинают испытывать гордость за свои достижения и стремятся к самостоятельности, что подразумевает наличие поддержки со стороны взрослых. Важно, чтобы родители и педагоги создали безопасное пространство, где ребенок мог бы свободно исследовать и учиться без страха ошибиться [4].

Не следует забывать и о важности культурного воспитания в дошкольный период. Знакомство с искусством, музыкой и литературой на ранних этапах помогает развить эстетические чувства и обогащает внутренний мир ребенка. Это способствует его гармоничному развитию и расширяет горизонты восприятия окружающей действительности [7].

Все вышеперечисленные аспекты делают возраст трех-семи лет критически важным периодом в личностном и умственном развитии ребенка, закладывая основы для успешной будущей жизни.

Игры, социализация, эмоциональное развитие и культурное обогащение – формируют у дошкольников уверенность в себе и подготавливают их к новым жизненным вызовам, создавая прочный фундамент для успешного будущего.

**Список литературы**

1. Акулова, О. В. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство» / О. В. Акулова, Т. И. Бабаева; под ред. С. Д. Ермолаева. – Санкт-Петербург, 2016г.

2. Веракса, Н. Е. «Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дрофеевой.

3. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.В. «Психологические особенности развития дошкольников.» – М.: Эксмо, 2009. – 176 с.

4. Ившина Е., Кущ Н.В. Влияние телевидения на эмоциональное развитие ребенка дошкольного возраста // Вестник педагогического опыта. – 2013. – № 23.

5. Корепанова М.В., Сигитова И.А., Поликарпова А.О. [и др.]. Технологии комплексного подхода к социально-личностному развитию дошкольников. 2012. № 6.

6. Пархоменко Е.А. Мультипликационные фильмы как способ развития нравственности у детей старшего дошкольного возраста / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубовова, З. Р. Совмиз [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12(202). – С. 283-287.

7. Самоходкина, Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

8. Самоходкина, Л.Г., Бредун Т.Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.291**

# ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ

А.С. Остроух, Е.В. Лащенко
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматривается важность формирования речевых навыков у детей дошкольного возраста. Проблема, освещаемая в статье, заключается в недостаточной подготовке детей к сложной языковой действительности, что может негативно сказаться на их обучении и восприятии информации. Результаты исследования показывают, что внимание к языковым практикам и диалогу с окружающим миром в дошкольный период является критически важным для успешной адаптации детей в школе. Новизна данной статьи заключается в акценте на специфике речевого развития в контексте личного опыта дошкольника, что выделяет ее среди других исследований, сосредоточенных на общем развитии речи.

**Ключевые слова:** развитие речи, формирование речи, формы предложений, общение, дети.

В настоящее время трудно перечислить все философские, лингвистические, психологические, физиологические и педагогические исследования, освещающие взаимосвязь речи и мышления. Но почти в каждом из них подчеркивается значение речи как средства общения и познания окружающей действительности.

Являясь средством общения, орудием мышления, закрепляя приобретенные знания о явлениях действительности, речь служит важнейшим фактором развития человеческого общества [3].

В последнее время значительно увеличивается количество детей, имеющих нарушения речи, при этом наблюдаются количественные и качественные изменения в их развитии. Также надо отметить, что грамотная развернутая связная речь теряет свою значимость, т.к. появились другие эталоны речи, которыми пользуются современные дети (телевизионная реклама, современные мультфильмы, общение в социальных сетях и пр.). Ведущей тенденцией языкового развития современного общества является двуязычие и многоязычие (билингвизм и полилингвизм).

Естественно, что и для теории, и для педагогической практики важно изучать ранние этапы развития речи. Какие же именно?

Первые годы жизни, когда речь формируется как средство общения и через его посредство ребенок познает окружающий мир. Не менее важен и седьмой год жизни  возраст, подготовительный к школе [6]. Здесь возникает иная, более сложная задача: каким образом должен общаться ребенок с окружающим, чтобы быть готовым и к осознанию особой языковой

действительности (без чего невозможно обучение грамоте), и к тому, чтобы понимать объяснения учителя и с помощью собственной речи воспроизводить знания исторического, природоведческого, математического характера. Интеллектуальные процессы и способности ребенка старшего дошкольного возраста должны быть доведены до уровня, при котором он умел бы выделить существенные признаки в воспринимаемых предметах и явлениях, доступных его пониманию; сравнить один предмет с другим, указывая на различие и сходство; определять причину простейших явлений, например, из мира природы: делать простейшие выводы. Ребенок должен уметь быстро найти подходящее определение предмета, действия, качества; подобрать слова с противоположным значением; сгруппировать несколько предметов, имеющих общие признаки [4].

Отражение в речи данных сравнения, анализа, обобщения, объяснение связи явлений возможны лишь в случае, если ребенок понимает не только простые, но и сложные грамматические конструкции, умеет активно ими пользоваться.

Между тем именно здесь и возникают трудности. Эти части речи и формы предложений не закреплены в достаточной мере и легко могут исчезать, теряться, тем более что начальные этапы овладения чтением и письмом возвращают ребенка к операциям с простыми формами, которые он теперь сознает, анализирует, пользуясь законами грамматики. Так, при обучении ребенка умению делить предложения на слова вначале ему дают простые, короткие фразы, не содержащие предлогов, наречий, прилагательных.

В этой статье, используя результаты наблюдений, мы попытаемся рассмотреть ряд вопросов, связанных с развитием устной речи, без решения которых ребенок не сможет успешно освоить учебную программу, войти в школьный коллектив. Остановимся в основном на словарной работе и работе над предложением [5].

Дошкольная подготовка выдвигает три основные задачи сложной работы: расширение, закрепление, активизацию.

Реализация этих задач требует особого внимания при осуществлении принципа программы: «связь с окружающей жизнью и современностью».

Еще Л.С. Выготский подчеркивал, что в дошкольном возрасте ребенок способен устанавливать различные связи и отношения вещей, и поэтому программа должна давать правильное объяснение элементарных физических, биологических, общественных явлений. Но на пути практической реализации этого вопроса возникает ряд трудностей. Это прежде всего вопрос о соотношении наглядных и словесных методов [1].

Так, с расширением в программе тем о настоящем и прошлом нашей Родины число слов, которые формируются на имеющихся у детей представлениях и не связаны непосредственно с детской деятельностью значительно возрастает. С этой точки зрения ведущиеся сейчас исследования, направленные на определение круга и содержания понятий, которые нужно

давать детям при сообщении им социально-исторически данных, чрезвычайно важны.

Однако не менее важно и другое: обогащать представления ребенка, основываясь на его жизненном опыте. Хотя в старшем дошкольном возрасте словарь достаточно богат и разнообразен, существует значительная разница между общепринятым значением слов и пониманием, сложившимся у ребенка в ходе приобретения личного опыта [7].

Эта «семантическая микросистема» (определение А.А. Леонтьева) имеет тенденцию к постоянному расширению. уточнению. Последнее возможно лишь при условии, если усложняются обстановка, явления, с которыми сталкиваются дети. Значит, определенная группа слов может приобрести более четкое и емкое содержание лишь при условии усложнения форм жизни и деятельности ребенка. Приведем пример: Слово «вместе» в разговоре с детьми нередко используют в значении «совместно». Но формы организации разных видов деятельности, в частности труда, иногда в подготовительных группах остаются такими же, что и в более младших: редки случаи деления труда между звеньями, не продумана связь между детьми в процессе работы, нет деления процесса труда на операции. Поэтому слово «вместе» дети обычно понимают как «рядом» (никогда не расставаться, идти вместе с другом, братишкой). По тем же причинам они своеобразно понимают и некоторые аналогичные слова [2].

В исследованиях, в частности работах Ф.А. Сохина, показано, что на ранних этапах понимание часто определяется не речью, а предметной ситуацией, прошлым опытом ребенка.

Конечно, такого рода факты должны изучаться, и учитываться на практике.

**Список литературы**

1. Бизикова О.А. Теории и технологии развития речи детей дошкольного возраста в определениях, таблицах и схемах: учеб. пособ. Нижневартовск: Изд-во НГУ, 2014. 93 с.
2. Выгодский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с.
3. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
4. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.
5. Ушакова О.С. Развитие речи детей 5-7 лет. Программа, консп.занят., метод.рекомендации(по ФГОС), дополн. / О.С.Ушакова. - М.: ТЦ Сфера, 2015. - 272 с.
6. Ушинский К.Д. Педагогика. Избранные работы. Издательство Юрайт. Москва, 2024г. 258с.
7. Яшина В.И. Теория и методика развития речи детей: учебник / В.И. Яшина, М.М. Алексеева; под общ. ред. В.И. Яшиной. М.: Академия, 2013. 448 с.

**УДК 373.2**

# ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА: РОЛЬ ДВОРОВОГО ФУТБОЛА В ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Е.А. Пархоменко, Т.А. Шадрин
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье обоснована необходимость развития дворового футбола для популяризации физической активности и пропаганды здорового образа жизни среди молодежи. Приведены факторы, показывающие необходимость этого социального явления для развития массового спорта, а также необходимые условия для продвижения социально-спортивного дворового движения.

**Ключевые слова:** массовый спорт, дворовой футбол, физическая культура, здоровье, социализация.

Массовый спорт – неотъемлемая часть спорта, направленная на физическое воспитание и развитие общества через организованные или самостоятельные занятия, а также участие в физкультурных и массовых мероприятиях. В отличие от профессионального спорта, массовый спорт менее изучен, но представляет определенный интерес в условиях становления современного российского общества, так как отражает особенности общественного сознания и коллективных взаимоотношений.

Футбол – самый популярный массовый вид спорта, который оказывает значительное влияние на формирования социального капитала различных групп населения. Особенность дворового футбола заключается в том, что он является свободной спортивной деятельностью, которая выбирается в соответствии с потребностью личности. И.В. Новикова подчеркивает доступность занятий дворовым футболом для подростков разной национальности, пола и уровня подготовленности. Важным элементом является вовлечение активных граждан в пропаганду идеи здорового образа жизни, в первую очередь, среди молодежи. Именно футбол объединяет детей и подростков на игровых площадках по месту жительства. Формируя социальные связи между игроками, фанатами, и складывающимися между ними правилами и нормами поведения, футбол оказывает значительное влияние на структуру социального капитала российского общества. Данный вид спорта дает человеку возможность реализовать потребности в коммуникации и принадлежности к какой-либо группе.

Дворовые площадки предоставляют детям уникальную возможность для самореализации, позволяя им свободно выбирать виды деятельности, соответствующие их индивидуальным потребностям и интересам. В отличие

от формализованных образовательных программ, где выбор ограничен заданными рамками, дворовой спорт предлагает свободу действий, способствуя развитию самостоятельности в постановке целей и самоорганизации. Процесс принятия самостоятельных решений, проходящий через личное осмысление, приобретает смысл необходимого жизненного опыта, влияющего на формирование личности ребенка. В этом заключается ключевое преимущество неформальной дворовой среды перед организованными формами воспитания.

Возрождение дворового футбола сегодня является настоятельной необходимостью для развития массового спорта, обусловленной рядом факторов:

1. Рост малоподвижного образа жизни среди молодежи, которая все чаще выбирает общение в социальных сетях и компьютерные игры, что негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье.
2. Отсутствие организованных форм досуга, что способствует росту преступности, наркомании и хулиганства.
3. Существующие механизмы оздоровления молодежной среды не способны решить задачу популяризации физической активности и массового спорта.
4. Падение уровня спорта высших достижений. Дворовой футбол всегда являлся основной для развития индивидуального мастерства профессиональных спортсменов.

В связи с этим необходимо наличие условий для достойного развития социально-спортивного дворового движения. В первую очередь к ним относится финансирование дворовых площадок. Необходимо инвестировать в восстановление существующих и создание новых дворовых площадок с современным оборудованием. Важным решением здесь было создание проекта «Спорт – норма жизни» нацпроекта «Демография» 1 января 2019 года по решению Президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина. Благодаря этому проекту ремонтируются старые и строятся новые спортивные объекты по всей России, в том числе дворовые площадки.

Введение турниров и лиг для дворовых команд позволит повысить интерес к футболу и создать платформу для развития дворовых команд и навыков игроков. Правильным решением здесь также будет создание программ для обучения тренеров и привлечение волонтеров, что позволит организовать качественные занятия и соревнования для детей.

Для эффективного развития дворового спорта необходимо создать единое информационное пространство. Оно должно включать в себя информационные системы разных уровней: федеральные, региональные и локальные. Важным шагом будет также включение пропагандистских информационных технологий. Данные системы должны быть направлены на сбор, обработку и распространение информации о дворовом футболе, его мероприятиях, программах, ресурсах и достижениях. Единое

информационное пространство позволит увеличить узнаваемость дворового футбола среди населения, что привлечет внимание к его значимости и важности. Создание онлайн-платформ для поиска партнеров по игре, записи результатов и трансляции матчей позволит расширить аудиторию и привлечь больше игроков.

Немаловажную роль играет участие государственных органов и разработка ими специальных программ и нормативных документов, регулирующих сферу дворового футбола. Такие проекты как «Спорт – норма жизни» оказывают значительное влияние на формирование и развитие спортивного движения по всей стране. Включение в государственные программы положений для поддержки дворового футбола позволит ему развиваться и положительно влиять на популяризацию массового спорта.

У дворового футбола, как большого социального явления, есть собственная миссия. Она заключается в объединении людей вокруг здорового образа жизни в целях максимального раскрытия и реализации их социальных возможностей с помощью спортивно-оздоровительных занятий по месту жительства. Успех этой миссии зависит от наличия четкой организации, методического обеспечения и материальной базы. При этом, популяризация дворового футбола должна охватывать все слои населения, активно используя разнообразные формы и методы для повышения мотивации и вовлеченности людей.

**Список литературы**

1. Ганин, П. А. Проблемы развития массового спорта в России / П. А. Ганин // Омский научный вестник, 2015. – №4 (141). – С. 239-241.

2. Иванов, В. Д. Проблемы дворового спорта / В. Д. Иванов, К. С. Понакшева // Актуальные проблемы педагогики и психологии, 2022. – Т. 3, №11. – С. 25-31.

3. Лебединская, И. Г. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с детьми по месту жительства / И. Г. Лебединская // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова, 2015. – №2. – С. 145-149.

4. Новикова, И. В. Глобальные и локальные проблемы российского дворового футбола / И. В. Новикова // Вестник Саратовского государственного университета, 2008. – С. 3-7.

5. Слепокурова, Е. М. Проблемы развития массового спорта в Российской Федерации / Е. М. Слепокурова // Вестник магистратуры, 2019. – №3-2(90). – С. 125-127.

**УДК 373.24**

# ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ

И.А. Пепеляева
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются ключевые моменты трудового воспитания детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС и ФОП ДО. Это одно из самых значимых направлений в воспитании правильного отношения к разным видам труда. Так же, проанализирован целесообразный подход в трудовом воспитании детей дошкольного возраста в условиях семьи, что является основой для разностороннего развития ребенка и дальнейшей благополучной трудовой деятельности во взрослой жизни.

**Ключевые слова:** трудовое воспитание, дошкольный возраст, нравственные качества, семья, ребенок.

Вряд ли найдется такой родитель, который будет не согласен с тем, что ребенка надо приобщать к труду с раннего возраста. Между тем, в каждой семье к вопросу о трудовом воспитании все подходят по-разному. Как и любое другое качество и проявление личности-трудолюбие не появляется, само собой. Начиная с первых попыток одеться самостоятельно, до участия в общественно-значимом труде человеку предстоит проделать много работы и пройти огромный путь.

Трудовое воспитание – важное и обязательное условие, благодаря которому у ребенка смогут развиться нравственные качества, должно появиться желание и умение трудиться, сформируется положительное и правильное отношение к труду.

Свои первые трудовые умения и навыки ребенок всегда получает в семье задолго до поступления в детский сад. Малыш видит трудовые взаимоотношения взрослых в семье, анализируя их - стремиться подрожать им [4]. В современном мире, чаще всего встречаются семьи, в которых воспитываются один или двое детей. В таких реалиях необходимость в детском труде отсутствует, но родители должны понимать, что когда-то и малышу придется научиться самообслуживанию, и уже сейчас, в дошкольном возрасте необходимо что-то делать для приобретения элементарных трудовых навыков. Однако, родители не должны забывать, что нельзя силой приучить ребенка трудиться. Необходимо проявлять такт, мягкость и сдержанность в общении с будущим помощником. Начинать нужно с самого простого: «Подай, пожалуйста, книгу», «Открой дверь», то есть, превратить домашние поручения и маленькие задания в веселую игру, проявляя при этом максимум сдержанности и терпения. Можно устроить небольшое соревнование – «кто быстрее соберет игрушки», или «кто быстрее

уберет карандаши в коробку». И уже через некоторое время ребенок за этими действиями видит уже не игру, а он начинает ощущать важность своих действий, и их нужность [3].

Самое главное – не забывать хвалить ребенка. Похвала, лучшая награда, она окрыляет и возникает желание помогать снова и снова.

Принимать участие в трудовой деятельности и выполнять поручения старших, дошкольник сможет только после того, как его умственное и физическое развитие достигнет определенного уровня, как только он научится управлять своими движениями и не действовать беспорядочно, а действовать по выбранному и уже отработанному плану. Трехлетний ребенок и физически, и умственно недостаточно развит, и действовать планомерно еще не умеет [6]. Однако, нельзя забывать, что он с каждым днем растет, и то, что сегодня кажется для родителя, ребенку не по силам, завтра уже будет возможно. Со временем труд ребенка в семье становится более разнообразным, поручения становятся с каждым разом ответственнее и серьезнее, ребенок уже не просто выполняет поручение, но и старается выполнить его максимально качественно, чувствуя свою ответственность за порученное дело. Умения и навыки становятся более совершенными и отточенными, проявляется личное отношение к труду, ребенок учится анализировать свой результат, а также учиться уважению к труду других людей.

Дети дошкольного возраста могут принимать участие в разных видах труда: хозяйственно – бытовом (умение сохранять и поддерживать порядок в помещении, в своем шкафу, в уголке с игрушками и т. д.), ручном (изготовлении поделок из природного материала, аппликации и т. д.), сельскохозяйственном (забота о животных и растениях). В процессе деятельности происходит формирование различных знаний (например, о росте и развитии растений, о значимости разных профессий), накопление практического опыта, расширение словарного запаса, формирование навыков и умений, ощущение радости от проделанной работы [1].

С раннего возраста младшие члены семьи слышат, и понимают, что родители где-то работают. Но очень редко у ребенка бывает возможность увидеть в трудовой деятельности и на производстве своих родных. Слово «работа» в глазах ребенка имеет таинственный смысл, он мечтает о том времени, когда вырастет, и тоже, как мама и папа, будет работать. Это желание ярко проявляется в играх, не имея представления о труде родителей, дети придумывают воображаемые действия [5]. Общественный смысл трудовой деятельности взрослых часто скрыт, на первом месте ребенок видит, что папа получил зарплату и купил игрушку, маме дали премию, и она купила новое платье. Эту сторону труда подкрепляют и родители: «Мне нужно уйти. Заработаю денег и куплю тебе подарок». У ребенка создается впечатление о том, что родители работают только для того, чтобы их дети ни в чем не нуждались и были обеспеченны всем необходимым. В семье необходимо взрослым рассказывать детям о своей работе и трудовой буднях,

отвечать на самые сложные и неожиданные вопросы, но такие важные для дошкольника – это вызывает у ребенка интерес, уважение к труду и к родителям. Понимание о том, чем занимаются родители на работе и зачем они туда ходят, дети получают постепенно [2].

Ребенку трех – четырех лет вполне достаточно будет озвучить, чем занимаются родители - папа строит мосты, мама продает продукты питания. Детям четырех – пяти лет уже необходимо рассказывать, что труд родителей приносит пользу другим людям - мама лечит людей, чтобы никто не болел и были здоровы, а папа следит, чтобы автобусы не ломались. Дети в этом возрасте особенно интересуются, какие именно инструменты помогают взрослым выполнять работу.

В старшем дошкольном возрасте ребенку доступны знания о простых формах разделения труда, о профессиях: автослесарь ремонтирует машины, водитель управляет ими. Ребенок дошкольного возраста может самостоятельно понять требования, которые к нему предъявляет взрослый, благодаря общению с их трудом и постоянным участием в этой деятельности. Постепенно дети усваивают некоторые правила. Ребенку пяти – семи лет вполне понятны и доступны следующие правила:

-Существуют дела, которые должны быть выполнены взрослыми и детьми.

- Любое дело надо стараться выполнять непременно правильно и хорошо. Если не получается - попроси помощи.

- Начатое дело не откладывай на «потом». Помни пословицу: «Кончил дело – гуляй смело».

- Убирай за собой.

- Если видишь, что нужна помощь, не жди, когда попросят, предложи свою помощь сам.

Если ребенок старшего дошкольного возраста без напоминания взрослых соблюдает эти правила, можно смело говорить о высоком уровне его трудового воспитания.

Самое главное, ни в коем случае нельзя наказывать детей работой. Труд не должен вызывать страх и обреченность, он должен приносить удовлетворение и радость [7]. Всегда надо помнить, что только труд поможет детям вырасти дисциплинированными ответственными и самостоятельными членами нашего общества.

**Список литературы**

1. Васильева М.А. Трудовое воспитание детей дошкольного возраста. М. // Просвещение, 1984.
2. Коломинский Я. Л. Психология совместного труда детей. // Минск. асвета,1987.
3. Кравцов Г. Личность Формируется в семье. // Дошкольное воспитание 1998.
4. Нечаева В.Г. Воспитание дошкольников в труде. // Москва. 1983.
5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным

участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Шанц Е.А. Развитие субъектности дошкольников в трудовой деятельности / Е.А. Шанц // Педагогическое образование в России. - 2016. - № 4. - С. 141-146. - https://www.elibrary.ru/download/elibrary_26105336_33646371.pdf.

7. Шемелова О.Ю. Психолого-педагогические условия приобщения детей старшего дошкольного возраста к трудовой деятельности / О.Ю. Шемелова // Студенческая наука XXI века. - 2016. - № 1-1 (8). - С. 160-162.

**УДК 373.2**

# ТЕХНОЛОГИЯ КВЕСТ-ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПРИОБЩЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

О.А. Песцова, А.Д. Жучкова
Центр развития ребенка детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Авторами в данной статье рассматривается применение инновационной технологии квест-игр в педагогическом процессе детского сада, влияние таких игр на физическое развитие дошкольников. Приводится пример квест-игр, наполнение и характеристика таких игр, их основные достоинства и результаты применения в работе.

**Ключевые слова:** квест-игры, физическая культура, двигательная деятельность, задания, физические упражнения

Повышению интереса детей дошкольного возраста к занятиям физической культурой и спортом способствуют такие педагогические технологии, которые интегрируют в себе возможности одновременного физического, интеллектуального, социально-коммуникативного и духовно-нравственного развития детей. К таким инновационным технологиям относятся квест-игры.

Технология квест-игр как средство физического воспитания рассматривается в исследованиях А.П. Горевой [1], Т.И. Кардаильской [2], Т.Е. Харченко [5] и др. Применение игровых технологий в физическом воспитании детей исследовали П.А. Киселев [3], К.К. Утробина [4] и др.

В нашем детском саду воспитателями совместно с инструктором по физической культуре успешно проводятся квест-игры, которые вызывают интерес у детей, развивают дошкольников физически и интеллектуально. Такие игры мы проводим, прежде всего, с детьми старшей и подготовительной группы. Игры проводятся на участке детского сада и в спортивном зале.

Квест-игры предполагают некое приключение, выполнение детьми последовательности заданий для того, чтобы достичь определенной игровой цели.

Регулярно организуя квест-игры, мы выявили их три основных достоинства как технологии развития детей. Первое – в ходе таких игр у детей значительно увеличивается интерес к физической культуре, мотивация к двигательной активности, так как выполнение физических упражнений является основным условием и игровым действием во время квест-игр. Второе – квест-игры помогают одновременно развивать физические качества и интеллектуальные способности, учат работать в команде. Третье достоинство в том, что происходит комплексное физическое развитие детей –

развиваются ловкость, координация движений, быстрота и другие физические качества.

В качестве примера приведем квест-игру «Пираты». Эту игру мы провели со старшими дошкольниками (5–6 лет). Во время данного квеста дети выполняли задания, которые включали в себя такие области, как физическая культура, развитие речи, коммуникация и ознакомление с окружающим миром. Когда дети выполняли задания, которые предполагали двигательную активность, у них развивались ловкость, навыки ориентирования в пространстве, меткость, а также умение держать равновесие. Решение же интеллектуальных задач развивало логическое мышление детей.

Сюжет квест-игры следующий. Дети находят бутылку, в которой письмо от пирата. В письме пират сообщает детям, что он положил в сундук сокровище, и забыл ключевое слово, которое открывает сундук. Пират предлагает детям выполнить задание, что узнать ключевое слово. За каждое правильно выполненное задание дети получают по одной букве слова. Детям предстояло пройти шесть станций, на каждой стации выполнить по одному заданию.

Дети получили карту с маршрутом и принялись за дело. На каждой станции квест-игры детей встречали персонажи – попугай, обезьянка, пираты. Названия станций интересные – «Путь на остров сокровищ», «Помоги обезьянке», «Крокодиловая река», «Долина мудрости», «Болото», «Проползи туннель».

В ходе квест-игры дети выполняли различные задания, которые способствовали физическому развитию. Например, дети бросали мешочки в баскетбольную корзину, перебирались через «болото» по резиновым модулям, проползали через туннель и т.д. В результате дети выполнили все задания, отгадали ключевое слово «Дружба» и открыли сундук, пират поделился с детьми сокровищами.

Мотивация детей к выполнению физических упражнений квест-игр связана с тем, что в конце любого квеста детей ожидает награда. Кроме того, во время квестов у детей реализуется потребность помогать другим людям, квест предполагает помощь какому-либо персонажу.

В квест-играх, которые мы организуем для детей, предусматриваем разнообразные двигательные действия: дети прыгают через скакалку, крутят обруч, бегают, ползают, приседают и т.д. Такие игровые задания развивают все группы мышц детей, приобщают к двигательной активности и здоровому образу жизни с детства.

Когда планируем квест-игры, стараемся включать в них разнообразный спортивный инвентарь. Включаем в игры задания с футбольными и баскетбольными мячами, скакалками, обручами, кеглями и др. В некоторые квесты мы включаем элементы спортивных игр: например, детям предлагается забросить баскетбольный мяч в кольцо с сеткой (корзину), забить футбольный мяч в ворота соперника и др.

Чтобы оценить влияние квест-игр на детей и образовательный процесс, мы провели беседу с детьми, а также диагностику физического и познавательного развития. Исследование, которое проводилось в динамике (в начале и конце учебного года) показало положительное влияние квест-игр. У детей возрос интерес к двигательной активности. Дети попросили чаще проводить для них квест-игры, мы пошли детям навстречу, провели несколько новых квестов в течение учебного года.

Итак, квест-игра является инновационной технологией, которая вызывает интерес у детей, способствует физическому и интеллектуальному развитию дошкольников. Такие игры мы рекомендуем коллегам для включения в календарно-тематические планы и проведения с детьми.

**Список литературы**

1. Горева А.П., Мельникова О.П. Использование квест-технологий в физкультурно-оздоровительной работе с детьми старшего дошкольного возраста // Образовательный альманах. 2021. №9(47). С. 16-19.

2. Кардаильская Т.И. Формирование интереса у детей старшего дошкольного возраста к физической культуре и спорту через квест-технологии // Ребенок и Общество. 2020. №4. С.18-23.

33. 3. Киселев П.А., Киселева С.Б. Подвижные и спортивные игры с мячом. Москва : Планет, 2015. 224 с.

4. Утробина К.К. Подвижные игры с детьми 5–7 лет. Москва : Гном, 2019. 152 с.

5. Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. Москва : Детство-Пресс, 2021. 128 с.

**УДК 373.2:796.032**

# ПРИРОДА КАК РЕСУРС ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

С.Г. Плачинда, С.В. Сторожилова
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассказывается о влиянии природной среды на повышение физической активности детей дошкольного возраста. Авторы акцентируют внимание на том, как природа способствует развитию двигательных навыков, координации и выносливости благодаря разнообразию движений, которые создают природные условия.

**Ключевые слова:** природа, физическая активность, игры на свежем воздухе, мотивация, координация, выносливость, сила, гибкость.

Воспитание здорового и активного ребенка в современном мире требует особого внимания к его физическому и эмоциональному развитию. В условиях мегаполисов, где дети часто лишены полноценного контакта с природой, проблема становится особенно актуальной. «Наша задача подготовить ребенка к будущей жизни, при этом нужно помнить о том, что человек совершает поступки сейчас, а результат совершенных действий увидит спустя время» [3, с. 110].

Природа – это неиссякаемый источник энергии и вдохновения, и ее интеграция в физкультурные занятия может стать мощным инструментом для развития детей, укрепления их здоровья и формирования экологического сознания.

Представьте себе типичное физкультурное занятие в закрытом помещении: дети выполняют упражнения, повторяя одни и те же движения, часто в однообразной обстановке. Теперь представьте ту же группу детей на свежем воздухе, среди деревьев, на траве, под ярким солнечным светом. Звуки природы, ощущение земли под ногами, легкий ветерок на лице - все это, создает совершенно другую атмосферу. Природа не только меняет условия, но и вдохновляет на движение, пробуждая у детей интерес и желание участвовать в активных играх.

Прогулки по лесу, игры на лугу, бег по песчаному пляжу - все эти виды активности позволяют детям развивать свои физические способности естественным образом. Природные условия обеспечивают разнообразие движений: бег по неровной поверхности, лазание по деревьям или прыжки через ручей – все это стимулирует работу мышц, улучшает координацию и развивает чувство равновесия. Такие занятия не только укрепляют тело, но и способствуют развитию смекалки и сообразительности. В своей работе мы используем игры на свежем воздухе, такие как «ловишки», «прятки» или «полоса препятствий», создаваемая из природных объектов (камней, бревен,

песка). Подобные занятия способствуют развитию координации, выносливости, силы, творческого мышления и воображения, так как дети взаимодействуют с природными объектами и явлениями, придумывая собственные игровые сценарии. Кроме того, взаимодействие с природными объектами (шишками, листьями, камнями, ракушками и т.д.) развивает сенсорные способности детей. Они учатся различать текстуры, размеры, формы и запахи, что стимулирует их познавательную активность и способствует развитию мелкой моторики [2, с. 19].

Регулярные занятия на свежем воздухе не только улучшают физическое состояние детей, но и формируют у них здоровые привычки, которые остаются с ними на всю жизнь. Дети, которые с детства приучены к активным прогулкам на природе, к играм в парках и лесах, с большей вероятностью будут выбирать активный образ жизни и в будущем. Природа учит детей радоваться движению, получать удовольствие от физической активности [1].

Природа оказывает положительное влияние на психоэмоциональное состояние ребенка. Доказано, что время, проведенное на природе, снижает уровень стресса, улучшает настроение и повышает когнитивные способности. В условиях дошкольного возраста, когда ребенок только начинает осваивать мир вокруг себя, такие занятия становятся неоценимым вкладом в его гармоничное развитие [4, с. 53].

Интеграция природных элементов в физическую активность открывает широкие возможности для экологического воспитания дошкольников. В процессе взаимодействия с природой дети не только развивают физические навыки, но и формируют уважительное отношение к окружающей среде, учатся понимать и ценить природу [7, с. 142]. Например, во время прогулок и игр на природе мы рассказываем детям о растениях, животных, особенностях природных ландшафтов, акцентируя внимание на необходимости их сохранения и защиты [6, с. 234].

Природа – лучший друг ребенка, когда речь идет о физической активности и здоровье. Интеграция природных элементов в физкультурные занятия позволяет не только укрепить здоровье детей, но и привить им любовь к природе, заложить основы экологического сознания [5, с. 56]. Педагогам и родителям важно помнить, что природа - не просто среда обитания, но и мощный образовательный ресурс, который может стать неотъемлемой частью жизни ребенка, помогая ему расти здоровым, счастливым и гармонично развитым.

**Список литературы**

1. Агаджанова С. Н. Закаливание организма дошкольника; Детство-Пресс. - Москва, 2011. - 469 с.

2. Виленская Т. Е. Новые подходы к физическому воспитанию детей младшего школьного возраста // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2009. - № 5. - С. 18-22.

3. Колбунова Н.В., Соколова Л.Ю. Роль народных сказок в воспитании детей // Современные тенденции развития этнофилософии: материалы Международная. научно.-практическая. конференция. (Чебоксары, 14 декабря 2018). Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2020. С. 109-112.

4. Мартынюк Н. С. Условия повышения степени закаленности организма детей младшего дошкольного возраста // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2012. - No 1. - С. 53-55.

5. Осипова А.А. Физическое воспитание дошкольников // Медработник дошкольного образовательного учреждения. – 2017. – № 5. – С. 56-59.

6. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

7. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УКД 373.2**

# СПЕЦИФИКА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.А. Припутина, М.В. Бахметьева
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию особенностей развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. В работе рассматривается понятие эмоционального интеллекта, его структура и значимость для успешной социализации ребенка. Особое внимание уделяется роли родителей и дошкольного образовательного учреждения в развитии эмоционального интеллекта детей.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, дошкольный возраст, развитие личности, родители, дошкольное образование.

Дошкольный возраст является тем периодом жизни, когда протекает процесс активного развития эмоциональной сферы ребенка. В данный период закладываются способности взаимодействия как со своими, так и с чужими эмоциям. А от того, насколько успешно ребенок овладеет данными навыками, во многом зависит успешность его будущей жизнедеятельности. Именно поэтому должно быть уделено особое внимание развитию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста [1].

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) определяет приоритетность сохранения и укрепления физического и психического благополучия детей, в том числе их эмоционального интеллекта. Это можно увидеть в разделе ФГОС ДО «Социально-коммуникативное развитие», где отмечена необходимость развивать у детей социальный и эмоциональный интеллект (эмоциональную отзывчивость, эмпатию, готовность к коллективной деятельности).

Эмоциональный интеллект принято определять как совокупность навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач. Высоко развитый эмоциональный интеллект позволяет человека эффективно функционировать в социальной среде, выстраивать качественные отношения с другими субъектами общества, а также достигать собственных успехов. Эмоциональный интеллект представляет собой сложную систему, в рамках которой можно выделить такие компоненты, как саморегуляция, самопознание, эмпатия, мотивация, а также социальные навыки [1].

Эмоциональный интеллект человека является одним из определяющих факторов успешного социального функционирования, так как способствует эффективной коммуникации, построению отношений, принятию решений, а также преодолению стрессовых ситуации. Особую значимость эмоциональный интеллект приобретает в профессиональной сфере, так как лица с развитыми межличностными навыками способствуют созданию позитивного климата в коллективе и достижению высоких результатов [2, 3, 5].

Одной из ключевых особенностей детей дошкольного возраста является их эмоциональная сфера, а именно ее динамичность, интенсивность и неустойчивость. В данный возрастной период дети входят в фазу активного знакомства с окружающим миром, в том числе другими людьми. Они становятся частью все больших социальных групп, чем обусловлена необходимость выработки навыка управления эмоциями как инструментом внешнего взаимодействия, а также навыка распознания эмоций и намерений других социальных субъектов. Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте способствует поддержанию психологического благополучия ребенка и минимизирует возможные психологические травмы в процессе социализации. Важно отметить, что развитие эмоционального интеллекта является одним из ключевых факторов в формировании адекватной самооценки у ребенка.

Семейная среда безусловно играет первостепенную роль в становлении эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. Родители выступают в роли первичных агентов социализации, демонстрируя модель межличностного взаимодействия и эмоциональной регуляции. Создавая атмосферу психологической безопасности и поддержки, родители способствуют формированию у детей уверенности в себе и открытости к выражению эмоций – одних из ключевых компонентов эмоционального интеллекта. Формат воспитания существенно оказывает сильное влияние на развитие эмоциональной сферы ребенка. Так демократичный формат, характеризующийся открытым диалогом, взаимным уважением и поддержкой детской инициативы, способствует формированию у ребенка способности осознавать и эффективно управлять своими эмоциями. В противоположность, авторитарный формат, основанный на жестких правилах и подавлении эмоциональных проявлений, может негативно сказываться и иметь обратный эффект. Важно отметить, что родители могут содействовать развитию эмоционального интеллекта у ребенка дошкольного возраста, оставаясь эмоционально доступными для ребенка, используя простые, понятные ребенку слова для описания эмоций, демонстрируя эмпатию, а также поощряя ее проявления со стороны ребенка [3, 4, 5].

Дошкольное образовательное учреждение, наряду с семьей, выступает в качестве определяющего фактора в формировании эмоционального интеллекта у ребенка. В условиях дошкольного учреждения ребенок попадает в микросоциум, где активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. Эти взаимодействия способствуют развитию его способности

понимать эмоциональные состояния других людей, строить конструктивные отношения и разрешать конфликты. Специально разработанные программы и методики, используемые в дошкольных учреждениях, направлены на формирование эмоциональной грамотности детей. Игровые, творческие и театрализованные занятия позволяют детям не только освоить базовые эмоции, но и разобраться в более сложных эмоциональных состояниях. Педагоги, обладающие знаниями в области детской психологии и необходимыми компетенциями, выступают в роли авторитетных взрослых, оказывающих поддержку детям в процессе эмоционального развития. Они помогают детям осознавать свои чувства, выражать их адекватно и находить конструктивные способы реагирования на различные ситуации. Это позволяет детям лучше усваивать социально приемлемые стратегии эмоционального поведения.

Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста представляет собой важнейший процесс, непосредственно связанный с их успешной социализацией. Способность идентифицировать, регулировать собственные эмоции, а также проявлять эмпатию по отношению к другим социальным субъектам выступает в качестве ключевого фактора, определяющего гармоничное развитие личности. Семейное воспитание и педагогическое воздействие оказывают большое воздействие на данный процесс. Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у дошкольников – является задачей комплексной, требующей совместных усилий семьи и общества [3, 5, 6].

**Список литературы**

1. Горячева, Е. С. Методы развития эмоционального интеллекта // E-Scio. – 2023. – №1 (76). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/metody-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta (дата обращения: 15.09.2024).

2. Кудряшова, Т. Ю Особенности развития компонентов эмоционального интеллекта на этапе дошкольного детства // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №61-4. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-komponentov-emotsionalnogo-intellekta-na-etape-doshkolnogo-detstva (дата обращения: 01.10.2024).

3. Дубовова, А. А. Особенности когнитивного развития детей дошкольного возраста / А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко, Б. Батыров // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021.

4. Прозументик О. В., Жигалова Н. В. Теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте // Пермский педагогический журнал. - – 2023. – №14. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-v-doshkolnom-vozraste (дата обращения: 19.09.2024).

5. Социализация детей в дошкольном возрасте / С. А. Козлова [и др.] ; под научной редакцией С. А. Козловой. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 179 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-17886-9. – Текст : электронный //

Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/533909 (дата обращения: 22.09.2024).

6. Чагарова, М. Д. Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Педагогический вестник. – 2023. – №31. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-1 (дата обращения: 15.09.2024).

**УДК 372.2**

# РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

А.А. Припутина, Н.И. Шпак
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме развития творческого потенциала ребенка в дошкольном возрасте. В работе анализируется понятие творческого потенциала, обосновывается его значимость для общего развития личности ребенка. Особое внимание уделяется роли дошкольного образовательного учреждения в формировании творческих способностей детей. В статье выделяются ключевые факторы, способствующие созданию среды для эффективного развития творческого потенциала ребенка в условиях дошкольного образовательного учреждения.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, дошкольное образовательное учреждение, творчество, творческий потенциал.

Актуальность проблемы развития творческого потенциала ребенка в условиях современного дошкольного образования заключается в том, что творчество является одним из важнейших компонентов процесса общего развития личности, который оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнедеятельность и является определяющим фактором для многих ее особенностей.

Творческий потенциал можно определить как комплексную характеристику личности, отражающую ее способность к созиданию чего-либо принципиально и объективно нового, оригинального. Он представляет собой целую систему врожденных и приобретенных в течение жизни качеств, обеспечивающих функционирование неординарного мышления, а также дающих возможность находить и реализовывать различные решения и идеи, отличающиеся своей нетривиальностью. К ряду компонентов творческого потенциала как системы можно отнести следующее: фантазия, воображение, гибкость мышления, ассоциативное мышление, критическое мышление коммуникабельность, эмоциональность, любопытство и открытость к новому [1, 2].

Творческий потенциал способствует творческой самореализации, которая может быть разной: экспрессивной, продуктивной, изобретательной, инновационной, непредвиденной. Независимо от вида творческой самореализации она всегда обусловливается активностью личности – активность восприятия действительности, активность преобразования действительности, активность поведения, эмоциональная активность и т.п. Обращение к понятию «творческая активность» показывает, что она

характеризует актуализацию творческого потенциала личности на основе осознания ею ценности феномена творчества.

Творческий потенциал обретает все большую значимость и играет важную роль в контексте современного динамично преобразовывающегося мира. Инновационные процессы, выступающие в качестве ключевого фактора социально-экономического прогресса, требуют от субъектов деятельности проявления креативности. Творческий подход к задачам способствует генерации оригинальных решений и преодолению ограничений существующих парадигм. Реализация творческого потенциала осуществляется в различных социальных контекстах и культурных средах. Исторический опыт наглядно доказывать тот факт, что творческие достижения индивидов оказывают существенное влияние на социальный прогресс, спсобствуя процессу активного развития культуры, науки и технологий.

Дошкольный возраст, который длится с трех до семи лет, представляет собой особый период жизни человека. Он может быть охарактеризован интенсивным психофизическим развитием. В процессе игровой и коммуникативной деятельности у ребенка формируются элементарные представления о мире, закладываются основы личности, а также развиваются социальные навыки и умения.

Развитие творческого потенциала детей дошкольного возраста представляет собой один из фундаментальных механизмов их всестороннего, комплексного развития. На данном возрастной ступени происходит активное психоэмоциональное развитие формирование когнитивных целого ряда когнитивных способностей. Творческий потенциал ребенка способствует успешному протеканию упомянутых процессов, что, в свою очередь, выступает в качестве одного из факторов его дальнейшего становления в роли устойчивого субъекта общества [3].

Педагогическая поддержка творческой активности ребенка в рамках дошкольного образовательного учреждения является одним из ключевых и первостепенных направлений современной системы дошкольного образования. Обеспечение разнообразной предметно-развивающей среды, а также организация занятий теми или иными видам художественной деятельности (изобразительной, музыкальной, театральной и др.) способствуют значительному повышению эффективности условий для спонтанного, но в то же время продуктивной творческой деятельности детей. Однако важно отметить, что педагогу необходимо учитывать персональные особенности каждого ребенка, стремясь создать такие условия, которые обеспечат возможность свободного выбора того или иного вида деятельности самим ребенком.

Творческие процессы оказывают существенное влияние на социально-коммуникативное развитие дошкольников. Совместная деятельность в рамках творческих проектов способствует формированию таких навыков, как коммуникабельность, умение сотрудничать, нахождение компромиссов, а

также разрешение конфликтных ситуаций. Помимо этого, творчество может выступать в качестве одного из наиболее эффективных инструментов социализации детей дошкольного возраста, помогая им успешно приспособиться к существующим социальным нормам [4, 5].

Также, важно отметить, что результаты творческой деятельности ребенка могут становиться одним из факторов, принимающих участие в формировании положительной самооценки у дошкольников. Оценка и признание взрослыми и сверстниками результатов их творческой деятельности оказывает благоприятное влияние на формирование у детей уверенности в собственных силах и создает ценный мотив для дальнейшего развития творческого потенциала.

Установлено, что творческие способности, как и любые другие, поддаются развитию. Эффективность данного процесса зависит не только от его интенсивности и последовательности, но и от условий реализации творческого потенциала, который, в свою очередь, предполагает развитие.

Дошкольные образовательные учреждения обладают уникальным потенциалом для стимулирования творческой активности детей, предоставляя им все необходимые ресурсы, поддержку и условия для творческого самовыражения. Можно выделить несколько важных факторов, способствующих созданию оптимальной среды в дошкольном образовательном учреждении.

Первый фактор – разнообразие активностей. В рамках дошкольного образовательного учреждения должны быть организованы различные творческие активности – художественные, музыкальные, театрализованные, образовательные и другие. Это позволяет детям экспериментировать, пробовать новые виды творчества и находить то, что больше отвечает их индивидуальным предпочтениям и запросам.

В качестве второго фактора можно выделить наличие творческих пространств. Необходимо организовать уголки для творчества с открытым доступом к разнообразным материалам. Такие пространства стимулируют детей к свободному самовыражению, предоставляя возможность для импульсивного творческой деятельности.

Третий фактор – ориентированность на эксперимент. В рамках дошкольного образовательного учреждения должно поощряться детское любопытство, а также инициатива, позволяя экспериментировать без страха ошибиться. Это создает благоприятную психологическую атмосферу доверия и безусловной поддержки.

Четвертым фактором является привлечение родителей. Эффективное взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с родителями также может критически сказаться на развитии творческого потенциала ребенка. Примером такого взаимодействия является организация совместных творческих мероприятий, проектов, выставок или праздников, где дети имеют возможность продемонстрировать свои способности и достижения, а родители – оценить это и поддержать своего ребенка. Другим примером

эффективного взаимодействия с родителями является информирование и обучение: проведение собраний и обсуждений по вопросам творческого развития детей, что поможет родителям лучше понимать важность творчества, а также узнать неочевидные методы развития творческого потенциала.

Дошкольные образовательные учреждения играют имеет высокую значимость в вопросе развития творческого потенциала детей. Создание благоприятной среды, поддержка инициативы и активное взаимодействие с родителями – все эти фактор способствуют успешному протеканию данного процесса. Развитие творческого потенциала дошкольников является основой для формирования успешной личности [6].

**Список литературы**

1. Байгильдина, З.Ф. Творческий потенциал личности // Вестник Башкирского университета. – 2008. – №3. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tvorcheskiy-potentsial-lichnosti (дата обращения: 14.09.2024).

2. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 160 с. – (Антология мысли). – ISBN 978-5-534-06998-3. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/538601 (дата обращения: 14.09.2024).

3. Дубовова, А.А. Особенности когнитивного развития детей дошкольного возраста / А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко, Б. Батыров // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 28 октября 2021 года / Ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021.

4. Исмаилова, Н.И. Пути и средства развития навыков творчества у детей дошкольного возраста // Экономика и социум. – 2020. – №5-1(72). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/puti-i-sredstva-razvitiya-navykov-tvorchestva-u-detey-doshkolnogo-vozrasta (дата обращения: 14.09.2024).

5. Каримов, Т.Х. Творческая педагогика – современный подход к педагогике // Экономика и социум. – 2024. – №5-1(120). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tvorcheskaya-pedagogika-sovremennyy-podhod-k-pedagogike (дата обращения: 14.09.2024).

6. Рахимова, М.Х. Формирование креативности у детей дошкольного возраста (4-7 лет) // Проблемы педагогики. – 2019. – №6(45). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kreativnosti-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-4-7-let-1 (дата обращения: 14.09.2024).

**УДК 373.2**

# ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.В. Пришляк, Г.М. Мурадова
Детский сад № 138, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье представлена коррекционная работа с использованием песочной терапии для развития связной речи у детей старшего дошкольного возраста, имеющих тяжелые нарушения речи. Организация индивидуальной и подгрупповой работы с дошкольниками в юнгианской песочнице в игровой форме. В результате совместной деятельности в песочнице у детей значительно улучшилась связная речь, развились коммуникативные навыки, снизилась тревожность.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, песочная терапия, связная речь, коррекционная работа, коммуникативные навыки, тревожность.

В дошкольной образовательной организации (ДОО) мы используем метод песочной терапии в коррекционной работе с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи (ТНР).

Песочная терапия – этот метод разработан швейцарским психотерапевтом Дорой Калфф, который основан на аналитическом подходе Карла Густава Юнга. Как писал К. Юнг: «Все, что находится в бессознательном, стремится проявиться вовне, и личность также в своем развитии стремится перейти из бессознательного состояния к целостному переживанию самой себя» [7].

Этот метод хорошо себя зарекомендовал в коррекционной работе с детьми старшего дошкольного возраста. Так как у детей с ТНР плохо развита связная речь и им очень трудно в разговоре раскрыть смысл, логически и последовательно рассказать о чем-либо. А песочная терапия для детей дошкольного возраста – это игра, полет детской фантазии, творческий процесс, подкрепленный бессознательным [1]. Ребенок играя, погружается в бессознательное и в процессе контакта с песком ребенок расслабляется, снижается тревога за то, что он что-то сделает не так или не правильно. Здесь нет эталона, как должно быть. В песочнице ребенок строит свой мир, такой, какой хочет и как хочет, а затем рассказывает, какие события здесь происходят от имени главного героя или рассказчика [4].

Коррекционную работу с детьми ТНР мы в ДОО проводим в три этапа.

На первом этапе проводим индивидуальную работу с ребенком. Дошкольник знакомится с правилами работы в песочнице, а затем из фигурок, представленных на полках, строит свою картину мира. Для песочной терапии мы подготовили песочницы и подобрали множество разнообразных фигурок – людей, животных, растения, транспорт, дома и

мосты, сказочные персонажи, добрые и злые. Выбирая фигурки для создания композиции, ребенок обычно отождествляет себя с ними или строит конкретную ситуацию в целом, расставляет элементы в определенном порядке, предпочитает конкретное местоположение в песочном пространстве [2]. Из опыта работы наблюдали, что застенчивые и тревожные дети, обычно вначале ставят мало фигурок, а импульсивные, наоборот выбирают много предметов и размещают их в песочнице хаотично. И конечно самое трудное для дошкольников с ТНР – это рассказать о созданной песочной картины, они чаще затрудняются в выражении своих мыслей из-за недостаточного речевого развития, бедности представлений или задержки общего развития. Поэтому им сложно налаживать коммуникации со сверстниками, сюжетно-ролевая игра формируется на низком уроне, а также страдает эмоциональная сфера. Поэтому с помощью наводящих вопросов дети начинают рассказывать: для чего эта фигурка здесь, какая она, что она делает, с кем общается? В результате таких занятий с песком ребенок раскрывается и начинает описывать происходящие события в песочном мире и в дальнейшем начинает развивать сюжет [5].

На втором этапе проводим работу с детьми в парах, здесь развиваем умение общаться друг с другом, учим договариваться, задавать вопросы, не нарушать личные границы. Вначале каждый ребенок выбирает фигурку животного и половину песочницы, на которой строит жилище для своего подопечного и затем обустраивают ему быт. Потом каждый ребенок рассказывает рассказ о своем животном, где оно живет, чем питается. И вот на этом этапе мы уже замечаем, как дети начинают друг друга слушать, не перебивать, задавать вопросы, а потом предлагаем сходить животным друг к другу в гости и дети начинают договариваться, кто первый пойдет и дальше обыгрывают ситуацию, выстраивают диалог [6].

На третьем этапе работу проводим в небольших подгруппах и в соответствии с лексической темой недели. Тему песочной картины задает сказочный герой, который пришел в гости, например, Чебурашка предлагает построить мир животных жарких стран. Дети сначала договариваются, что построят в песочнице, какой ландшафт будет, какие деревья и здания поставят, каких животных поселят, кто с кем рядом будет стоять, и т.д. После планирования они начинают строить песочную картину, рассказывают сюжет и придумывают название [3].

В результате коррекционной работы у детей с ТНР хорошо развивается связная речь, формируются коммуникативные навыки, а также снижается тревожность.

**Список литературы**

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2002.

2. Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001.

3. Грабенко Т.М., Зинкевич – Евстигнеева Т. Д. Корекционные, развивающие и адаптирующие игры. СПб.: Детство-Пресс, 2002.

4. Сакович Н.А. Технология игры в песок, игры на мосту. Речь. СПб 2008

5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

7. Юнг, Карл Густав Воспоминания, сновидения, размышления / К. Г. Юнг. - Львов: Инициатива; Москва: АСТ, 1998. - 475 с.

**УДК 372.2**

# ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЭКСКУРСИИ КАК МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ИСТОРИИ РОДНОГО КРАЯ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Т.А. Прокопчук, О.А. Деркач
Центр – детский сад № 107, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данная статья рассматривает интерактивные экскурсии как эффективный метод изучения истории родного края с дошкольниками, освещаются основные принципы и подходы к организации таких экскурсий, а также их преимущества перед традиционными методами обучения. Автор подчеркивает важность использования интерактивных методов для развития интереса детей к истории своего края и формирования у них понимания значимости сохранения культурного наследия. Статья может быть полезна педагогам, работающим с дошкольниками, а также всем, кто интересуется методиками обучения истории.

**Ключевые слова:** интерактивные экскурсии, история родного края, культура, наследие.

Изучение истории родного края играет важную роль в воспитании детей дошкольного возраста. Оно способствует формированию у них чувства принадлежности к своей культуре, уважения к прошлому и понимания того, как события прошлого влияют на настоящее. Одним из наиболее эффективных методов изучения истории родного края с дошкольниками являются интерактивные экскурсии.

Интерактивная экскурсия представляет собой особую форму организации образовательного процесса, которая предполагает активное взаимодействие участников с объектами культурного наследия, историческими местами и природными объектами. В ходе экскурсии дети не только слушают рассказ «экскурсовода», но и сами активно участвуют в процессе познания: задают вопросы, выполняют задания и играют.

В дошкольном образовательном учреждении перед педагогом стоит сложная, но крайне важная задача: увлечь детей, вызвать у них интерес, в тоже время, способствовать развитию их природной любознательности. Интерактивные экскурсии помогают решить все эти задачи, позволяя детям активно участвовать в процессе познания, расширяя их кругозор.

Именно поэтому, мы активно начали использовать этот метод в работе со старшими дошкольниками. Темы и направления экскурсии подбираем с учетом интересов детей. Первая наша экскурсия называлась «Любимый город» и была посвящена Краснодару. Дети увидели современный и красивый город, новые микрорайоны, проспекты, парки, фонтаны и площади. Они с удовольствием узнавали родные улицы и дома, в которых живут, и с большой охотой рассказывали о них.

Особенно яркое впечатление вызвал видеоролик с любимым детским садом и играющими в нем детьми. После экскурсии мы, спросили у детей, что им запомнилось, что понравилось и что было интересно. Свои впечатления ребята отразили в рисунках и поделках. В группе появилась выставка детских работ, посвященная Дню города «Люблю тебя, мой Краснодар».

Детям очень понравился такой способ взаимодействия. Заметили, что в ходе экскурсии они учатся общаться друг с другом и с «экскурсоводом», задавать вопросы и высказывать свои мысли. Мы провели целую серию интерактивных экскурсий на темы: «По улицам города» (дети узнали, в честь кого названы те или иные улицы и почему), «Историей дышит мой город родной» (знакомство с памятниками), «Путешествие во времени» (история создания города), «Красивый, зеленый, мой город родной» (знакомство с уникальной природой) и многие другие. Они помогли заинтересовать детей историей, сделать ее более понятной и близкой. Выставки детских работ сменяли одна другую.

Родители с удовольствием подключились к нашей увлеченности. Они принимали активное участие в выставках в форме совместных творческих работ. Сначала появилась фотовыставка «Путешествие по родному городу», где были запечатлены семейные посещения исторических и современных мест в городе. Из фотовыставки сформировался большой альбом, который дети с удовольствием рассматривают, делятся впечатлениями от семейных поездок и своими знаниями.

Да, подготовка к интерактивным экскурсиям требует времени – необходимо собрать необходимые материалы по выбранной теме: фотографии, видеоматериалы, карты, схемы, игровые материалы, интерактивные игры. Но результат того стоит – заинтересованность детей, их неравнодушие, увлеченность и вдохновение – тому подтверждение.

Мы пришли к выводу, что интерактивные экскурсии – это эффективный метод изучения истории родного края с дошкольниками. Они позволяют детям активно участвовать в процессе познания, развивают коммуникативные навыки, формируют интерес к истории и развивают творческие способности. А темы и направления таких экскурсий подскажут сами дети.

**Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 19.10.2024 г.).

2. «Интерактивная педагогика в детском саду. Методическое пособие» / Под ред. Н. В. Микляевой. М.: ТЦ Сфера, 2012. – 128с.

3. Ажищева Т. А. Информационно-коммуникационные технологии в ДОУ / Т. А. Ажищева // Центр образовательного и научного консалтинга. [Электронный ресурс]. URL: http://conseducenter.ru/index.php/chtenya/156-ajisheva (дата обращения 17.10.2024)

4. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

5. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# АКТУАЛЬНОСТЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО И ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

А.М. Проценко, О.С. Чуркина, О.И. Панкова
Детский сад комбинированного вида № 104 «Рукавичка», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются эффективные формы работы по реализации рабочей программы воспитания по патриотическому и духовно-нравственному направлению,раскрывается основное содержание данной работы, анализируются изменения в социально-культурной среде, произошедшие за последние десятилетия и приводится конкретный результативный опыт по решению задач патриотического и духовно-нравственного воспитания дошкольников в современных условиях.

**Ключевые слова:** дошкольники, дошкольная образовательная организация, патриотизм, гражданственность, национальный воспитательный идеал, базовые ценности, национально-культурные традиции.

Высшей целью образования является воплощение национального воспитательного идеала, на что и ориентирована рабочая программа воспитания каждой дошкольной образовательной организации. Под современным национальным воспитательным идеалом понимается высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей Родины, укорененный в духовных и культурных традициях нашей многонациональной страны, принимающий судьбу Отечества как свою личную, приобщенный к базовым ценностям Российского народа [1].

Патриотическое направление воспитания базируется на таких ценностях, как Родина и природа. Патриотизм, как нравственное чувство, вырастает из особенностей образа жизни и ее уклада, из народных и семейных традиций [5].

Духовно-нравственное направление имеет в своей основе такие ценности как жизнь, милосердие, добро и направлено на развитие ценностно - смысловой сферы дошкольников. Содержанием духовно-нравственного воспитания является освоение дошкольниками социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах [2].

Перед педагогами стоит непростая задача – после почти четвертьвекового отсутствия национальной идеологии и частичного забвения традиционных ценностей Российского народа формировать у юного гражданина такие понятия, как созидательный труд, коллективизм, патриотизм, приоритет духовного над материальным, уважение к историческим и национально-культурным традициям, преемственность

поколений, единство народов России, высокие нравственные идеалы, стремление создать крепкую семью, милосердие и взаимопомощь. В последние десятилетия под влиянием глобалистской идеологии в социуме начинали доминировать другие ценности, такие как индивидуализм, приоритет материального над духовным, разрушение института семьи ради приоритета личностной и карьерной самореализации, концентрация на успешности, социальном статусе, бытовом и материальном комфорте, жизни в свое удовольствие.

На современном этапе рабочая программа воспитания ставит перед педагогами задачи формирования в подрастающем поколении формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков, «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие и «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины.

Для решения актуальных задач рабочей программы воспитания наши педагоги активно участвовали в мероприятиях, посвященных Году Семьи: «Читающая мама-читающая страна», «Моя семья – Россия», «Моя родословная», «Наследники Победы». Они регулярно организовывали мероприятия патриотической направленности, такие как военно-спортивная игра «Зарница», концерт для ветеранов боевых действий к Дню победы, встречи с участниками специальной военной операции, курсантами военного училища, представителям казачества, а также парад военной техники, крупногабаритные макеты которой ребята изготавливали совместно со своими родителями, бабушками и дедушками. [3] Приглашенные участники СВО не только рассказывали детям много интересных фактов из своей боевой биографии, они также демонстрировали и давали примерить всем желающим свое воинское обмундирование, в котором они побывали на передовой. Когда дети видят перед собой реальных героев, которые не заученными словами, а искренне и от души говори им о том, почему пошли добровольцами и заключили контракт, они начинают по-другому воспринимать такие слова как гражданственность, патриотизм и долг перед Отечеством. Эффективность и результативность данного подхода в реализации рабочей программы воспитания значительно выше, чем при использовании информационно-рецептивного или репродуктивного метода [4].

**Список литературы**

1. Ветохина, А.Я. Нравственно-патриотическое воспитание детей дошкольного возраста / А.Я. Ветохина. - М.: Детство-Пресс, 2017. - 375 с.

2. Князева, О. Л. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. Парциальная программа / О.Л. Князева, М.Д. Маханева. - М.: Детство-Пресс, 2015. - 304 с.

3. Панина, С. М. Духовно-нравственное становление дошкольников. Конспекты непосредственно образовательной деятельности / С.М. Панина. - М.: Учитель, 2016. - 152 с.

4. Самоходкина Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность»// Материалы X Всероссийской научно-

практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». Материалы конференции. Краснодар, 2020. С. 234-235.

5. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2:796.032**

# НЕЙРОИГРЫ В ДЕТСКОМ САДУ

М.Н. Садовничая
Детский сад общеразвивающего вида № 114 «Аленький цветочек», г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья поднимает проблему использования нейроигр для разностороннего и гармоничного развития детей дошкольного возраста. Приведены примеры нейроупражнений, используемых на занятиях в детском дошкольном учреждении. Отмечена положительная роль нейроигр в воспитательно-образовательном процессе**.**

**Ключевые слова:** нейроигры, координация, внимание, память, физическое развитие.

Сегодня воспитание дошкольников требует от воспитателя использовать в работе новые достижения науки для интенсивного обучения и развития детей. Анализ публикаций по использованию нейроигр в воспитательной деятельности логопедов, воспитателей, инструкторов физической культуры показал, что за последние три года интерес к применению нейроупражнений в дошкольных учреждениях, способствующих развитию нейронных связей полушарий головного мозга детей, возрос. Об этом свидетельствует более сотни опубликованных статьей, раскрывающих проблему активизации межполушарного взаимодействия у детей, посещающих детские сады. Отметим, что большинство работ посвящено коррекционной работе с детьми дошкольного возраста [2, 6].

Мы предлагаем чередовать физическую и умственную активность детей, поэтому новым направлением в нашей работе стало использование нейроигр. Общепринято, что нейроигры – это комплекс различных телесно-ориентированных упражнений, позволяющих через тело ребенка воздействовать на его мозговые структуры и способствующих появлению новых нейронных межполушарных связей. Такие игры направлены на развитие когнитивно-интеллектуальных способностей детей. Чем больше ребенок в раннем возрасте двигается, чем разнообразнее его движения, тем интенсивнее развивается его мозг и нервная система. Нейроигры помогают активизировать мыслительную деятельность, что способствует развитию умственному и физическому развитию ребенка [4]. Нейроигры открывают новые возможности игрового процесса в стимуляции мозга работать продуктивно и гармонично.

Существуют простые нейроигры, в которые можно легко вовлечь детей, такие игры могут использовать и воспитатели, и родители. В своей работе мы используем следующие игры:

1. С мячом.
2. Полоса препятствий.

3. Пальчиковые.
4. Дыхательные.
5. Кинезиологические [3].

Игры с мячом могут быть разными: от простого перебрасывания мяча до игры в футбол. Игры с мячом требуют от детей быстрой реакции. Поэтому эти игры развивают не только физические навыки, но и внимание, и координацию.

Полосу препятствий можно сделать как для одного ребенка, так и для всей группы. Полосу препятствий можно сделать как из подручного материала, так и использовать ортопедические коврики, обручи и другое физкультурное оборудование. Эти игры помогают формировать пространственное восприятие и сделать физические нагрузки разнообразнее.

Пальчиковые игры развивают мелкую моторику рук ребенка, его память, речь, помогают синхронизировать работу его правого и левого полушария мозга. Чтобы малышу было интересно играть в пальчиковые игры, желательно их сопровождать потешками, стихами, песенками.

Дыхательные игры способствуют повышению общего жизненного тонуса ребенка и его мозговой деятельности, они достаточно простые и очень веселые. Малыши любят пускать мыльные пузыри, дуть через соломинку на бумажные кораблики.

Кинезиологические игры направлены на синхронизацию работы обоих полушарий мозга и помогают улучшить двигательную координацию ребенка, снижают его утомляемость, улучшает психоэмоциональное состояние, внимание, память. Самые простые и популярные из них: «Кулак-ладонь», «Ухо-нос», «Класс-заяц».

Проведение нейроигр требует учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Следует начинать с простых игр и постепенно переходить к более сложным.

Систематическое использование нейроигр в воспитательной работе приводит к хорошим результатам: дети лучше ориентируются в пространстве; быстрее запоминают; понятнее излагают свои мысли; снижается их уровень тревожности; повышается самооценка; улучшается настроение. Командные нейроигры учат детей сотрудничать и помогать друг другу, развивают их коммуникативные и социальные навыки, укрепляют дружеские отношения в детском коллективе.

Федеральный государственный образовательный стандарт уделяет большое внимание всестороннему развитию дошкольника, учитывает его индивидуальные и возрастные особенности. Нейроигры соответствуют этим требованиям, так как помогают развивать одновременно у дошкольника как физические, так и умственные навыки; при этом их можно легко адаптировать для детей разных возрастов и личными особенностями. «Наша задача подготовить ребенка к будущей жизни, при этом нужно помнить о том, что человек совершает поступки сейчас, а результат совершенных действий увидит спустя время» [1]. Используя игры в повседневной деятельности

детского сада в настоящее время, мы готовим наших воспитанников к успешному обучению в школе в будущем [5].

Таким образом, нейроигры делают процесс обучения интересным, веселым и увлекательным, что очень важно для маленьких детей, которые познают мир через игру. Нейроигры решают целый спектр задач развития ребенка: коррекционные, интеллектуальные, когнитивные, эмоциональные, двигательные, физические.

**Список литературы**

1. Колбунова Н.В., Соколова Л.Ю. Роль народных сказок в воспитании детей // Современные тенденции развития этнофилософии: материалы Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 14 декабря 2018). Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2020. С. 109-112.

2. Нейропсихологическая профилактика и коррекция. Дошкольники: учебно-методическое пособие / под ред. А.В. Семенович. М.: Дрофа, 2014. 237 с.

3. Сазонова В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: учебно-методическое пособие. Рязань: РГПУ им. С.А. Есенина, 2000. 52 с.

4. Самоходкина Л.Г. Содержание педагогических компетенций: форма проявления педагогической деятельности в аспекте физического развития дошкольников // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Редколлегия: С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. Краснодар, 2022. С. 288-289.

5. Самоходкина Л.Г., Елисеева М.Г. Развитие способностей дошкольников в аспекте психофизиологических параметров // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста: материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Редколлегия: С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. Краснодар, 2022. С. 290-291.

6. Пархоменко Е.А. Нейропсихологический подход в формировании памяти у детей дошкольного возраста // В сборнике: Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке. сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Киров, 2024. С. 62-66.

**УДК 373.2**

# ПРИЗНАКИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

Л.Г. Самоходкина, С.А. Борщан
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются признаки адаптационного периода первоклассников к школе, то как различные факторы влияют на дезадаптацию и адаптацию при переходе из детского сада в школу, приведены характеристики эмоциональной, познавательной, волевой сфер младшего школьника, даны рекомендации педагогам и родителям.

**Ключевые слова:** младший школьный возраст, первоклассник, адаптация, адаптационный период.

Переход ребенка из дошкольного образовательного учреждения в учебное заведение для получения общего образования является значимым этапом смены социальной ситуации ребенка. На этом этапе уже, как следствие, меняется статус человека в обществе. Идет переход от статуса «дошкольник» к статусу «младший школьник». Если говорить другими словами, то начало школьного обучения является логичным этапом завершения дошкольного периода. То, как будет протекать адаптационный период в школе у первоклассника, зависит его взаимодействия с окружающими людьми, такими как сверстники, учителя. Так же, немаловажным фактором для дальнейшей успешной деятельности, является сформированность познавательных процессов. Педагогам и родителям необходимо создать для младшего школьника специальные педагогические условия, в которых будет протекать адаптационный период ребенка.

Одним из важнейших этапов жизни ребенка дошкольного возраста является его переход на новую ступень развития, при поступлении в школу. А.Л. Венгер рассматривал адаптационный период как систему качеств личности, умений и навыков, обеспечивающих успешность в будущей жизни. Он выделял три уровня адаптированности. Это, непосредственно, высокий, средний и низкий.

Высокий уровень адаптации первоклассника характеризуется положительным отношением к школе, легким усвоением предоставляемого учебного материала, высокой способностью решать необходимые сложные задачи; ученик здоров, внимателен к определенным требованиям, указаниям, которые предоставляет учитель и имеет хорошие отношения в коллективе.

Средний уровень адаптации характеризуется положительным отношением к школе, умением понимать учебный материал, внимательным слушаньем наставлений учителя, осторожностью и выполнением поручений, а также дружелюбными отношениями в коллективе.

С низким уровнем адаптации первоклассника связано негативное отношение к школе, проблемы со здоровьем, нарушения дисциплины, сложности с усвоением материала, отсутствие интереса к учебе и отсутствие близких друзей среди одноклассников и понимания учителя [3].

Адаптация первоклассников к школе может быть непростой и тяжелой, а также вызывать различные эмоции у детей, таких как волнение, тревога, переживания, страх или радость, предвкушение. Необходимо помнить, что каждый ребенок проходит этот период по-своему и важно помочь им адаптироваться к новым условиям обучения. Одной из главных задач родителей и учителей является создание комфортной обстановки для первоклассников в школе [1]. Они должны чувствовать себя защищенными и поддержанными, чтобы уверенно и радостно начать учебный путь. Важно уделить внимание индивидуальным особенностям каждого ребенка и помочь им преодолеть возможные трудности [5].

В настоящее время ученики первого класса часто сталкиваются с трудностями, поскольку с появлением в школе изменяется социальная обстановка, требующая усвоения новых школьных навыков, что может противоречить с еще не потерявшей актуальность игровой активности. Учебная деятельность начинает формироваться в зависимости от внутренних мотивов и индивидуальных характеристик ребенка, что может затруднить приспособление к новым условиям и переход к новой личностной позиции [2, 6].

Над проблемой адаптации работали такие психологи как: О.Ю. Люленкова, Е.Е. Кравцова, А.В. Петровский, А.М. Прихожан, Ю.А. Александровский, М.Р. Битянова, В.В. Гагай, К.Ю. Гринева и многие другие. Все они рассматривали трудности, с которыми сталкиваются дети при переходе в школу [2, 5, 7, 8].

Для множества детей начало школьного обучения может оказаться серьезным испытанием. Каждый ребенок сталкивается хотя бы с одной из следующих трудностей:

- коммуникативные трудности могут возникнуть, так как младший школьник попадает в незнакомую, новую среду с новыми людьми, происходит постепенное привыкание не только к обстановке, но и к сверстникам, знакомство с ними. Затруднения при знакомстве с новым окружением может привести к замедлению адаптационного периода;
- трудности в регуляции произвольности поведения;
- проблемы взаимоотношений с учителем;

Нарушения адаптационного процесса к школе могут проявляться в виде:

- несформированности элементов учебной деятельности;
- несформированности мотивации учения;
- неспособности произвольной регуляции поведения, внимания, учебной деятельности;
- неумения приспособиться к темпу школьной жизни.

Первоклассники, только начавшие школьное обучение, еще не знают всех правил поведения в школе и на уроках. Им требуется некоторое время, чтобы привыкнуть к основным правилам, таким как поднятие руки перед тем, как говорить, и выжидание своей очереди. Некоторые дети могут не понимать цели и значимости этих правил, что затрудняет их соблюдение и контроль над поведением. Учителю приходится часто напоминать о правилах и работать с нарушителями, чтобы поддерживать дисциплину [4]. В результате многие ученики следуют правилам только под давлением внешнего контроля и нарушают их, когда этот контроль ослабевает.

Для успешной адаптации первоклассников к школе важно также создать дружескую атмосферу среди учеников. Детям легче приспособиться к новой среде, когда они видят, что у них есть друзья, с которыми можно делиться впечатлениями и учиться вместе. Родители и учителя могут организовывать различные мероприятия, игры и занятия, которые способствуют формированию дружеских отношений между детьми.

Важной частью адаптации первоклассников к школе является также установление режима дня. Регулярный распорядок времени помогает детям чувствовать себя более уверенно и контролировать свои действия. Родители могут помочь своим детям подготовиться к школе, научив их умению планировать время, делать уроки и выполнять домашние задания.

Не менее важно активно поддерживать и поощрять первоклассников в их достижениях [4]. Положительные эмоции и поддержка окружения могут стать мощным стимулом для развития и успехов в учебе. Родители и учителя могут поощрять детей за их старания, помогать развивать их таланты и способности, стимулируя интерес к знаниям и учебе.

Существуют определенные признаки, которые показывают успешность адаптации ребенка перешедшего в первый класс [8]:

1) прежде всего, явным признаком успешности адаптационного периода является удовлетворенность от процесса обучения; ребенку нравится посещать занятия в школе; о новых фактах он рассказывает с восторгом и восхищением; первоклассник делится своими успехами и неудачами;

2) следующим важным признаком является освоение программы; младший школьник успешно выполняет необходимые задания, которые не доставляют ему трудностей при их решении;

3) немаловажным признаком является самостоятельность ребенка при выполнении предоставляемых ему заданий. Первоклассник должен сам уметь находить пути решения задач. В случае неудачи, ему предоставляется возможность попросить о помощи учителя, чтобы тот разъяснил решение;

4) еще одним признаком успешной адаптации является то, что ребенок испытывает позитивные эмоции при разговоре об учителе и одноклассниках. Это свидетельствует о благоприятной атмосфере в классе, гармоничном развитии взаимоотношений между первоклассником и его сверстниками - одноклассниками. Ребенок начинает находить общий язык с

одноклассниками, проявляет дружелюбие и отзывчивость. Он становится частью коллектива и чувствует себя в нем комфортно;

5) одним из признаков является то, что ребенок младше школьного возраста принимает правила школы, то как надо себя вести в учебном заведении, в классе, во время проведения занятий;

6) первоклассник не испытывает стресса, тревоги, страха при посещения учебного заведения, на занятиях в классе чувствует себя комфортно, не испытывая панику.

В итоге, признаки успешной адаптации первоклассников к школе включают в себя эмоциональную устойчивость, активное участие в образовательном процессе и наличие дружеских отношений с одноклассниками. Родители и учителя могут наблюдать и отслеживать эти признаки, чтобы убедиться, что дети успешно вписываются в новую обстановку и готовы к учебным вызовам, которые будут встречаться на их пути, а в случае, если прослеживается дезадаптация, то тут же помочь ребенку.

Таким образом, адаптация первоклассников к школе – это сложный и важный этап в их жизни, который требует внимания и заботы со стороны не толь учителей, но и родителей. Создание комфортной обстановки, поддержка и поощрение детей помогут им успешно преодолеть первые шаги в учебе и стать уверенными в себе личностями.

**Список литературы**

1. Александровская, Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе /Э.М. Александровская. – М.: Медицина, 2007. – 235 с.

2. Битянова, М.Р. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка: Сб.метод. мат. для админ., педагогов и шк. психол. / Битянова М.Р. – М.: Образоват. центр «Педагогический поиск», 1997. – 112 с.

3. Венгер, А.Л. Психологическое обследование младших школьников/ А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман. – М.: Владос-Пресс, 2007. – 160 с.

4. Выготский, Л.С. Детская психология // Выготский Л.С. Собр. соч.: в 6 т. /Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1984.

5. Гагай, В.В. Особенности школьной адаптации первоклассников как трудной жизненной ситуации для детей и подростков / В.В. Гагай, К.Ю. Гринева //Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – Челябинск: Элит-Печать, 2013. – № 2. – С. 33–43.

6. Дубовова, А. А. Особенности взаимосвязи мотивации с компонентами готовности к обучению в школе у дошкольников, занимающихся и не занимающихся спортом / А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2019 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2019. – С. 117-118.

7. Кравцова, Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е.Е. Кравцова. – М.: Педагогика, 1991.

8. Люленкова, О.Ю. Факторы адаптации детей к школе /О.Ю. Люленкова// Современная психология: материалы I Междунар. науч. конф. – Пермь: Меркурий, 2012. – С. 84-87.

**УДК 373.2**

# ПОДДЕРЖКА ДЕТСКОЙ ИГРЫ КАК УСЛОВИЕ САМОЦЕННОСТИ ДЕТСТВА

Л.Г. Самоходкина
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются условия деятельности воспитателей детского сада с целью поддержки развития детской игры как основного вида детской деятельности, формирующей личность. Приводятся примеры деятельности воспитателя, направленные на поддержку самостоятельности, инициативности, креативности и др. качеств, формирующихся в процессе детской игры в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования и Федеральным образовательным стандартом.

**Ключевые слова:** дошкольник, игра, образовательный стандарт, образовательная программа, поддержка инициативы.

Одним из главных принципов Федерального государственного образовательного стандарта – ФГОС ДО – является принцип поддержки разнообразия и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, этапа, создающего уникальные возможности для максимальной реализации человеческого потенциала [2].

Как создать условия для возвращения игры, для проявления детской игровой инициативы в детском саду? Среди условий возвращения игры ученые и педагоги-практик выделяют следующие:

- образовательная программа для дошкольников включает регламентированное время (не менее одного-двух часов в день) для организации и проведения игры детьми, а педагоги должны обеспечить реализацию данных условий [3, с. 8];

- организация и проведение игры требует наличия игрового оборудования и трансформируемой среды (помещения группы или участка на улице) для осуществления свободного выбора детьми предметов, построения игровой ситуации, реализации сюжета, совершенствования игровых действий. От организации предметного оборудования и игрового пространства зависит уровень сформированности игровых действий дошкольников. Там, где дети могут самостоятельно создавать игровое пространство с помощью предметов-заместителей и подручных материалов, уровень игры существенно выше [6, с. 125];

- главным условием формирования игры являются навыки игры у педагогов - способность воспитателя придумывать сюжет, обогащать идеи детей, задавать проблемные вопросы, изображать роль. Воспитатель должен

сам уметь играть и заражать детей собственным интересом, значимостью, серьезностью и реальностью игры [1].

Концепция Федеральной образовательной программы раскрывает содержание образовательного стандарта (ФГОС ДО) и описывает критерии деятельности педагога в детском саду [4]:

1) педагог создает условия для организации игры – поощряет интерес ребенка к предметам и игровому оборудованию, хвалит за проявление инициативы при создании сюжета игры и распределение ролей (создает мотивационные условия);

2) педагог создает ситуации, способствующие объединению детей – предлагает детям выбор форм взаимодействия (предлагает выбор форм);

3) педагог расширяет и усложняет сюжет игры в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями, опирается на знания и личный опыт детей (способствует развитию сюжета);

4) педагог моделирует ситуации с учетом возможности создания новых продуктов и проявления творчества, креативных идей и экспериментальных действий (мотивирует к созданию продуктов игры);

5) педагог поощряет активность, сообразительность, самостоятельность – хвалит, дает положительную оценку действиям и результатам детей (развивает личностные качества детей);

6) педагог сопровождает ребенка в завершении игру и доведении дела до результата, проявляя настойчивость, произвольность, целеустремленность, трудолюбие, старательность; сопровождает при коррекции результатов игры или личностных качеств детей, учит преодолевать небрежность, нестарательность, неуважение, равнодушие, слабоволие (создает условия совершенствования личностных качеств);

7) педагог наблюдает за игрой и вмешивается в игру детей только на этапах обучения или небезопасности, разрешает ошибаться и самостоятельно исправлять ошибки, решать споры и повышать самоконтроль (содействует получению личного опыта детьми) [5].

Рассмотрим результаты исследования компетенций педагогов ДОО - воспитателей детского сада г. Краснодара. Изучение и анализ компетенций педагогов ДОО в аспекте поддержки детской игры выявили, что 85,7 % педагогов не создают ситуации моделирования результатов/продуктов детской игры. Например, в ходе игры «магазин» детьми могут быть самостоятельно созданы деньги, списки продуктов, названия отделов в магазине, бейджи с должностями; 84,2 % педагогов обращают внимание на создание мотивационных условий детской игры – учат распределять роли, объясняют и показывают выполнение роли, хвалят за выполнение действий и соблюдение ролевой линии. Но значительное количество педагогов (80 %) не проявляют терпимость к получению ребенком личного положительного или отрицательного опыта, стараются создать условия обучения, подчинения, выполнения по образцу, выполнения роли под визуальным контролем. Наблюдение за игрой детей в детском саду показало, что сюжеты простые,

включающие 3-4 этапа, что соответствует игре ребенка среднего дошкольного возраста. На этом этапе развития игры присутствуют действия и у значительного количества старших дошкольников. Это подтверждает низкий показатель (38,6 %) развития компетенции у педагогов – умение поддерживать и развивать сюжет игры в соответствии с возрастом детей (рисунок 1).

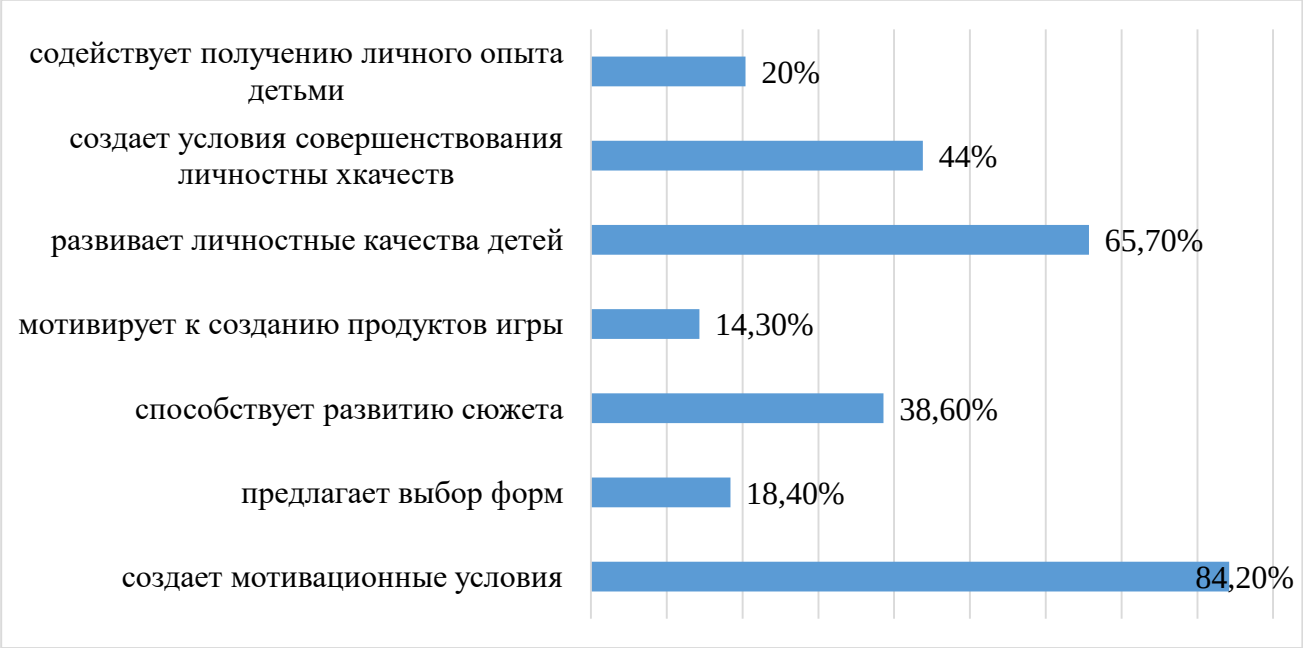



Рисунок 1 – Среднее значение показателей профессиональных компетенций педагогов ДОО (в аспекте поддержки детской игры)

Результаты изучения компетенций педагогов ДОО выявили недостаточность педагогических условий для развития и поддержки игры у дошкольников в детском саду.

Таким образом, деятельность педагога, наличие профессиональных навыков и знаний о детстве и детской игре способствуют полноценному развитию детей. Реализация педагогом образовательной программы в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом является залогом признания детства и игры как самого значимого периода в развитии ребенка и его личностных качеств.

**Список литературы**

1. Государственные и образовательные стандарты в системе общего образования. Теория и практика / Под ред. В. С. Леднева, Н. Д. Никандрова, М. В. Рыжакова. – М., 2002.

2. Завалишина Д. Н. Психологическая структура деятельности // Развитие и диагностика способностей. – М., 1991.

3. Зимняя И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования // Эксперимент и инноватика в школе. – 2009. – № 2. С. 7-14.

4. Оценка качества профессионального образования / Под ред. В. И. Байденко, Дж. ван Занворта. – М., 2001.

5. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

6. Тупичкина Е.А. Модель содержания подготовки специалистов, ориентированных на реализацию преемственности в интеллектуальном развитии дошкольников и младших школьников// Теория и практика общественного развития. – 2013. - № 1. С. 123-130.

**УДК 373.2**

# ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ДЕТСКОМУ САДУ

Л.Г. Самоходкина, М.А. Тарасенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям прибывания в дошкольной образовательной организации. Рассмотрели основные факторы, влияющие на адаптацию ребенка, сформулировали рекомендации для родителей по психологической подготовке ребенка к саду.

**Ключевые слов:** адаптация, младший дошкольник, факторы адаптации, дошкольная образовательная организация.

Проблема адаптации младших дошкольников к условиям *дошкольной образовательной организации* (далее – ДОО) – одна из актуальных в связи с большим количеством сложностей в процессе вхождения в новую среду и приспособлением к существующим требованиям, поэтому возникает потребность в поиске эффективных средств ее оптимизации и минимизации влияния отрицательных признаков на период привыкания к новой социальной ситуации развития.

Адаптация – это процесс приспособления к новым условиям. В процессе адаптации ребенка к детскому саду задействовано множество сложных механизмов привыкания как на физиологическом, так и на психологически-социальном уровне. Успешная адаптация в детском саду способствует правильному эмоциональному развитию, когда ребенок не испытывает тревожности и стресса, у него развивается позитивное отношение к общению с другими; развитию социальных навыков, дети учатся сотрудничеству, навыкам взаимодействия со сверстниками и взрослыми; когнитивному развитию, дети, которым комфортно находится в детском саду, более открыты к новым знаниям и опыту, что способствует умственному развитию; физическое здоровье, хорошо адаптированные дети реже болеют сезонными вирусами, что говорит о повышенном иммунитете.

У всех детей привыкание происходит по-разному, условно его можно разделить на три типа адаптации: 1 – легкая, 2 – нормальная, 3 – тяжелая (затяжная). Так, легко адаптирующиеся дети, практически с самого начала чувствуют себя в садике комфортно, они способны озвучить свою просьбу о помощи и желании взрослому, без труда контактируют со сверстниками, адекватно реагирует на просьбы и указания воспитателя, без слез и истерик заходят и остаются в группе, легко прощаются и встречают родителей. Другие тяжело и долго приспосабливаются, доставляя массу переживаний

себе и родителям, неадекватно реагируют на обращение воспитателя (слезы или испуг), истерики, ступор при расставании с родителями в течение долгого времени. Нормальная или тяжелая адаптация схожи в своих проявлениях, но различаются по времени протекания. Основные признаки, характеризующие период привыкания ребенка к ДОО:

- ребенок плачет, собираясь в сад;
- тяжело расстается с родителем в садике;
- снижение аппетита (или отказ в ДОО от еды);
- нарушения сна;
- различные изменения в поведении (плаксивость, нервозность, апатия, агрессия и т.д.);
- снижение иммунитета, повышение заболеваемости.

Это некоторые из признаков адаптации, которые могут проявляться у детей в различных комбинациях. Таким образом, у детей, которые легко и быстро приспосабливаются (до двух недель) «симптомы» беспокойства могут быть легкими или полностью исчезнуть. У нормально адаптированных детей (в среднем от одного до двух-трех месяцев) черты привыкания обычно более выражены. Тяжелая или длительная (более 3 месяцев) адаптация характеризуется наличием всех вышеперечисленных симптомов, а в некоторых случаях может привести к более серьезным поведенческим и психологическим изменениям, вплоть до развития различных патологий.

В настоящее время имеет место тенденция уменьшения детей, легко адаптирующихся к детскому саду и рост детей с тяжелой формой адаптации. Рассмотрим основные причины затяжной адаптации, которые напрямую зависят от поведения родителей:

1. Низкий уровень социализации ребенка. Перед тем, как отдать ребенка в детский сад, родители не уделяли время тому, чтобы научить ребенка контактировать со сверстниками и другими взрослыми, поэтому, попадая в новую среду с большим количеством новых людей, ребенок испытывает большой стресс. Поэтому ребенку часто, имевшему неоднократный опыт разлуки с матерью хотя бы на несколько часов, контактирующему со сверстниками и другими взрослыми гораздо легче будет привыкать, нежели тому, который круглые сутки находится, в основном дома под родительской опекой.

2. Не понимание важности режима адаптации. Часто, родитель, ввиду особых обстоятельств, вопреки всем нормам и рекомендациям педагогических работников оставляют ребенка сразу на целый день, подвергая тем самым его к большому стрессу. Более грамотным подходом можно считать постепенное увеличение времени пребывания начиная с двух часов, при этом для каждого ребенка нужно подбирать свой режим, учитывая его индивидуальные особенности.

3. Низкие навыки самообслуживания ребенка или полное их отсутствие. Некоторые родители по разным причинам намерено не обучают детей базовым навыкам самообслуживания, приуменьшая возможности

ребенка самостоятельно выполнять несложные задачи. Вопреки такому мнению к трем годам ребенок способен многое делать без помощи взрослого, например, пользоваться базовыми столовыми приборами, надевать некоторую одежду самостоятельно, умываться и мыть руки после прогулки и перед едой и тд. Если дома за ребенка все подобные базовые действия делал родитель, у него будут возникать сложности, вплоть до снижения самооценки и возникновения комплексов.

4. Разница в режиме дня. Часто родитель выстраивает режим ребенка в связи со своим личным удобством, не всегда данный режим совпадает с графиком в детском саду, поэтому в идеале перед поступлением в детский сад нужно постепенно приближать режим дня дома к садовскому, это поможет избежать недосыпания и связанных с ним стрессов, нежелания утром идти в детский сад. Поэтому даже в выходные дни рекомендуется не менять режима.

5. Разница в питании. У детей, привыкших к «баночному» питанию, с несформированным навыком питания будут возникать трудности, так же как и у детей приученных к неправильному питанию, которым не по душе придутся супы с запеканками. Отсюда могут возникнуть проблемы с пищеварением. Дети, которым разрешалось употреблять бутерброды на ходу, будут все время выскакивать из-за стола. Следовательно, ребенка к садовской пище и культуре поведения за столом стоит готовить заблаговременно.

6. Отсутствие регулярного посещения садика. Нередко родители отводят детей в сад тогда, когда им удобно, вариант отводить ребенка на пару дней в неделю, а в остальные дни оставлять на бабушек и дедушек, является не самым благополучным в период адаптации. Так ребенок, регулярно посещающий ДОО привыкает быстрее.

Из вышеперечисленного следует, что ребенка следует готовить к посещению ДОО заранее. Зачастую родители полагаются на компетентность воспитателей и педагогов в вопросе адаптации, однако грамотные и продуманные действия самих родителей, могут намного упростить и ускорить процесс привыкания к новой среде. Несколько рекомендаций родителям перед тем, как отправить ребенка в детский сад:

1. Морально подготовить ребенка. Нужно объяснить, для чего нужен детский сад, подчеркнуть, что там будет много хороших деток его возраста, с которыми он подружится.

2. Изучить режим дня в детском саду. Важно постепенно готовить ребенка к нему, например, учить раньше вставать и переходить на новый режим питания.

3. Научить ребенка самостоятельности. Нужно показывать, как одеваться и раздеваться, держать ложку, и давать возможность самостоятельно это делать, не торопя и не критикуя.

4. Рассказывать о детском саде исключительно в положительном ключе. Не обсуждать воспитателей с другими взрослыми рядом с ребенком, поддерживать авторитет воспитателя.

5. Предложить ребенку взять в сад любимую игрушку, что бы он мог чувствовать себя комфортнее.

6. Заранее обговорить, кто и когда будет водить ребенка в садик и забирать оттуда. Стоит рассказать ребенку, кто и когда за ним придет, так он будет чувствовать себя увереннее [3].

Самой частой и грубой ошибкой родителей во время адаптации детей в саду являются запугивание садом и обсуждение персонала ДОО в неуважительном тоне в присутствии ребенка. Например, угроза за непослушание: «Если ты плохо себя будешь вести, отведу на выходные в садик». Все это заранее формирует у ребенка негативное отношение к саду и его персоналу [4].

Не менее важным моментом для родителей является умение определять, насколько успешно ребенок адаптируется, с пониманием и терпением принимать трудности данного процесса, и в случае, если появляются затруднения, не игнорировать проблему, а стараться решить ее самостоятельно или с помощью специалистов [5].

Считать ребенка адаптированным к детскому саду можно, если он:

- легко остается в группе с другими детьми;
- общении с воспитателем выстраивает визуальный контакт;
- не стесняется и не боится попросить помощи у взрослого персонала;
- может первым выйти на контакт с одногруппниками;
- способен самостоятельно заниматься собственными делами в течение небольшого времени;
- его не травмирует новый режим дня, он спокойно ему следует;
- испытывает соответствующую реакцию на одобрительные или неодобрительные высказывания воспитателя;
- делится с родителями о том, как проходит его день в детском саду [1].

Ошибочно считать, что если ребенок не плачет, он тихий и послушный, то адаптация для него закончена, самым главным фактором является комфортность прибывания в детском саду.

Таким образом, успешная адаптация детей младшего школьного возраста является многогранным процессом, который зависит от различных факторов, включая первую очередь начиная с родителей, которым следует готовится к этому непростому периоду заранее, проанализировать свои ошибки и исправить их по мере возможности; а так же индивидуальные особенности ребенка, грамотную работу педагогов и воспитателей детского сада [2].

**Список литературы**

1. Адаптация // Психология. Словарь / Сост. Л. А. Карпенко / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990. - С. 10-11.

2. Айсина Р., Дедкова В., Хачатурова Е. //Социализация и адаптация детей раннего возраста / Ребенок в детском саду. - 2003. - № 5.

3. Гончарова Ю.Л. Адаптация дошкольников к условиям детского сада как социально-педагогическая проблема // Евразийский Союз Ученых: Психологические науки. - 2014. - №8. - С. 88-91.

4. Гуткина Н.И. Концепция Л.И. Божович о строении и формировании личности (культурно-исторический подход) // Культурно-историческая психология. - 2018. - Т. 14. № 2. - С. 116-128.

5. 17. Психолог в детском дошкольном учреждении. Метод. рекомендации к практической деятельности / Под ред. Т.В. Лаврентьевой. - М.: Новая школа, - 1996. - 144 с.

**УДК: 373.2**

# УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ РЕШЕНИЯ ВОПРОСОВ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

И.А. Сарапулова, А.А. Беда, С.Н. Кузнецова
Детский сад комбинированного вида № 24, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья описывает возможные варианты решения проблемы развития массового спорта в детском саду. Использование нестандартных методов и приемов воспитания даст возможность всем выйти на новый уровень. Вопрос привлечения родительской общественности становится самым актуальным. Предложенные спортивно-игровые ситуации помогут педагогам замотивировать взрослых и детей, повысить качество физической активности. Планирование работы в творческих группах будет способствовать тесному взаимодействию всех участников образовательного процесса.

**Ключевые слова:** творческие группы, массовый спорт, методы и приемы воспитания, участники образовательного процесса.

Актуальной проблемой сегодняшнего дня для дошкольных организаций является вопрос внедрения массового спорта в повседневную жизнь детского сада. Как на практике осуществить это? Чем привлечь родительскую общественность к участию в массовых мероприятиях, проводимых в детском саду? Решений может быть много, но основное и самое важное – мотивация всех участников образовательного процесса: детей, педагогов, родителей. Поставленная четкая цель будет в дальнейшем достигнута всеми, если предварительно проявить чуточку фантазии и креатива. И для этого совсем не обязательны материальные затраты, первичным станет желание – попробовать что-то изменить. Проявите свое творчество, включите фантазию, и результат не заставит себя долго ждать. Нарисуйте от самых ворот детского сада и до спортивной площадки две пары следов (маленькие для ребенка и большие для взрослого), напишите при входе шутливое объявление, и сразу мотивация родителя и дошкольника вырастет в несколько раз [1, 3].

А если, войдя во двор сада, ребенок увидит нарисованный мелом паровозик и стрелку, указывающую направление движения, при этом взрослому и дошкольнику вручат «проездной билет», - восторгу не будет конца. Предложите собраться сразу несколькими семьями, и доехать в таком поезде (быстрым шагом) до входа в здание, воспроизведите во время движения звукоподражание гудку, поработайте интенсивно руками, имитируя стук колеса, и хорошее настроение всем на целый день обеспечено.

Едем, едем веселей! – с этими словами ведущий (инструктор по физической культуре, воспитатель или родитель, стоящий во главе) начинает движение «паровоза» по территории детского сада. Подобная форма проведения утренних разминок постепенно станет нормой для всех, а спортивные мероприятия приобретут массовый характер. Со временем к ним можно добавить совместные поисковые игры и флэшмопы, квэсты и игры-экспрессы.

На финише каждый может получить звездочку в семейный дневник, который следует завести в начале учебного года. Определенное количество звезд (5 или 10) дадут право на победу в номинации «Самая спортивная», «Самая активная» или «Самая быстроходная семья» [2, 4].

Текст объявлений на входе в детский сад должен меняться, а задания могут усложняться (пройти вперед спиной; создать «змейку» не меньше, чем из 10 человек; «подскоком» в одну линию из 3 семей и т.д.), главное – тесное взаимодействие взрослого и ребенка в процессе двигательной активности.

Примеры шуточных объявлений:

*Все, вошедшие в калитку, должны улыбнуться присутствующим и, получив проездной билет, отправиться от станции «Улыбка» к конечному пункту «Обнимашки».*

*Сегодня, всех прошедших путь «вперед спиной», на финише ждет сюрприз в виде стакана бодрящего напитка «Лимонад» (вода с лимоном).*

Предложите родителям поучаствовать в обсуждениях и разработках предстоящих спортивных мероприятий, и будьте уверены, сразу интерес со стороны взрослых к проблемам сада повысится. Внедрение современных оздоровительных технологий станет осуществляться значительно быстрее, выйдет на новый этап, позволит охватить большее количество заинтересованных представителей, если общение педагогов и родителей по актуальным вопросам развития физической культуры станет постоянным.

Сегодня в дошкольном учреждении на первый план ставится вопрос разработок авторских программ досугов и развлечений, при проведении которых двигательная активность всех присутствующих будет на максимальном уровне. Создание творческих групп, в которые будут входить все участники образовательного процесса, позволит объединить представителей разных взглядов в одну команду единомышленников, целью которых и станет развитие массового спорта в детском саду.

**Список литературы**

1. Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина-3-е изд. – М.:Айрис-пресс, 2007.

2. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Книга для воспитателя детского сада. - М.:, 1992.

3. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика. Учебное пособие. - М., 2006

4. Вареник Е.Н. – Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

**УДК 373.24**

# ПОСТРОЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ СИСТЕМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ПЕДАГОГАМИ ДОУ

О.Э. Сафиуллина, Н.П. Носенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена актуальной проблеме современного дошкольного образования – построению эффективной системы взаимодействия между родителями и педагогами ДОУ. Подчеркивается, что партнерство между родителями и педагогами, основанное на открытой коммуникации, взаимопонимании и едином подходе к воспитанию, является ключевым фактором гармоничного развития ребенка.

**Ключевые слова:** взаимодействие, родители, педагоги, дошкольное образование, партнерство, развитие, обучение.

В современном мире, где динамично развивается образование, ключевую роль играет сотрудничество между родителями и педагогами. Это особенно актуально для дошкольного образования, где закладываются основы личности ребенка. Построение эффективной системы взаимодействия между родителями и педагогами ДОУ – залог успешного развития ребенка, его гармоничной адаптации к учреждению и формирования прочных связей с окружающим миром.

Партнерское взаимодействие между сотрудниками ДОУ и семьей, основанное на принципах сотрудничества и доверия, как отмечают Е.П. Арнаутова [1] и Т.А. Куликова [3], является фундаментом для успешной социализации ребенка. Такой подход способствует освоению им социальных норм и ценностей, формирует у него стремление к постоянному самосовершенствованию, развитию новых знаний и практических навыков.

Несмотря на важность партнерства, как отмечают как российские, так и зарубежные исследователи, на практике между участниками образовательного процесса часто отсутствует взаимопонимание. А.В. Копытова считает, что причинами этого могут быть низкая педагогическая культура участников, несогласованность действий, конфликты и агрессия с одной или обеих сторон, которая выражается в категоричности, безапелляционности и взаимных претензиях [2]. Построение системы взаимодействия – это не разовое мероприятие, а постоянный процесс, требующий внимания, усилий и гибкости. Он включает в себя несколько важных этапов:

1. Определение целей и задач: сначала необходимо сформулировать единую концепцию взаимодействия, определить цели и задачи, которых хотят достичь родители и педагоги в процессе взаимодействия.

2. Создание информационного пространства: важен доступ родителей к информации о ДОУ, образовательной программе, режиме дня, мероприятиях. Это можно реализовать через сайт ДОУ, группу в социальных сетях, информационные стенды и т.д.

3. Организация встреч и мероприятий: важно проводить регулярные родительские собрания, консультации с педагогами, открытые уроки и мероприятия. Это позволит родителям принимать непосредственное участие в жизни ДОУ и узнавать больше о процессе воспитания и обучения своего ребенка.

4. Разработка инструментов взаимодействия: дневники наблюдений за ребенком, портфолио, анкеты, опросники, система обратной связи – все это помогает установить эффективную двустороннюю связь.

5. Обучение родителей: проведение лекций, семинаров по различным вопросам воспитания и развития ребенка, предоставление доступа к педагогической литературе и ресурсам – все это помогает родителям лучше понимать процесс воспитания и обучения своего ребенка.

Согласованность действий и взаимопонимание между педагогами и родителями являются ключевыми условиями для гармоничного развития ребенка. Дошкольное образование – это важный этап в жизни человека, который закладывает основы для его будущего. В дошкольном возрасте формируются основы личности, ее физического, интеллектуального и морально-нравственного развития. Эта позиция совпадает с утверждением А. В. Меренкова о том, что «усвоенные в детстве способы организации труда, быта, досуга, приобретенные знания и навыки позволяют человеку руководствоваться ими на протяжении всей жизни» [4].

Таким образом, важно подчеркнуть, что построение эффективной системы взаимодействия между родителями и педагогами ДОУ – это не просто формальность, а основа для гармоничного развития ребенка. Только объединив усилия родителей и педагогов, можно добиться настоящего успеха в воспитании и обучении юных граждан нашего общества [5, 6].

**Список литературы**

1. Арнаутова, Е.П. Социально-педагогическая практика взаимодействия семьи и детского сада в современных условиях / Е.П. Арнаутова. - Детский сад от А до Я, 2004, №4 - 30–37 с.

2. Копытова, А.В. Системный подход в личностно ориентированном взаимодействии педагогов дошкольных образовательных учреждений и родителей воспитанников / А.В. Копытова. - Вестник Челябинского государственного университета, 2009, № 14 (152) - 51–53 с.

3. Куликова, Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание / Т.А. Куликова. - Москва: Академия, 2000 - 232 с.

4. Меренков, А.В. Родители и педагоги: растим ребенка вместе / А.В. Меренков. - Екатеринбург: Дом учителя, 2005. - 144 с.

5. Собкин, В.С., Халутина, Ю.А. Отношение родителей детей дошкольного возраста к образовательному процессу в детском саду: удовлетворенность, оценка качества

и эффективности обучения / В.С. Собкин, Ю.А. Халутина. - Современное дошкольное образование, 2018, № 1 - 6–18 с.

6. Шуркина, Е. В. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений / Е. В. Шуркина, А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2018 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 295-296.

**УДК 373.2**

# ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С УЧЕТОМ ФГОС

К.А. Светлицкая, Л.А. Потеха, Е.А. Титова
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Центральной целью данной статьи является анализ влияния ФГОС на реформирование системы дошкольного образования, с акцентом на интеграцию психолого-педагогической поддержки семьи. Это имеет особое значение, учитывая необходимость выравнивания образовательных возможностей и обеспечения равного доступа к качественному образованию для всех детей, независимо от их социального или культурного фона.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, современные образовательные программы, социальные институты, образовательная среда, инновационные методики, психолого-педагогическая поддержка семьи.

Дошкольное образование признано официальным уровнем непрерывного общего образования, и одним из его ключевых направлений стало расширение роли взаимодействия всех сторон образовательного процесса: гражданского общества, социальных институтов и педагогического сообщества. Создание более интегрированной образовательной среды требует, чтобы данные участники работали согласованно и эффективно, что может способствовать как улучшению качества дошкольного образования, так и более быстрому реагированию на новые вызовы и потребности современного общества (Королева, 2023).

Эффективное взаимодействие гражданского общества и образовательных структур предполагает интеграцию инновационных методик и технологий, направленных на развитие личности ребенка с учетом специфики дошкольного образования. Современные образовательные программы должны учитывать социальные и культурные контексты, в которых живут дети и их семьи. Повышение взаимодействия между родителями и педагогами, а также вовлечение широкой общественности, может стать залогом успешной реализации образовательных стандартов, способствуя при этом повышению компетентности родителей и улучшению психолого-педагогической поддержки семей.

В дополнение к взаимодействию социальных институтов необходимо учитывать роль педагогического сообщества в процессе развития системы дошкольного образования. Введение новых образовательных стандартов, таких как ФГОС, требует адаптации и подготовленности педагогических кадров, которые должны быть готовы внедрять современные технологии и подходы. Повышение квалификации педагогов, их обучение и развитие

профессиональных навыков играют чрезвычайно важную роль в организации эффективного образовательного процесса, способствующего всестороннему развитию детей. Интеграция усилий гражданского общества, образовательных учреждений и педагогов является стратегически важным шагом для достижения новых высот в системе дошкольного образования.

Создание интегрированной и эффективной образовательной среды в системе дошкольного образования требует акцентирования внимания на взаимодействии различных участников процесса – гражданского общества, социальных институтов и педагогического сообщества. Важность такого взаимодействия продиктована необходимостью адаптации образовательных практик к современным общественным запросам и культурным контекстам, в которых пребывают дети и их семьи. Это требует от всех участников не только понимания разнообразных социальных вызовов, но также готовности к сотрудничеству и совместной реализации образовательных стандартов. Именно в этом контексте Федеральные государственные образовательные стандарты играют важную роль, обеспечивая структурированность и стремление к совершенству в образовательной деятельности.

Ключевыми направлениями развития дошкольного образования являются расширение роли взаимодействия гражданского общества, социальных институтов и педагогического сообщества (Королева, 2023, с. 2). В этом аспекте система дошкольного образования выгодно выделяется своей гибкостью и способностью к интеграции инновационных методик и технологий. Такая стратегия позволяет не только расширить кругозор детей, но и способствует профессиональному развитию педагогов, которые получают возможность быть активными участниками в образовательных изменениях. Они внедряют новые технологии, адаптируют процесс обучения и ориентируются на современные потребности дошкольников с учетом актуальных общественных тенденций.

Однако успешная реализация подобных изменений невозможна без должного внимания к подготовке кадров и их профессиональному развитию. Ожидается, что педагоги будут не только следовать стандартам, но и активно внедрять методы, которые позволяют адаптировать образовательный процесс под индивидуальные нужды. Это включает в себя развитие навыков и компетенций самих педагогов, необходимых для успешной интеграции новых технологий и подходов в образовательный процесс, что в свою очередь будет способствовать всестороннему развитию детей и соответствию учреждениям современным стандартам качества. Таким образом, формирование эффективной образовательной среды предполагает стратегическое взаимодействие всех заинтересованных сторон для достижения новых высот в дошкольном образовании.

Федеральный государственный образовательный стандарт требует досконального подхода к подготовке и адаптации образовательных учреждений. Основное внимание должно быть сосредоточено на создании условий для поддержки основного блока участников образовательного

процесса – семей воспитанников. «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования ориентирует педагогов на обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования детей». Эта ориентация способствует более глубокому вовлечению родителей в образовательный процесс, позволяя им стать активными участниками развития своих детей и тем самым способствовать повышению качества дошкольного образования.

Важно также отметить, что улучшение компетентности родителей в вопросах воспитания и образования усиливает психолого-педагогическую поддержку, которую они способны оказывать дома. Это обеспечивает более скоординированный подход между образовательным учреждением и семейной средой, акцентируя внимание на индивидуальных потребностях каждого ребенка. В свою очередь, такая система способствует саморазвитию детей и достижению целевых результатов, заложенных в образовательных стандартах. Таким образом, обеспечение компетентности родителей в вопросах развития и образования детей становится неотъемлемой частью достижения целей, стоящих перед современным дошкольным образованием.

Важность психолого-педагогической поддержки со стороны воспитателей в том, чтобы сделать этот сложный процесс более прозрачным и доступным для семей. Это включает в себя как создание программ поддержки и обучения для родителей, так и помощь в решении возникающих вопросов и трудностей. Примером успешного подхода может быть организация регулярных семинаров и тренингов, направленных на повышение компетентности родителей. Такие меры не только укрепляют доверие и снижение стресса у родителей, но и создают условия для более полного понимания образовательных целей и методов образовательного учреждения, повышая общее качество воспитательного процесса.

Федеральный государственный образовательный стандарт требует пересмотра педагогических стратегий и образовательных технологий, а также существенного повышения квалификации педагогических кадров. Кроме того, акцент на психолого-педагогическую поддержку семей подчеркивает важность активного взаимодействия всех участников образовательного процесса, включая родителей и общественные институты. Это взаимодействие необходимо для создания образовательной среды, способствующей более полному развитию личности ребенка и обеспечению равных возможностей для всех детей.

**Список литературы**

1. Базаева Ф. У. Инновационная образовательная среда как фактор самореализации личности // Педагогика. – 2022. – DOI: 10.34708/GSTOU.2022.19.29.005.

2. Суматохина В.А., Иванова И.В. Воспитывающий потенциал дошкольной образовательной организации как средство становления субъектности дошкольника // [б. и.]. – 2023.

3. Традиции и инновации в современной психологии и педагогике: сборник статей Международной научно-практической конференции (4 ноября 2023 г., г. Стерлитамак) / под ред. А. А. Сукиасяна. – Уфа: Аэтерна, 2023. – 156 с.

4. Шишова Е.О. Влияние типа образовательной среды на психическое развитие дошкольников [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2021. Том 13. № 1. С. 84–100. DOI:10.17759/psyedu.2021130106.

5. Поданева Т.В. Обновление содержания дошкольного образования. Проблемы и перспективы в системе дошкольного и начального образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции (14 ноября 2019 г.) / отв. ред. Т. В. Диль-Илларионова. – Орск: Издательство Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, 2019. – 213 с.

**УДК 373.2**

# ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕШИХ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ НА ТЕРРИТОРИИ ДЕТСКОГО САДА

Н.А. Селезнева, Н.П. Шевырева
Детский сад комбинированного вида № 202, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описано практическое применение детского туризма как элемента реализации Федеральной образовательной программы дошкольного образования. Туризм является эффективным средством оздоровления детей и влияет на всестороннее развитие личности.

**Ключевые слова:** поход, туризм, оздоровление, развитие речи, двигательная активность, развлечение.

Туризм – путешествие, с целью получения новых знаний, впечатлений, эмоций и навыков. А так же один из способов оздоровления и развития физических способностей.

С введением ФОП ДО туризм стал неотъемлемой частью воспитательно-образовательного процесса в дошкольных образовательных организациях.

В современном мире, в связи с занятостью родителей, большинство детей лишены возможности регулярно совершать туристические выезды на природу, которые отдают предпочтение более комфортабельному отдыху. А движения на свежем воздухе способствуют закаливанию организма и улучшают здоровье. В туристическом походе дети так же осваивают новые умения и навыки: разжигать костер, ставить палатку, запекать картошку, различать съедобные ягоды и грибы и др. Эти навыки будут, несомненно, полезны и во взрослой жизни.

Наша задача как воспитателей состоит в том, чтобы заинтересовать детей к активному отдыху, привить любовь к пешим походам и природе.

В нашем дошкольном учреждении туристические походы совершаются круглогодично. К организации привлекаем родительскую общественность, которая с удовольствием поддерживает наши идеи. Перед каждым походом составляем план туристического маршрута, на протяжении которого детей встречают необычные герои с увлекательными испытаниями.

Например, во время осеннего путешествия ребята вместе с Машей-растеряшей собрали в рюкзак все необходимое для похода: компас, фонарь, свисток, воду, продукты питания, дождевик и т. п. Дети помогли Маше подобрать удобную одежду для похода (закрытая обувь, яркая одежда, головной убор). Перед походом все дружно сделали разминку под веселую игру-песенку «В поход идем – рюкзак берем».

На станции «Ягодная» ребята познакомились с лесными ягодами, их полезными свойствами, заварили чай из шиповника и угостили им Машу-

растеряшу. А так же поиграли в дидактическую игру на словообразование «Подбери и назови».

На станции «Рыбачья» юные путешественники встретили рыбака, с которым поиграли в игру «Рыбалка» и помогли рассортировать фрукты и овощи для супа и компота, тем самым закрепили обобщающие понятия.

На «Грибной полянке» дети обнаружили много грибов. Вместе с Лесовичком вспомнили их названия и собрали в корзинку съедобные грибы, а ядовитые оставили в лесу для животных.

После лесной полянки ребят ждала полоса препятствий, где им было необходимо проявить свою ловкость, выносливость и смекалку.

Пройдя все испытания, дети собрались на привале около костра. Здесь ребята вместе с героями и родителями поставили палатки, расстелили лежаки, сложили хворост для костра и закрепили правила поведения в лесу. Увлекательное путешествие завершилось совместной песней у костра «Ах картошечка, картошка, в кожуре уголек».

Во время похода дети чему-то учатся. Приобретая новые умения, они становятся более уверенными в себе, появляется желание и интерес пробовать что-то новое. Еще одно немало важное преимущество туристического похода это оздоровительная направленность. Ведь очень важно заложить в дошкольном возрасте привычку к здоровому образу жизни.

**Список литературы**

1. Бочарова, Н. И. Туристические прогулки в детском саду: пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений / Н.И. Бочарова. – М.: Аркти, 2004.

2. Завьялова, Т. П. Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду: учебное пособие для среднего профессионального образования/Т.П.Завьялова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2024. – 228 с.

3. Майорова, Л. Т. Воспитание координационных способностей у детей дошкольного возраста: учеб, пособие / Л.Т. Майорова, И.Г. Лопина. – Омск: Изд-во СибГАФК, 2000.

4. Нищева, Н. В. Картотека логопеда ДОУ. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004. – 176 с.

5. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2023. - 256 с.

**УДК 373.2**

# ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

О.А. Селиванова, Н.П. Носенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье рассматривается проектная деятельность как эффективный инструмент активизации познавательной активности дошкольников. Подчеркивается важность использования проектного метода в процессе воспитания и обучения, который способствует развитию критического мышления, креативности и сотрудничества среди детей.

**Ключевые слова:** проектная деятельность, активизация познавательной деятельности,дошкольники,образование, педагогика.

Проектная деятельность дошкольников – это форма организации обучения и воспитания детей, основанная на совместной деятельности, в ходе которой они решают определенные задачи и достигают поставленных целей. Проектная работа помогает развивать навыки совместной работы, критического мышления, творчества [4].

Роль проектной деятельности в активизации познавательной деятельности [1]:

Стимулирование интереса и мотивации, дети получают возможность выбора тематики, формата работы, что делает процесс обучения и воспитания более личностно значимым. Работа над проектом создает ситуацию успеха, где каждое достижение, даже самое малое, способствует формированию уверенности в себе.

Развитие критического мышления и аналитических навыков, работая над проектом, дошкольники сталкиваются с необходимостью анализа информации, выдвижения гипотез, их проверки и обоснования. Это способствует развитию критического мышления, умения задавать вопросы и искать на них ответы, а также формирует аналитические навыки, важные для дальнейшего обучения[5].

Развитие коммуникативных навыков проектная деятельность предполагает работу в группах, что требует от детей активного взаимодействия друг с другом. В процессе работы они учатся делиться мнением, слушать и аргументировать свои идеи, что способствует развитию их коммуникативных навыков и умений вести дискуссии [2].

Примеры возможных проектов:

Проект «Моя семья»

Дети собирают информацию о своих семьях, рисуют портреты членов семьи, и представляют их другим.

Проект «Транспорт»

Изучение различных видов транспорта, изготовление макетов и моделей, экскурсии к транспортным объектам, создание коллажей с фотографиями транспортных средств.

Проект «Времена года»

Наблюдение детей за изменениями в природе в разные времена года, создание совместных работ на тему природы, рисунков, запись изменений при смене времен года.

Проектная деятельность является мощным инструментом активизации познавательной деятельности дошкольников. Она способствует не только усвоению знаний, но и развитию важнейших личностных и социальных навыков. В современном образовательном и воспитательном процессе проектная деятельность открывает новые горизонты для обучения, делая его более увлекательным и значимым для детей. Эффективная интеграция этого подхода в учебную практику позволит создать условия для гармоничного и всестороннего развития молодежи, подготовив их к вызовам современного общества [3].

**Список литературы**


1. Жиенбаева Сайра Нагашбаевна, Сыздыкбаева Айгуль Джуманазаровна Проектная деятельность - как инновационный феномен в дошкольном образовании // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/proektnaya-deyatelnost-kak-innovatsionnyy-fenomen-v-doshkolnom-obrazovanii (дата обращения: 29.10.2024).
2. Зайцева Т. Ю. Проектная деятельность в детском саду // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2015. №. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu (дата обращения: 29.10.2024).
3. Оганнисян Л.А., Акопян М. А. Использование метода проектов в образовательном процессе // Таврический научный обозреватель. 2015. №2-1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-metoda-proektov-v-obrazovatelnom-protsesse (дата обращения: 28.10.2024).
4. Орешкина Р.А., Яковлева С.С. Метод проектов как средство развития познавательной активности детей старшего дошкольного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2020. №66-2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/metod-proektov-kak-sredstvo-razvitiya-poznavatelnoy-aktivnosti-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta (дата обращения: 29.10.2024).
5. Циценко, В. С. Организация проектной деятельности в ДОУ / В.С. Циценко, Т.Н. Красноперова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2016. – № 16 (120). – С. 384-387. – URL: https://moluch.ru/archive/120/33144/ (дата обращения: 29.10.2024).

**УДК: 373.2**

# СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ: РАЗВИТИЕ ИНИЦИАТИВЫ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Е.Г. Сердюкова, И.В. Сошникова
Центр развития ребенка – детский сад № 171, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье раскрывается содержание понятия «педагогическая технология» в аспекте развития самостоятельности у дошкольников при создании психолого-педагогических условий поддержки инициативы, описываются особенности выбора форм работы педагога-воспитателя ДОО при реализации образовательной программы в детском саду.

**Ключевые слова:** педагог, дошкольная образовательная организация, педагогические технологии, самостоятельность, инициатива, образовательная программа.

Педагогические технологии развития самостоятельности и инициативы у детей дошкольного возраста – это совокупность форм, методов и приемов в работе педагога детского сада (дошкольной образовательной организации), направленные на формирование у дошкольников умения планировать и достигать цель, принимать ответственность за свои поступки и деятельность, анализировать качество деятельности и результатов, саморегуляции [2].

Самостоятельность у дошкольников в возрасте 4–7 лет педагог формирует через создание психологических установок и условий поддержки инициативы детей:

- педагог учит ребенка формулировать цель совместной деятельности, а затем самостоятельной деятельности;
- педагог моделирует реальные ситуации для проявления ребенком самостоятельности в выборе материалов, партнеров и видов деятельности;
- педагог создает условия разнообразной среды (материалов, предметов, оборудования);
- педагог продвигает цели ребенка от ближайших к долгосрочным;
- педагог поощряет многовариантность ответов детей и решений проблемных ситуаций;
- педагог мотивирует ребенка к анализу собственных успехов и неудач, учит адекватно реагировать на неудачу;
- педагог сопровождает ребенка в принятии ответственности за свои действия, решения и поступки;
- педагог изучает индивидуальные способности и совместно с ребенком учится учитывать их при организации и выборе деятельности;

- педагог обучает ребенка приемам саморегуляции (приемы организации и контроля деятельности, самоубеждение и самопобуждение);

- педагог расширяет деятельность ребенка в применении положительного опыта во взаимодействии с детьми;

- педагог развивает рефлексивные навыки и аналитические способности ребенка [4, 5].

С целью развития самостоятельности в Федеральной образовательной программе составителями предложены различные технологии, подробно описанные в программах «Вдохновение», «ПРОдетей», «Детский сад-дом радости», «Развитие», «Детский сал 2100» и других. Например, технология «Утренний/вечерний круг» (или «Детский совет») предполагает создание условий для формирования у детей ближних и долгосрочных целей через планирование деятельности в течение дня или проектов в течение недели или месяца. Дети в начале под руководством взрослого, а затем самостоятельно формулируют цели и содержание собственной деятельности, высказывают мнение, учатся аргументировать свой выбор. «Утренний круг» – технология, развивающая чувства и представления ребенка, способствует формированию внутреннего плана действий, переводу внешней речи во внутреннюю [1].

Технология «Линейный календарь» способствует организации самостоятельной деятельности детей через рассматривание, анализ, моделирование карточек с числами, обозначающими дни, недели, месяцы. Дорисовывая, дописывая карточки дети формируют отношение к будущему и прошлому, ответственность за предстоящую деятельность и анализ результата реализованных проектов.

Технология «5 пальцев» на примере использования пальцев руки обучает детей поэтапному планированию непосредственной деятельности, сохранять логику и контроль при осуществлении игры, брать ответственность за выбор. Дети в доступной форме запоминают и принимают алгоритм выполнений действий.

Технологии «Утренний круг», «Линейный календарь», «Загадка дня», «5 пальцев», «Клубный час», «Игровая ситуация», «Лаборатория историй» активно используются педагогами в ДОО, эффективно дополняют содержание Федеральной образовательной программы.

Современные технологии, разработанные авторами программ для дошкольного образования обязательно включают в свои задачи развитие и поддержку самостоятельности детей. Формирование самостоятельности у дошкольников происходит под влиянием педагогов, обладающих знаниями и практическими навыками, развивающих профессиональные компетенции и обладающих самостоятельностью и инициативностью [3].

**Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

2. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

3. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

4. Степанов, П.В. Понятие «воспитание» в современных педагогических исследованиях /П.В.Степанов // Сибирский педагогический журнал, 2017 № 2 С. 121–128.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 19.11.2023).

**УДК 373.2**

# НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ФОРМИРОВАНИЯ НАРОДОВЕДЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

А.А. Сидельникова
Центр-детский сад № 173, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Одним из условий развития современной цивилизации является снижение двигательной активности детей дошкольного возраста в связи с этим возрастает потребность в занятиях физической культурой в детском дошкольном учреждении. Одним из эффективных средств на занятиях по физической культуре выступает народная подвижная игра. Это не только способствует всестороннему развитию личности ребенка, а также влияет на формирование народоведческих представлений, положительного отношения к занятиям спорта, эмоциональное состояние дошкольника. Целью работы является теоретическое обоснование использования народных подвижных игр на занятиях по физической культуре как одной из форм формирования народоведческих представлений у старших дошкольников.

**Ключевые слова:** народная подвижная игра, фольклор, культура, ребенок, традиции, физическая культура, занятие.

Именно в народных играх отражается культура нации, образ жизни , быт, традиции и уже на их основе закладываются основы чести, смелости. Культура – это понятие, вмещающее в себя и материальные, и духовные ценности. В структуру входят и народное творчество, и народная мораль, и народные праздники и обряды, осведомленность народа о разных сферах жизни.

Народная культура – это отражение пути народа, пути культурно-исторического. Это смысл и дух жизни человечества [2]. Задачей дошкольного учреждения является обеспечение овладения каждым дошкольником народной культуры, а на этой основе – всеми этнокультурными ценностями и общечеловеческими ценностями.

Именно на это и направлено народоведение, благодаря использованию которого в учебно-воспитательной работе дети интеллектуально и эмоционально усваивают народную мораль, определенные нормы поведения, этику и эстетику быта, культуру, овладевают навыками трудовой деятельности, физического совершенствования.

Использование народного фольклора на занятиях физкультуры вызывает у детей уважение к традициям, гордости за большую и малую Родину, формируется стремление овладеть силой, ловкостью, выносливостью, быстротой, креативностью. Поэтому в детском возрасте необходимо давать детям знания об истории народов России, так как в

дальнейшем это поможет преодолеть межэтнические недоразумения, конфликты, недопонимания. Ребята начнут уважительнее относится к культурным традициям все народов, населяющих территорию России [1].

Основной целью каждого дошкольного учреждения – растить здоровое поколение. А как можно реализовать эту цель на практике? Быть в движении – вот самый простой ответ. Пребывание ребенка в детском саду предполагает построения режима дня так, чтобы на протяжении всего дня ребенок был в движении: утренняя зарядка, игры малой подвижности, народные игры, занятия по физкультуре, гимнастика пробуждения ото сна, физкультминутки. В результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, повышенная выносливость организма. Поэтому формирование двигательной активности тесно связано с интеллектуальным и психическим развитием ребенка, с формированием нравственно-волевых качеств его характера. Цели и задачи поставлены перед педагогом можно решить только во взаимосвязи с умственным, нравственным и эстетическим развитием (воспитанием). Задача педагога сделать занятия по физкультуре интересными, такими, которые смогут доставлять радость, поддержать хорошее настроение и самочувствие.

Современные ученные рассматривают гипотезы, что «основной формой работы по физической культуре с ребятами возможна игра» (Е.А. Аркин). На первом месте должны быть народные подвижные игры, которые можно проводить в спортивном зале, на свежем воздухе, в детском учреждении и дома, на игровой площадке. Народная подвижная игра – это увлекательное действие, при помощи которого можно научить выполнять правильно основные движения, воспитать не только физические качества, но и нравственные.

Народные подвижные игры имеют многовековую историю. Почитались из поколения в поколение. На сегодня популярными являются «Русская лапта», «Городки», «Охотники и утки»», Море волнуется» и т.д.

При выполнении условий таких игр развивается интеллект ребенка, его восприятие окружающего мира, мышления, внимания. Большой интерес вызывает у детей народная составляющая игры. Потешки, старинные фразы, интересное и необычное сочетание строк – все это легко усваивается ребятами и транслируется дома, на прогулке. Целью является демонстрация выученного нового своим родным и близким.

Стандартное занятие физической культурой неоднородно, возможна его трансформация педагогом, внесение в содержание народных подвижных игр.

При чем игры можно проводить на протяжении всего занятия. Например, чтобы организовать детей в вводной части активизируется их внимание, формируется интерес к занятиям, создается бодрое хорошее настроение. Поэтому здесь будут уместны такие игры, как «Змейка», «Улитка».

Во время объяснения правил можно загадать загадку или показать иллюстрацию, что повысит интерес детей к данной игре.

Выполняя упражнения общего развития используются следующие игры: «У Маланьи», «У дядюшки Трифона». В такие игры, которые являются играми-имитациями можно включить разные упражнения: и игровые, и развивающие. («Лодочка», «Дровосек», «Мостик», «Корзиночка» [3].

Народные подвижные игры, как «Петушинный бой», «Охотники и утки», «Волк во ров», «Пятнашки» используют изучая основные виды движений.

Не стоит и забывать о том, что после нагрузки нужно выполнять упражнения на расслабление, дыхательные упражнения. Тут можно использовать русские игры – в молчанки.

В конце занятия также можно использовать народные подвижные игры : «Совушка-сова», «Море волнуется», «Цапки».

Подводя итог, можно сказать следующее, что использование народных подвижных игр на занятиях физической культуры пробуждает у детей уважение к народным традициям, гордости за большую и малую Родину, формируется стремление овладеть силой, ловкостью, выносливостью, быстротой, творчеством. Народные подвижные игры на сегодняшний день являются актуальным, интересным, познавательным средством для формирования народоведческих представлений у старших дошкольников.

**Список литературы**

1. Бабунова Е.С. Психология семьи и семейного воспитания: учебно-методическое пособие. – Москва: ФЛИНТА, 2020.

2. Выготский Л.С. Собрание сочинений. − Москва: Детская психология, 2003.

3. Акимова В.П., Кожевникова И.А. Путешествие во времени и пространстве // Начальная школа. − 2003. − №5. – С. 77-83.

4.Петровский А.В. Введение в психологию. − Москва: Академия, 2006.

5.Шевчук Н.А. Мир вокруг нас // Начальная школа плюс и минус. – 2008.− №8. – С. 73-79.

**УДК 373.2**

# КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У СТРАШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ФГОС

А.Д. Симонова
Детский сад комбинированного вида № 202, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья рассматривает подходы к комплексному подходу к воспитанию культуры здоровья у старших дошкольников в системе дошкольного образования. Формирование культуры здоровья у старших дошкольников – важная задача дошкольного образования. Комплексный подход, включающий физическое, психоэмоциональное и интеллектуальное развитие, позволяет детям расти здоровыми и гармонично развитыми личностями. Использование различных образовательных методов и активное участие родителей и педагогов способствуют созданию благоприятных условий для укрепления здоровья и профилактики заболеваний у детей.

**Ключевые слова:** культура здоровья, дошкольное образование, физическое развитие, психоэмоциональное развитие, здоровьесберегающие технологии, родительское участие, физическая активность.

Формирование культуры здоровья у старших дошкольников является важной задачей дошкольного образования. Воспитание здорового образа жизни способствует не только физическому, но и психоэмоциональному и интеллектуальному развитию детей, позволяя им вырасти гармонично развитыми личностями. В условиях современного общества, где нагрузка на здоровье детей возрастает, особенно важно внедрять комплексные подходы, направленные на укрепление и сохранение здоровья дошкольников.

Одним из ключевых аспектов такой работы является использование различных методов, включающих конструирование из различных материалов, подвижные и релаксационные игры, а также гимнастические упражнения. Важную роль играют также санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями, направленная на повышение их осведомленности о значении здорового образа жизни и профилактике заболеваний [3].

В данной статье представлены интересные технологии и методы воспитания культуры здоровья у старших дошкольников, а также практика их внедрения в образовательный процесс. Особое внимание уделяется значению взаимодействия педагогов, медицинских работников и родителей в создании благоприятных условий для физического и психоэмоционального развития детей. Важно, чтобы родители и сотрудники детских садов

понимали и поддерживали мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Рассмотрим их подробнее.

1.Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

Педагог использует динамические паузы в виде физкультминуток продолжительностью 2–5 минут, чтобы помочь детям восстановить работоспособность и предотвратить утомление. Упражнения, такие как «Буратино потянулся», «По ровненькой дорожке», «Зайка», «Едем, едем на машине», способствуют улучшению кровообращения и координации движений [2].

Релаксационные упражнения, такие как «Цветок» и «Напряженье улетело», помогают детям снять мышечное напряжение, улучшить эмоциональное состояние и повысить общую работоспособность. Воспитатель определяет интенсивность и продолжительность упражнений в зависимости от состояния детей и целей занятий.

Подвижные игры, такие как «Ловишки», «Лохматый пес», «Мышеловка», «Арбуз», «Школа мяча», «Догони мяч», педагог проводит как часть физкультурных занятий, на прогулке и в групповой комнате. Эти игры развивают физическую выносливость, координацию движений, скорость реакции и способствуют социализации детей [2].

Гимнастику пальчиковую педагог проводит ежедневно индивидуально или с подгруппой детей. Она особенно полезна детям с речевыми проблемами, способствуя развитию мелкой моторики и координации движений. Упражнения включают «С ветки ягодки снимаю», «Кораблик», «Замок», «Маленькая мышка».

Ежедневную гимнастику для глаз педагог проводить по 3-5 минут в любое свободное время, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки. Эти упражнения помогают предотвратить утомление глаз и улучшить зрение.

Дыхательную гимнастику, включающую упражнения «Подуй на бабочку», «Надуй шарик», «Вырасти большой», воспитатель проводит в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста. Эти упражнения развивают дыхательную систему и улучшают общее физическое состояние детей [3].

Ежедневная гимнастика после дневного сна, продолжительностью 5-10 минут, способствует быстрому пробуждению и активизации детей. Комплексы упражнений включают легкие растяжки и активные движения, которые помогают детям быстро включиться в дневную активность.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни.

Утреннюю гимнастику педагог проводит ежедневно продолжительностью 8–10 минут, чтобы активизировать организм и улучшить настроение детей. Комплексы упражнений включают разнообразные движения, направленные на развитие координации, гибкости и выносливости. Так как группа подготовительная, дети часто проводят ее самостоятельно [2].

Физкультурные занятия воспитатель проводит два раза в неделю в физкультурном зале и один раз на улице. Эти занятия направлены на развитие физической выносливости, силы и координации движений. Перед занятием обязательно педагог проветривает помещение, чтобы обеспечить приток свежего воздуха.

На участке детского сада имеется спортивное оборудование, позволяющее обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке. Спортивные игры и упражнения способствуют развитию физической выносливости и координации движений [1].

Воспитатель использует самомассаж в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста. Он помогает детям лучше ощущать свое тело, развивает тактильную чувствительность и улучшает кровообращение.

3. Коррекционные технологии.

Воспитатель применяет музыку для снятия напряжения и повышения эмоционального настроя. Музыка сопровождает утреннюю гимнастику, релаксационные упражнения и физкультурные досуги, создавая позитивную атмосферу и стимулируя активность детей.

Также используется сказкотерапия для психологической и терапевтической работы с детьми. Занятия включают обсуждение сказок, таких как «Обожает сладкое», «Не хочет есть», «Не хочет спать», «О тех, кто не любит умываться», и помогают детям справляться с эмоциональными и поведенческими трудностями [2].

Артикуляционная гимнастика направлена на тренировку органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти). Упражнения, такие как «Улыбка», «Шарик», «Часики», «Сдуй ватку с ладошки», помогают улучшить произношение и развить речевые навыки. Данную работу педагог проводить в течении дня.

В работе по данному направлению педагог использует сенсорную тропу для формирования стопы ног, координации движений и профилактики плоскостопия. Дети проходят по дорожке с различными поверхностями, что способствует развитию тактильной чувствительности и укреплению мышц стопы.

4. Современные здоровьесберегающие технологии в работе педагога:

- Стретчинг. Упражнения на растяжку и гибкость, такие как «Пчелка», «Петушок», «Горка», педагог проводит в игровой форме. Они помогают развить гибкость и улучшить координацию движений, способствуя физическому развитию детей.
- Упражнения на фитболах. Упражнения на фитболах направлены на коррекцию осанки и развитие координации движений. Игровые упражнения, такие как «Успей передать», «Пингвины на льдине», помогают детям развивать физическую выносливость и координацию [5].

5. Проблемно-игровые технологии. Воспитатель реализует проблемно-игровые технологии, такие как игротренинги и игротерапию, для развития

всех каналов восприятия. Игротренинги включают прием неожиданности, визуальный контакт, кинестетический принцип, эстафеты и игровые упражнения на релаксацию. Игротерапия помогает корректировать эмоциональные и поведенческие расстройства у детей [1].

6. Современные формы закаливания.

Воспитатель проводит закаливание детей с младшего возраста, включая солевое закаливание после динамической гимнастики, душирование и воздушные процедуры. Эти методы помогают укрепить иммунитет детей, улучшить терморегуляцию и общее физическое состояние. Также консультирует родителей, чтобы реализовали данную работу ежедневно дома также [1].

7. Работа с родителями.

Информационные стенды, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры помогают родителям получить необходимые знания и навыки для поддержания здоровья детей. Медицинские работники также проводят просветительскую работу, информируя родителей о профилактических мероприятиях.

Привлечение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях, таких как соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, дни и недели здоровья, способствует укреплению семейных связей и формированию здорового образа жизни у детей [2].

Педагоги проводят консультации и беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения, таким как причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний, закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении, значение режимных моментов для здоровья ребенка, питание дошкольников, физические упражнения в дошкольном учреждении и дома, воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников, здоровый образ жизни в семье.

Таким образом, воспитание культуры здоровья у старших дошкольников в системе дошкольного образования – это комплексная и многоаспектная задача, которая требует тщательной организации и последовательного внедрения различных подходов и технологий. Систематическая работа по обучению детей основам здорового образа жизни приводит к тому, что у детей формируются устойчивые привычки и навыки, направленные на поддержание здоровья. Дети начинают осознавать важность личной гигиены, правильного питания, режима дня и физической активности. Введение бесед и занятий, таких как «Мой организм», «Чистота – залог здоровья», «Режим дня», «Питание – основа жизни», позволяет детям усваивать теоретические знания и применять их на практике.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы становится возможной благодаря тесному взаимодействию педагогов, медицинских работников и родителей. Совместные усилия специалистов

ДОУ обеспечивают комплексный подход к воспитанию культуры здоровья, что способствует созданию благоприятных условий для физического и психоэмоционального развития детей. Введение регулярных занятий физической культурой, утренней гимнастики, закаливающих мероприятий и активного отдыха способствует улучшению физического состояния детей. Проведение диагностики здоровья позволяет отслеживать динамику показателей и своевременно вносить коррективы в организацию оздоровительной работы. Применение современных форм закаливания, таких как солевые процедуры и воздушные ванны, помогает укрепить иммунную систему детей и повысить их устойчивость к заболеваниям.

**Список литературы**

1. Иванов С. В., Смирнова Е. О. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании. СПб.: Издательство «Питер», 2020. 260 с.
2. Козлова Т.А. Психолого-педагогические аспекты здоровьесбережения в детском саду. Екатеринбург: Уральский университет, 2018. 311 с.
3. Петрова Н.А. Воспитание здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. М.: Издательство «Детство-Пресс», 2019. 211 с.
4. Современные методы и технологии закаливания детей / под ред. В. П. Кривошеева. Казань: Казанский университет, 2021. 420 с.
5. Физическое воспитание в ДОУ: методические рекомендации / под ред. Л. А. Бариновой. М.: Просвещение, 2017. 380 с.

**УДК 372.2**

# ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Г.И. Симонович, С.И. Галиастанова
Центр – детский сад № 107, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данная статья посвящена рассмотрению ценностных ориентиров, которые играют важную роль в формировании здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, освещаются основные аспекты данной темы, а также предлагаются методы и подходы, которые могут быть использованы педагогами и родителями для успешного внедрения здорового образа жизни в повседневную деятельность детей. Работа представляет интерес для специалистов в области дошкольного образования, а также для всех, кто интересуется вопросами здоровья и развития детей.

**Ключевые слова:** ценностные ориентиры, здоровый образ жизни, здоровье.

Формирование здорового образа жизни у дошкольников является важной задачей современного образования. Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней, но и физическое, психическое и социальное благополучие. Здоровый образ жизни способствует гармоничному развитию личности, укрепляет иммунитет и снижает риск развития заболеваний в будущем.

Ценностные ориентиры в формировании здорового образа жизни дошкольников включают в себя следующие аспекты:

1. Физическое здоровье. Это основа здорового образа жизни. Оно включает в себя правильное питание, регулярную физическую активность, соблюдение гигиены и режима дня. Важно формировать у детей понимание, что физическое здоровье – это не только отсутствие болезней, но и хорошее самочувствие, энергия и бодрость.
2. Психическое здоровье. Это состояние душевного равновесия, которое позволяет ребенку адаптироваться к окружающей среде, справляться со стрессами и конфликтами. Важно формировать у детей навыки саморегуляции, умение выражать свои эмоции и справляться с негативными переживаниями.
3. Социальное здоровье. Это умение взаимодействовать с окружающими, строить отношения и находить общий язык. Важно формировать у детей навыки общения, эмпатии и сотрудничества.
4. Духовное здоровье. Это понимание себя, своих ценностей и целей. Важно формировать у детей позитивное отношение к себе, уверенность в своих силах и стремление к саморазвитию.

5. Экологическое здоровье. Это бережное отношение к природе и окружающей среде. Важно формировать у детей экологическую культуру, понимание важности сохранения природных ресурсов и заботы о животных и растениях.

6. Культурное здоровье. Это знание и уважение к культурному наследию своей страны и других стран. Важно формировать у детей интерес к культуре, искусству и традициям разных народов.

Формирование здорового образа жизни у дошкольников должно быть комплексным и включать в себя различные методы и приемы. Важно создать условия, в которых дети будут чувствовать себя комфортно и безопасно, где они смогут развиваться и получать необходимые знания и навыки.

Для этого в своей работе мы используем такие методы как игровой. Это игры, упражнения и задания, которые помогают детям лучше понять и запомнить информацию о здоровом образе жизни. Игры мы придумываем и адаптируем сами. Например, «Спортивное домино». Это игра, похожая на классическое домино, но вместо картинок на костях изображены спортивные снаряды или виды физической активности. Дети по очереди выкладывают кости и выполняют то, что на них изображено. Это может быть отжимание, приседание, прыжок на скакалке или что-то другое. Игра помогает разнообразить двигательную активность и сделать ее более интересной.

«Здоровый обед». Это игра, в которой дети должны составить меню, соблюдая принципы здорового питания. Они могут использовать карточки с изображениями продуктов или рисовать продукты на карточках сами. Игра помогает научиться выбирать полезные продукты.

«Путешествие по стране здоровья». Это игра, в которой дети отправляются в путешествие по стране здоровья, посещая разные города и выполняя задания. Например, в городе «Правильное питание» они могут приготовить полезный завтрак, а в городе «Спорт» – выполнить комплекс упражнений. Игра помогает узнать больше о здоровом образе жизни и применить полученные знания на практике.

«Здоровый квест». Это игра, которая сочетает элементы квеста и здорового образа жизни. Дети получают задания, которые нужно выполнить, соблюдая правила ЗОЖ. Например, пройти определенное расстояние, выпить чистой воды или сделать зарядку. Игра помогает мотивировать детей соблюдать правила здорового образа жизни и получать удовольствие от процесса. В свою работы мы включаем такие методы, как демонстрация. Этот метод заключается в показе детям определенных действий, которые направлены на сохранение и укрепление здоровья. Например, это может быть демонстрация правильного мытья рук, чистки зубов, упражнений для утренней гимнастики и т. д. Например, «Делай, как я», «Один, два, три» и т.д.

Использование различных иллюстраций, фотографий, плакатов, презентаций и других наглядных материалов, которые помогают детям лучше понять и запомнить информацию о здоровом образе жизни. Например,

«Здоровье – это круто» (плакат содержит яркие изображения детей, занимающихся спортом), «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» (плакат содержит изображения детей, наслаждающихся солнечными ваннами, купанием в море или прогулками на свежем воздухе) и т.д. Важно помнить, что иллюстративный материал должны быть ярким, привлекательны и понятным для детей. Он должен содержать простые и понятные изображения, которые легко запоминаются.

Такой метод, как наблюдение незаменим для дошкольников. Дети могут наблюдать за действиями взрослых, которые демонстрируют здоровый образ жизни, например, как родители занимаются спортом, правильно питаются и т.п. Это помогает детям увидеть пример и понять, как важно заботиться о своем здоровье.

Использование видеоматериалов, мультфильмов, так как «Смешарики», «Три кота», «Звезды советуют. Будь здоров!», фильмов, видеороликов, которые содержат информацию о здоровом образе жизни. Это помогает детям лучше усвоить информацию и запомнить ее.

Создание моделей, которые помогают детям понять, как работает организм человека и как важно заботиться о своем здоровье, требует времени и творческого подхода. Например, это могут быть модели органов человека, схемы правильного питания и т.п.

Наглядные методы должны быть адаптированы к возрасту детей и соответствовать их интересам и потребностям.

Словесные методы такие, как беседы «Если хочешь быть здоров», «Быстрого и ловкого болезнь не догонит», «Здоров – скачет, захворал – плачет», рассказы, чтение книг «Мойдодыр» К. Чуковского, «Как Коля лыжным спортом занялся» Н. Носова и другие способы передачи информации о здоровом образе жизни широко используются в детском саду.

Практические самые любимые и легко привлекающие внимание детей методы. Это выполнение заданий, упражнений и других действий, которые помогают детям закрепить полученные знания и навыки. Хорошо, когда в этом помогает музыка, а еще лучше со словами.

Важно помнить, что формирование здорового образа жизни – это длительный процесс, который требует терпения и усилий. Но результаты этого процесса будут видны в будущем, когда дети вырастут здоровыми и успешными людьми.

**Список литературы**

1. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

2. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст:

непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 No 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 17.10.2024).

4. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века /Авт.-сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. - М., 2000.

**УДК: 373.2**

# СПЕЦИФИКА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В ДОО

Т.Р. Ситникова, М.В. Кулибаба
Центр развития ребенка – детский сад № 171, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье раскрывается содержание понятия «индивидуальная работа педагога с детьми» в ДОО при реализации образовательной программы, обосновывается выбор направлений работы с учетом региональных особенностей.

**Ключевые слова:** педагог, дошкольная образовательная организация, индивидуальная работа, дошкольники, образовательная программа.

Индивидуальная работа – это форма взаимодействия педагога с ребенком с целью создания условий эффективного обучения, воспитания, развития или коррекции, в котором ребенок и педагог выступают как субъекты совместной деятельности. В детском саду индивидуальную работу ведут воспитатели, педагоги-психологи, учителя-логопеды, музыкальные руководители и инструкторы по физической культуре. Особое место в Федеральной образовательной программе отводится пояснениям к содержанию индивидуальной работы воспитателя в детском саду [1]. В документе перечисляются категории и особенности, которые формируют основу индивидуальной работы. Рассмотрим их подробнее.

На основе изучения особенностей семей методами анкетирования, опроса, изучения документов педагогом-воспитателем формируются представления о содержании индивидуальной работы. Изучение и анализ направлен на выявление следующих особенностей:

- частота заболеваемости (частоболеющие дети, ослабленные соматически);
- вероисповедание (наличие особых традиций в семье, присущих людям определенной веры);
- уровень развития способностей к обучению (наличие у детей признаков одаренности или задержки психического развития);
- состояние здоровья (наличие справок, заключений о состоянии здоровья – дети с ограниченными возможностями здоровья);
- язык, на котором общаются в семье (двуязычные дети – билингвы; не говорящие на русском языке);
- социальный статус семьи (дети из неблагополучных семей или находящихся в трудной жизненной ситуации);
- условия проживания семьи (дети мигрантов, переселившихся в данный регион или город недавно);
- национальность (дети, воспитывающиеся по традициям другого народа, наличие особенностей питания и взаимодействия)

- особенности поведения (агрессивные, застенчивые, гиперактивные, пассивные дети).

Особенности семей, состояния психики и физиологии формируют особенности поведения, эмоционально-волевой и познавательной сфер, влияющих на успешность обучения, взаимодействия детей со взрослыми и сверстниками [2].

Учитывая особенности семей и развития и обучения ребенка можно выделить специфические направления индивидуальной работы педагога-воспитателя:

1) взаимодействие, направленное на формирование коммуникативных навыков у дошкольников (преодоление тревожности, застенчивости)

2) взаимодействие, направленное на формирование коммуникативных навыков у дошкольников (преодоление агрессивности, гиперактивности);

3) взаимодействие, направленное на формирование социальных навыков у дошкольников (доверительных отношений со взрослыми и сверстниками);

4) взаимодействие, направленное на знакомство дошкольников с традициями и правилами других народов (разъяснение правил и норм, принятых в обществе);

5) взаимодействие, направленное на развитие у дошкольников способностей и психических процессов (в зависимости от актуального уровня развития и возрастной нормы).

Для реализации педагогом-воспитателем каждого направления необходимо подобрать соответствующие игры и упражнения (в соответствии со специфической направленностью индивидуальной деятельности, особенностями ребенка и актуальным уровнем развития) [4, 5].

Продолжительность индивидуальной работы может составлять от одного занятия до системной работы в течение года (по необходимости индивидуальная работа осуществляется ежедневно – систематически). Дети с признаками агрессивности и низким уровнем психического развития нуждаются в постоянном сопровождении. Одаренные дети участвуют во взаимодействии с педагогом один раз в неделю, что необходимо для поддержания интереса и формирования самостоятельности и инициативности. Навыки социализации активно формируются в период адаптации ребенка к условиям детского сада, следовательно, индивидуальная работа будет носить завершенный характер через 1-2 месяца. Если к работе по формированию коммуникативных навыков добавляется частая заболеваемость, то период индивидуальной работы увеличивается в соответствии с пропущенными днями по болезни.

Специфика индивидуальной работы педагога-воспитателя в детском саду обусловлена наличием особенностей семей, систем воспитания и уровнем актуального развития ребенка. Работа педагога-воспитателя осуществляется в непосредственной взаимосвязи со всеми педагогическими

работниками детского сада - педагогом-психологом, учителем-логопедом, музыкальным руководителем и инструктором по физической культуре [3].

**Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

2. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

3. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

4. Степанов, П.В. Понятие «воспитание» в современных педагогических исследованиях /П.В.Степанов // Сибирский педагогический журнал, 2017 № 2 С. 121–128.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 19.11.2023).

**УДК 373.2**

# РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ОБОГАЩЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Т.М. Скидан , Л.С. Смольникова
Детский сад комбинированного вида № 139, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена роли подвижных игр в жизни и развитии детей дошкольного возраста. Описываются различные виды игр, которые оказывают влияние на детей дошкольного возраста. Особое внимание уделяется тому, как подвижные игры оказывают влияние на развитии различных аспектов жизни детей.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст, подвижная игра, развитие, игра, физическая активность.

В жизни детей дошкольного возраста одну из наиболее важных ролей осуществляет игра, а также она является одним из основных средств воспитания. В детском саду активно используются различные виды игр (ролевые, дидактические, подвижные игры, а также игры с пением). Но среди этого разнообразия игр, мы хотим обратить внимание на подвижные игры, в которых все дошкольники вовлечены в активные физические действия.

Каждая подвижная игра является особенной, так как имеют разные формы и организацию. Какие-то содержат сюжет, роли и правила, которые соответствуют этому сюжету, а в других наоборот отсутствуют сюжет и роли, предлагаются лишь двигательные задания, которые регулируются правилами, которые определяют последовательность действий и скорость их выполнения. Еще одна категория игр, подразумевает, что сюжет и действия игроков зависят от определенного текста, который регулирует характер и порядок движений [1, 2].

Игры с детьми дошкольного возраста должны проводится ежедневно. Дошкольники очень активны; они постоянно выполняют различные движения: перебегают с места на место, переносят игрушки, лазают и спрыгивают с низких предметов, играют с автомобилями, мячами и множеством других предметов. Для них подвижные игры являются одной из важных потребностей, а педагогам они помогают решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, которые помогают создавать условия для развития мелкой и крупной моторики, формировать нравственные качества.

Поэтому для правильного развития физических качеств и обогащения двигательного опыта у детей дошкольного возраста с помощью подвижных игр, нам необходимо составить план действий.

Следует помнить о том, что в детской игровой деятельности существует два очень важных фактора. Первый – это включение детей в практическую деятельность, развитие их физических качеств и умения действовать самостоятельно. А второй, но не менее важный, это возможность у детей выплеснуть свои эмоции. В конечном результате это все способствует развитию личности в целом.

Поэтому можно сделать вывод о том, что подвижные игры, являются одним из способов всестороннего и гармоничного развития дошкольников.

Но детей необходимо учить играть, помогать им осваивать правила, учить общению друг с другом во время игр. Поэтому в своей работе необходимо использовать, разнообразные подвижные игры, которые способствуют развитию физических качеств, памяти, внимания и воображения.

Например: сюжетные («Воробушки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Лохматый пес»), бессюжетные («Найди свой цвет», «Береги предмет», «Где звенит колокольчик?»), игровые упражнения («Догони мяч», «Прокати мяч», «Перелезь через бревно»). С целью развлечения, применяю игры забавы («Мыльные пузыри», «Ударь по мячу»). К обучению детей подвижным играм привлекаю родителей. Так, с родителями можно проводить мастер-классы, обучающие семинары, консультации-практики; вместе с ними готовить необходимые атрибуты к подвижным играм. Это помогает родителям понять важность игры в жизни ребенка, учит вносить разнообразие в игровой мир детей [2, 3, 4].

После освоения родителями основных понятий и практических навыков обучения детей подвижным играм, их организации и проведения, следует провести совместный спортивный праздник с использованием подвижных игр.

Подвижная игра – одно из важнейших средств всестороннего воспитания детей младшего школьного возраста.

Игра играет огромную роль в развитии наших детей. Она помогает застенчивым детям преодолевать стеснительность и робость, некоторые игры, помогают побороть свой страх, но самое главное, что они помогают найти друзей [5,6].

В связи с этим, мы можем смело говорить о том, что применение подвижных игр в детском саду способствует сплочению детского коллектива и развитию коммуникабельности и умению общаться со сверстниками и развитию других важных качеств, способствующих социальному и психологическому благополучию детей.

**Список литературы**

1. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст // Дошкольное воспитание№6.-2000. 30-48 с.

2. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005. 341 с.

3. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду».: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2003г. 255 с.

4. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». – М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника». 2005г. 94 с.

5. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2005г. 139 с.

6. Усова А. П. Роль игры в воспитании детей. М.: Просвещение, 1976. 96 с.

**УДК 373.2**

# УСЛОВИЯ ДЛЯ САМОРАЗВИТИЯ И САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПЕДАГОГОВ В ДОУ

П.В. Смотрина, Н.П. Носенко
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена актуальной проблеме саморазвития и самосовершенствования педагогов ДОУ. В статье анализируются понятия самообразования и саморазвития, а также выявляет факторы, которые способствуют или затрудняют развитие педагогов. Также предлагаются способы саморазвития педагогов и подчеркивается важность этого процесса для работников детских садов.

**Ключевые слова:** самосовершенствование, саморазвитие, профессиональное развитие, постоянное обучение, дошкольное образование.

Самообразование педагога в ДОУ – это процесс, направленный на улучшение теоретических знаний и практических навыков в соответствии с требованиями педагогики и психологии. Этот процесс помогает сформировать индивидуальный стиль работы, осмыслить педагогический опыт и развить навыки самостоятельного обучения [3].

Чтобы профессиональное самообразование приносило наилучшие результаты, педагогу необходимо активно участвовать в творческом поиске и обмене педагогическим опытом [2].

Проблема качества самообразования и саморазвития изучалась учеными, такими как Е.В. Ткаченко, Н.К. Кронина, Л.Т. Львова и др. Их исследования сосредоточены на улучшении знаний, умений и навыков в профессиональной сфере [5].

Постоянное обучение педагогов ДОУ важно по ряду причин. Педагог должен соответствовать требованиям профессионального стандарта, эффективно работать, а так же быть конкурентоспособным [4].

Развитие профессиональных качеств педагогов важно для улучшения качества обучения и обеспечения гармоничного развития детей. Это создает комфортную обстановку в группе, укрепляет доверие между педагогами, детьми и их родителями, а также способствует профессиональному развитию самих воспитателей [6].

Качества, которые важны для педагогов в ДОУ:

· любовь к детям и желание заботиться о них;

· педагогическое образование и знание особенностей детской психологии;

· умение организовывать игровую деятельность детей;

· содействие познавательному и творческому развитию детей;

· прививание навыков здорового образа жизни и т.д. [7].

Условия, стимулирующие саморазвитие воспитателей в ДОУ:

– хорошие условия труда: удобная рабочая среда, достойная зарплата и перспективы карьерного роста. Благодаря этому учителя чувствуют уверенность и стабильность, что важно для поддержания энтузиазма и развития;

– профессиональное развитие: участие в семинарах, конференциях, курсах повышения квалификации и изучение новых методов;

– взаимоотношения в коллективе должны характеризоваться поддержкой коллег, обменом опытом и созданием комфортной обстановки для совместной работы [1].

Итак, можно сделать вывод, что для воспитания нового, активного и творческого поколения важно повышать уровень знаний и культуры современных педагогов. Самообразование – ключевой инструмент для улучшения педагогического мастерства и развития воспитателей [2].

**Список литературы**

1. Гуцу, Е.Г. Исследование факторов,стимулирующих и препятствующих профессиональному саморазвитию педагогов десткого сада / Е.Г. Гуцу. - Современные проблемы науки и образования, 2020, № 6 – 6 с.

2. Гуляева, М.А. Формирование педагогической культуры как компонента профессионального мастерства воспитателя детского сада / М.А. Гуляева. - МГПИ, 2018. № 5 - 54–58 с.

3. Кронина, Н.К. Самообразование как средство развития воспитателя дошкольного учреждения / Н.К. Кронина. - Педагог, 2018, № 6 - 43–49 с.

4. Львова, Л.Т. Организация работы по самообразованию педагогов ДОУ / Л.Т. Львова. - Справочник старшего воспитателя, 2008, № 11. - 43 с.

5. Ткаченко, Е.В. Технология профессионального саморазвития педагога дошкольного образования / Е.В. Ткаченко. - Проблемы и перспективы развития образования в России, 2015, №35. - 6 с.

6. Щербина, А.И. О формировании профессионально важных качеств педагогов дошкольного образования / А.И. Щербина. - Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2016, № 10. - 336–340 с.

7. Яркина, Т.Н., К вопросу о профессионально значимых качествах и свойствах педагога дошкольного образования в условиях стандартизации профессионально-педагогической деятельности / Т.Н. Яркина. - КиберЛенинка, 2017. - 5 с.

**УДК 159.922.7**

# ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

З.Р. Совмиз
Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Тема эмоционального благополучия ребенка и его взаимосвязь с особенностями детско-родительских отношений не теряет актуальности в связи с изменениями, происходящими в обществе. Установлено, что и матери, и отцы предпочитают конструктивные типы воспитания, а именно кооперацию и принятие. Преобладание конструктивного типа отношения со стороны матери и низкий уровень неконструктивности со стороны отца способствуют повышению благоприятного эмоционального состояния ребенка.

**Ключевые слова:** эмоциональное благополучие, дошкольный возраст, детско-родительские отношения, семья, типы воспитания

Семья – среда, оказывающая максимальное воздействие на развитие психологическое и социальное ребенка, особенно в дошкольном возрасте. Через семью происходит взаимодействие личности ребенка с обществом, а также формирование интересов и приоритетов развития.

Довольно часто родители не в силах объективно оценить всю меру ответственности, возложенную на них за формирование личности и психики ребенка. Вся та информация, которая транслируется родителями, некритично усваивается ребенком. К подобной информации могут относиться тревожные мысли родителей, их противоречивые ценности, отсутствие внутренней опоры и уверенности в себе, чрезмерная агрессия, неудовлетворенность собой многое другое.

Успешная профилактика нарушений личностного и развития детей возраста возможна при наличии достоверной информации о закономерностях формирования личности в детском возрасте. А данная информация может меняться в соответствии с изменениями, регулярно происходящими в обществе [12].

Исследованию проблемы формирования личности ребенка в семье посвящено достаточно много работ, авторами которых являются Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, Е.В. Субботский, Д.Б. Эльконин, Е. Верза, А.Я. Варга, В.В. Столин, А.С. Спиваковская и др. [22]

По практическим исследованиям Л.И. Божович функция семьи реализуется через создание условий, обеспечивающих эмоциональное благополучие дошкольника. Дети, растущие в атмосфере любви и принятия, имеют меньше социальных проблем и проблем со здоровьем.

Несмотря на известные факты, тема эмоционального благополучия ребенка и его взаимосвязь с особенностями детско-родительских отношений не теряет актуальности. Современный мир отличается непостоянством, наличием большого количества стрессовых факторов, высоким ритмом жизни, что накладывает отпечаток на состояние родителей и, как следствие, отражается на их взаимоотношениях с детьми. В связи с чем существующие данные нуждаются в дополнении и более детальном изучении.

**Цель исследования** – проанализировать особенности взаимосвязи детско-родительских отношений и эмоционального благополучия детей дошкольного возраста.

**Методы исследования**: тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я. Варга, В.В. Столин), тест «Цветовой тест эмоциональных состояний» Люшера.

**Выборка исследования.** В исследовании приняли участие 20 детей 4–6 лет. Частный детский сад «Улыбка», пос. Южный Динской район, Краснодарский край.

**Описание результатов исследования**. Выявлено, что достоверных различий между отношениями матери и отца к ребенку нет (Таблица 1).

Таблица 1 – Медианы по типам детско-родительских отношений дошкольников с матерью и отцом

| Компоненты типов отношений | Медианы (мать) n=20 | | | Медианы (отец) n=20 | | | Достоверность различий |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | в баллах | в % | Уровень выраженности | в баллах | в % | Уровень выраженности | |
| Принятие-отвержение | 25,5 | 77,3 | высокий | 25 | 75,7 | высокий | - |
| Кооперация | 8 | 100 | высокий | 8 | 100 | высокий | - |
| Симбиоз | 6 | 85,7 | высокий | 6 | 85,7 | высокий | - |
| Авторитарная гиперсоциализация | 4,5 | 64,2 | средний | 4 | 57 | средний | - |
| Маленький неудачник | 1 | 12,5 | низкий | 1 | 25 | низкий | - |

Как мать, так и отец по шкале «кооперация» проявляют наиболее высокие баллы, что показывает общее эмоционально положительное отношение к ребенку. Родитель заинтересован в делах ребенка, старается ему помочь, проявляет сочувствие при неудачах.

Следующий по степени предпочтения тип отношений с ребенком «симбиоз». Родители ощущают себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родители испытывают тревогу за ребенка, воспринимают его всегда беззащитным и маленьким не по возрасту.

По принятию и отвержению также выявлен высокий балл. Взрослые оценивают себя как принимающих родителей, уважающих и признающих его индивидуальность, одобряющих его интересы, поддерживающих его планы.

Средний уровень выраженности наблюдается по шкале «авторитарная гиперсоциализация». Данная шкала является показателем неконструктивного взаимодействия с ребенком. Полученные данные свидетельствуют о том, что взрослые оценивают себя как не слишком авторитарных в стиле воспитания, умеренно требующих от ребенка послушания и дисциплинированности.

По шкале «маленький неудачник» выявлены наиболее низкие баллы. Взрослые оценивают промахи ребенка как случайность и всегда верят в него.

Далее представлены результаты исследования эмоционального состояния детей. Для подсчета результатов качественные данные цветового теста Люшера были переведены в баллы, где благоприятным показателям был присвоен балл 2, неблагоприятным балл 1. Задача детей заключалась в выборе квадратика с определенным цветом, ассоциирующимся с прогулкой с родителями.

Было установлено, что 4 дошкольника отличаются неблагоприятным эмоциональным показателем (20% от общей выборки) и 16 детей (80%) с благоприятным эмоциональным показателем. Дети с неблагоприятным эмоциональным состоянием, ассоциируя цвет и прогулку с семьей, выбирали коричневый или черный квадратики, что указывает на чувство тревоги, дискомфорта не только эмоционального, но и физического.

В таблице 2 представлены коэффициенты корреляции детско-родительских отношений и эмоционального благополучия дошкольников.

Таблица 2 – Коэффициенты корреляций детско-родительских отношений и эмоционального благополучия дошкольников

| Компоненты типов отношений | | Эмоциональное состояние (по методике Люшера) |
|---|---|---|
| Типы отношений с матерью (n=20) | Принятие-отвержение | 0,18 |
| | Кооперация | **0,56**** |
| | Симбиоз | 0,06 |
| | Авторитарная гиперсоциализация | -0,06 |
| | Маленький неудачник | 0,19 |
| Типы отношений с отцом (n=20) | Принятие-отвержение | -0,07 |
| | Кооперация | 0,26 |
| | Симбиоз | -0,10 |
| | Авторитарная гиперсоциализация | 0,28 |
| | Маленький неудачник | **-0,38*** |

Примечание: * – достоверная корреляционная взаимосвязь при $p \leq 0,05$; ** – достоверная корреляционная взаимосвязь при $p \leq 0,01$

Выявлена положительная взаимосвязь между эмоциональным состоянием дошкольников и кооперацией со стороны матери. То есть, чем выше «кооперация», тем лучше эмоциональное состояние ребенка.

Отрицательная корреляция наблюдается в выборке отцов между эмоциональным состоянием ребенка и стилем «маленький неудачник». Чем выше негативное отношение отца к неудачам ребенка, тем хуже эмоциональное состояние дошкольника.

Примечательно то, что в отношениях с матерью наблюдается взаимосвязь с конструктивным типом воспитания, а в отношениях с отцом с неконструктивным. Другими словами, если мама благосклонна к ребенку и уделяет ему внимание, то его состояние более гармонично. В то время как отцу необязательно быть излишне благосклонным, а лишь достаточно не проявлять негативизм в адрес ребенка.

Возможно, это связано с тем, что у детей с матерями наблюдаются более крепкие и близкие отношения, чем с отцом. Данный факт подтверждает то, что мама в начале жизненного пути ребенка является для него целым миром, и проводником в мир внешний.

Через маму ребенок познает мир, видит мир ее глазами, акцентирует внимание на том, что значимо для нее. Осознанно и неосознанно мама активно формирует восприятие ребенка. С отцом ребенка тоже знакомит мама, она транслирует степень значимости отца. Мать показывает нам, как справляться с неудачами и тревогами, несбывшимися ожиданиями, утратами и горем. Мать - это человек, который определяет качество эмоциональной составляющей личности.

В исследовании Ю. Ду выявлено, что детско-родительские отношения с детьми, отличающимися низким уровнем благополучия, характеризуются несогласованностью в эмоциональном, когнитивном и поведенческом компонентах.

Полученные нами данные согласуются с результатами исследований Л.А. Головей, В.Е. Василенко, С.С. Савенышевой, в которых отмечается следующее: значимым источником ресурсом в развитии ребенка является благополучное взаимодействие внутри семьи, эмпатичность матери.

Таким образом, преобладание конструктивного типа родительского отношения со стороны матери к ребенку (кооперация) и низкий уровень неконструктивности со стороны отца способствует повышению благоприятного эмоционального состояния.

**Список литературы**

1. Белослудцева, О. Р. Эмоционально-личностное развитие дошкольников и супружеские взаимоотношения их родителей / О. Р. Белослудцева, С. С. Савенышева // Петербургский психологический журнал. – 2022. – № 38. – С. 1-26. – EDN JOLURM.

2. Головей, Л. А. Структура семьи и семейное воспитание как факторы развития личности дошкольника / Л. А. Головей, В. Е. Василенко, С. С. Савенышева // Социальная психология и общество. – 2016. – Т. 7, № 2. – С. 5-18. – DOI 10.17759/sps.2016070201. – EDN WAPUNT.

3. Ду, Ю. Проблема эмоционального благополучия дошкольников в контексте детско-родительских отношений: опыт эмпирического анализа / Ю. Ду // Научные исследования и разработки. Социально-гуманитарные исследования и технологии. – 2023. – Т. 12, № 3. – С. 113-118. – DOI 10.12737/2306-1731-2023-12-3-113-118. – EDN DMWRGE.

4. Невструева, Т. Х. Взаимосвязь особенностей эмоциональной сферы старшего дошкольника и уровня тревожности / Т. Х. Невструева, Н. А. Свидко // Современная психология: приоритетные направления развития науки и практики: Сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 24–30 ноября 2021 года / под редакцией Е.Н. Ткач. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2022. – С. 136-140. – EDN FPGNFC.

5. Смирнова, Н.Н. Влияние детско-родительского эмоционального взаимодействия на тревожность детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Смирнова // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 62-3. С. 305-308.

**УДК 373.2**

# РОЛЬ ПЕДАГОГА В РЕАЛИЗАЦИИ ЗАДАЧ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И.Н. Старобор, Ю.П. Ральникова
Детский сад комбинированного вида № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Цель статьи – проанализировать роль педагога в реализации задач дошкольного образования. Научная новизна работы заключается в обзоре профессиональной деятельности воспитателя как исполнителя требований законодательства с точки зрения влияния его личных и профессиональных качеств на формирование отдельной личности и будущих поколений.

**Ключевые слова:** педагог, воспитатель, дошкольное образование, ценности, воспитание, образовательный процесс.

Всестороннее развитие личности начинается еще с ранних лет жизни, поэтому ведущая роль в этом процессе принадлежит дошкольному образованию. Получение дошкольного образования – это важнейший этап в жизни ребенка, направленный на обучение и воспитание, а также формирование фундаментальных духовно-нравственных качеств личности [3]. Знания и навыки, приобретенные в детском саду, необходимы для успешного обучения в школе и в будущей жизни, а проводником в мир познания является педагог.

Постепенный рост потребности в образовательных услугах со стороны общества ставит перед государством новые задачи [2]. В связи с этим регулярно происходят обновления в системе дошкольного образования, меняются подходы и ориентиры в воспитательном процессе. Неизменным остается одно – значимая роль педагога для всей системы. Воспитатель, как субъект дошкольного образования, играет важную роль в реализации задач образовательной системы. По нашему мнению, значимость педагога нельзя переоценить, так как именно он развивает эмоциональный интеллект, любознательность у детей, способствует формированию базовых нравственных принципов и социальных норм, а также является наставником и проводником в познании окружающего мира [1]. Работа воспитателя – синергия профессионализма и любви к детям. Именно педагог призван реализовать одну из задач дошкольного образования – создание гибкого и индивидуального подхода к каждому ребенку, а различные педагогические методики позволяют создать благоприятные условия для развития способностей и навыков самовыражения у обучающегося.

Стоит отметить, что действующими нормативно-правовыми актами в области дошкольного образования в нашей стране не только регламентируется сам процесс, а на первый план выдвигается сохранение

уникальности и самоценности детства, как важного этапа в общем развитии человека [4].

Еще одна важная задача для воспитателя – создать тесное взаимодействие детей с современными технологиями путем внедрения в образовательный процесс интерактивных досок, компьютеров и других видов техники. К сожалению, в наше время дети привыкли использовать смартфоны или планшеты как средство развлечения. Поэтому цель педагога в рамках занятий показать другие возможности этих инструментов, что также позволит привлечь внимание ребенка к новой форме познания привычным для него способом.

Среди приоритетных направлений в дошкольном образовании можно выделить укрепление традиционных ценностей и патриотическое воспитание [5]. На педагогов возложена важная миссия – показать ребенку ценность жизни, семьи, достоинства, гражданственности, коллективизма, трудолюбия и взаимоуважения, а также сформировать высокие нравственные идеалы и осознание важности знаний истории своей Родины.

На наш взгляд, роль педагога в реализации задач дошкольного образования очень велика. Поставленные цели достигаются путем высокой адаптивности к изменениям, творческой вовлеченности в процессы воспитания и невероятной любви к своей профессии. Результатом труда дошкольного работника является не только создание гармонично развитой личности отдельного ребенка, а формирование облика последующих поколений и преобладающих ценностей общества.

**Список литературы**

1. Бондаревская Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания. Ростов-на-Дону: Учитель, 2015.

2. Малыгина Л.Е Системно-деятельностный подход в воспитании: проблемы и перспективы // Педагогика: традиции и инновации: материалы VI междунар. науч. конф. Челябинск: Два комсомольца, 2015. С. 12-15.

3. Исмагилова Ф. С., Асанова Г. М. Формирование личности и влияющие на нее факторы // Экономика и социум. 2021. №11-1 (90). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-lichnosti-i-vliyayuschie-na-neyo-faktory (дата обращения: 01.11.2024).

4. Камолова М.Г. Влияние объективных и субъективных факторов на всестороннее развитие подрастающего поколения // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Гуманитарные науки. 2015. №3 (44). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-obektivnyh-i-subektivnyh-faktorov-na-vsestoronnee-razvitie-podrastayuschego-pokoleniya (дата обращения: 01.11.2024).

5. Степанова С. Духовно-нравственное воспитание в дошкольном учреждении // Евразийский научный журнал. 2015. №12. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/duhovno-nravstvennoe-vospitanie-v-doshkolnom-uchrezhdenii (дата обращения: 01.11.2024).

**УДК 373.2**

# РАБОТА ИННОВАЦИОННОЙ ПЛОЩАДКИ В ДОО КАК СТИМУЛ К ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ ПЕДАГОГОВ И РАЗВИТИЮ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА

О.А. Сухарева, Т.А. Гордиевская
Детский сад № 163, Россия Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье представлен опыт работы дошкольной образовательной организации по внедрению и реализации программы инновационной площадки «Развитие личностного и профессионального потенциала педагога». В рамках которой была разработана уникальная пятиступенчатая программа «Школа трансформации и достижений» для педагогов всех профессиональных уровней.

**Ключевые слова:** трансформация, мотивация, стимул, личностный потенциал, самоактуализация, опыт, компетенции, инновации.

Инновационное развитие дошкольной организации в условиях реализации федеральных государственных образовательных стандартов (далее – ФГОС) дошкольного образования актуализирует обновление системы педагогической деятельности, значимым компонентом которой является личностно-развивающая образовательная среда.

В процессе функционирования инновационной площадки на базе нашего учреждения проведена и продолжает проводиться колоссальная работа по самоактуализации и личностному и педагогическому развитию педагогов.

Программа, разработанная с учетом потребностей нашей образовательной организации, позволила не только изменить стиль взаимоотношений в структуре детского сада, но и поднять уровень самооценки педагогического состава, что в свою очередь, принесло немалые плоды по повышению эффективности работы учреждения и его престижа.

Педагоги, работающие по пяти блокам, предусмотренным в программе: Я – ФИЗИЧЕСКИЙ (цикл занятий направленный осознание себя целостного и развитие физических навыков, необходимый для педагога)

Я – ПРАКТИЧЕСКИЙ (цикл занятий направленный на развитие профессиональных навыков и компетенций)

Я – ТВОРЧЕСКИЙ (цикл занятий, направленных на развитие творческого потенциала педагога)

Я – ДУХОВНЫЙ (цикл занятий направленный на стабилизацию эмоционального состояния, развитию эмоциональной устойчивости, духовного развития личности педагога)

Я – РЕАЛЬНЫЙ (цикл занятий направленный на выстраивание коммуникации, принятие себя), смогли почувствовать собственную

значимость, способность транслировать свои знания и быть важными и полезными.

Ключевыми факторами ,заложенными в основу программы, стали: трансформируемая среда(коворкинг-студии) и минимальные временные затраты педагогов на получения новых интересных знаний, методов, способов и приемов работы. Что позволило снять напряжение и снизило уровени эмоционального выгорания, повысило стрессоустойчивость.

В зависимости от направлений программы блоков в коворкинг - студии проводятся различные тематические мероприятия, мастер-классы, круглые столы, семинары встречи со специалистами ДОО и тренинги. И главное, такие студии можно создать в любом образовательном учреждении, кардинально его не изменяя.

На практике эффективность внедряемого продукта доказана победами в конкурсах педагогического мастерства, эффективной наставнической деятельностью, успехами воспитанников и крепкими связями с родителями наших малышей.

Через личностный подход к воспитателям и специалистам удалось трансформировать систему ценностей и взаимодействий с остальными субъектами образовательных отношений в ДОО.

Именно эта задача, стоящая перед инициативной группой, разрабатывающей программу «Школа трансформации и достижений», являлась наиболее значимой, так как актуальность данного направления деятельности определена положениями ФГОС и несет в себе перспективы развития дошкольного образования.

«Каждый человек представляет собой шахту, полную драгоценных камней, и одной из задач является поиск этого ценного клада и поднятие его наружу из глубин души человека. Необходимо показать этот клад миру посредством применения талантов и природных задатков, благодаря чему возможна полная самореализация человека» (Н. Пезешкиан).

Проект «Развитие личностного и профессионального потенциала педагога» (далее – Проект), станет системообразующим фактором для изменения ОО и ее организационной культуры, усилит возможности по обеспечению условий для развития и реализации личностного потенциала всех субъектов образовательного процесса.

**Список литературы**

1. Н. Пезишкиан «Если ты хочешь иметь то, что никогда не имел, тогда сделай то, чего никогда не делал» М.:2010 ,128 стр.

2. Асмолов А. Г. «Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека.» – М.: Смысл. – 2007. – 528 с

3. Леонтьев Д. А. «Три мишени: личностный потенциал – зачем, что и как? // Образовательная политика.» 2019. № 3 (79). С. 10–16.

4. Личностный потенциал: структура и диагностика» / Под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл. – 2011. – 679 с.

5. Бараник И.А. «Наставничество как форма передачи управленческого опыта// Детский сад от А до Я.» – 2019. – № 4. – С. 80–87.

6. Волобуева, Л.М. «Активные методы обучения в методической работе ДОУ // Управление ДОУ.» – 2016. – № 6. – С. 70–78.

7. Емельянова С.Б. «Сопровождение начинающего педагога в профессиональной деятельности// Управление ДОУ.2 – 2019. – № 10. – С. 40–46 // Управление ДОУ. – 2016. – № 6. – С. 70–78.

**УДК 373.2**

# ИНТЕРАКТИВНАЯ ДОСКА КАК СРЕДСТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И ВОСПИТАТЕЛЕЙ ГРУППЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТНР

И.В. Тенищева
Центр развития ребенка – детский сад № 49, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассказывается о компьютерных технологиях, успешно применяемых во многих сферах деятельности, в том числе в педагогике. Одна из компьютерных технологий – ИКТ, форма – это интерактивная игра. Данный вид ИКТ способствует решению коррекционно-развивающих задач при взаимодействии учителя-логопеда и воспитателей логопедических групп.

**Ключевые слова:** коррекционно-развивающая работа, воспитанник, интерактивная доска, интерактивная игра, воспитатель, учитель-логопед.

Основная задача коррекционно-развивающей работы всех педагогов, работающих с детьми с тяжелыми нарушениями речи – коррекция нарушений всех компонентов речи и социальная адаптация воспитанников.

В коррекционно-педагогический процесс в МАДОУ МО «Центр развития ребенка – детский сад № 49 «Солнечный» вовлечены следующие специалисты и педагоги: учитель-логопед, педагог-психолог, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель и воспитатели. Но именно тесное сотрудничество и единство требований учителя-логопеда и воспитателей группы – залог успешного коррекционно-развивающего процесса.

Совместная деятельность учителя-логопеда и воспитателей организуется по следующим направлениям:

- развитие артикуляционного аппарата;
- развитие общей и мелкой моторики;
- автоматизация и дифференциация поставленных логопедом звуков;
- развитие речевого дыхания;
- развитие лексико-грамматических компонентов и связной речи;
- повышение мотивации и увеличение работоспособности;
- обеспечение психологического комфорт на занятиях;
- развитие высших психических функций [1].

У воспитанников логопедической группы низкий уровень словарного запаса и недостаточно развитое наглядно-образное мышление, а также у некоторых детей снижен уровень мотивации к познанию, что требует большого количества наглядного и демонстрационного материала. Поэтому в работе педагогов используются как традиционные, так и нетрадиционные приемы, методы и способы работы. Один из способов работы –

использование ИКТ, а именно использование интерактивной доски SMART Board для разработки и организации интерактивных игр. Преимущество данного способа работы в том, что занятия, построенные с применением интерактивной доски, становятся более красочными, яркими и интересными. Они позволяют повысить мотивацию к занятию у ребенка, поддерживать внимание на различных этапах коррекционной работы, так как игровые компьютерные задания являются в первую очередь игровой деятельностью, ведущей в дошкольном возрасте. В таком формате можно проводить как индивидуальные, так и фронтальные занятия. Данный вид занятий эффективен тем, что у ребенка задействованы не только зрительный и слуховой анализаторы, но и тактильный, что способствует лучшему усвоению материала [5]. При планировании ежедневных и еженедельных заданий учителя-логопеда воспитателям группы, включаются дидактические игры и упражнения с использованием интерактивной доски [4]. Педагогами совместно разрабатываются и используются интерактивные игры, способствующие повышению эффективности обучения, развития и коррекции.

Данные задания авторские, составлены в программе Power Point. Так же использую готовые компьютерные программы «Игры для Тигры» и «Развитие речи. Учимся говорить правильно», «Логопедические игры». Такие задания, как: «Слово – действие», «Подбери признак», «Составляем описание» способствуют развитию связной речи и обогащению словарного запаса. Добиться усвоения нового звука в игровой красочной форме позволяют такие задания, как: «Услышь звук…», «Определи место звука…в слове», «Помести картинки в корзинки» [1, 2].

Используя в педагогическом процессе интерактивную доску, необходимо помнить о соблюдении здоровья сберегающих условий:

- работа с ИКТ на одном занятии не должна превышать 5-10 минут и не более 2 раз в неделю;
- использовать новые модели, без технических повреждений;
- в конце занятия включать игры, направленные на профилактику нарушений зрения [4].

Таким образом, можно сделать вывод, что использование интерактивной доски при взаимодействии учителя-логопеда и воспитателей значительно обогащает коррекционно-развивающий процесс, делает его максимально понятным, ярким и увлекательным для детей; развивает познавательные процессы у детей, формирует усидчивость, повышает результативность усваивания материала.

**Список литературы**

1. Гаркуша Ю.Ф., Черлина Н.А., Манина Е.В. Новые информационные технологии в логопедической работе. // Логопед. – 2004. - № 2.

2. Комарова Т.С., Комарова И.И., Туликов А.В. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании – М.: Мозаика-Синтез, 2011.

3. Медведева Т.В. Координирование работы логопеда и воспитателя по формированию связной речи с третьим уровнем речевого развития. Дефектология, 2002.

4. Самоходкина Л.Г., Г.П. Жадан. Развитие способностей дошкольников как условие формирования информационной и технологической компетентности / Л.Г. Самоходкина, Г.П. Жадан // Сборник научно-методических материалов по итогам Всероссийской научно-практической конференции (г. Ставрополь, 12 декабря 2018 г.) / под. общ. Редакцией Н.Б. Ромаевой. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО. – 2018. – 193 с., - С. 49-53.

5. Самоходкина Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность»// Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». Материалы конференции. Краснодар, 2020. С. 234-235.

**УДК 371.487**

# СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И.В. Тресковская , Е.В. Бондаренко, Е.Ю. Лисицина
Детский сад комбинированного вида № 116, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В данной статье исследуется вопрос формирования благоприятного психофизиологического состояния у детей дошкольного возраста в контексте взаимодействия образовательного учреждения с семьей. Работа анализирует пути повышения педагогической компетентности родителей и уровня их осведомленности о современных методах сохранения и укрепления здоровья детей. Авторы статьи подчеркивают тесную взаимосвязь между психическим и физическим здоровьем ребенка, где каждый аспект оказывает существенное влияние на другой. В исследовании представлены современные технологии, направленные на охрану здоровья детей, а также описаны эффективные методы работы с семьями воспитанников, способствующие укреплению психофизического благополучия дошкольников

**Ключевые слова:** физическое здоровье, психическое здоровье, дошкольники, здоровьесберегающие технологии, семья.

В современной социальной среде фиксируется тревожная тенденция к деградации здоровья детского населения, обусловленная воздействием множества факторов. Значительная доля детей испытывает трудности в усвоении программ дошкольного образования, что приводит к недостаточной готовности к поступлению в школу. Отмечается увеличение количества детей, которым необходима специализированная психолого-педагогическая поддержка. Наблюдается рост числа детей с комплексными и пограничными нарушениями развития. Наблюдается рост числа детей с комплексными и пограничными нарушениями развития.

Анализ представленных заставляет констатировать о наличии отрицательной динамики в состоянии здоровья детей, которая выражается в увеличении количества случаев физического и психического недоразвития, нарушений речи, эмоционально-волевой сферы и повышенной активности. Среди факторов, способствующих возникновению отмеченных нарушений, следует выделить недостаточно удовлетворительный уровень физического и психического здоровья у детей.

Василий Александрович Сухомлинский подчеркивал, что забота о здоровье детей является первостепенной задачей воспитателя. От физического благополучия и бодрости детей напрямую зависят их духовное развитие, мировоззрение, умственные способности, прочность усвоенных

знаний и уверенность в себе. Поэтому в дошкольном учреждении необходимо заложить основы здорового образа жизни, помочь ребенку с раннего возраста понять ценность здоровья и мотивировать его к самостоятельному поддержанию и укреплению своего физического состояния.

Успешность работы по сохранению и укреплению здоровья дошкольников напрямую зависит от тесного сотрудничества педагогов с родителями воспитанников, которые являются равноправными участниками образовательного процесса наряду с детьми и воспитателями.

Не все родители владеют навыками организации досуга для своих детей дома. Педагоги дошкольных образовательных учреждений, организуя совместные мероприятия для детей и родителей, способствуют укреплению доверительных отношений между ними в процессе двигательной и игровой деятельности.

В рамках таких мероприятий формируется интерес и любовь к физической культуре и спорту. Наиболее востребованным и полезным направлением является досуговое. Оно позволяет родителям получить ценный опыт взаимодействия не только со своими детьми, но и с другими родителями, а также увидеть возможные трудности в развитии ребенка и отношениях с ним, протестировать различные подходы к воспитанию.

При проведении соревнований для детей приоритетом является не победа, а создание условий для максимального проявления их физических возможностей в позитивной эмоциональной обстановке. Соревновательный дух способствует сплочению как команды, так и семьи в целом. Участие в таких мероприятиях служит для детей примером здорового образа жизни, укрепляет здоровье, содействует физическому развитию и повышению двигательной активности, а также дает ощущение защищенности в коллективе.

Ежегодно с участием матерей проводятся мероприятия, посвященные Дню матери, такие как «Сюрпризы для мам!», «Все цветы для мам!», «Мамы смелые у нас: с ними в джунглях просто класс!».

Очень теплой традицией стало ежегодное проведение мероприятия, посвященного Дню Матери: «Сюрпризы для мам!», «Все цветы для мам!», «Мамы смелые у нас с ними в джунглях просто класс!» с участием мам.

Не менее интересно проходят праздники, посвященные Дню защитника отечества, с участием пап («Если папы с нами рядом – не страшны нам и преграды!», «Мы растем достойной сменой!», «Летчиками стать хотим – вместе с папой полетим!») Эти мероприятия проходят очень эмоционально, в них много шуток, юмора, соревновательного задора.

Также в ДОО организуются велопробеги выходного дня, совместные зарядки с папами и флешмобы с родителями. Все эти мероприятия способствуют укреплению семейных связей и созданию положительной эмоциональной атмосферы.

При организации спортивных праздников особое внимание уделяется тому, чтобы дети могли применить полученные знания и навыки в нестандартной обстановке. Игры строятся таким образом, чтобы дети соревновались вместе со своими родителями, что способствует сплочению семьи и формированию позитивного психоэмоционального настроя.

Проведение совместных физкультурных мероприятий с участием детей представляет собой ценный пример пропаганды здорового образа жизни. Такие мероприятия способствуют укреплению здоровья детей, их физическому развитию, повышению двигательной активности, а также создают атмосферу защищенности в коллективе.

Опыт работы дошкольных образовательных учреждений демонстрирует, что совместная физкультурная деятельность родителей и детей способствует гармонизации межличностных отношений, сближает их, дарит радость от совместного движения и позволяет установить эмоционально-тактильный контакт. Кроме того, общение родителей в неформальной обстановке способствует налаживанию коммуникации между ними.

В результате такого взаимодействия создается позитивный микроклимат, что предотвращает конфликтные ситуации и отрицательные эмоции. Наблюдая за поведением своего ребенка в группе сверстников, родители получают возможность оценить результаты своего воспитания – не только физического, но также духовного и культурного, воспитания – не только физического, но также и духовного, культурного.

Регулярные занятия физкультурой приносят неоспоримую пользу, а совместные тренировки с ребенком усиливают этот эффект вдвое. Каждая минута, проведенная вместе, наполняет семью атмосферой праздника, сердечности, доброжелательности, взаимного уважения и понимания. В семье, где взрослые уделяют внимание физической культуре и организации семейных спортивных мероприятий, дети вырастают физически и психически здоровыми.

**Список литературы**

1. Брелав Г. М. Проблемы эмоциональной регуляции общения у дошкольников//Вопросы психологии. – 1984.– №3. – С.53-59.

2. Брехман И.И. Валеология наука о здоровье. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.

3. Зверева О. Л. Влияние дошкольного учреждения на повышение педагогической культуры молодой семьи: автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1987. – 16 с.

4. Камелягина З.П., Носенко Н.П. Массаж как средство сохранения физического и психического здоровья детей в ДОУ. В книге: Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО Материалы конференции 2018. С. 189.

5. Попова М.Н. Навстречу друг другу: психолого-педагогическая технология эмоционального сближения взрослого и ребенка в процессе взаимодействия на физкультурных занятиях в ДОУ – СПб.: ЛОИРО, 2004. – 164 с.

6. Пархоменко Е.А. Особенности уровня готовности детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и выполнению нормативов ВФСК «ГТО» // В сборнике: Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта. Материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2023. С. 391-393.

7. Стоякина Т.В. Носенко Н.П. Физическое воспитание и оздоровление детей дошкольного возраста средствами образно-игровой ритмической гимнастики в книге:Тезисы докладов 42-й научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. Материалы научной конференции КГУФКСТ 2016. С. 148.

**УДК 373.2:796.032**

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЖИЗНИ ИНФАНТИЛЬНОГО РЕБЕНКА

Л.А. Турова
Центр развития ребенка – детский сад № 233, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена роли физической культуры в работе с инфантильными детьми, с нарушениями в формировании норм социального поведения и принятия установленных правил жизни детского коллектива в детском саду, формированию высших ориентационных функций и принятием социальных норм в жизни общества, приобщению ребенка к социальной жизни группы, адаптации ребенка к новым условиям жизни в детском коллективе, формированию произвольности поведения и подчинения правилам жизни в группе, правильного принятия победы и поражения в играх, воспитания позитивного отношения к окружающему.

**Ключевые слова:** естественная эволюция, развитие общества. инфантилизм, высшие ориентационные функции мозга, гиперопека, эгоцентризм, подвижная игра, физическая культура.

Рассматривая ситуацию социально-общественной жизни народов разных стран удивляешься тому, как изменение в сознание достаточно большой массы людей привели к деградации, разрушительному состоянию личности. Привели к разгулу нетрадиционных сексуальных ориентаций, трансгендерным течениям, которые стали культивироваться в «развитых странах» и проскальзывают в сознание некоторых наших молодых соотечественников, которые считают, что это выбор самих людей и не надо так реагировать на данное явление. Не считают многие подростки, юноши и девушки, что, это разрушение традиций и ценностей, веками хранимые культурой народов, естественная эволюция в развитии общества, разрушение общечеловеческих ценностей, моральных и этических норм, извращенное понятие о семье и родителях и половой идентификации [1, 2].

Кого назначить виновным в этом античеловеческом, деградационнном процессе, которое привело к этому состоянию в сознании молодых людей?

В психологии есть понятие - инфантилизм. В переводе детскость, недоразвитие зон мозга, отвечающих за социализацию человека, принятие морально-нравственных основ, формирование общепринятых, природой данных функций человека. Задержка в развитии важных функций мозга ведет к неспособности человека самостоятельно мыслить и оценивать реальную ситуацию, заставляет подчиняться воле других людей, быть ведомыми…

В отечественной психиатрии вопросами психического инфантилизма занимались Сухарева Г.Е., Юркова И.А., Лебединская К.С. Гуревич М.О., Певзнер М.С., которые в процессе исследования выделили несколько типов инфантилизма.

1 тип:
- задержка развития лобных долей мозга;
- органические нарушения и дефекты;
- задержка формирования понимания норм поведения;
- выработка понятия «нельзя», «надо»;
- отсутствие понятия о дистанции в общении с взрослыми;
- поведение соответствует ребенку, который младше на два года.
2 тип:
- незрелость физическая в сочетании с психической;
- задержка в созревании высших ориентационных функций;
- нет готовности общения со сверстниками;
- несамостоятельный.
3 тип:
- ребенок физически здоров;
- не признает отказа, игнорирует окружающих;
- капризный психически не уравновешенный, истеричный».

Врач Гарбузов В.И. в своей книге «Психический инфантилизм. Нервные дети» делает вывод о том, что «в возникновении психического инфантилизма зримо прослеживается взаимосвязь биологических и микро социальных причин, которые порождают детскую нервность и трудность...». Особое внимание он акцентирует на третьем типе инфантилизма. «Искусственная задержка развития лобных долей. К 5,5 годам ребенок инфантилен объективно, как если бы ему повредили мозг».

Понятно, когда есть органические нарушения, это лечит врач психоневролог. Как пишет В.И. Гарбузов [3], «лечение должно способствовать дозреванию высших нервно-психических функций. По показаниям консультирует врач эндокринолог» – это в сложных случаях.

Трудно поверить в то, что гиперопека родителей приводит к задержке развития важнейших функций мозга и у здорового в рождении малыша к органическим изменениям в формировании лобных долей мозга, что в дальнейшем приводит к измененному восприятию окружающей действительности, его положению в социуме.

В.И. Гарбузов [3] пишет о том, что в преодолении инфантилизма важным является грамотно построенное воспитание ребенка «Подчеркнуто настойчиво оттеняются понятия «надо», «можно» и «нельзя», «хорошо» и «плохо». Ребенка побуждают преодолевать трудности, незаметно помогая и радуясь за него вместе с ним его победе».

Адаптация таких детей протекает сложно в детском коллективе. «Такие дети стремятся к общению с детьми младше своего возраста, а со сверстниками им трудно удается установление контакта» [3].

Кто-то проявляет яркий эгоцентризм, не воспринимает правила жизни в детском коллективе, стараясь подчинить окружающих своим желаниям, а кто-то замыкается и не желает общаться с окружающими детьми.

Большую роль в развитии и воспитании инфантильного ребенка оказывают занятия по физической культуре. Каждое новое действие, игра, упражнение или пальчиковый тренинг – это образование новых нейронных связей в коре головного мозга. И чем активней протекает жизнь ребенка, тем быстрее увеличивается в размере нейронная сеть, а значит, расширяются функциональные возможности мозговой деятельности.

Естественно, что это лишь часть огромной работы, которую проводит педагогический коллектив, но в данной статье речь идет о важной стороне воспитания и развития – физической культуре.

Через подвижные, настольные, спортивные игры можно решать важные воспитательные задачи – принятие условий игры и действовать в соответствии с правилами. Ребенок не скажет, что он хочет или не хочет такого пути в игре. Правила данной игры – это нерушимо. Принятие ребенком этих правил - это маленькая победа, которая помогает малышу приобщиться к нормам поведения в коллективной игре. Так постепенно формируется привычка к принятию правил и норм поведения в коллективе, через интересную и увлекательную игру. Игра помогает устанавливать контакт между детьми и формировать детский коллектив, учит детей помогать друг другу, переживать за товарища или группу [4, 5].

Важным моментом является отношение ребенка к победе или поражению. Дети, о которых идет речь в данной статье, с трудом воспринимают поражение в игре. Для них это большая трагедия, проявляется в бурной реакции, приводящей к настоящей истерике «…чрезвычайность проявлений эмоций мягко гасится, и педагоги воспитывают в нем углубленную эмоциональность, особенно отзывчивость» [3].

Этот непростой период в жизни ребенка, помогает преодолеть педагогический коллектив и работа педагога-психолога. Важное место в работе с ним - это активное участие в играх, особенно в эстафетах, соревнованиях, которые формируют характер ребенка и отношение к результатам игры. Ребенок получает практическую возможность преодолевать трудности и становиться уверенным в себе и самостоятельным. Не сразу приходит понимание понятия о том, что любое поражение - это толчок к победе. Меняется восприятие победы и поражения. И эту возможность дают нам спортивные, подвижные игры.

Грамотно реализованная воспитательная работа, всесторонний охват ребенка в разных сферах деятельности специалистов в итоге дают положительный результат. Важным и значимым для детей остается физическая культура, которая способна изменить и вырастить здорового, самостоятельного человека, волевого и сильного, уверенного в себе.

**Список литературы**

1. БондаренкоТ.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5–6, 6–7 лет в детском саду». Воронеж., 2012.

2. Выготский Л.С. «Психология развития ребенка», М., Изд. Смысл.,1994 г.

3. Гарбузов В.И. «Психический инфантилизм. Нервные дети»., М. Медицина., 1990 г.

4. Глаголева К.С., Л.С.Выготский. О роли игры в психическом развитии ребенка // «Молодой ученый» 2017., № 4., с. 324-326.

5. Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр» Изд. Мозаика-Синтез. М. 2017.

**УДК 373.2**

# СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

А.И. Филимонова, Г.Н. Ледкова
Детский сад № 184, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается роль физической культуры и спорта в базовом развитии личности дошкольника, приобщении к социокультурным ценностям и приобретении правильных жизненных ориентиров. Анализируется педагогический опыт в этом направлении, подтверждающий необходимость целенаправленной и систематической физкультурно-спортивной работы, направленной на развитие умственного и духовно-нравственного потенциала дошкольников.

**Ключевые слова:** физкультурно-спортивная деятельность, дошкольный возраст, социокультурный потенциал, взаимодействие, опыт, эффект.

Одной из ярких тенденций современного развития общества выступает повышение социокультурной роли физкультурно-спортивной деятельности.

Грамотное и эффективное использование социокультурного потенциала физической культуры открывает большие возможности в базовом культурном воспитании личности детей дошкольного возраста, приобщении к социокультурным ценностям и усвоении ими социальных норм.

Под социокультурным развитием В.Ю. Кротова рассматривает процесс формирования у детей способности соотносить свою жизнь с социокультурными образцами, умения ставить перед собой цели и добиваться их [4].

Общеизвестным фактом является то, что нравственные качества не возникают спонтанно без влияния социального окружения. Их формирование и развитие происходит постепенно, в процессе накопления и эмоционального усвоения определенной информации в процессе повседневной жизнедеятельности и целенаправленного воспитания.

Формирование социокультурных норм происходит в различных видах деятельности ребенка. При этом А.А. Оказова рассматривает физическое воспитание, проявляющееся в различных видах физкультурно-спортивной деятельности, как один из эффективных видов деятельности в решении проблемы формирования социокультурных норм у детей дошкольного возраста [6].

По мнению С.В. Филипской физическая культура и спорт положительно влияют на нравственное и эстетическое развитие детей. В условиях физкультурно-спортивной деятельности у детей дошкольного возраста появляются возможности учиться помогать друг другу, действуя

согласованно с другими участникам, контролировать собственные эмоции, справляться с внутренними переживаниями [8].

С.Ю. Гореликов обращает внимание на то, что у дошкольников, занимающихся спортом, в большей степени проявляется способность к преодолению трудностей, а также достижению поставленных целей и задач. Систематические занятия физической культурой и спортом формируют в детях такие важные социальные ценности, как дружба, сплоченность, справедливость, способствуют развитию желания быть лучше [2].

В условиях физкультурно-спортивной деятельности дети накапливают коммуникативные навыки межличностного взаимодействия со сверстниками и социальным окружением.

Социокультурный потенциал физического воспитания в дошкольном образовании признается и в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО), согласно которому образовательная область «Физическое развитие» должна включать в себя приобретение детьми опыта в таких видах деятельности, как развитие целеустремленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни и усвоение их основных норм и правил.

С исследовании Т.В. Морозовой опытным путем доказана роль физкультурно-спортивных игр в повышении сплоченности коллектива детей дошкольного возраста, развитии у детей коммуникативных и социальных навыков, способности справляться с волнением и контролировать эмоции, умения ставить перед собой цели и последовательно их достигать [5].

В статье Е.М. Семеновой также указывается на то, что социокультурное развитие дошкольников через физическую культуру проявляется в формировании таких морально-волевых качеств, как дисциплинированность, организованность, целеустремленность, самоконтроль, стойкость, настойчивость, смелость, решительность и ответственность [7].

По мнению автора, социокультурное развитие детей дошкольного возраста через физическую культуру возможно достичь при помощи физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий, целенаправленной работы с родителями – законными представителями детей (совместно-родительские физкультурно-спортивные проекты и праздники), разнообразных творческих конкурсов физкультурно-спортивной направленности, и др.

Согласно Т.А. Дилевской приобщение детей дошкольного возраста к социокультурным ценностям средствами физической культуры может быть более эффективно в случае учета индивидуально-возрастных особенностей и двигательной подготовленности детей [3].

А.Н. Баранов, предположив, что полезные, но при этом однообразные и скучные физические упражнения не способны доставлять детям удовольствия и формировать желания самостоятельно заниматься

физической культурой и спортом, разработал комплекс физкультурных занятий для дошкольников, включающий во всех его частях элементы фольклора двигательно-творческой, сюжетно-ролевой, музыкально-ритмической, игровой и познавательной направленности. Экспериментально доказана эффективность внедрения данного комплекса в образовательный процесс дошкольной образовательной организации [1].

Спортивные игры должны подбираться так, чтобы дети проявляли к ним интерес и принимали активное участие. Положительный эффект оказывает чередование физических упражнений с различными предметами, игр соревновательного характера, эстафет и подвижных игр.

При проведении физкультурно-спортивных мероприятий с детьми дошкольного возраста важно не забывать о роли эстетического оформления спортивной площадки или места проведения занятий. Это позволит повысить социокультурную роль и будет способствовать проявлению большего интереса детей к проводимому мероприятию.

Важным фактором формирования интереса к физической культуре и спорту у дошкольников Т.А. Дилевская считает вручение призов детям, которые не только участвуют, но и активно помогают в планировании и проведении физкультурно-спортивного мероприятия. В качестве награды могут выступать медали, грамоты, размещение фотографий победителей на специальном стенде в группе [3].

Интерес детей к занятиям физической культурой и спортом будет поддерживаться в случае периодического проведения с ними бесед о прошедших соревнованиях, с обсуждением моментов которые произвели наибольшее впечатление.

Важную роль в процессе привития детям дошкольного возраста социокультурных ценностей играют совместные физкультурно-спортивные занятия с родителями. Взаимодействие с родителями может осуществляются форме семейных спортивных встречи, совместного проведения праздников и активного досуга.

Таким образом, анализ научной литературы позволяет сделать вывод о том, что физкультурно-спортивная деятельность обладает большим потенциалом не только в приобщении дошкольников к занятиям физической культурой и спортом, формировании здорового образа жизни, но и в воспитании социокультурных ценностей и норм.

Больший интерес к физической культуре и спорту дети дошкольного возраста проявляют в случае использования на занятиях игровых и соревновательных методов.

Целенаправленный и системный подход к физическому воспитанию и спорту позволяет развивать умственный и духовно-нравственный потенциал детей дошкольного возраста.

Приобщение детей к духовно нравственным и социокультурным ценностям российского народа при организации физкультурно-спортивной деятельности в дошкольной образовательной организации, основанной с

учетом обязательного взаимодействия всех участников образовательного процесса, будет положительно влиять не только на физическое, но и социокультурное развитие подрастающего поколения.

**Список литературы**


1. Баранов А.Н. Проектирование индивидуальных образовательных траекторий дошкольников на занятиях по физической культуре / А.Н. Баранов, Е.В. Быстрицкая, О.В. Реутова, А.Е. Замашкина // Наука и спорт: современные тенденции. - 2019. - №2. - С. 122-129.
2. Гореликов С.Ю. Нетрадиционные подходы к развитию и образованию дошкольников средствами физической культуры / С.Ю. Гореликов // Инструктор по физической культуре. -2019. - №7. - С. 94-99.
3. Дилевская Т.А. Нравственно-патриотическое воспитание дошкольников средствами физической культуры / Т.А. Дилевская, А.А. Карташова, А.А. Плаксина, О.В. Носова // Образование, обучение и воспитание: актуальные вопросы теории и практики. Сборник статей II международной научно-практической конференции. - Пенза, 2023. - С. 110-112.
4. Кротова В.Ю. Формирование физической культуры личности старшего дошкольника / В.Ю. Кротова, А.А. Лотоненко // Культура физическая и здоровье современной молодежи. Материалы международной научно-методической конференции. – Воронеж, 2018. - С. 13-17.
5. Морозова Т.В. Формирование знаний о физической культуре в процессе подвижной игры для старших дошкольников / Т.В. Морозова, Н.Е. Семенова, О.В. Каунина // Инструктор по физической культуре. - 2021. - №8. С. 6-10.
6. Оказова А.А. Формирование интереса к физической культуре у дошкольников средствами народных игр / А.А. Оказова, З.Р. Асанова // Январские педагогические чтения. -2020. - №6. - С. 159-163.
7. Семенова Е.М. Развитие ловкости у дошкольников на занятиях по физической культуре / Е.М. Семенова // Технологии образования. - 2024. - №3. - С. 29-30.
8. Филипская С.В. Формирование у дошкольников основ физической культуры и культуры здоровья посредством социального партнерства ДОУ и семьи / С.В. Филипская, Н.Н. Мацукова, О.Н. Мишурова // Актуальные направления научных исследований: перспективы развития. Сборник материалов VII международной научно-практической конференции. – Чебоксары, 2018. - С. 70-71.

**УДК 373.2**

# ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ПРИ ВЫБОРЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО ВИДА СПОРТА ДЛЯ РЕБЕНКА

О.В. Филиппова
Центр развития ребенка – детский сад № 233» , г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья описывает систему работы с родителями в дошкольной образовательной организации, направленную на просвещение, профилактику, поддержку интересов родителей детей раннего и дошкольного возраста. Взаимодействие ДОО с семьями решает задачи просвещения в вопросах обучения, воспитания, развития и коррекции детей.

**Ключевые слова:** просвещение родителей, диффузность интересов, среда, потребность, физическое и оздоровительное направление, физиологические, физические и психологические особенности.

В дошкольном периоде развитие ребенка происходит под значительным влиянием представлений и целей родителей. Изучение целей и мотивов родителей выявило:

- диффузность интересов к физическим упражнениям (родители обеспечивают ребенку занятия обычно не одним, а несколькими видами спорта, причем часто совсем не теми, в которых они в дальнейшем могут показать свое спортивное мастерство);
- непосредственность (ребенок занимается «гимнастикой», потому что родителю нравится этот спорт или атрибуты);
- наличие условий среды, благоприятствующими занятиям данным видом спорта («живу рядом со стадионом, значит нужно бегать»; «с малых лет катались на велосипедах, значит это получится», «есть боксерские перчатки, значит, будет боксером»…);
- включение в выбор вида спортивной деятельности элемента долженствования («надо быть сильным, быстрым…здоровым», «нужно заниматься ребенком, водить его на занятия спортом»).

Общими для мотивов являются такие особенности, как недостаточная осознанность и осведомленность потребностей, лежащих в основе выборов приоритетов в занятиях спортом, нестойкость, неопределенность и взаимозаменяемость различных способов удовлетворения потребностей [1, 4].

Большинство родителей выделяют приоритетом в развитии детей – физическое и оздоровительное направление, но редко учитывают особенности развития ребенка при выборе вида деятельности и направления физического развития, основываясь только на личных субъективных критериях. Не многие родители обращаются к специалистам за консультацией в вопросах определения склонностей ребенка, и получением необходимых знаний об особенностях развития физкультурных способностей

в раннем возрасте (в аспекте выбора вида двигательной деятельности с учетом предрасположенности и индивидуальных особенностей).

Выбор вида спорта для ребенка без учета его физиологических, физических и психологических особенностей часто приводит к угасанию мотивации со стороны ребенка к занятиям спортом, частой смене спортивных направлений, что наносит и физический, и психологический вред ребенку.

Возникает необходимость проведения просветительской работы с родителями, в ходе которой психологи, инструкторы по физической культуре, воспитатели смогут повысить компетентность родителей и сохранить мотивацию ребенка к занятиям спортом, достижению результатов. Просвещение родителей будет направлено на преодоление диффузности интересов родителей (принятие ответственности за выбор с учетом особенностей ребенка), снижение значимости условий среды и повышение значимости предрасположенности ребенка к определенному виду спорта, изменение содержания деятельности и осознанности родителей при изучении психологических и физиологических особенностей ребенка.

Критериями эффективной просветительской работы являются осознанность и осведомленность о потребностях, лежащих в основе выборов приоритетов в занятиях спортом, стойкость, определенность различных способов удовлетворения потребностей родителей с учетом особенностей и возможностей детей.

Работа сопровождалась изучением опыта работы ДОО и организаций спортивной направленности города Краснодара.

Были сделаны следующие выводы:

1. В муниципальных проектах глубоко рассматриваются только педагогические аспекты изучения способностей детей с учетом проявления в деятельности, не учитываются психологические и физиологические предпосылки развития физических качеств.

2. В содержании материалов педагогам и родителям в минимальной степени (обобщенно, без критериев оценки) представлены материалы просветительского характера.

3. Тесты, представленные авторами проектов, не предназначены для детей среднего дошкольного возраста (например, проект «Стань чемпионом» предусматривает диагностику только физического развития с 5,5 лет).

4. Сотрудничество с организациями партнерами в диагностической и просветительской работе с педагогами и родителями осуществляется по направлению футбол, шахматы и борьба. Другие виды спорта представлены не в достаточном объеме.

5. Организации партнеры не ориентированы на результаты профессионального спорта и принимают детей по инициативе родителей, на основе субъективных представлений родителей.

6. Проекты других организаций города Краснодара частично доступны к изучению общественности (отсутствуют в сети интернет).

С целью совершенствования работы планируется разработать Модель методического сопровождения просвещения родителей по обеспечению раннего физического развития дошкольников в условиях ДОО будет включать:

- сведения об изучении особенностей физического развития детей среднего и старшего дошкольного возраста с учетом физиологической, психологической предрасположенности к спорту;
- обоснование критериев изучения особенностей детей среднего и старшего дошкольного возраста к различным видам спорта;
- сведения о системе взаимодействия с организациями – партнерами по сопровождению семей с детьми дошкольного возраста;
- описание содержания просветительской работы с родителями;
- описание содержания просветительской работы с педагогами по формированию осведомленности родителей в аспекте выявления склонностей к занятиям спортом у детей 4–7 лет.

Работа над моделью осуществляется на основе актуальных документов.

разработка модели будет способствовать:

- повышению профессиональной компетентности педагогов ДОО и родителей в аспекте физического развития детей 4–7 лет;
- повышению активности, инициативности, коммуникабельности педагогов ДОО и родителей в осуществлении сопровождения родителей;
- повышению степени ответственности педагогов и родителей за результат деятельности на основе выявленных объективных критериев изучения склонностей детей к видам спорта;
- увеличению количества педагогов, участвующих в инновационной деятельности;
- увеличению количества продуктов педагогической деятельности, способствующих повышению качества профессиональной деятельности педагогов ДОО, реализации системы просвещения в ДОО.

Реализация системы просветительской работы с родителями дошкольников будет способствовать развитию системы дошкольного образования в г. Краснодаре:

- увеличение количества педагогов, участвующих в инновационной деятельности через привлечение к апробации и диссеминации опыта;
- увеличение количества ДОО, участвующих в инновационной деятельности через создание сетевой модели по теме проекта;
- развитие системы методического сопровождения педагогов ДОО и ДЮСШ через диссеминацию авторских продуктов инновационной деятельности;
- оптимизация и индивидуализация системы просвещения родителей, деятельности методической службы и администрации с педагогами ДОО через создание доступности к методическим продуктам на сайте ДОО, размещение в РИПО г. Краснодара и банке передового опыта Краснодарского края.

Разработанные продукты будут носить авторский характер и могут быть представлены на уровень РФ при диссеминации опыта, участия в конкурсах и конференциях.

Научной основой разработки модели являются:

- знания о содержании системы физического развития дошкольников в условиях ДОО и семьи;
- знания теории особенностей физической подготовки будущих спортсменов;
- практические знания об психологических особенностях спортивной подготовки;
- теоретические и практические знания об физиологических особенностях дошкольников при изучении склонностей к избранному виду спорта [2, 3].

В основе модели лежит идея совершенствования системы просветительской работы с родителями детей 4-7 лет с целью осознанного выбора направленности физического развития дошкольников с учетом физиологических, психологических особенностей ребенка.

В ходе работы будет разработана и апробирована модель методического сопровождения просвещения родителей по обеспечению раннего физического развития дошкольников в условиях ДОО.

Модель будет включать:

- описание условий и диагностического инструментария изучения предпосылок способностей детей 4–7 лет к разным видам спорта;
- создание системы методического сопровождения родителей детей дошкольного возраста (формы, содержание мероприятий, взаимодействие с партнерами).

Работа ведется со всеми субъектами образовательных отношений:

- работу с педагогами по развитию компетенций;
- просветительская работа с родителями;
- диагностическая работа с педагогами, родителями и дошкольниками.

Модель сопровождения родителей включает просветительскую работы по следующим направлениям:

- развитие компетенций родителей,
- формирование ответственности и осознанности в воспитании и развитии детей,
- ответственного отношения в выборе форм организации деятельности ребенка [5, с. 234].

Разработка модели методического сопровождения просвещения родителей по обеспечению раннего физического развития дошкольников в условиях ДОО:

– это разработка системы взаимодействия ДОО с родителями и иными организациями, заинтересованными в раннем выявлении и развитии способностей детей 4–7 лет в аспекте предрасположенности к различным видам спорта;

- это разработка авторских продуктов, которые будут способствовать развитию системы методического сопровождения просвещения, расширению целевой аудитории, повышению статуса педагога ДОО.

- это повышение научной валидности педагогических исследований на практике, повышение компетентности педагогов при реализации мероприятий по диссеминации опыта.

Нами будут использоваться методы диагностики эффективности инновационной деятельности:

- диагностика компетенций педагогов и родителей в аспекте физического развития детей 4–7 лет;

- мониторинг материально-технического обеспечения физического развития детей 4–7 лет и мониторинг системы просветительской работы в ДОО в аспекте раннего физического развития и изучения предрасположенности к разным видам спорта [6, с. 142].

Продуктом проекта будут являться методическое пособие «Методическое сопровождение просвещения родителей по обеспечению раннего физического развития дошкольников в условиях ДОО» и модель диссеминации опыта в МО г. Краснодар.

Методическое пособие будет включать:

- диагностический комплект изучения психологических и физиологических особенностей детей 4–7 лет при занятиях спортом;

- описание нормативных, правовых, методических условий реализации проекта;

- сборник материалов (сценарии просветительских, обучающих и развивающих семинаров, тренингов, практикумов для педагогов ДОО).

Разработка Модели методического сопровождения просвещения родителей по обеспечению раннего физического развития дошкольников в условиях ДОО будет способствовать:

- модернизации системы работы ДОО с родителями в аспекте построения системы с учетом психологической и физиологической предрасположенности детей 4–7 лет к определенным видам спорта;

- созданию доступной базы методик для изучения предрасположенности к видам спорта у детей 4–7 лет;

- совершенствованию работы организаций, взаимодействующих с родителями и детьми 4–7 лет в аспекте методического сопровождения.

- увеличению количества педагогов, участвующих в инновационной деятельности (на уровне ДОО г. Краснодара);

- увеличению количества ДОО, участвующих в инновационной деятельности (на уровне ДОО г. Краснодара);

- увеличению количества продуктов педагогической деятельности, способствующих повышению качества профессиональной деятельности педагогов ДОО и качества просветительской работы ДОО с семьями воспитанников;

- совершенствованию материально-технических условий физического развития дошкольников в ДОО;

- повышению профессиональной активности педагогов по распространению педагогического опыта на уровне ДОО, края и РФ.

Таким образом, просветительская работа с родителями при выборе определенного вида спорта для ребенка в ДОО имеет много особенностей и перспектив, нуждающихся в дальнейшем изучении.

**Список литературы**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 2005. - С. 464.

2. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – Изд. Союз, 2006. - С. 160.

3. Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. - М., 2004. - С. 156.

4. Пархоменко Е.А. Особенности уровня готовности детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и выполнению нормативов ВФСК «ГТО» // В сборнике: Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта. Материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2023. С. 391-393.

5. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

6. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

З.Н. Хабибова, Ю.В. Татарчук
Детский сад № 206, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Актуальность темы усилена современной тенденцией к интеграции инновационных технологий, в частности, в физическое воспитание, что открывает дополнительные возможности для всестороннего развития детей. Инновационные технологии в физическом воспитании дошкольников все более интегрируются в современный образовательный процесс, предоставляя широкий спектр возможностей для развития детей. Одним из важнейших аспектов является использование игровых здоровьесберегающих технологий, которые предполагают включение их в планирование различных видов физкультурных мероприятий.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, инновационные технологии, физическое воспитание, дошкольник.

Как отмечают специалисты, «современные тенденции в физическом воспитании дошкольников включают использование игровых здоровьесберегающих технологий, которые предполагают включение их в планирование различных видов физкультурных мероприятий и варьирование игровых средств и методов с целью коррекции результатов» [1]. В частности, такие методы помогают формировать у детей устойчивый интерес к физической активности и способствуют их всестороннему развитию.

Внедрение новых методик и технологий в систему физического воспитания играет ключевую роль в мотивации дошкольников. Новаторские подходы способствуют не только проявлению интереса к спорту, но и положительно влияют на их успеваемость и общее состояние здоровья. Согласно исследованиям, «внедрение новых современных методик помогает детям проявить интерес к спорту и, возможно, даже полюбить его, тогда как отсутствие таковых может привести к повышению числа прогульщиков уроков и пар по физической культуре, что со временем негативно скажется на их успеваемости и здоровье» [4]. Таким образом, инновационные методики служат важным инструментом воспитания здорового образа жизни у подрастающего поколения.

Важной составляющей успешного физического воспитания является адаптация нагрузок к индивидуальным возможностям каждого ребенка. Интеграция здоровьесберегающих технологий позволяет учитывать уровень физического развития учащихся и обеспечивать оптимальные условия для их занятий. «Внедрение здоровьесберегающих технологий на занятиях физической культурой предусматривает оптимальность физических

нагрузок, подобранных согласно уровню физического развития учащихся» [1]. Такой подход обеспечивает не только гармоничное физическое развитие, но и способствует снижению риска перегруза у детей, что делает процессы обучения и воспитания более эффективными и результативными.

**Перспективные направления развития и дистанционное обучение.** Внедрение дистанционного обучения в дошкольное образование становится неотъемлемой частью современного образовательного процесса, особенно в условиях изменяющегося мира, требующего гибкости и адаптируемости образовательных стратегий. Технологические инновации позволяют детским садам развивать новые формы обучения и взаимодействия, особенно в условиях нынешних вызовов. При этом важно, чтобы образовательная система обеспечивала тесное сотрудничество с родителями. В действительности, «в период дистанционного обучения велось тесное взаимодействие с родителями, что было важно для понимания процесса и снижения тревожности» [2]. Такое взаимодействие позволяет родителям глубже вовлекаться в образовательный процесс, обеспечивая психологический комфорт детям.

Особое внимание в контексте дистанционного обучения уделяется физическому воспитанию дошкольников, где преподаватели могут внедрять и активно использовать онлайн-занятия для улучшения физической подготовленности детей. Современные технологические возможности, такие как видеоплатформы, предоставляют уникальную возможность преподавателям физической культуры проводить дистанционные уроки, сохраняя при этом высокие стандарты обучения. «Преподаватели физической культуры могут использовать онлайн-занятия в дистанционном режиме, чтобы побудить учеников улучшить свои физические навыки, просматривая видеоуроки» [1]. Этот подход способствует активному вовлечению дошкольников в занятия физической культурой, развивая у них интерес и прививая важные навыки.

Таким образом, дистанционное обучение становится эффективным решением для преодоления возможных ограничений и барьеров в образовании, обеспечивая его доступность. Кроме того, даже краткий анализ данных о дистанционном обучении подтверждает его актуальность и перспективность как образовательной стратегии. Не остается сомнений, что этот метод не только позволяет «сделать вывод об актуальности дистанционного обучения как одного из достаточно доступных способов получения высшего образования» [2, 3], но и является перспективной основой для развития дошкольного образования. Внедрение дистанционного обучения также открывает перед образовательными учреждениями возможности внедрения новых инновационных подходов, которые могут значительно повысить качество и доступность образовательного процесса.

**Список литературы**

1. Актуальные вопросы развития теории и методики физической культуры и спорта, посвященной 100-летию образования государственного органа управления в сфере физической культуры и спорта и 90-летию федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта», 16-17 ноября 2023 года: сборник материалов международной научно-практической конференции. – М.: Изд-во ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, 2023. – 1 CD-ROM. – Текст: электронный.

2. Кущева Н. А. Применение арт-терапии на психокоррекционных занятиях в период дистанционного обучения // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2022. № 2. С. 42–49.

3. Лялина А.А. Проектирование альтернативных форм дошкольного образования на примере негосударственного образовательного учреждения: Выпускная квалификационная работа. – Пермь, 2017.

4. Мануйлов С.И., Рудаков А.С. Классификация современных физкультурно-оздоровительных технологий, активно используемых в сфере физической культуры и спорта // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68–4. – С. 276–280.

**УДК 373.24**

# ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ»

Н.В. Храмцова
Краснодарский научно-методический центр, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данный материал посвящен важным аспектам физического развития детей дошкольного возраста, а также проекту «Стань чемпионом», который направлен на активное использование спортивной деятельности и элементов спорта в образовательном процессе дошкольных организаций.

**Ключевые слова:** физическое развитие, воспитание, дети дошкольного возраста, дошкольная образовательная организация, дошкольное образование.

Все современные исследователи и социологи говорят в своих работах, что дети отличаются друг от друга. Они радикально отличаются от того, что мы видели 10 лет назад. Дети, занимающиеся спортом, все меньше бегают на улице. Детям не нравятся качели и горки. . Дело не в том, что дети рождаются «другими», жизнь другая, условия изменились. Изменились связи, изменилась система развития и образования, изменились цели и ориентация образования, все это кажется хорошим, системы модернизируются, идет научно-технический прогресс. Дети даже развиваются в новых областях, осваивая новый материал. Но, как и у любого явления, у него есть свои плюсы и минусы. Именно физическое развитие современного ребенка станет залогом успеха. Растет число «маленьких» пациентов с плохим здоровьем, хроническими заболеваниями, психическими расстройствами и нарушениями зрения. Такая система образования и профессиональной подготовки должна обеспечить возможности для восстановления физического развития детей дошкольного возраста. Необходимо восстановить их интерес к мобильным играм и спорту, чтобы дети стали физически более активными, чем сегодня. В нашей стране действует федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 1 января 2016 года. Этот стандарт предполагает модернизацию и совершенствование системы дошкольного образования. Она направлена на развитие личностного потенциала ребенка. Дошкольное образование должно быть построено таким образом, чтобы дети, наряду с желанием осваивать новые технологии, стремились к высокому физическому развитию. Это нарушение двигательной активности человека. Это приводит к ухудшению ситуации.

Мышцы, связки, слабое развитие костей, плохое физическое развитие, нарушение нервной системы. Кроме того, это очень распространенное заболевание среди людей всех возрастов. Хроническое метаболическое расстройство, которое приводит к обильному отложению жировой ткани в организме. Существуют три основные причины этого заболевания: неврологическое расстройство, низкая физическая нагрузка, сердечно-сосудистые заболевания. Увеличивается число и частота сердечных приступов. Практически каждая система, каждый процесс в организме зависит от физической активности. В первую очередь, родителям необходимо мотивировать своего ребенка к организации спортивных игр, выходного дня, прогулки на свежем воздухе, рыбалка . Также необходимо идентифицировать ребенка в любой спортивной секции, тщательно изучив интересы его ребенка. . С помощью различных мобильных игр можно вызвать у ребенка возбуждение, соревновательный дух, который также становится сильным фактором в процессе обучения. Образование, как дисциплина, должно быть компилятивным по содержанию. Нужны разноплановые группы и секции для дошкольников. Должны быть созданы детские игровые площадки, где дети смогут научиться кататься на велосипеде, скейтборде, играть в футбол, баскетбол, баскетбол и качели. Дети дошкольного возраста должны иметь возможность встретиться с известными людьми, добившимися успехов в спорте, где они смогут задать интересующие их вопросы. В конце концов, дети - это будущее нашей страны. Мы должны стремиться к тому, чтобы они были здоровыми и сильными. Учитывая стратегические цели и задачи развития физической культуры и спорта, Краснодар стал первым участником федерального проекта по созданию центров раннего физического развития «Стань чемпионом». Реализация проекта началась с отбора дошкольных образовательных учреждений, на базе которых будет осуществляться подготовка будущих чемпионов.

Специалисты пилотных дошкольных организаций прошли обучение по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Теория и методика раннего физического развития детей» в институте дополнительного образования ФГБОУ ВО «Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта (Санкт-Петербург). Детские сады, участвующие в реализации проекта, получили парциальную программу раннего физического развития детей 2–7 лет авт. Р.Н. Терехина, Е.Н. Медведева, О.А. Двейрина, С.И. Петров, В.С. Терехин, В.В. Кожевникова, которую включили в образовательную программу ДОО в часть формируемую участниками образовательных отношений.

С сентября 2022 года на базе ДОО г. Краснодара были открыты центры по реализации проекта «Стань чемпионом». Его участниками стали детские сады: 1, 65, 68, 84,90, 105, 128, 123, 136, 171, 172, 174, 192, 193, 216, 221, «Сказка».

Дошкольные организации разместили в холлах и коридорах информационные стенды с новостями, памятками для родителей, с информацией об актуальных направлениях работы по проекту. .

Особое внимание на занятиях уделялось разнообразию упражнений, направленных на развитие силы, выносливости, координации и гибкости.

Упражнения из парциальной программы были гармонично вплетены в режимные моменты, такие как утренняя гимнастика, физкультминутки и подвижные игры.

Дети познакомились с особенностями каждого вида спорта, необходимым инвентарем и правилами безопасности.

Совместные посещения спортивной школы позволили детям увидеть различные виды спорта в действии, попробовать свои силы в некоторых из их и задать интересующие вопросы тренерам.

Вводное предложение к перечислению…

Педагоги тесно взаимодействовали со специалистами для организации разнообразных форм работы по ознакомлению детей с видами спорта. Это включало в себя не только теоретические занятия, но и практические упражнения, игры и эксперименты, проводили с детьми беседы и игры, направленные на формирование осознанного отношения к здоровью, правильному питанию и гигиене.

Оснащение развивающей среды: Группы и прогулочные веранды были оборудованы новым наглядным материалом и инвентарем, способствующим развитию двигательной активности детей. Это позволило создать условия для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Родители активно привлекались к участию в образовательном процессе. Организовывались консультации, на которых воспитатели знакомили родителей с целями и задачами парциальной программы, предлагали комплексы упражнений для совместных занятий с детьми и давали рекомендации по организации здорового образа жизни в семье [3, с. 234].

Организовывались индивидуальные консультации для родителей, позволяющие обсудить особенности развития каждого ребенка и подобрать наиболее эффективные рекомендации.

Все музыкальные занятия были дополнены упражнениями на развитие чувства ритма, дыхательными упражнениями и элементами хореографии. Это способствовало не только развитию музыкальных способностей детей, но и укреплению их здоровья и физической формы.

В результате реализации парциальной программы наблюдается положительная динамика в физическом развитии детей: повысилась их двигательная активность, улучшились координация, сила и выносливость. Дети стали более самостоятельными в выборе физических упражнений, проявляют интерес к различным видам спорта и ведут более здоровый образ жизни. Родители стали более активными участниками образовательного

процесса и осознают важность физического развития для своих детей [4, с. 142].

Для оценки эффективности реализации парциальной программы проводился регулярный мониторинг физического развития детей, включающий в себя тестирование, наблюдение и анализ результатов.

Парциальная программа регулярно адаптировалась с учетом возрастных особенностей детей, их интересов и потребностей.

Для достижения наилучших результатов осуществлялось тесное сотрудничество с медицинскими работниками, психологами и другими специалистами.

Таким образом, реализация парциальной программы физического развития детей 2–7 лет позволила создать в детских садах систему комплексного физического воспитания, направленную на укрепление здоровья детей, развитие их двигательных навыков и формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

**Список литературы**

1. Агаджанова С.Н. Физическое развитие детей/С.Н. Агаджанова.-М.: Детство-Пресс, 2012. - 444 с.

2. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

3. Самоходкина, Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л.Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

4. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996р URL: https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 19.10.2024).

**УДК 373.2**

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ С СЕМЬЕЙ В РАМКАХ ПЕРСПЕКТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С УЧЕТОМ ФОП

Г.В. Цыганник, О.М. Жданова
Центр – детский сад № 107, г. Краснодар, Россия

В современном обществе, где информационные технологии и быстрый темп жизни становятся неотъемлемой частью повседневности, особое значение приобретает гармоничное развитие детей с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей. Федеральный образовательный стандарт (ФОП) дошкольного образования определяет основные направления развития детей, среди которых особое место занимает взаимодействие с семьей.

Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с семьей – это процесс, направленный на создание единого пространства развития ребенка, где каждый участник этого процесса вносит свой вклад в формирование личности малыша. В рамках перспективного направления развития детей с учетом ФОП [6], такое взаимодействие становится ключевым фактором успешного воспитания и обучения.

В нашем дошкольном учреждении считают, что семья и детский сад должны выступать как равноправные партнеры, совместно определяя цели, содержание и методы воспитания и обучения детей. В приоритете – учет особенностей каждой семьи, ее традиций, ценностей и потребностей. Наши родители регулярно получают информацию о жизни ДОУ, успехах и проблемах своего ребенка.

Использование различных форм взаимодействия (родительские собрания в нетрадиционной форме «Поговорим за чашкой чая», «Игры из детства» и др., консультации, беседы «Родительские тревоги», «Ребенок – непоседа» , мастер-классы «Порадовать маму», «Папа мой для меня всегда герой», «Руки – не крюки», совместные мероприятия «На папу быть похожим я хочу», «Вечер с мамой», «Весенний мамин праздник» и т.д.) для обеспечения наиболее эффективного обмена информацией и опытом.

Педагоги ДОУ, узкие специалисты, педагоги – психологи на постоянной основе оказывают поддержку и сопровождение семьям, испытывающим трудности в воспитании детей. Мы считаем, что профессионалы должны помогать родителям в решении сложных, порой критичных ситуаций в отношениях ребенок – взрослый, ребенок – ребенок, ребенок – детский коллектив.

Для обмена информацией и опытом с родителями, а также знакомства с жизнью детей в дошкольном учреждении мы активно используем современные технологии (мессенджеры, социальные сети). В них мамы и

папы могут найти инструктажи по безопасности детей, педагогические советы, новости и интересных событиях в детском саду.

Мы хотим поделиться интересной концепцией работы, направленной на вовлечение детей, педагогов и родителей в совместную поисково-исследовательскую деятельность, посвященную историческим событиям, происходившим на территории современной Кубани. Эта идея возникла благодаря вопросам и наблюдениям детей во время их путешествий по родному краю. Мы сами заинтересовались этой темой, углубившись в далекое и не очень далекое прошлое.

Сейчас наша поисково-исследовательская деятельность в дошкольных учреждениях только начинается, но перед нами открываются безграничные горизонты. Мы можем изучить племена, населявшие территорию современной Кубани, их быт, традиции и устои. Мы можем исследовать животный мир от древности до современности. Мы можем изучать природу – от гор до бескрайних равнин.

Родители с большим интересом присоединились к нашей работе, заинтересовавшись историческими событиями родного края. Стали привозить из поездок по краю сувениры с изображением достопримечательностей, национальных героев или просто с местным колоритом, книги и путеводители о крае, его истории, культуре и традициях, открытки с видами края, изделия народных промыслов, такие как керамика, резьба по дереву, вышивка, отражающие культуру и традиции края, старинные предметы быта, посуду и другие вещи, отражающие повседневную жизнь людей в прошлом, фотографии старинных зданий, храмов, монастырей и других архитектурных памятников, декоративные монеты, марки. Так у нас стали формироваться коллекции и экспонаты для музея.

Любознательность детей ведет нас, педагогов и родителей, к удивительным открытиям и новым знаниям. И куда нас приведет именно это поисково – исследовательское направление мы не знаем, но всем участникам проекта очень интересно.

Взаимодействие ДОУ с семьей в рамках перспективного направления развития детей с учетом ФОП – это непрерывный процесс, требующий усилий и внимания со стороны всех участников. Но результаты этого взаимодействия – гармонично развитые дети, уверенные в себе и готовые к новым достижениям – стоят того.

**Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. No 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx347011501 (дата входа: 11..10.2024 г.).

2. Самоходкина, Л. Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным

участием "Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитаниядетей дошкольного возраста". - Краснодар, 2020. - С. 234-235.

3. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

4. Степанов, П.В. Понятие «воспитание» в современных педагогических исследованиях /П.В. Степанов // Сибирский педагогический журнал, 2017. № 2. С. 121–128.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 No 996р URL: 19.11.2023). https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/ (дата обращения: 13.10.2024)

**УДК 372.796.07**

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Ж.М. Чабанова, Н.В. Кустов, О.А. Бакулевич
Центр – детский сад № 232, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье раскрыто понятие индивидуального подхода в образовательной деятельности, дана краткая характеристика психологических аспектов индивидуального подхода в физкультурно-оздоровительной работе с детьми, пояснено содержание взаимодействия педагога – психолога и инструктора по физической культуре на этапе диагностики индивидуальных особенностей детей и планировании физкультурно-оздоровительной работы с учетом результатов диагностики.

**Ключевые слова:** психическое развитие, физическое развитие, дошкольники, индивидуальный подход.

В Федеральной образовательной программе дошкольного образования определены задачи построения (структуирования) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития детей, создания условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей [5].

Индивидуальный подход в образовательной деятельности - это психолого-педагогический принцип, в котором постулируется важность для обучения и воспитания учета индивидуальных особенностей каждого ребенка [1].

Актуальность индивидуального подхода в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками обусловлена несколькими факторами:

- состояние здоровья: у детей могут быть различные заболевания, которые требуют индивидуального подхода к физическим нагрузкам;
- уровень физического развития: дети дошкольного возраста отличаются по росту, весу, силе, выносливости, координации движений;
- уровень психологического развития: уровень развития внимания, памяти, мышления, эмоциональной сферы, коммуникативных навыков у каждого ребенка свой.

В планировании индивидуальной работы по физическому воспитанию как правило учитывается группа здоровья и уровень физического развития детей. При этом дети с особенностями психологического развития также нуждаются в специальной поддержке. Это дети:

- с нарушениями эмоционально – волевой сферы, вызывающими негативизм в поведении (агрессивные; эмоционально расторможенные; тревожные; с синдромом гиперактивности с дефицитом внимания; с аутистическими признаками);

- испытывающие трудности в общении со сверстниками и взрослыми;

- со сниженными интеллектуальными способностями;

- с отклонениями в поведении, вызванными нарушениями сенсорной интеграции (неловкость; комичность поведения; избегание двигательной активности; трудности дозирования силы и т.д.) [3].

На этапе диагностики педагогом-психологом проводится целенаправленное наблюдение за детьми в играх и в разных видах детской деятельности, в том числе и физической активности, беседы с воспитателями и родителями тех воспитанников, которые демонстрируют психологические особенности, требующие внимания специалистов. При необходимости педагогом - психологом проводится консультативная работа с родителями, с разрешения родителей - психологическая диагностика детей [6, с. 288].

На основании полученных результатов наблюдений и диагностики педагог-психолог составляет рекомендации и проводит ряд встреч с инструктором по физической культуре для обсуждения особенностей развития детей и планирования индивидуальной работы по физическому воспитанию. Встречи носят как информационно – консультативный, совещательный характер, так и практический (подбор игр и упражнений, анализ имеющегося и планируемого к приобретению или изготовлению физкультурного оборудования, необходимого для индивидуальной работы с детьми) [7].

Общие принципы планирования индивидуальной работы по физическому воспитанию с детьми с особенностями психологического развития:

- заботиться о создании атмосферы доброжелательного взаимопонимания;

- обеспечивать эмоциональной насыщенностью игровую и самостоятельную деятельность детей, объединяющих сохранение и развитие положительных эмоций ребенка;

- создавать специальные ситуации самопознания, самовоспитания;

- целенаправленно работать по воспитанию волевых качеств дошкольника;

- использовать в педагогическом процессе игровые формы;

- предоставлять детям насыщенную развивающую предметно – пространственную среду, содержание которой меняется инструктором по физической культуре в соответствии с задачами воспитания [2].

Индивидуальный подход в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками является необходимым условием для гармоничного развития ребенка, укрепления его здоровья и формирования положительной мотивации к физической активности.

**Список литературы**

1. Айрес Э.Джин Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития. Москва: Теревинф. 2022. 272 с.

2. Алямовская В.Г., Петрова С.Н. Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста. Москва: Скрипторий, 2002. 80 с.

3. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования – Москва: Издательский центр «Академия», 2011. 144 с.

4. Кулькова Н.Л. Сенсорная интеграция без сенсорных комнат. Доступный комплекс игр и упражнений. Ростов-на-Дону: Феникс. 2024. 102 с.

5. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» URL: https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/?ysclid=ljlbcq70mx34701 1501 (дата входа: 04.10.2024 г.).

6. Самоходкина Л.Г. Содержание педагогических компетенций: форма проявления педагогической деятельности в аспекте физического развития дошкольников// В сборнике: Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Редколлегия: С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. Краснодар, 2022. С. 288-289.

7. Самоходкина Л.Г., Елисеева М.Г. Развитие способностей дошкольников в аспекте психофизиологических параметров// В сборнике: Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста. Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Редколлегия: С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. Краснодар, 2022. С. 290-291.

**УДК 373.2**

# ТЕХНОЛОГИЯ ТИКО-КОНСТРУИРОВАНИЯ – СОВРЕМЕННОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПРЕДПОСЫЛОК ИНЖЕНЕРНОГО МЫШЛЕНИЯ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО

И.В. Чубукова, Н.В. Суржикова, М.С. Филатьева
Центр – детский сад № 21, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Технология ТИКО-конструирования, в условиях дошкольного учреждения, является универсальным средством развития конструктивных навыков и умений дошкольников, обладает перспективными возможностями для трансформации плоскостных моделей в объемные; способствует развитию абстрактно-логическому мышлению и воображению ребенка; решает многополярные задачи в едином образовательном поле, имеет пролонгированное игровое назначение.

**Ключевые слова:** дошкольное учреждение, ТИКО-конструирование, модель, конструктор, познавательное развитие, предпосылки инженерного мышления.

В настоящее время стремительно развиваются технологии во всем мире. Меняются требования к содержанию образования нового поколения. И Дошкольное образование тоже претерпевает большие изменения. Реализация федеральной образовательной программы дошкольного образования ориентирует педагогов дошкольных образовательных учреждений на «обеспечение построения целостной педагогической деятельности направленной на полноценное всестороннее развитие ребенка – физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое – во взаимосвязи, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей...».

Конструктивная деятельность является эффективным инструментом в развитии ребенка дошкольного возраста. И ее содержание меняется в соответствии с современными реальностями. Если еще вчера воспитатели, проводя обучающие занятия по конструированию, выдавали каждому ребенку стандартные строительные наборы и конструкторы и давали образец для подражания, то сегодня современный дошкольник не только учится у взрослого, но и способен самостоятельно научится новым знаниям, умениям и навыкам. И ТИКО-конструктор является одним из таких универсальных средств.

Являясь непосредственными организаторами и участниками деятельности воспитанников в детском саду, мы с уверенностью может отметить, что конструирование – одно из самых любимых занятий у детей. В МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад № 21» во всех группах есть

разные виды конструкторов и строительного материала, с помощью которого организовывается как образовательная, так и игровая деятельность. Проводя предварительную работу по разработке инновационного проекта в области познавательного развития, мы отметили, что ТИКО-конструктор привлекает значительное внимание как педагогов, так и детей. Однако существуют и затруднения в работе и игре с ним, его возможности малоизучены педагогами, а дети не всегда используют все функции конструктора, ограничиваясь его плоскостными конструкциями. Таким образом, у нашего коллектива появилась цель -внедрить технологию ТИКО-конструирования в образовательное поле учреждения, как обязательную составляющую его часть, потому что его возможности во многом опережают другие виды конструкторов и его результаты (модели) являются отличным игровым материалом в последующих детских играх.

ТИКО-конструирование дает возможность реализовать и интегрировать образовательные области. В познавательном развитии – это техническое конструирование, работа по схемам и образцам, систематизация знаний о геометрических представлениях; в речевом развитии – обучение грамоте посредством конструктора ТИКО-грамматика; в художественно-эстетического развитии -творческое конструирование, развитие у детей художественного вкуса и эстетического восприятия; в физическом развитии – улучшает моторику рук, координацию движений; в области социально-коммуникативного развития – развитие самостоятельности, целенаправленности, командная работа, улучшение общения и взаимодействия ребенка со взрослым.

Технология ТИКО-конструирования позволяет воспитывать и обучать детей играя, объединяет игру, исследовательскую и экспериментальную деятельность, формирует познавательную активность.

Есть еще немаловажная для педагогов, с нашей точки зрения, практичная сторона у конструктора ТИКО: детали ТИКО – это готовый раздаточный материал, можно использовать на многих занятиях. В конструкторе используется как плоскостное, так и объемное моделирование, то есть «2 в 1». Размер деталей удобен в игре, как на столе, так и на полу. И этот плюс ТИКО немаловажен! (Вспомните, как легко теряются мелкие лего-детальки на ковре или полу). Детали крепко фиксируются друг с другом. Наборы легкие по весу. Качественный пластик - легко мыть и сушить. Занимает мало места при хранении (в отличие от объемных форм).

Отличительной особенностью конструктора ТИКО от других конструкторов, которая заинтересовала нас, является работа с геометрическими телами, за которыми стоят реальные объекты, сделанные руками человека (здания, машины, роботы и т.д.). Игра с такими объектами позволяет детям постепенно развивать навыки пространственного мышления, подниматься на более высокий абстрактный словесно-логический уровень

мышления, заложить на этапе дошкольного детства начальные предпосылки инженерного мышления.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, определяя направления развития и образования детей, ставит область познавательного развития одним из основных направлений. Каждый педагог понимает, что: «Учение в детстве – как резьба на камне», образование и навыки, полученные в раннем возрасте, являются основой для будущего развития. И, если стране нужны инженеры и исследователи, новаторы и модернизаторы, начинать готовить будущих специалистов нужно не тогда, когда ребенок кончит школу, а гораздо раньше.

Таким образом, широкое применение ТИКО-конструктора в образовательной и игровой деятельности способствуют созданию условий для развития предпосылок инженерного мышления. Это формирует чувство уверенности в своих силах, умение действовать самостоятельно, повышает самооценку ребенка. Можно уверенно сказать, что, игра с ТИКО-конструктора способствует разностороннему развитию каждого ребенка.

**Список литературы**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. №1028.

2. Захарова Л.Е. Технология «ТИКО-моделирование» в познавательно-речевом развитии детей старшего школьного возраста: учебно-методическое пособие / Л.Е. Захарова.– СПб.: ГАОУ ДПО «ЛОИРО», 2022. – 164 с.

3. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования: учебник и практикум для среднего профессионального образования/ Н.В.Микляева [и др.]. М.: Изд-во Юрайт, 2020. 450 с.

4. Парамонова, Л.А. Конструирование как средство развития творческих способностей детей старшего дошкольного возраста // Дошкольное образование. - 2008. - № 17, 18.

5. Скавычева, Е. Н. ТИКО конструктор как средство развития конструктивных умений детей среднего дошкольного возраста / Е.Н. Скавычева, А.С. Гаврилова // Педагогический вестник. – 2020. – № 17. – С. 68-69.

**УДК 373.2**

# МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДОО НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

О.С. Чуркина, Н.В. Епископосян, Т.А. Рыбьякова
Детский сад комбинированного вида № 104 «Рукавичка», г.Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье описывается опыт педагогов по формированию чувства патриотизма у воспитанников ДОО, анализируется эффективность использования методов и приемов патриотического воспитания дошкольников, рассматривается актуальность совместной работы с родителями и социальными партнерами, важность закладывания основ гражданственности и патриотизма в детях через работу по формированию любви и уважения к своей малой Родине.

**Ключевые слова:** дошкольники, дошкольная образовательная организация, патриотическое воспитание, любовь к Родине, становление гражданина, личностные качества патриота.

Патриотическое воспитание детей – одна из основных задач дошкольного образовательного учреждения. В какой бы стране ни проживал человек, все свои чувства он связывает с теми местами, где родился и вырос - со своей малой Родиной. Любовь к своей семье, своим близким, детскому саду, стране, имеет большое значение в становлении будущего гражданина. Яркие впечатления о родной природе, об истории родного края, о Родине, полученные в детстве, нередко остаются в памяти на всю жизнь и формируют у ребенка черты характера, помогающие ему стать патриотом и гражданином своей страны [2]. Для развития чувства патриотизма у детей мы организовывали ряд мероприятий, включая занятия, игры, чтение художественных произведений, экскурсии, посещение музеев, проведение тематических праздников. Такие мероприятия способствуют формированию уважения к старшему поколению и развивают любовь к Родине.

В нашей группе создана образовательная среда патриотической направленности, которая периодически обновляется и пополняется. Туда входят символика страны, города, края, портрет президента страны, альбомы с фотографиями достопримечательностей города, энциклопедии «Моя страна Россия», альбом с архитектурными памятниками страны [1]. Благодаря материалам, представленным в уголке, дети знакомятся с государственными символами, с историей родного города и края. У детей развивается любовь к Родине, к ее традициям и достижениям.

При организации патриотического воспитания детей в ДОО мы не должны забывать о событиях, происходящих в современных условиях. Наша группа ежегодно принимает участие в акции «Посылка солдату». Кроме продуктов и предметов первой необходимости, дети с большой гордостью

положили в посылку свои рисунки и письма с пожеланиями скорейшего возвращения домой.

К Дню Защитника Отечества мы провели спортивный праздник с приглашением участника СВО. Гостем встречи стал боевой офицер, папа воспитанницы нашей группы. Он рассказал о важности спецоперации, о любви к своей стране, о желании защитить родных и близких людей и о мужестве сослуживцев. От ребят было очень много вопросов о качествах, необходимых солдату. Каждый ребенок имел возможность примерить на себя каску и бронежилет, что вызвало много эмоций и впечатлений. Офицер выразил от своего имени и от лица своих бойцов огромную благодарность детям и родителям за поддержку письмами и участием в акции «Посылка солдату». На конкретном примере ребята увидели, что настоящие герои живут рядом, что любовь к Родине, мужество и храбрость – это не просто слова, а это реальные качества настоящего гражданина России и патриота.

Взаимодействие с родителями является важным условием патриотического воспитания детей. В настоящее время в молодых семьях вопросы воспитания патриотизма не считаются важными, поэтому мы решили привлекать родителей к участию в мероприятиях, проектах, конкурсах. Это позволило создать атмосферу поддержки и взаимодействия между семьями воспитанников и ДОО [4].

Дошкольники уже в раннем возрасте интересуются историей страны и края. Поэтому мы организовывали семейные экскурсии по городу к местам боевой славы и рассказывали о том, как чтят память погибших.

К Дню Победы мы организовывали выставки рисунков детей и родителей. Работы получились очень выразительные и красочные. Лучшие рисунки приняли участие в ежегодном Всероссийском конкурсе детского творчества «Рисуем Победу».

Чтобы воспитать у детей качества, необходимые будущему защитнику Родины, такие как чувство взаимопомощи, выдержку, находчивость и смелость, мы разработали сценарий военно – спортивной игры «Зарница», которая была построена в форме квеста [3]. игре принимали участие все группы детей старшего возраста, команды двигались по маршруту, указанному на карте. Игра прошла организованно, интересно и познавательно. Дети не только получили заряд бодрости и массу положительных эмоций, они почувствовали дух коллективизма и единения при решении общей значимой задачи.

Совместные экскурсии по памятным местам города, игровая деятельность, использование символики, организация тематических праздников с семьями воспитанников – все это помогает формировать патриотические чувства у подрастающего поколения [5]. Воспитать детей честными и порядочными, привить им доброту и милосердие, сочувствие и отзывчивость, готовность прийти на помощь – вот истинная суть патриотического воспитания. И только от нас взрослых зависит, какими

вырастут дети, что они пронесут с собой по жизни и какие ценности передадут следующим поколениям

**Список литературы**

1. Ветохина, А.Я. Нравственно-патриотическое воспитание детей дошкольного возраста / А.Я. Ветохина. - М.: Детство-Пресс, 2017. - 375 с.

2. Блинова Г.М. Нравственно-патриотическое воспитание дошкольников в процессе реализации Федерального Государственного Образовательного Стандарта / Г.М. Блинова, Е.Ф. Горохова, А.М. Блинова //Детство как антропологический, культурологический, психолого-педагогический феномен: материалы IV междунар. науч. конф. в рамках проекта "А.З.Б.У.К.А. детства". (Самара, 15 июня 2018 г.) – Самара, 2018. - С. 220-224. - https://www.elibrary.ru/download/elibrary_35662794_91650063.pdf - Режим доступа: науч.- электрон. б-ка «eLibrary.ru», требуется авторизация.

3. Голубь М.С. Особенности и педагогические условия патриотического воспитания старших дошкольников / М.С. Голубь // Перспективы науки и образования. - 2018, № 5 (35). - С. 110-117. - https://www.elibrary.ru/download/elibrary_36332869_88782632.pdf Режим доступа: науч.- электрон. б-ка «eLibrary.ru», требуется авторизация.

4. Самоходкина Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность»// Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». Материалы конференции. Краснодар, 2020. С. 234-235.

5. Самоходкина, Л. Г., Бредун Т. Ю. Особенности содержания профессиональных компетенций педагогов при работе с детьми старшего дошкольного возраста. - Текст: непосредственный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы международной научно-практической конференции. - Краснодар, 2020. - С. 142-143.

**УДК 373.2**

# СИСТЕМА РАБОТЫ ДЕТСКОГО САДА С РОДИТЕЛЯМИ ВОСПИТАННИКОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Е.Н. Шабашова, О.Э. Букина, Н.А. Салькова
Детский сад комбинированного вида № 11 «Теремок»,
поселок Псебай, Мостовский район, Россия

**Аннотация.** В статье рассказывается об особенностях системы работы с родителями детей дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации, приводятся примеры форм и содержания мероприятий с родителями и детьми по формированию здорового образа жизни, потребности в занятиях физкультурой и спортом.

**Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, дошкольная образовательная организация, физическое развитие, здоровый образ жизни, система работы с родителями.

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности [2, 4].

Достижение целей обучения в воспитании детей, в соответствии с ФГОС ДО и Федеральной образовательной программой предполагает активное участие родителей, которые должны не только знать и понимать что предпринимает педагог, но и продолжать дополнять его усилия в домашних условиях [3].

Сотрудничество с родителями на основе принципов партнерства, равенства, равнозначности и взаимности - залог успеха в физкультурно-оздоровительной работе ДОО.

Эффективное взаимодействие детского сада с родителями дошкольников строится на основе принципов сотрудничества:

- формы и виды активности подпираются и предлагаются с учетом особенностей каждого ребенка и родителя;
- процесс взаимодействия детей и взрослых организуется при постоянной эмоциональной поддержке, уважении интересов каждого участника;
- реализация мероприятий осуществляется при полной доступности информации;

- сотрудничество – это реализация запланированной деятельности участниками [5].

Главная цель взаимодействия с семьями воспитанников – это включение родителей в совместную физкультурно-оздоровительную работу и создание единого оздоровительного пространства.

В процессе сотрудничества, решаются следующие задачи:

- сформировать у родителей желание помогать своему ребенку, мотивацию к участию в образовательной деятельности;
- повышать уровень педагогической компетентности родителей;
- осуществлять информационную и дидактическую поддержку семьи [1].

Помимо традиционных форм сотрудничества с семьями воспитанников, в нашем саду осуществляется постоянный поиск эффективных, инновационных форм взаимодействия с родителями. Перечислим основные формы работы с родителями.

1. Информационно-аналитические

Цели использования формы: выявить интересы, потребности, запросы родителей; уровень их педагогической грамотности; установить эмоциональный контакт между педагогами, родителями и детьми.

Для изучения социального паспорта семьи, регулирования и коррекции образовательной деятельности в области физического развития дошкольников, ежегодно проводится анкетирование родителей по темам: «Физическое развитие ребенка в семье», «Физическое и психологическое здоровье детей».

2. Познавательные

Цели использования формы: познакомить родителей с возрастными и психологическими особенностями детей; формировать практические навыки воспитания и коррекции своего ребенка.

Формы реализации общения:

- дискуссии для родителей детей («Специфика организации физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОО», «Влияние физической культуры на здоровье ребенка»);
- деловые игры («Формирование привычки к здоровому образу жизни», «Ум на кончиках пальцев», «Игры для активной двигательной деятельности детей в домашних условиях»);
- семинары-практикумы с элементами тренинга («Упражнения для профилактики плоскостопия», «Игры детей на отдыхе»; «Развиваем, играя»);
- мастер-классы в виде совместных практических выполнений упражнений («Вместе с мамой», «Игровые подражательные движения и физическое развитие ребенка»);
- родительские собрания с использованием цифровых образовательных ресурсов – мультимедийные презентации, видеозаписи из жизни воспитанников детского сада («Система физкультурно-

оздоровительной работы в ДОО», «Формирование здорового образа жизни посредством спортивных игр», «Комплексный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы»);

- игровые тренинги («Влияние игровых подражательных движений на физическое развитие ребенка»);

- консультации («Здоровый образ жизни – задача родителей», «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!», «Массаж волшебных точек ушек»);

- совместные занятия с родителями и детьми («Наши мамы – лучше всех», «Веселые старты», «Мы – спортсмены»);

- индивидуально-практические занятия («Вместе весело шагать», «Движение и здоровье»).

3. Наглядно-информационные

Цели использования формы: знакомство родителей с предметно-пространственной средой ДОО.

Формы реализации общения:

- «День Здоровья»;

- выставки детских работ на спортивную тематику «Мы за здоровый образ жизни!»;

- выставки совместных работ детей и родителей «По родной земле шагаем»;

- выставки совместных работ детей и родителей «Здоровый образ жизни»

- тематические фотовыставки «Здоровым - быть здорово!», «Зимние забавы», «Спорт - глазами детей», «В поход всей семьей».

4. Информационно-просветительская

Цели использования формы: расширить представления родителей об особенностях физического развития, воспитания их детей.

Формы реализации общения:

- информационные стенды («Здоровье и спорт», «Советы по физическому воспитанию детей», «Организация активного отдыха с детьми»);

- папки-передвижки («Роль семьи в физическом воспитании ребенка», «Значение семейного досуга, как средство укрепления здоровья детей», «Закаливайте своих детей с раннего возраста», «Детский туризм в системе физкультурно-оздоровительной работы»);

- буклеты, памятки, рекомендации («Игры для активной двигательной деятельности детей», «Как научить ребенка правильно вести себя на дороге»);

- тематические выставки на спортивную тематику («Мы со спортом дружим»; «Нестандартное физкультурное оборудование для развития двигательной активности детей дошкольного возраста»);

- выполнение домашних заданий «Эмоциональная атмосфера семейных отношений».

5. Досуговые

Цели использования формы: установить теплые, доверительные отношения, эмоциональный контакт между педагогами и родителями, между родителями и детьми.

Формы реализации общения:

- совместные досуги, физкультурные занятия, праздники («Мама, папа, я – спортивная семья!», «Вместе с мамой, вместе с папой, можно с братом и сестрой», «Семейные эстафеты», «Веселые старты», «В поход всей семьей».

В работе с родителями, имеющих детей с ОВЗ для повышения их педагогической грамотности и выработки общих семейных форм сотрудничества, с согласия родителей разрабатываются план работы с детьми, составляются индивидуальные образовательные маршруты.

Формы реализации общения:

- памятки «Ребенок с ОВЗ: десять заповедей для родителей»;
- консультации «Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья», «Подвижные игры в системе коррекционной работы», «Игровые упражнения для детей с ОВЗ»;
- индивидуальные советы и рекомендации родителям, воспитывающим детей с ОВЗ;
- семинар-практикум для родителей «Профилактика опорно-двигательного аппарата»;
- совместные индивидуально-практические занятия.

Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников с ОВЗ совместно с родителями, позволяет достичь положительных результатов в коррекционной работе. Улучшаются показатели общего состояния детей (настроения, самочувствия), нормализуется осанка, движения становятся увереннее, увеличиваются показатели роста детей, увеличивается объем движений в конечностях (изученное с помощью гониометрии), мышечной силы (изученное с помощью динамометрии), нормализуется двигательная активность (становятся доступны движения, раннее не доступные), появляются навыки самообслуживания, формируются умения произвольно управлять телом, регулировать речь, эмоции.

В результате использования в работе вышеперечисленных форм сотрудничества с родителями воспитанников ДОО, нам удалось:

1) установить партнерские отношения с семьей каждого ребенка, создать атмосферу общности интересов и эмоциональной взаимоподдержки;

2) повысить грамотность родителей в образовательной области «физическое развитие», пробудить интерес и желание участвовать в спортивной жизни сада;

3) воспитать у родителей и детей привычки здорового образа жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровью окружающих;

4) объединить воспитанников и родителей на основе общего спортивного интереса, поднять авторитет семьи, сплотить детей, родителей и педагогов [6].

Заинтересованное участие родителей в воспитательно-образовательном процессе важно не потому, что этого хочет педагог, а потому, что это необходимо для развития их собственного ребенка.

Таким образом, ценность нашей работы по взаимодействию с семьей для приобщения детей к здоровому образу жизни, заключается в том, что родители могут увидеть и оценить итоги своего воспитания, как физического, так и духовного, поскольку на протяжении всей этой деятельности они ориентированы на своего ребенка. Стоит отметить, что все это способствует выстраиванию более тесных детско-родительских отношений. Став участниками процесса обучения и воспитания своих детей, папы и мамы чувствуют себя хорошими родителями, потому что вносят вклад в образование детей и сами приобретают новые умения.

**Список литературы**

1. Бодалев А.А., Столин В.В. Семья в психологической консультации. – М.,1989.
2. Елизаров А.Н. Ценностные ориентации неблагополучных семей // Социологические исследования. – № 7, 1995.
3. Комарь В. Д. Повышение профессионального мастерства педагогов-воспитателей // Научно-методический журнал заместителя директора школы по воспитательной работе, 2005, № 1, с.84–87.
4. Шуркина, Е. В. Взаимосвязь эмоционально-личностного развития ребенка и стиля родительских отношений / Е. В. Шуркина, А. А. Дубовова, Е. А. Пархоменко // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Краснодар, 31 октября 2018 года. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – С. 295-296.
5. Самоходкина, Л.Г. Понимание педагогической деятельности: сущность понятий «эффективность» и «результативность» / Л. Г. Самоходкина. - Текст: непосредственный // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста»: материалы конференции. - Краснодар, 2020. - С. 234-235.
6. Самоходкина Л.Г., Дягиль А.А., Дрючина Н.О. Модель работы Краснодарского края в реализации проекта «Помощь семьям, имеющим детей// Кубанская школа. – Краснодар, 2020 - № 4, с. 19-22.

**УДК 373.2**

# ЛОГОРИТМИКА КАК СРЕДСТВО ДВИГАТЕЛЬНОГО И РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Я.С. Шандыба, Х.Л. Бгане, Е.В. Коновалова
Центр развития ребенка – детский сад № 72, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Анализируя снижение показателей уровня здоровья дошкольников на протяжении последних лет, перед нами встала необходимость в введении дополнительных видов работ по коррекции двигательных и речевых нарушений. Одним из таких видов стало включение в работу логопедической ритмики (далее – логоритмика). Логоритмика представляет собой комплекс двигательных упражнений, в которых разнообразные движения интегрируются с произнесением определенных речевых фраз. Это такая оригинальная форма активной терапии, преодоление речевого и сопутствующих двигательных нарушений путем развития и коррекции неречевых и речевых психических функций и в конечном итоге адаптация человека к условиям внешней и внутренней среды.

**Ключевые слова:** здоровье, дошкольник, двигательная активность, вестибулярный аппарат, ритм, профилактика, здоровый образ жизни.

Двигательная способность – это одна из ключевых человеческих возможностей. Известный педагог Э. Жак-Далькроз подчеркивал, что пространство и время насыщены материей, которая подчиняется законам вечного ритма. Весь мир подвержен ритму: прилив и отлив, лунный цикл, день и ночь, смена времен года. Так же и процессы в нашем организме подвержены этому: начиная от сердцебиения и заканчивая работой легких и мозга. Развитие ритма связано с установкой и формированием пространственных и временных связей. Двигательный ритм оказывает влияние на развитие речевых функций. Ощущение ритма способствует более глубокому и основательному запоминанию стихов и лучшему пониманию музыки.

Логопедическая ритмика представляет собой очень специфический компонент коррекционной работы основой которого являются ритм, речь и музыкальное сопровождение. Это многогранная методика, объединяющая физические, логопедические и музыкальные методы обучения. Основная цель данного метода – коррегирование и предупреждение отклонений в двигательном и речевом развитии ребенка путем объединения речи и движений.

Если рассматривать все известные нам формы и методы обучения становится понятно, что в логопедической ритмике они основываются на выборе способа управления физической и речевой активностью. Физическая нагрузка формируется из объема и сложности упражнений, активное

выполнение которых положительно сказывается на физическом и психоэмоциональном состоянии детей.

Основой логоритмики являются движение, речь и музыка. Поэтому, в нашем дошкольном учреждении была написана методическая разработка по логоритмике «Раз, два, три – повтори» для воспитанников в возрасте 5–7 лет – целью которой является коррекция и профилактика существующих отклонений в речевом развитии ребенка через сочетание слов и движений.

Уникальная черта этой методики заключается в том, что она позволяет заложить основы целостного восприятия музыки у детей, а также способствует развитию речи, физической активности, ритма, танцев, формированию здорового образа жизни и коммуникативных навыков, что крайне важно для детей, имеющих тяжелые нарушения речи.

Логоритмические занятия оказывают благотворное воздействие на ребенка в целом, и способствуют его сбалансированному физическому развитию, значительно улучшают уровень звукопроизношения, помогают освоению структуры слова и обогащению словарного запаса детей.

Основой всех методов и форм обучения в логопедической ритмике является выбранный педагогом способ управления двигательной и речевой нагрузкой, а также их сочетание с отдыхом и другими видами деятельности. Физическая нагрузка определяется объемом и сложностью выполняемых заданий, интенсивное выполнение которых положительно влияет на физическое состояние детей. Физические упражнения, сопровождающиеся речью, оказывают влияние на развитие психических функций, проявляющихся в интеллектуальной активности, концентрации и восприятии информации во время объяснения и демонстрации заданий, понимании двигательных и речевых задач, их точности и т.д. Важно поддерживать оптимальный баланс между временем, посвященным умственным и физическим усилиям, и последующим отдыхом в процессе логоритмических занятий.

В процессе проводимой работы мы столкнулись с дефицитами в теоретической подготовке по вопросу логоритмики, методической и дидактической базы. Для решения названной проблемы основной деятельностью стало самообразование педагогов, прохождение курсов повышения квалификации, консультации узких специалистов, таких как учитель-логопед, инструктор по физической культуре и учитель-дефектолог.

Если подвести некий итог, то работа в данном направлении:

- способствовала внедрению в практику новой авторской методики Картушиной М.Ю. «Логоритмические занятия в детском саду»;
- помогла в устранении и коррегировании речедвигательных нарушений у детей дошкольного возраста;
- привела к изменению структуры и содержания музыкально-логоритмической деятельности;
- позволила выстроить и упорядочить комплексы логоритмических упражнений.

Ключевым условием успешного применения предлагаемой методической разработки для коррекции речедвигательных нарушений являются:

- соблюдение дидактических принципов организации деятельности: систематичности, последовательности, активности ребенка, доступность и поэтапность усложнения материала;
- высокий уровень профессиональной подготовки педагога по заявленной проблеме;
- наличие необходимого комплекта методического и дидактического материала;
- личная заинтересованность педагога в оказании своевременной помощи детям, имеющим речедвигательные нарушения.

**Список литературы**


1. Алехина Т. «Речевые игры» - журнал «Музыкальный руководитель» №2, 2004.
2. Анисимова Г.И. Сто музыкальных игр для развития дошкольников. - Ярославль: Академия развития, 2005. - 96 с.
3. Бабушкина Р.Л. Логопедическая ритмика: методика работы с дошкольниками, страдающими общим недоразвитием речи – СПб.: КАРО, 2005. - 176 с.
4. Бабушкина Р.Л., Кислякова О.М. Логопедическая ритмика: Методика работы с дошкольниками, страдающими общим недоразвитием речи. – СПб.: Каро, 2005.
5. Болотина Л.Р. Дошкольная педагогика. М.: Академия, 2007.
6. Кузнецова С. В., Котова Е. В., Романова Т. А. Система работы с узкими специалистами ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.

**УДК 372**

# ИНТЕГРАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС С УЧЕТОМ ФГОС

В.Н. Шевцова
Детский сад № 11, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Статья рассматривает интеграцию физического воспитания в образовательный процесс дошкольных учреждений в соответствии с ФГОС. Основная тема - важность физической активности для здоровья и развития детей. Цель работы – показать, как физическое воспитание может быть органично включено в различные образовательные мероприятия. Результаты исследования подчеркивают необходимость системного подхода и регулярности. Новизна статьи заключается в комплексном подходе к физическому воспитанию, охватывающему различные аспекты развития.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, ФГОС, дошкольное образование, здоровье, развитие, интеграция.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС), физическое развитие рассматривается как один из ключевых компонентов образовательного процесса в дошкольных учреждениях. Физическое воспитание не только способствует укреплению здоровья, но и формирует у детей навыки самостоятельности, ответственности и позитивного отношения к спорту. Центральную роль в организации физического воспитания играют педагоги дошкольного образования (воспитатели), обеспечивая систематический подход к физической активности и здоровому образу жизни детей.

Важно помнить, что физическое развитие детей должно быть интегрировано в образовательный процесс, а не рассматриваться как отдельная дисциплина. Это требует от воспитателей глубокого понимания физиологии и психологии детей, а также умения адаптировать образовательные программы под их потребности.

Исследования показывают, что регулярная физическая активность в раннем возрасте способствует развитию моторных навыков, координации и силы, что в будущем влияет на успехи в учебе и социальной адаптации. Для реализации регулярности, воспитателю необходимо внедрять разнообразные методы и формы работы, чтобы физическая активность была неотъемлемой частью повседневной жизни детей.

В данном контексте перед воспитателем стоит ключевая задача – интегрировать физическое воспитание в максимально возможное количество образовательных мероприятий в течение дня, охватывая при этом различные сферы развития детей.

Одной из таких сфер является личная гигиена. Привитие навыков гигиены помогает детям осознать важность заботы о своем теле. Элементарные представления, как правильно мыть руки, чистить зубы и ухаживать за своим телом, в будущем станут основой для укрепления здоровых привычек.

Также через трудовое воспитание, внедрение практики самостоятельной уборки одежды и игрушек происходит не только формирование ответственности и порядка у детей, но и развитие координации движений. Процесс уборки требует от детей активного участия и включает в себя такие моторные навыки, как сгибание, наклоны, поднятие и перенос предметов. Эти действия направлены на укрепление мышечного тонуса. Кроме того, регулярное выполнение подобных задач помогает детям развивать пространственное восприятие и организованность, что благоприятно сказывается на их общей физической и когнитивной активности.

Основой физического воспитания, несомненно, являются регулярные утренние зарядки и физкультминутки, которые развивают физическую силу, выносливость, способствуют повышению концентрации и поднятию настроения. Воспитатели могут использовать разнообразные формы зарядки, включая игры и музыкальные элементы, чтобы сделать занятия более интересными и увлекательными для детей. Физкультминутки могут быть интегрированы в образовательные занятия, с целью чередования умственной и физической активности, что повысит работоспособность и сбросит напряжение. Подобного рода занятия также рекомендуется сопровождать дыхательной гимнастикой. Дыхательные упражнения улучшают кислородный обмен, укрепляют дыхательную мускулатуру и помогают детям лучше контролировать свои эмоции.

Одним из важных аспектов физического развития также является артикуляционная гимнастика. Она включает в себя движения языка, губ и челюсти, что требует от детей концентрации и координации. Это не только улучшает их речевые навыки, но и помогает улучшать мелкую моторику, что, в свою очередь, успешно сказывается на других аспектах их физического и умственного развития.

В рамках дошкольного образования физическое воспитание неразрывно связано с игровой деятельностью. Подвижные игры формируют позитивное отношение детей к физической активности, способствуют их всестороннему развитию, помогают осознать важность движения для здоровья. Воспитатели могут использовать различные виды игр, включая командные и индивидуальные. Игры, в которых дети взаимодействуют друг с другом, учат работать сплоченно, делиться, слушать и уважать мнение других, что является важным аспектом их социального развития. Такие игры могут быть как структурированными, так и спонтанными, позволяя проявлять креативность и инициативу.

В разговоре про игры не стоит забывать о конструкторах, пазлах или мозаике. Сюда же можно отнести рисование, лепку, перекладывание, сортировку и создание различных узоров из круп или мелких игрушек. Эти виды деятельности направлены на развитие мелкой моторики, координации движений, что является основой для выполнения более сложных физических задач в будущем. Также мелкая моторика тесно связана с развитием когнитивных функций, таких как внимание, память и речь.

Для укрепления иммунитета физическая культура должна включать закаливание, особенно в летний период, когда дети могут активно взаимодействовать с природой, повышая устойчивость организма к неблагоприятным факторам окружающей среды. Это может быть реализовано через игры с водой, прогулки босиком и активные игры на свежем воздухе. Контакт с холодной водой активирует защитные механизмы организма, что помогает детям легче переносить изменения температуры. Прогулки босиком по траве, песку или воде способствуют укреплению стопы и развитию вестибулярного аппарата. Это также помогает детям лучше чувствовать окружающую среду и развивает их сенсорные навыки. Воздушные процедуры, такие как игры на свежем воздухе, активные физические нагрузки и дыхательные упражнения, также играют важную роль в закаливании. Пребывание на свежем воздухе улучшает обмен веществ и общее состояние здоровья детей.

Одним из эффективных способов развития интереса к физической культуре являются тематические беседы о видах спорта, известных спортсменах, их опыте и достижениях. Такую работу можно проводить в виде проектной деятельности, бесед, викторин.

**Следуя стандартам ФГОС, важно детям обеспечить** пространство для свободной игры и физической активности, где дети могут самостоятельно исследовать и развивать свои физические навыки. Это может включать в себя спортивные площадки, игровые зоны и оборудование для активных игр.

Формирование положительного отношения к физической культуре стоит рассматривать и в семейном контексте. Воспитатели могут организовывать родительские собрания, семинары, мастер-классы, на которых будут обсуждаться вопросы здорового питания, физической культуры и спорта, важности закаливания и активного образа жизни. Это поможет родителям лучше понимать, как они могут поддерживать физическое развитие своих детей дома. Воспитатели должны активно общаться с родителями и предоставлять им обратную связь о физическом состоянии и здоровье их детей. Это может включать в себя регулярные отчеты о достижениях детей, рекомендации по физическим упражнениям и советы по организации активного досуга. Эффективным способом взаимодействия ребенок-родитель в физическом воспитании являются спортивные праздники и мероприятия, где родители могут участвовать

вместе с детьми. Это укрепляет семейные связи и формирует общую физическую культуру.

Опираясь на стандарты ФГОС, исследования и опыт о физическом воспитании детей в дошкольных учреждениях можно сделать вывод, что интеграция физического воспитания в образовательный процесс способствует укреплению здоровья, формированию социальных навыков и положительного отношения к спорту. Воспитатели играют ключевую роль в организации физической активности и создании условий для ее внедрения. Применение разнообразных методов, умение адоптировать образовательные программы, а также внимание к личной гигиене и трудовому воспитанию, помогут сформировать у детей стойкие привычки, которые будут положительно влиять на развитие в будущем.

Важно отметить, что системность и регулярность в организации физической активности являются необходимыми условиями для достижения поставленных целей. А вовлечение родителей в процесс физического воспитания помогает укреплять здоровые привычки у детей и укреплять семейные ценности.

Таким образом, реализация принципов ФГОС в области физического воспитания создает условия для всестороннего развития личности ребенка, что является важным шагом к его здоровью, успешной социальной адаптации и будущим достижениям.

**Список литературы**

1. Гладских Л. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, как одно из приоритетных направлений в системе современного дошкольного образования // Научный журнал. 2016. №7 (8).

2. Пархоменко Е.А. Особенности уровня готовности детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и выполнению нормативов ВФСК «ГТО» // В сборнике: Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта. Материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2023. С. 391-393.

3. Пасмурова Л.Э. Активизация двигательной деятельности детей дошкольного возраста посредством игр с элементами спорта // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2008. №4 (9).

4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: [Электронный ресурс]. – М.: Министерство образования и науки Российской Федерации, 2013 URL: https://fgos.ru/fgos/fgos-do/ (дата обращения: 10.10.2024)

5. Широкова Г.А. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. //Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 222 с.

6. Шишкина В.А. Двигательное развитие дошкольника: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В. А. Шишкина. - Мозырь: Белый Ветер, 2014. - 133 с.

**УДК 373.2**

# РОЛЬ ДЕТСКОЙ МУЛЬТИПЛИКАЦИОННОЙ СТУДИИ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Г.Н. Шевырдяева, И.Н. Стаценко
Центр развития ребенка детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье авторами раскрывается опыт работы по применению технологии создания мультфильмов для развития интереса и расширения знаний детей о физических упражнениях, гимнастике. Рассматриваются этапы создания мультфильмов, процесс работы над которыми способствует физическому развитию детей дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** физическое развитие, мультипликационная студия, мультфильм, гимнастика, дошкольники, сюжет.

Необходимость физического развития детей отмечается в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования [3] и Федеральной образовательной программе дошкольного образования [5]. Чтобы физическое развитие детей дошкольного возраста было успешным, важно заинтересовать детей, сформировать у них мотивацию к занятиям физкультурой и спортом.

В данной статье мы расскажем о нашем опыте формирования мотивации детей к занятиям физической культурой (в частности, гимнастикой) посредством деятельности в мультипликационной студии.

Отметим, что предварительно мы изучили технологию создания детской мультипликационной студии. На эту тему издано немного книг, тем не менее, они существуют. В частности, это работы О.П. Дунаевской [1], Е.Р. Тихоновой [4], К. Харт [6] и др.

Наша идея состояла в том, чтобы предложить детям создать мультфильмы о человечках, которые занимаются гимнастикой. Через творческую деятельность по созданию мультфильмов у детей формируется мотивация.

В течение трех лет у нас действует мультипликационная студия, в которой занимаются дети среднего и старшего дошкольного возраста. Дети под нашим руководством создают разнообразные мультфильмы – от самых простых мультфильмов до сложных сюжетов.

В качестве примера приведем создание детьми мультфильма «Друзья и веселая гимнастика». На первом этапе дети придумали сюжет будущего мультфильма. Встречаются два человечка – один грустный, а второй радостный. Грустный человечек такой, потому что он мало двигается, а веселый человечек подвижный, ему хорошо. Веселый человечек предлагает грустному человечку научиться выполнять физические упражнения. Вместе

они занимаются гимнастикой, у них повышается настроение, уходят тучи и выходит солнце.

Мы решили с детьми, что человечки будут показывать комплекс утренней гимнастики, в том числе упражнения с мячом.

На втором этапе мы с детьми определились с техникой выполнения мультфильма. Решили, что это будет пластилиновый мультфильм. Дети слепили из пластилина человечков, а также фон – лесную полянку, деревья, тучи, солнце (все из разноцветного пластилина).

На третьем этапе работы над мультфильмом дети создавали кадры – двигали персонажей мультфильма по фону в соответствии с задуманным сюжетом и фотографировали все перемещения персонажей, а также изменения фона (сначала тучи, потом солнце). Полупрофессиональная зеркальная фотокамера была установлена на штативе.

В процессе создания мультфильма мы обращали внимание детей на ценность гимнастики для сохранения и укрепления здоровья, на особенность выполнения упражнений, на ее технику, разнообразие видов упражнений. Во время создания мультфильма у детей формировалось осознание ценности гимнастики, дети приобщались к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту.

Когда дети сгибали пластилиновые ручки и ножки человечков, они запоминали, как нужно выполнять гимнастику.

Поскольку деятельность по созданию мультфильмов требует повышенной концентрации внимания детей, мы предусмотрели перерывы, когда дети могут отдохнуть. Во время таких перерывов мы предложили детям выполнять несколько гимнастических упражнений. Таким образом, дошкольники повторяли упражнения за пластилиновыми человечками, тем самым еще лучше запоминали технику выполнения упражнений.

В ходе четвертого этапа дети на компьютере с нашей помощью монтировали кадры мультфильма и озвучивали персонажей. Дети учились менять тембр и силу голоса, проявлять эмоции персонажей.

Наконец, на пятом этапе подготовки мультфильма дети создали титры и наложили музыкальное сопровождение.

Когда мультфильм был готов, мы опубликовали его в социальных сетях и на сайте детского сада, показали родителям воспитанников, а также продемонстрировали детям других групп, чтобы заинтересовать и их мультипликационной студией.

Следует обратить внимание на то, в чем состоит ценность мультипликационной студии для физического развития детей. В связи с тем, что в дошкольном возрасте просмотр мультфильмов является одним из самых любимых занятий детей, они проявляют большой интерес и к созданию мультфильмов. Когда у детей есть интерес к деятельности, то любая информация, которая доносится до детей во время такой деятельности, хорошо усваивается детьми. В частности, дети осознают важность занятий гимнастикой при создании мультфильмов, посвященных гимнастике. Кроме

того, в процессе создания мультфильмов у детей развиваются творческое мышление, коммуникативные навыки, умения работать в команде.

Таким образом, мы убедились в том, что деятельность, которая вызывает у детей значительный интерес (в частности, создания мультфильмов), является хорошей основой для закрепления ценных знаний, в том числе в сфере физического развития детей [2].

**Список литературы**

1. Дунаевская О.П. Секреты детской мультипликации. Москва : Линка-Пресс, 2017. 135 с.

2. Пархоменко Е.А. Мультипликационные фильмы как способ развития нравственности у детей старшего дошкольного возраста / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубовова, З. Р. Совмиз [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12(202). – С. 283-287.

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // Российская газета. 2013. №265. 25 ноября.

4. Тихонова Е.Р. Рекомендации по работе с детьми в студии мультипликации. Новосибирск : Поиск, 2011. 59 с.

5. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. Москва : Сфера, 2023. 208 с.

6. Харт К. Учимся рисовать персонажей мультфильмов. Москва: Бомбара, 2022. 136 с.

**УДК 373.2**

# ФОРМЫ РАБОТЫ ПО РАСШИРЕНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ВИДАХ СПОРТА

С.П. Шмалий, Ю.С. Прокопенко
Центр развития ребенка детский сад № 115, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются формы работы, которые воспитатели детского сада применяют для расширения представлений детей о спорте и физической культуре. Авторы делятся опытом применения дидактических и подвижных игр, бесед, презентаций, физкультурных досугов и праздников и других форм работы с детьми.

**Ключевые слова:** спорт, физическая культура, подвижные игры, дошкольники, формы и методы работы, расширение представлений

Важным для формирования здорового образа жизни у дошкольников является расширение представлений детей о видах спорта и физической культуре. Чтобы такая работа была наиболее эффективной, мы применяем разнообразные формы информирования детей.

Расширение представлений о физкультуре и спорте является формированием когнитивного компонента, то есть знаний детей. Формируем два типа знаний у дошкольников. Первый тип – знания и осознание детьми ценности физкультуры и спорта для сохранения и укрепления физического и психического здоровья. Второй тип – знание о том, какие существуют физические упражнения, как их правильно выполнять, какие есть виды спорта и в чем их особенности и т.д. В своей работе мы формируем у детей знания и первого, и второго типа, так как они взаимосвязаны.

Применяем сочетание трех методов – наглядного, словесного и практического. Так знания детей о физкультуре и спорте закрепляются быстро и эффективно.

Применяем такую форму работы, как показ детям компьютерных презентаций о спорте и физкультуре. Нами подготовлено несколько презентаций, которые мы показываем детям, сопровождая словесными пояснениями, а после презентаций проводим беседы с детьми. Из презентации «Виды спорта» дети узнают о том, что есть волейбол, теннис, хоккей, баскетбол, спортивная гимнастика и другие виды спорта, в чем их особенности. Когда мы показываем детям презентацию на тему «Гимнастика», они узнают, какие физические упражнения полезно выполнять.

Проводим с детьми беседы о значении физической культуры и спорта. Во время таких бесед дети не только получают новую информацию о том, какие упражнения нужно выполнять, сколько времени проводить на свежем

воздухе, какие есть виды спорта, но и учатся рассуждать. В ходе рассуждений дети самостоятельно делают выводы о том, что физкультура – это часть здорового образа жизни, движения необходимы организму человека.

Мы видим, что высокую эффективность в работе с детьми показывают также дидактические игры. Нами подобрана картотека дидактических игр, благодаря которой знакомим детей с видами спорта и физической культурой. Применяем словесные и настольно-печатные дидактические игры. Проводим с детьми игры «Угадай вид спорта», «Повтори движения за человечком» и др.

Чтобы приобщить семьи к данной работе, мы рассказываем о способах формирования интереса детей к физкультуре и спорту на родительских собраниях. Предлагаем родителям воспитанников варианты, как организовать активный досуг детей, в какие спортивные игры можно поиграть со своими детьми.

В этом учебном году организовали фотовыставку «Спорт в моей семье». Дети принесли фотографии со своими родителями, на которых они занимаются спортом.

Показ детям презентаций, беседы, дидактические игры, фотовыставки – это словесные и наглядные методы. Но мы также применяем и практический метод. В частности, проводим для детей физкультурные праздники и досуги. Такие мероприятия приурочены к праздникам Всероссийский день бега, Всероссийский день ходьбы, День зимних видов спорта в России и др. Во время спортивных праздников дети участвуют в эстафетах, тянут канат, катаются на санках и т.д.

Применяем такую форму работы в рамках практического метода, как участие детей в проектной деятельности. Мы разработали проект для дошкольников под названием «Мы познаем спорт». Детям было предложено выбрать вид спорта, о котором бы они хотели узнать больше, а потом подготовить доклады об этом виде спорте. Каждый дошкольник в группе выбрал свой вид спорта. Дети вместе с родителями изучали, какие бывают виды спорта, какие есть достижения российских спортсменов в этих видах спорта, в чем специфика спорта, какой спортивный инвентарь используется и т.д. Дети выступали с докладами перед своими сверстниками, показали заранее подготовленные иллюстрации, отвечали на вопросы. Так расширялись представления детей о видах спорта, дети учились выступать, защищать свои проекты.

Другой формой работы, которую мы применяем в работе с детьми, является организация двигательной деятельности. Организуем для детей подвижные игры и комплексы гимнастики. Игры и гимнастику проводим в группе и на участке детского сада. Учитываем время года и погодные условия при организации игр на улице.

Следует отметить, что все мероприятия для расширения представлений детей о физкультуре и спорте проводятся нами на систематической основе,

они включены в календарно-тематический план, который составляется ежегодно перед началом каждого нового учебного года.

Чтобы работа по приобщению детей к физической культуре и спорту всегда была эффективной, повышаем свои компетенции, изучая работы исследователей, изучавших данные вопросы: это труды В.В. Гавриловой [1], Т.П. Завьяловой [2], Т.А. Семеновой [5], Н.М. Соломенниковой [6], Е.А. Пархоменко [3,4], Т.В. Цветковой [7] и других авторов.

В заключение отметим, что применение разнообразных форм в работе с детьми позволяет повышать интерес детей к теме физкультуры и спорта, формирует осознанное отношение детей к своему здоровью, расширяет представления о физической активности и спорте. При подборе форм работы, в том числе дидактических и подвижных игр, мы учитываем возраст детей, подбираем различающиеся задания для каждой возрастной группы.

**Список литературы**

1. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Москва: Учитель, 2022. 188 с.
2. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста. Москва: Юрайт, 2022. 350 с.
3. Пархоменко Е.А. Особенности уровня готовности детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и выполнению нормативов ВФСК "ГТО" // В сборнике: Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта. Материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2023. С. 391-393.
4. Пархоменко Е.А., Алешин Е.А. Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2022. № 12. С. 6-8.
5. Семенова Т.А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста. Москва: ИНФРА-М, 2019. 448 с.
6. Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. Москва : Учитель, 2020. 135 с.
7. Цветкова Т.В. Подвижные игры для детей. Москва: Сфера, 2018. 128 с.

**УДК 373.24**

# ВАРИАТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КРУПНОГО ТАКТИЛЬНОГО КОНСТРУКТОРА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО И МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.А. Штейн, Г.Н. Аксенова, Е.В. Шуркина
Детский сад комбинированного вида № 138, г. Краснодар Россия

**Аннотация.** В статье рассматриваются вариативность и потенциал крупного тактильного конструктора при использовании его элементов в качестве атрибутов к физическим упражнениям и подвижным играм в работе с детьми раннего и младшего дошкольного возраста. Авторы акцентируют внимание на то, что работа с конструктором способствует сенсорному развитию детей, формированию моторных навыков и координации движений. Раскрываются практические основы различных видов активности с использованием конструктора, направленные на развитие мелкой и крупной моторики, пространственного мышления и социальных навыков.

**Ключевые слова:** тактильный конструктор, ранний возраст, младший дошкольный возраст, сенсомоторное развитие, физическое развитие.

Ранний возраст – важнейший этап физического, психического и социального развития личности ребенка. Происходит интенсивное становление функций мозга и органов, особенно коры головного мозга. Функции коры головного мозга не являются наследственно фиксированными, их развитие происходит благодаря взаимодействию организма с окружающей действительностью. В этот период закладываются основы для дальнейшего развития и здоровья ребенка, так как формируется максимальный темп предпосылок развития организма.

У каждого здорового ребенка в возрасте до трех лет отмечается повышенная степень ориентировочной реакции на окружающие объекты. Этот возрастной фактор способствует развитию сенсомоторных потребностей [4]. Следовательно, необходимо обеспечить разнообразие и насыщенность впечатлений в жизни малышей, так как сенсорные потребности стимулируют высокую двигательную активность, а движение является естественным состоянием ребенка, способствующим развитию творческих способностей, фантазии, эмоциональной окраске движений и др. [1].

Третий год жизни ребенка является благоприятным для формирования двигательных умений и навыков. Однако формирование двигательного опыта ребенка – процесс длительный, требующий многократного повторения физических упражнений, их закрепления в игровых ситуациях [2].

Гибкость и пластичность развития ребенка, системные особенности образования детей раннего возраста, заложенные федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, определяют ключевые направления физического развития детей третьего года жизни [5].

Современные подходы к дошкольному образованию требуют использования современных материалов в занятиях и играх с детьми младшего дошкольного возраста. Один из таких материалов – крупный тактильный конструктор, состоящий из блоков из плотного пластика со стороной 21 см, разной формы (квадрат, треугольник) и цвета (зеленый, красный, желтый, синий). Квадратные блоки также различаются по количеству отверстий в них: зеленые блоки без отверстий, красные с одним отверстием на весь блок, желтые с четырьмя квадратными отверстиями-окошками, и синие с тремя продолговатыми отверстиями-щелями. С помощью пазов по краям блоков их можно соединить в различные плоские фигуры – дорожки, квадратные поля, заборчики; или объемные формы – кубы, параллелепипеды, треугольные пирамиды и др.

Несмотря на его явную многозадачность, крупный тактильный конструктор до сих пор не имеет примеров структурированного систематического использования в физическом развитии детей дошкольного возраста. Несомненно, что и при использовании такого конструктора только для строительных игр, у детей автоматически будет развиваться крупная моторика, координация движений (попасть пазом в нужный паз требует хорошей координации), пространственное мышление.

Следует отметить, что при всем многообразии методов и средств, используемых в занятиях по физическому развитию, конкретно для детей раннего и младшего дошкольного возраста подобных пособий и методик не может быть слишком много. Дети раннего возраста с гораздо большей охотой выполняют физические упражнения с игровыми атрибутами, чем без них, несмотря на игровую форму занятий. Это связано с особенностями развития детей 2-3 лет, воспринимающих мир через призму взаимодействия с предметами. Мышление детей этого возраста имеет наглядно-действенный характер, а ведущей деятельностью является предметная игра. Собственно, дети могут повторить упражнение за педагогом и без атрибутов, но быстро потеряют к дальнейшему интерес, который не будет поддерживаться их главным приоритетом в раннем возрасте – игрушкой [3].

Соответственно Федеральной образовательной программой дошкольного образования одними из основных задач образовательной деятельности в области физического развития детей раннего и младшего дошкольного возраста выделены:

- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям.

Таким образом, одной из важнейших задач педагога в области развития движений является формирование у малышей эмоционального отклика и желания участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях, поддерживаемые интересными и необычными атрибутами [6].

Крупный тактильный конструктор может быть использован как в занятиях по физическому развитию с детьми раннего возраста (в качестве атрибутов для общеразвивающих упражнений, например), так и в подвижных играх. Большим плюсом использования тактильного конструктора является то, что в процессе упражнений и подвижных игр с ним дети, используя блоки различного цвета, ситуативно будут закреплять в памяти названия основных цветов, учиться легко отличать их друг от друга, так как блоки одного цвета всегда имеют одно и то же количество отверстий.

В качестве примеров использования тактильного конструктора в физическом развитии дошкольников мы представляем несколько упражнений и подвижных игр по физической культуре для детей раннего возраста:

✓ «Зайка прыгает через канавку» - прыжки через квадратные блоки тактильного конструктора, соединенные в полосу (с помощью детей) на двух ногах. Упражнение выполняют одновременно все дети. Они вместе с воспитателем становятся у дорожки, выложенной из конструктора. Воспитатель следит, чтобы ноги у детей были слегка расставлены, ступни параллельны. Малыши делают небольшое приседание и по сигналу «хоп» прыгают через дорожку. Затем все поворачиваются кругом и вновь прыгают по сигналу воспитателя. Упражнение повторяется 4-6 раз.

✓ Упражнение на развитие движений «Выгляни в окошко» - дети используют блоки с одним большим отверстием, держа их в обеих руках, опускают вниз, поднимают вверх, и по сигналу воспитателя «выглядывают в окошки». Упражнение повторяется 4-6 раз.

✓ «Пройди по мостику» - ходьба по ограниченной поверхности. Дети идут друг за другом по дорожке из сплошных блоков тактильного конструктора, соединенных в полосу. Руки держать свободно. Воспитатель поддерживает за руку тех детей, которые боятся. Упражнение выполняется 2-3 раза.

✓ Подвижная игра «Через ручеек». На середине зала помещают квадратные блоки тактильного конструктора, соединенные в полосу – ручеек. По сигналу воспитателя дети идут к ручейку, переступают его, выходят на полянку, играют, собирают цветы и т. д. По сигналу «домой» опять переступают через ручеек и возвращаются на свои места. Игра повторяется 2-3 раза.

✓ Подвижная игра «Кошечки гуляют». На блоки тактильного конструктора, собранные в кубы, помещается гимнастическая палка. Дети ползают на четвереньках вокруг, и подлезают под препятствие - «кошечки» гуляют, «кошечки идут домой». Игра проводится на коврике.

✓ Упражнение «Перейди полянку». Из разных блоков тактильного конструктора собирается сплошное поле, через которое детям предлагается перейти, ступая только на блоки определенного цвета.

Предложенные варианты использования тактильного конструктора в развитии двигательной активности детей являются первоначальной идеей, нуждающейся в более детальной разработке. Тем не менее, можно с уверенностью сказать, что использование крупного тактильного конструктора в организации двигательно-игровой деятельности может являться одним из эффективных средств физического развития детей раннего и младшего дошкольного возраста.

**Список литературы**

1. Вебер Р.А. Психолого-педагогические основы физического развития личности / Р.А. Вебер // Вопросы дошкольной педагогики. - 2018. - №3. - С. 17-21.

2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок»/ Под ред. И.А. Лыковой, Е.А. Сагайдачной. - М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. - 80 с.

3. Волошина Л.Н., Серых Л.В., Курилова Т.В. Парциальная программа и авторская технология «Мой веселый, звонкий мяч». Физическое развитие детей раннего возраста / Под ред. И.А. Лыковой, Е.А. Сагайдачной. - М.: Издательский дом «Цветной мир», 2020. - 64 с.

4. Ким Т.К. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста / Т.К. Ким; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. - Москва: МПГУ, 2015. - 204 с.

5. Семенова Т.А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях - Ростов н/Дону: Феникс, 2018. - 98 с.

6. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. - М.: ТЦ Сфера, 2023. - 224 с.

**УДК 373.2**

# ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РУССКИХ НАРОДНЫХ ИГР С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: РАЗВИТИЕ И ВОСПИТАНИЕ ЧЕРЕЗ ТРАДИЦИИ

Е.В. Шуркина, А.А. Штейн, Г.Н. Аксенова
Детский сад комбинированного вида № 138, г. Краснодар, Россия

**Аннотация.** Данная статья посвящена особенностям и возможностям использования русских народных игр для развития и воспитания детей старшего дошкольного возраста, опираясь на традиции. Анализируется образовательная перспективность таких игр, их воздействие на формирование коммуникативных навыков, нравственных ценностей, интеллекта и физической подготовки дошкольников. Акцентируется внимание на важности глубокого понимания игрового спектра и методов педагогического управления для успешного внедрения народных игр в жизнь дошкольников.

**Ключевые слова:** русские народные игры, старший дошкольный возраст, коммуникативные навыки, нравственные ценности, физическое развитие.

Долгий, исторический путь существования любой игры свидетельствует о том, что среди множества ценностей социума существуют игровые традиции, которые неподвластны временным рамкам. Народное игровое творчество – сегмент важнейшей составляющей человеческой культуры народов России, являющийся важным механизмом накопления, сохранения и развития традиций.

Народные игры представляют собой образцы, которые на протяжении столетий подвергались обработке и гармоничному сочетанию, обеспечивая эстетическую завершенность посредством словесных и музыкальных текстов, динамичных действий, богатой символики и лексики. Игры, подобно обрядам и праздникам, обладают историческим и бытовым значением, поскольку в них находят свое отражение этнографические особенности народа и его язык.

Народная игра является естественным элементом жизни ребенка, источником позитивных эмоций и обладает мощным воспитательным потенциалом. Она отражает образ жизни русского народа, включая бытовые аспекты, трудовую деятельность, культурные ценности и представления о таких качествах, как честь, смелость, мужество, сила, ловкость, выносливость, быстрота движений, а также смекалка, выдержка, творчество, находчивость, воля и стремление к победе. Радость движения и состязания сочетается с духовным развитием и обогащением детей [5].

В настоящее время существует необходимость возрождения и сохранения традиций народных игр для передачи культурного наследия от поколения к поколению. Это особенно важно в контексте Федерального государственного образовательного стандарта и Федеральной образовательной программы дошкольного образования в направлении физического развития и патриотического воспитания дошкольников в ДОО и семье [6].

Народные игры всегда были ключевой составляющей развития личности, так как в них развиваются различные аспекты человеческой природы: воображение, фантазия, логическое мышление, интуиция, чувство ответственности, коллективизм. Игры способствуют воспитанию физической и умственной активности, поскольку требуют живого, энергичного, осознанного и целенаправленного действия. Соблюдение правил в процессе игры учит ребенка основам гражданственности, так как сначала он учится уважать правила игры, а затем и законы государства [3].

Мудрость народных игр состоит в сохранности средств, методов, форм, приемов, которые актуальны и эффективны не только в физическом развитии и воспитании подрастающего поколения. Их глубокий смысл заключается в важной роли физической и духовной жизни, которая прослеживается в истории и культуре русского народа. Это позволяет приобщаться к культурному наследию своего народа, формировать основы здорового образа жизни и приобретать важные навыки и качества, необходимые для успешной социализации и самореализации в будущем [1].

Необходимо отметить, что важным фактором для организации и проведения народных подвижных игр являются этапы, которые структурированы следующим образом:

*Выбор игры*

Игры отбираются в соответствии с задачами воспитания, с учетом уровня физического и умственного развития детей, их двигательных умений, состояния здоровья каждого ребенка, его индивидуальных типологических особенностей, времени года, особенностей режима, места проведения, интересов детей.

*Создание интереса к игре*

Если создать интерес к игре, дети лучше усвоят правила игры, более четко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъем. Можно, например, загадать загадку, задать вопросы, прочитать стихи, показать детям предметы, игрушки, которые встретятся в игре.

*Организация играющих, объяснение игры*

Объясняя игру, важно правильно разместить детей. Можно построить группу в шеренгу, полукругом или собрать около себя (стайкой). Педагог должен стоять так, чтобы его видели все (лицом к детям при построении в шеренгу, полукругом; рядом с ними, если дети собраны в круг).

В старших группах педагог сообщает название, раскрывает содержание и объясняет правила еще до начала игры. Если игра сложная, не

рекомендуется сразу же давать подробное объяснение, а лучше поступить так: сначала разъяснить главное, а потом, в процессе игры, дополнить основной рассказ деталями. Объяснение содержания и правил игры должно быть кратким, точным и эмоциональным. Большое значение при этом имеет интонация. Объясняя, особо нужно выделить правила игры. Движения можно показать до начала или в ходе игровых действий. Это обычно делает сам воспитатель, а иногда кто-либо из детей по его выбору. Объяснение часто сопровождается показом.

Успешное проведение игры во многом зависит от профессионального распределения ролей. В старшей группе сначала объясняют игру, затем распределяют роли и размещают детей. Если игра проводится впервые, то это делает воспитатель. Разметить площадку для игры можно заранее либо во время объяснения и размещения играющих. Инвентарь, игрушки и атрибуты раздают обычно перед началом игры, иногда их кладут на обусловленные места, и дети сами берут.

*Проведение игры и руководство ею*

Игровой деятельностью детей руководит воспитатель. В старшей группе воспитатель вначале выполняет главную роль сам, а затем передает ее детям. Он участвует в игре и тогда, когда не хватает пары.

Воспитатель подает команды или звуковые и зрительные сигналы к началу игры: удар в бубен, барабан, погремушку, музыкальный аккорд, хлопки в ладоши, взмах цветным флажком, рукой и т.д.. Звуковые сигналы не должны быть слишком громкими: сильные удары, резкие свистки возбуждают детей. Педагог следит за действиями детей и не допускает длительных статических поз (сидение на корточках, стояние на одной ноге, поднятие рук вперед, вверх), вызывающих сужение грудной клетки и нарушение кровообращения, наблюдает за общим состоянием и самочувствием каждого ребенка.

Руководя игрой, педагог воспитывает нравственность ребенка; формирует у него правильную самооценку, взаимоотношения детей друг с другом, дружбу и взаимовыручку, учит преодолевать трудности. Правильное педагогическое руководство игрой помогает ребенку понять себя, своих товарищей, обеспечивает развитие и реализацию его творческих сил, оказывает психокоррекционное, психотерапевтическое воздействие.

*Окончание игры и подведение итогов*

Заканчивается игра ходьбой, постепенно снижающей физическую нагрузку и приводящей пульс ребенка в норму. С детьми старшего дошкольного возраста подводятся итоги игры: отмечаются те, кто правильно выполнял движения, проявлял ловкость, быстроту, смекалку, сообразительность, соблюдал правила, выручал товарищей. Воспитатель называет и тех, кто нарушал правила и мешал товарищам. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться еще лучших результатов. К обсуждению проведенной игры надо привлекать всех детей. Это приучает их к анализу

своих поступков, вызывает более сознательное отношение к выполнению правил [4].

Народные подвижные игры имеют свои особенности и характеристики, которые необходимо учитывать при выборе и проведении игр. Продуманная методика проведения игр способствует раскрытию индивидуальных способностей ребенка, помогает воспитать его здоровым, бодрым, жизнерадостным, активным, умеющим самостоятельно и творчески решать самые разнообразные задачи [2].

Вашему вниманию кейс русских народных игр, возможных для использования по разным направлениям игрового взаимодействия в ДОО:

**Человек и природа:** 1. Белки, зайцы, мыши. 2. Бои петухов. 3. Волк во рву. 4. Волк и гуси. 5. Волки и овцы. 6. Ворон-синица. 7. Вороны и воробей. 8. Гуси-лебеди. 9. Зайцы и морковка. 10. Змейка. 11. Караси и карпы. 12. Коровки. 13. Коршун. 14. Кот и мышь. 15. Кошки-мышки. 16. Медведь, что ешь. 17. Мышки и две кошки. 18. Не боимся мы кота. 19. Переселение лягушек. 20. Пчелки и ласточки. 21. Ручеек. 22. У медведя во бору. 23. Филин и пташки. 24. Хромая лиса.

**Быт русского народа:** 1. Бабы. 2. Встречный бой. 3. Дедушка-рожок. 4. Домики. 5. Заря. 6. Золотые ворота. 7. Игры с песнями и хороводами. 8. Каравай. 9. Кашевары. 10. Корзинки. 11. Ловись рыбка. 12. Невод. 13. Охотники и утки. 14. Птицелов. 15. Рыбаки. 16. Удочка. 17. Шишки, желуди, орехи.

**Игры русских детей:** 1. Бабки. 2. Башни. 3. Вышибалы. 4. Горелки. 5. Городки (рюхи, чухи). 6. Городок-бегунок. 7. 12 палочек. 8. Жмурки. 9. Игровая. 10. Игры с бегом. 11. Игры с веревочкой. 12. Игры с завязанными глазами. 13. Игры с мячами. 14. Игры с прыжками. 15. Котлы. 16. Кто дальше. 17. Лапта (тягло, бить-бежать). 18. Ловишки. 19. Ляпка. 20. Народный мяч. 21. Платочек-летуночек. 22. Пустое место. 23. Салки. 24. Снежки. 25. Считалки. 26. Третий-лишний. 27. Хоровод. 28. Чехарда. 29. Чижик (пыж, муха). 30. Шлепанки.

**Русские народные состязания:** 1. Бои на бревне. 2. Достань камешек. 3. Колокол. 4. Перетягивания в парах (сидя, стоя, за руки, за веревку, за палку). 5. Перетяни за черту. 6. Тары-бары. 7. Тяни в круг. 8. Тяни на булавы. 9. Цепи-кованные.

Итак, у детей всех возрастов, в частности, у детей старшего дошкольного возраста, существует огромная потребность в игре. И очень важно использовать народные подвижные игры не только для совершенствования двигательных навыков, но и для воспитания всех сторон личности ребенка.

**Список литературы**

1. Григорьев В.М. Народные игры и традиции в России: методическое пособие / Григорьев В.М. – М.: Прометей, 1991. – 173 с.

2. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада / Под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.: ил.

3. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет. сада / Под ред. Л.В. Руссковой. – М.: Просвещение, 1986. – 79 с., ил.

4. Нисловская Л.А., Фришман И.И. Русские народные игры. Учебно-методическое пособие. – Москва 2017. – 61с.

5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.

6. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. – М.: ТЦ Сфера, 2023. – 224 с.

# СОДЕРЖАНИЕ

## РАЗДЕЛ 1

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ КВАЛИФИКАЦИЙ. ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ..... 4

**С.Ф. Андриенко**
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ И ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ .....4

**С.П. Аршинник, И.С. Горенюк**
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ИСПЫТАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО .....8

**Е.Н. Бехтерева**
НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В РАБОТЕ ДОО .....15

**Т.С. Вотинова**
ВЫГОРАНИЕ СПОРТСМЕНОВ: СИМПТОМЫ И МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ .....20

**Т.А. Головинова, О.С. Горячкина**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ .....23

**А.Р. Горбань, И.А. Кунаковская**
УКРЕПЛЕНИЕ РОЛИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА: РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРВОГО ГОДА РАБОТЫ ЦЕНТРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКИХ СБОРНЫХ КОМАНД КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА .....25

**И.Р. Губайдуллин**
САМОСОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВУЗА В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....30

**М.С. Душко, Ж.А. Терпелец**
ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА ЦИФРОВИЗАЦИЮ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ .....33

**М.Ю. Евтенко**
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА: ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .....37

**А.А. Ефимова, А.А. Сорокин**
КОНТРОЛЬ В ПРОЦЕССЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ .....40

**В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, Т.А. Мосол**
ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ ПРИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ ТРЕНЕРОВ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ....44

**А.А. Левченко, О.Н. Костюкова, А.В. Юдакова**
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ....47

**А.А. Мартиросов, Л.А. Якимова**
ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПРИМЕРЕ ЗАНЯТИЙ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБОЙ....50

**В.Г. Минченко**
СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕНДЫ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА....53

**В.Г. Минченко**
ГОСУДАРСТВЕННОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СКВОЗНЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА....57

**Е.Л. Мишустина**
ПРЕПОДАВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИСТОРИЯ РОССИИ» В ВУЗЕ – РЕГИОНАЛЬНЫЙ И ОТРАСЛЕВОЙ КОМПОНЕНТЫ....61

**А.Г. Пахомов**
ПУТИ И СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ....65

**Т.В. Пономарева, С.А. Хазова, В.В. Положаева**
ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИИ У БАКАЛАВРОВ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ....68

**Е.В. Протасовская, А.В. Проскура**
РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ БРОСКОВ ГАНДБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПОЗИЦИОННОМ И БЫСТРОМ НАПАДЕНИИ....74

**М.О.Русанова**
ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ....79

**И.В. Саенко**
ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ....81

**Л.Г. Самоходкина, А.Ю. Никитина**
ПРИЗНАКИ ФОРМИРОВАНИЯ АДДИКЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ....84

**И.В. Стародубцева, Д.Н. Макаридин**
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: СОСТОЯНИЕ, ОПЫТ, ПЕРСПЕКТИВЫ ..... 86

**А.Ю. Частоедова, Ю.А. Прокопчук, Н.Г. Гончарова**
ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ НА ПРИМЕРЕ КНР ..... 91

**Н.Н. Черевишник, Н.А. Ерохина, О.И. Певзнер**
ЦИФРОВЫЕ МЕДИА-ИНСТРУМЕНТЫ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ ..... 96

**О.В. Шпырня, Ш.У.У. Бобоматов**
ЦИФРОВИЗАЦИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ОСНОВНЫЕ ВОПРОСЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ОТРАСЛИ И ГОСУДАРСТВА ..... 101

**О.В. Шпырня**
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ..... 105

**Н.Г. Шубина, М.С. Шубин, Е.Ю. Клочкова**
О РОЛИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТА ВУЗА В ПЕРИОД ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ ..... 109

**Л.А. Якимова, Н.В. Тютюнникова**
ПРОФЕССИОГРАММА ТРЕНЕРА ПО ФИДЖИТАЛ СПОРТУ КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ..... 114

## РАЗДЕЛ 2

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ..... 117

**О.В. Акопьянц, А.Г. Негреева, А.В. Деговцева**
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ КАК ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЙ ФАКТОР ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 117

**Е.А. Алешин**
ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ ..... 120

**Н.Ю. Анисимова, С.П. Аршинник, В.И. Тхорев**
СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОВ ПО ДАННЫМ ФЕДЕРАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ ..... 124

**Г.А. Баранова, Э.В. Балашова, В.В. Иванова**
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ РЕБЕНКА (ПО ТЕОРИИ «ФИЗИОЛОГИЯ АКТИВНОСТИ» Н.А. БЕРНШТЕЙНА) ..... 127

**Т.В. Бойко, Н.И. Дворкина**
ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 131

**Т.В. Бушма, Е.Г. Зуйкова**
СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ КАК ФУНДАМЕНТАЛЬНОЕ СВОЙСТВО ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА ..... 134

**А.Н. Волков, С.В. Кузнецов**
КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА ..... 139

**Е.А. Егорова, Е.И. Павлова**
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕХОЧКОВОГО БРОСКА У ОБУЧАЮЩИХСЯ 16–17 ЛЕТ В СЕКЦИИ ПО БАСКЕТБОЛУ ..... 142

**Н.В. Иванова**
ПРОБЛЕМА СОПРОВОЖДЕНИЯ И ПОДДЕРЖКИ ЗДОРОВЬЯ ОДАРЕННОГО РЕБЕНКА ..... 150

**Н.В. Иванова**
ОБОГАЩЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ОДАРЕННОСТИ ..... 153

**Е.В. Карданова, А.Н. Коноплева**
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВОЧЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ ..... 157

**Е.Н. Копенская, Н.В. Югова, А.М. Пожилых**
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПОСТРОЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА ..... 162

**О.Г. Лызарь, Е.И. Островская**
АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИЛОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В УСЛОВИЯХ ОГРАНИЧЕННОСТИ ВРЕМЕНИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ..... 167

**Е.А. Магдич**
ФОРМИРОВАНИЕ РЕКРЕАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ..... 172

**И.В. Макрушина**
ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У ОДАРЕННОГО СТАРШЕКЛАССНИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ШКОЛЫ ..... 176

**А.Х. Мамадиев**
РЕЗУЛЬТАТЫ МОТИВАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ С УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖЬЮ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ В СФЕРЕ ПРИОБЩЕНИЯ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ ..... 180

**М.А. Маринович, А.А. Маркова**
АЭРОЙОГА КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЖЕНЩИН 20–30 ЛЕТ ..... 184

**М.А. Маринович, А.В. Куча, А.В. Деговцева**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАЛАНСБОРДА
В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 186

**Е.Д. Митусова, Д.А. Чайченко**
ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ МОНИТОРИНГА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО
СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА ..... 189

**Н.А. Михайлюк**
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФАКТОРОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ МОЛОДЫХ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ ..... 193

**Н.В. Надежина, Н.Е. Поберий, П.Е. Поберий**
ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА
ЭЛЕТРОМИОСТИМУЛЯЦИИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ ..... 198

**Е.И. Ончукова, М.А. Серенко, А.С. Григорьева**
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ БАРЕ-ФИТНЕСОМ
С ЖЕНЩИНАМИ 40–45 ЛЕТ ..... 203

**Н.С. Панина, А.И. Иванова, А.А. Грабовик**
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ЖЕНЩИН
ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ЭЛЕМЕНТОВ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ ..... 207

**Д.В. Панфилов**
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ
В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ..... 210

**В.Б. Парамзин, Р.В. Жур , В.Н. Попов**
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПРИЧИН
И СОДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ШКОЛЫ ..... 213

**Л.Г. Пащенко, А.Р. Галеев, Е.С. Пащенко**
ИЗМЕНЕНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ
У УЧАСТНИКОВ МУЗЫКАЛЬНОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРЫ «BEATSABER»
В ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ ..... 217

**Т.Г. Петрова, Н.А. Корохова, Н.Х. Кагазежева**
ОЦЕНКА УРОВНЯ СИТУАТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГОЛБОЛОМ ..... 222

**В.Д. Подлесных**
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА
В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ ..... 224

**О.А. Полякова, А.Н. Коноплева, А.Ш. Караев**
АКРОБАТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА В ВОЛЕЙБОЛЕ .....227

**В.В. Пономарев, Е.С. Сивухина**
ТРАВМАТИЗМ КАК НЕГАТИВНЫЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ МАССОВОГО
СПОРТА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ.....231

**В.В. Пономарев, А.Н. Левицкая**
РАЗНОУРОВНЕВАЯ МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ПОДВИЖНОСТИ
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СТУДЕНТОК В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ В ВУЗЕ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ.....235

**Т.В. Пономарева, Е.А. Иващенко, А.А. Халилова**
РОЛЬ ИНТЕГРИРОВАННЫХ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
В РАЗВИТИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....240

**С.М. Пятикопов, В.А. Гриненко, А.Р. Окунева**
РАЗВИТИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА
В АЗОВО-ЧЕРНОМОРСКОМ ИНЖЕНЕРНОМ ИНСТИТУТЕ.....245

**Н.И. Романенко, К.А. Лобченко, Л.А. Бесчастных**
МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ НА ОСНОВЕ
ФИТБОЛ-АЭРОБИКИ И ЙОГАЛАТЕС С ЖЕНЩИНАМИ 36–40 ЛЕТ.....250

**С.Н. Садыкова, А.Н. Дондуковская**
ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ
СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ЛИЦ
С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ ВТОРОГО ТИПА.....254

**И.А. Сарапулова, А.А. Беда, С.Н. Кузнецова**
УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ РЕШЕНИЯ ВОПРОСОВ
РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....258

**М.А. Сенченко**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКИ
КАК ВСПОМОГАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ
ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ АКРОБАТИЧЕСКИМ РОК-Н-РОЛЛОМ.....260

**М.А. Сенченко, Н.В. Иванова**
СПОРТИВНАЯ АКРОБАТИКА, КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ
ЭЛЕМЕНТАМ В АКРОБАТИЧЕСОМ РОК-Н-РОЛЛЕ .....264

**А.Ю. Сесюнина**
АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ ПУТЕМ ОБЪЕДИНЕНИЯ КИНЕЗИОЛОГИИ
И СКАЗКОТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА .....268

**Е.В. Старкова, М.А. Шилова, А.И. Пахомов**
ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
ЖЕНЩИНАМИ, ЗАНИМАЮЩИМИСЯ ПАУЭРЛИФТИНГОМ.....270

**В.В. Сударь, С.В. Москвин**
ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПЕРСОНАЛЬНЫМ ФИТНЕС-ТРЕНИНГОМ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ С ЖЕНЩИНАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА ..... 274

**И.В. Тихонова, А.А. Небрат, А.А. Грабовик**
УПРАВЛЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМИ ЗАНЯТИЯМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ..... 278

**Н.Д. Ткачева, С.Ю. Максимова**
ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА ДЕВУШЕК МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ..... 282

**О.С. Трофимова, Е.Н. Надина, С.Ю. Волкова**
ПОВЫШЕНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЖЕНЩИН 45–50 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ АКВАФИТНЕСА ..... 286

**Т.Г. Фадеенко, С.Ю. Валова, М.В. Багрей**
КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕРРЕНКУР В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ..... 290

**В.А. Филиппович**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ ..... 294

**С.А. Фомин**
СИЛОВОЙ ФИТНЕС В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗАХ МВД РОССИИ ..... 297

**С.А. Хазова, Н.Э. Платова**
О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В ВУЗЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКОМ РЕСУРСЕ ПОДГОТОВКИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ ..... 301

**Н.В. Храмцова**
РЕАЛИЗАЦИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ» ЧЕРЕЗ ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 305

## РАЗДЕЛ 3

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ..... 308

**Т.К. Алексеева**
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ ..... 308

**В.О. Алексенко, Н.А. Чуркин**
ФИЗКУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ..... 312

**А.С. Гронская, Г.М. Саакян**
ПРЕДСТАРТОВЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ХАРАКТЕРИСТИК ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ АКРОБАТОК НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ .....314

**С.Н. Гусак**
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОПТИМИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПРОЦЕССОВ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....318

**А.А. Ефименко, Н.И. Шпак**
ЗНАЧЕНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА .....321

**А.В. Казалиева**
ГЕННЫЙ ДОПИНГ В СПОРТЕ.....325

**Б.В. Калинина**
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....329

**И.Н. Калинина**
ПРОБЛЕМЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ В ДЕТСКОМ СПОРТЕ.....333

**Ю.А. Кудряшова, Е.И. Дудкова, М.Е. Кудряшов**
КОРРЕКЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ СТОП С ВЫСОКИМИ СВОДАМИ У СПОРТСМЕНОК ТАНЦЕВАЛЬНОГО СПОРТА .....339

**Д.В. Кузьмин, Д.Л. Гуреев, В.Е. Акшулаков**
ВЛИЯНИЕ КОНТРОЛИРУЕМОЙ БЕГОВОЙ НАГРУЗКИ СТУДЕНТОВ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ .....342

**Т.Р. Мазурова, Е.В. Колокуток**
РАЗВИТИЕ РЕЧИ РЕБЕНКА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ.....345

**О.А. Медведева, Г.Д. Алексанянц, А.В. Гребеник**
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ДЕВОЧЕК 8–11 ЛЕТ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЦИРКОВОМ ИСКУССТВЕ, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОМАТОТИПА .....347

**В.А. Молдован**
ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОВЫШЕНИИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ.....352

**А.С. Новоселецкая, Т.Ю. Ерастова**
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВЛИЯНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В УСЛОВИЯХ ДОУ НА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВМЕСТНОЙ КОРРЕКЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.....355

**А.С. Остапчук**
БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ ОБЗОР УПРАЖНЕНИЯ ПРИСЕДАНИЕ.....358

**М.Г. Половникова, Ма Юньчжи**
ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО .....361

**А.А. Припутина, М.В. Бахметьева**
СПЕЦИФИКА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....364

**А.А. Припутина, Н.И. Шпак**
РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ .....367

**А.С. Прохорцева**
СУММАРНАЯ ОЦЕНКА РЕГУЛЯТОРНЫХ СИСТЕМ (СОРС) У СПОРТСМЕНОВ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА .....371

**С.Н. Фотина**
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....379

**Н.А. Чуркин**
ЗНАЧЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА .....383

## РАЗДЕЛ 4

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С УЧЕТОМ ФГОС ..... 386

**А. Авлиякулов, А.А. Дубовова**
ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....386

**Г.К. Агабалаева, Н.В. Харитонова**
РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК ВАЖНЕЙШИЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....389

**О.А. Адамова, Е.В. Симоновская**
ФОРМЫ КОНТРОЛЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ .....392

**Л.Н. Адлейба, А.А. Ляшко, Т.В. Чугина**
ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ.....395

**Н.А. Амбарцумян, И.А. Остроменская, Ю.Н. Заика**
МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ 5–6 ЛЕТ .....399

**В.А. Антоненко, Л.В. Искренко**
ТРОПА ЗДОРОВЬЯ И ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ТРОПИНКА КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ .....403

**О.Б. Арискина, Г.А. Юн**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ И СЕМЬИ
КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА.....406

**В.В. Баграмян**
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ:
МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ .....411

**Е.С. Байкова, С.А. Беспалова**
СПОРТ И ДЕТИ.....415

**Г.А. Баранова, Ю.Н. Евсюкова**
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
РАБОТЫ В УСЛОВИЯХ МДОУ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – Д/С № 21
Г. УЗЛОВАЯ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ .....417

**О.А. Батулина, О.В. Талалай, Е.П. Колесникова**
ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ
У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....421

**И.В. Белая, О.А. Никитина, Ю.С. Коноваленко**
ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОО .....425

**Я.И. Белозерова**
ПРИЕМЫ УМЕНЬШЕНИЯ УТОМЛЯЕМОСТИ
НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДЕТСКОМ САДУ.....428

**Е.И. Берилова**
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ
ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ.....433

**В.С. Беседина, Л.С. Пятунина**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОУ С СОЦИАЛЬНЫМИ ИНСТИТУТАМИ
КАК СРЕДСТВО УСПЕШНОГО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....436

**Ю.С. Бойкова**
ПРОГРАММА «КУБАНЬ – МОЯ МАЛАЯ РОДИНА» КАК СРЕДСТВО
ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ПАТРИОТИЗМА СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ
В ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....440

**А.С. Бондаренко**
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ
К ЗАНЯТИЮ СПОРТОМ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....447

**Ю.М. Босенко**
ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ
РАННЕГО ВОЗРАСТА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ.....450

**Ю.А. Бранчеко, Л.А. Романенко**
НЕЙРОГИМНАСТИКА И ЕЕ ПОЛЬЗА ДЛЯ РАЗВИТИЯ МОЗГА
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....454

**Ю.А. Бранчеко, Л.А. Романенко**
ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ И НРАВСТВЕННАЯ РОЛЬ
РУССКИХ НАРОДНЫХ СКАЗОК В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА .....458

**Т.А. Бычева, В.А. Гусева, И.Н. Литовка**
ОСОБЕННОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ В ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ С УЧЕТОМ ФГОС .....463

**М.Е. Вавилова, Е.А. Мерцалов, А.В. Швеина**
ЗНАЧЕНИЕ КНИГИ В ЖИЗНИ И СЕМЬЕ РЕБЕНКА-ДОШКОЛЬНИКА.....467

**Т.А. Волкова, Т.Н. Лобода, Е.Н. Углянская**
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....471

**И.С. Володина, Л.А. Понедельникова**
ОРГАНИЗАЦИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....474

**Т.С. Вотинова, Н.П. Носенко**
СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ .....477

**А.В. Гайдамак, И.И. Кырымханова**
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОУ
ПОСРЕДСТВОМ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В КОНТЕКСТЕ ФГОС ДО .....480

**И.Э. Гацко**
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....485

**О.С. Гирина, Д.А. Меркулова**
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ
С ДОШКОЛЬНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ СТАТУС ОВЗ.....487

**О.А. Горбачева, Н.В. Горицкая, Т.А. Недосекина**
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ .....490

**А.П. Грачева, Н.А. Калинина**
ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ И МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ .....494

**Г.А. Гребенникова, Д.А. Кравцова**
ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И МЕТОДЫ
В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ.....496

**Джиминь Чжан, Е.А. Пархоменко**
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК СТРАТЕГИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ
СОБСТВЕННОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ РОССИИ И КИТАЯ:
СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ .....500

**С.А. Драчева, Н.Г. Савкина**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В СИСТЕМЕ КОРРЕКЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДОШКОЛЬНИКОВ С ТНР ..... 502

**К.А. Дробышева**
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 506

**К.С. Друкер**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОИГР В РАБОТЕ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 509

**А.В. Дубина, С.В. Циминданова**
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ДОО КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЧЕСКОГО САМОСОЗНАНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 512

**И.С. Емельянова, Н.Г. Стрельникова**
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ: ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ ..... 516

**Т.А. Ермакова**
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 520

**А.А. Ефименко, Н.И. Шпак**
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 523

**Н.Г. Запорожец, Е.С. Осипенко**
МОТОРНЫЕ ДОРОЖКИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ..... 528

**Т.С. Захарова, С.С. Мотова**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСНОВ АЛГОРИТМИКИ НА ЗАНЯТИЯХ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ ..... 531

**Т.С. Звягинцева, Л.Г. Казьмина, А.М. Проценко**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРАКТИК МЕДИТАЦИИ И ЙОГИ КАК СРЕДСТВО ПСИХО-ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В ДОО ..... 535

**М.А. Зенкова, Н.П. Носенко**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ КАК ИННОВАЦИОННОГО НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ..... 538

**В.В. Иванова, Е.В. Липатникова**
РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ КАК ВАЖНЕЙШЕЕ УСЛОВИЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 540

**Н.В. Иванова**
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ДИЗАЙН КАК СИСТЕМООБРАЗУЮЩАЯ КАТЕГОРИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КОНТЕНТА В ВУЗЕ.....544

**Е.В. Кальченко, Э.Р. Юрченко**
ПРОЯВЛЕНИЕ И ПРЕОДОЛЕНИЕ ЗАИКАНИЯ У ДЕТЕЙ.....548

**Ю.В. Канищева, А.Р. Гайдарова, А.С. Переверзева**
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....552

**И.В. Каракай, М.Г. Багужаева**
СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....556

**Т.Ф. Каширова, Т.Н. Лобода, Е.Н. Углянская**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .....559

**Н.В. Колбунова, К.В. Шеина**
КРЕАТИВНЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ДЕТСКОМ САДУ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ТЕАТРА, МУЗЫКИ И ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА ДЕТЕЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ .....562

**Е.Н. Колошко, О.В. Дусь, К.А. Елисеева**
ИГРА КАК СОВРЕМЕННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДОШКОЛЬНИКОВ.....565

**С.А. Кравченко, К.В. Пинчук**
СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ .....571

**К.С. Кривова, Е.В. Гусева, А.И. Филимонова**
РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....574

**Е.Н. Кудиева, Е.А. Игумнова**
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА В ОБУЧЕНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ ПЛАВАНИЮ .....578

**Ю.Н. Левченко, М.В. Витовецкая**
КУЛЬТУРА ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНКА ТРЕТЬЕГО ГОДА ЖИЗНИ .....580

**С.Н. Лысенко, Г.В. Щербинская**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГОВ В РАМКАХ ОКАЗАНИЯ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ДЕТСКОМ САДУ .....583

**Т.Р. Мазурова, Е.В. Колокуток**
РАЗВИТИЕ РЕЧИ РЕБЕНКА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ.....586

**И.В. Макрушина**
ФЕНОМЕН БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ .....588

**Л.С. Мальцева, М.С. Акинина, О.В. Зубенко**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СОГЛАСНО ФГОС ..... 592

**А.В. Марченко, З.Р. Совмиз**
ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ КОММУНИКАЦИИ И ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ ..... 596

**Л.Л. Махина, М.М. Лузан, М.А. Сергеева**
ПРИОБЩЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ К СОЦИОКУЛЬТУРНЫМ НОРМАМ И ЦЕННОСТЯМ В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ..... 599

**А.Е. Монтикова, Т.С. Звягинцева**
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В РАБОТЕ НАД АВТОМАТИЗАЦИЕЙ ЗВУКОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... 603

**В.Н. Назаренко, Е.С. Герус**
ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ ..... 605

**В.Н. Новикова, С.М. Чирьева**
ТРАНСФОРМАЦИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ: СОВРЕМЕННЫЕ РЕАЛИИ И БУДУЩЕЕ НАПРАВЛЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ ФГОС ..... 608

**Н.Ю. Новоселова, А.Д. Андросова, М.Е. Вавилова**
УМСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИИЕ В ДЕТСКОМ САДУ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ ДОШКОЛЬНИКА К ШКОЛЕ ..... 612

**Н.Ю. Новоселова, А.А. Яковенко, Н.В. Чех**
ЗНАЧЕНИЕ СОВЕТСКИХ МУЛЬТФИЛЬМОВ В ФОРМИРОВАНИИ НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ У ДОШКОЛЬНИКА ..... 616

**А.С. Остроух, Е.В. Лащенко**
ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ ..... 620

**Е.А. Пархоменко, Т.А. Шадрин**
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА: РОЛЬ ДВОРОВОГО ФУТБОЛА В ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ..... 623

**И.А. Пепеляева**
ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ ..... 626

**О.А. Песцова, А.Д. Жучкова**
ТЕХНОЛОГИЯ КВЕСТ-ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПРИОБЩЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ ..... 630

**С.Г. Плачинда, С.В. Сторожилова**
ПРИРОДА КАК РЕСУРС ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 633

**А.А. Припутина, М.В. Бахметьева**
СПЕЦИФИКА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....636

**А.А. Припутина, Н.И. Шпак**
РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА РЕБЕНКА
В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ .....640

**Т.В. Пришляк, Г.М. Мурадова**
ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....644

**Т.А. Прокопчук, О.А. Деркач**
ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЭКСКУРСИИ КАК МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ
ИСТОРИИ РОДНОГО КРАЯ С ДОШКОЛЬНИКАМИ .....647

**А.М. Проценко, О.С. Чуркина, О.И. Панкова**
АКТУАЛЬНОСТЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО
И ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ .....650

**М.Н. Садовничая**
НЕЙРОИГРЫ В ДЕТСКОМ САДУ.....653

**Л.Г. Самоходкина, С.А. Борщан**
ПРИЗНАКИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ .....656

**Л.Г. Самоходкина**
ПОДДЕРЖКА ДЕТСКОЙ ИГРЫ КАК УСЛОВИЕ САМОЦЕННОСТИ ДЕТСТВА.....660

**Л.Г. Самоходкина, М.А. Тарасенко**
ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ
МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ДЕТСКОМУ САДУ .....664

**И.А. Сарапулова, А.А. Беда, С.Н. Кузнецова**
УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ РЕШЕНИЯ ВОПРОСОВ РАЗВИТИЯ
МАССОВОГО СПОРТА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....669

**О.Э. Сафиуллина, Н.П. Носенко**
ПОСТРОЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ СИСТЕМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ПЕДАГОГАМИ ДОУ .....672

**К.А. Светлицкая, Л.А. Потеха, Е.А. Титова**
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С УЧЕТОМ ФГОС .....675

**Н.А. Селезнева, Н.П. Шевырева**
ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕШИХ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ
НА ТЕРРИТОРИИ ДЕТСКОГО САДА.....679

**О.А. Селиванова, Н.П. Носенко**
ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ
ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ.....681

**Е.Г. Сердюкова, И.В. Сошникова**
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ: РАЗВИТИЕ ИНИЦИАТИВЫ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ ..... 683

**А.А. Сидельникова**
НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ФОРМИРОВАНИЯ НАРОДОВЕДЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 686

**А.Д. Симонова**
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У СТРАШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ФГОС ..... 689

**Г.И. Симонович, С.И. Галиастанова**
ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 694

**Т.Р. Ситникова, М.В. Кулибаба**
СПЕЦИФИКА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В ДОО ..... 698

**Т.М. Скидан , Л.С. Смольникова**
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ОБОГАЩЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР ..... 701

**П.В. Смотрина, Н.П. Носенко**
УСЛОВИЯ ДЛЯ САМОРАЗВИТИЯ И САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПЕДАГОГОВ В ДОУ ..... 704

**З.Р. Совмиз**
ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ..... 706

**И.Н. Старобор, Ю.П. Ральникова**
РОЛЬ ПЕДАГОГА В РЕАЛИЗАЦИИ ЗАДАЧ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ..... 711

**О.А. Сухарева, Т.А. Гордиевская**
РАБОТА ИННОВАЦИОННОЙ ПЛОЩАДКИ В ДОО КАК СТИМУЛ К ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ ПЕДАГОГОВ И РАЗВИТИЮ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ..... 713

**И.В. Тенищева**
ИНТЕРАКТИВНАЯ ДОСКА КАК СРЕДСТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА И ВОСПИТАТЕЛЕЙ ГРУППЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТНР ..... 716

**И.В. Тресковская , Е.В. Бондаренко, Е.Ю. Лисицина**
СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ..... 719

**Л.А. Турова**
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЖИЗНИ ИНФАНТИЛЬНОГО РЕБЕНКА.....723

**А.И. Филимонова, Г.Н. Ледкова**
СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ.....727

**О.В. Филиппова**
ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ
ПРИ ВЫБОРЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО ВИДА СПОРТА ДЛЯ РЕБЕНКА .....731

**З.Н. Хабибова, Ю.В. Татарчук**
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ.....737

**Н.В. Храмцова**
ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ» .....740

**Г.В. Цыганник, О.М. Жданова**
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
С СЕМЬЕЙ В РАМКАХ ПЕРСПЕКТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ
РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С УЧЕТОМ ФОП .....744

**Ж.М. Чабанова, Н.В. Кустов, О.А. Бакулевич**
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА
В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ.....747

**И.В. Чубукова, Н.В. Суржикова, М.С. Филатьева**
ТЕХНОЛОГИЯ ТИКО-КОНСТРУИРОВАНИЯ – СОВРЕМЕННОЕ СРЕДСТВО
РАЗВИТИЯ ПРЕДПОСЫЛОК ИНЖЕНЕРНОГО МЫШЛЕНИЯ
У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО.....750

**О.С. Чуркина, Н.В. Епископосян, Т.А. Рыбьякова**
МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В УСЛОВИЯХ ДОО НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....753

**Е.Н. Шабашова, О.Э. Букина, Н.А. Салькова**
СИСТЕМА РАБОТЫ ДЕТСКОГО САДА С РОДИТЕЛЯМИ ВОСПИТАННИКОВ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ .....756

**Я.С. Шандыба, Х.Л. Бгане, Е.В. Коновалова**
ЛОГОРИТМИКА КАК СРЕДСТВО ДВИГАТЕЛЬНОГО
И РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ .....761

**В.Н. Шевцова**
ИНТЕГРАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС С УЧЕТОМ ФГОС.....764

**Г.Н. Шевырдяева, И.Н. Стаценко**
РОЛЬ ДЕТСКОЙ МУЛЬТИПЛИКАЦИОННОЙ СТУДИИ В ФИЗИЧЕСКОМ
РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....768

**С.П. Шмалий, Ю.С. Прокопенко**
ФОРМЫ РАБОТЫ ПО РАСШИРЕНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ВИДАХ СПОРТА.....771

**А.А. Штейн, Г.Н. Аксенова, Е.В. Шуркина**
ВАРИАТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КРУПНОГО ТАКТИЛЬНОГО
КОНСТРУКТОРА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ
ДЕТЕЙ РАННЕГО И МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....774

**Е.В. Шуркина, А.А. Штейн, Г.Н. Аксенова**
ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РУССКИХ НАРОДНЫХ ИГР
С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА:
РАЗВИТИЕ И ВОСПИТАНИЕ ЧЕРЕЗ ТРАДИЦИИ.....778

*Научное издание*

# АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**МАТЕРИАЛЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ (14 ноября 2024 г.)**

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161
E-mail: avtor-rio-kgufkst@mail.ru

ЭКОИНВЕСТ

Издательство «Экоинвест»
350072, г. Краснодар, ул. Зиповская, 9
Тел.: +7 (918) 433-19-96
E-mail: ecoinvest@mail.ru
http://publishprint.ru