

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

ОБРАЗОВАНИЕ В ЭПОХУ ТРАНСФОРМАЦИИ: ВЫЗОВЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

Материалы Республиканского научного семинара с международным участием
7 апреля 2025 года

Минск
БГУФК
2025

УДК 796.01:378(06)
ББК 75:74.58я43
О-23

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Редакционная коллегия:
канд. пед. наук, доцент *Е. Е. Заколотная (гл. ред.)*;
канд. пед. наук *В. А. Самойлова (зам. гл. ред.)*;
канд. пед. наук *А. М. Федорова (зам. гл. ред.)*

О-23 **Образование** в эпоху трансформации: вызовы и пути решения : материалы Республиканского науч. семинара с междунар. уч., Минск, 7 апр. 2025 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Е. Е. Заколотная (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2025. – 178 с.
ISBN 978-985-569-879-2.

В сборнике материалов Республиканского научного семинара «Образование в эпоху трансформации: вызовы и пути решения» рассматриваются актуальные теоретические и методологические вопросы, связанные с развитием педагогики высшей школы, физического воспитания и спорта высших достижений.

Издание будет полезно педагогическим работникам, слушателям курсов повышения квалификации, а также магистрантам, аспирантам и студентам, интересующимся педагогической тематикой.

УДК 796.01:378(06)
ББК 75:74.58я43

ISBN 978-985-569-879-2

© Учреждение образования
«Белорусский государственный
университет физической
культуры», 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Абдуллаева К.У. Освоение комбинированных трудностей тела гимнастками 7–8 лет посредством функциональной методики тренировки устойчивости корпуса.....	6
Аникеева У., Бобрик Т.З. Значение педагогической практики в формировании профессиональных компетенций будущего учителя физической культуры ..	10
Бобрик Т.З. Воспитание патриотизма: взгляд через призму молодежной культуры.....	13
Богданова Е.В. Реализации инклюзивного обучения в условиях цифровизации образования.....	17
Бут-Гусаим Н.А., Завалей И.В. Проблема прогнозирования спортивных достижений	22
Ван Янань, Бобрик Т.З. Система среднего образования Китая и опыт учащихся	25
Ворепо В.Н., Нарскин Г.И., Мельников С.В. Формирование военно-прикладных навыков студентов	28
Ворепо В.Н., Осянин В.Н., Коваленко А.Н. Военизированные игры как средство развития военно-прикладных навыков у учащихся на примере военно-прикладной игры «прорыв».....	31
Гао Шилун. Психоаналитические подходы к профилактике выгорания у юных спортсменов в условиях интенсивных тренировок.....	35
Глазунова Д.В., Федорова А.М. Урок коммуникации как альтернативная форма организации учебного процесса	38
Гордеева И.В., Царик И.А. Профессионально-личностное саморазвитие будущего педагога в условиях здоровьесберегающей среды университета ...	42
Гусаковский Т.А., Струк С.С., Кравцова О.М. Роль воспитательных мероприятий в формировании здорового образа жизни у подростков	45
Дайлиденко Е.А., Федорова А.М. Возможности реализации лидерского потенциала учащихся на уроках физической культуры и здоровья.....	48
Деркач А.А., Петрукович А.С., Кравцова О.М. Проблемы общения и субординации у студентов в процессе педагогической практики в школе ..	52
Евсеева А.Д., Федорова А.М. Мотивация как средство активизации посещаемости занятий по физической культуре и здоровью	56
Жерми Земенге. Состояние кадровых ресурсов библиотек высшего звена и особенности их профессиональной подготовки в Республике Камерун	61
Заколотная Е.Е. Метафорический рисунок как средство индивидуализации духовно-нравственного совершенствования студентов-спортсменов	70

Заколотная Е.Е., Стахмич А.А. Создание условий доброжелательной атмосферы в современном коллективе класса студентом-практикантом.....	74
Малофей А.С., Федорова А.М. Проблема взаимодействия девочек и мальчиков в одном классе на уроках физической культуры.....	78
Маненкова В.Р., Кульбицкая Е.Д. Федорова А.М. Повышение эффективности физического воспитания у подростков и юношей	81
Мельников С.В. Методические аспекты применения технологии управления спортивной тренировкой пловцов	87
Нарский А.Г. К вопросу о функциональной подготовке в циклических видах спорта	90
Нарский Г.И., Нарский А.Г., Мельников С.В. Проблемы оптимизации научно-методического сопровождения высококвалифицированных спортсменов	94
Никонович Е.Е., Онищук О.Н., Круталевич М.М. Персонализация образовательного процесса с помощью искусственного интеллекта.....	97
Осипенко Е.А. Влияние геймификации на развитие субъектности физической культуры у обучающихся.....	101
Осянин В.Н., Ворепко В.Н., Коваленко А.Н. Развитие военно-прикладных навыков средствами физической культуры.....	104
Павлова Н.А. Формирование патриотизма и гражданственности на уроках физической культуры и во внеурочное время в образовательных организациях Луганской Народной Республики.....	108
Паневская С., Бобрик Т.З. Психолого-педагогические проблемы в сфере физической культуры и спорта.....	113
Путятин А.В., Саламатина Н.Л. Особенности организации урока «Физическая культура и здоровье» в профильных классах военно-патриотической направленности.....	117
Реут В.Г., Станкевич Т.И. Роль технологий здоровьесбережения в развитии образовательного процесса учреждения образования	122
Ротерс Т.Т., Мещеряков А.И. Методологические основы духовно-нравственного развития личности в сфере физического воспитания ..	126
Саламатина Н.Л. Проективные методики в преподавании: значение и эффективность	130
Самойлова В.А., Казнадей Н.И. Педагогический потенциал хоббихорсинга в системе подготовки юных спортсменов конного спорта.....	135
Севдалев С.В., Завалей И.В. Теоретические и экспериментальные аспекты индивидуализации подготовки высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье	138

Селиверстова Н.В., Швайликова Н.В. Цифровизация образования	143
Трофимович И.И., Нарский А.Г. Сравнительный анализ результатов у высококвалифицированных метателей молота	148
Федорова А.М. Развитие эстетической активности у детей подросткового и юношеского возраста.....	150
Федорова А.М. Речевая деятельность как элемент становления педагогического мастерства у студентов-спортсменов	155
Хомич У.Г., Ларюшина С.Г. Физическая нагрузка и профилактика плоскостопия	158
Чернова Д.В. Волонтерство как способ развития социальной грамотности студентов	162
Швайликова Н.В., Селиверстова Н.В. Психолого-педагогические аспекты в спорте: проблемы и пути их решения.....	165
Юрошкевич А.В., Юрошкевич Е.В. Гендерные аспекты технических ошибок студентов факультета физической культуры в гимнастике: сравнительный анализ мужского и женского многоборий	170
Якубовская Н.Я. Визуальная аналитика в образовании на основе LearningApps и Google Форм	174

Абдуллаева К.У.^{1,2}

¹ Узбекский государственный университет физической культуры и спорта.
Чирчик, Узбекистан.

² Спортивная школа Чиланзарского района.
Ташкент, Узбекистан

ОСВОЕНИЕ КОМБИНИРОВАННЫХ ТРУДНОСТЕЙ ТЕЛА ГИМНАСТКАМИ 7–8 ЛЕТ ПОСРЕДСТВОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ УСТОЙЧИВОСТИ КОРПУСА

Актуальность. Художественная гимнастика находится на этапе активной эволюции, сочетая традиционные принципы с инновационными подходами, и комбинированные трудности тела становятся значимым аспектом в этом процессе. Внедрение новых технологий, изменений в регламентах соревнований и акцент на усложнение технического арсенала гимнасток требуют глубокого изучения комбинированных трудностей как неотъемлемой части программы. Эти элементы представляют собой уникальное сочетание физических и технических навыков, и их успешное выполнение напрямую связано с современными реформами, направленными на повышение зрелищности и конкурентоспособности данного вида спорта.

Комбинированные трудности тела являются ключевым компонентом, позволяющим не только продемонстрировать мастерство спортсменок, но и подчеркнуть их индивидуальные сильные стороны. Благодаря соединению двух элементов из различных групп или форм, такие трудности увеличивают амплитуду и динамику соревновательных композиций.

Введение. В литературе тема освоения комбинированных элементов в художественной гимнастике представлена достаточно скудно. В первую очередь заслуживает внимание работы [1-2] в которых подчеркивается, что основными характеристиками техники являются биомеханические параметры движений, которые влияют на координационную сложность, а также на уровень развития физических качеств и способностей спортсменок. Согласно биомеханическим закономерностям, кинематические параметры (такие как площадь опоры, высота расположения общего центра тяжести тела над опорой, длина рычага отведённого звена, амплитуда, направление, скорость и ускорение движений, отклонение туловища от вертикали и др.) в значительной степени определяют сложность выполнения, как отдельных элементов, так и способов их сочетания. Эти параметры являются объективными факторами, влияющими на сложность комбинированной трудности тела в целом, и должны быть обязательно учтены при ее освоении. На основании анализа исследований [1–2] можно заключить что:

– Эффективное освоение комбинированных трудностей тела в художественной гимнастике возможно за счёт обучения технике плавного перехода от одного элемента к другому.

– Методика освоения комбинированных трудностей должна включать комплексы обще подготовительных и специально подготовительных упражнений, направленных на укрепление связок тазобедренного сустава, так как выполнение элементов в комбинации часто происходит в разных плоскостях и направлениях.

– Для подготовки коленного и голеностопного суставов к приземлениям и переходам к следующим элементам необходимо использование подводящих упражнений, сочетающих мелкие прыжки с равновесиями или поворотами.

Эффективный контроль корпуса позволяет гармонично сочетать различные элементы комбинированных трудностей тела, таких как удержание равновесия при вращении или выполнении параллельных движений руками и ногами. Это, в свою очередь, улучшает общую координацию и позволяет спортсменкам более эффективно передавать силы между верхними и нижними конечностями [3]. Освоение таких трудностей требует высокой степени контроля над мышцами корпуса, что способствует не только улучшению спортивной производительности, но и снижению риска травм.

Таким образом, развитие стабильности корпуса является важным аспектом тренировки для успешного освоения комбинированных трудностей тела в художественной гимнастике. Этот процесс напрямую связан с улучшением способности поддерживать баланс, передавать силы и выполнять сложные синхронные движения.

Цель исследования – обосновать функциональную методику тренировки стабильности корпуса, направленную на освоение комбинированных трудностей тела из разных групп элементов у гимнасток 7–8 лет, с учетом объективных факторов их сложности.

Методика и организация исследования.

Для достижения поставленных целей и задач в работе применялись следующие методы: теоретический анализ и обобщение данных научной и методической литературы, а также нормативной документации; проведение опросов (анкетирование); педагогическое наблюдение; экспертное оценивание; антропометрические измерения; анализ видеоматериалов соревнований; метод проектирования; педагогический эксперимент; методы математико-статистического анализа.

Теоретические и экспериментальные исследования условно разделены на 4 этапа. Первый этап включал в себя определение общей направленности работы, теоретический анализ научной и научно-методической литературы и программных документов, формулирование рабочей гипотезы, целей и задач исследования, определялись методы исследования. С целью выявления тенденций развития современной художественной гимнастики и сложности соревновательных композиций проанализированы правила соревнований по художественной гимнастике (FIG 2022-2024) и 72 видеозаписи упражнений сильнейших гимнасток мира на Чемпионате мира 2023. Для выявления проблем в освоении комбинированных трудностей тела спортсменками в возрасте 7–8 лет в художественной гимнастике и изучения осо-

бенностей тренировки спортсменов данного возраста осуществлен опрос (анкетирование) тренеров спортивных школ г. Ташкента. На втором этапе исследования на базе спортивной школы Чиланзарского района г. Ташкента проводились исследования с целью выявления модельных параметров базовых элементов. Конкретизированы объективные факторы сложности выполнения спортсменками комбинированных трудностей тела и разработан алгоритм их освоения. На основе данных предварительных исследований спроектирована функциональная методика тренировки устойчивости корпуса для улучшения показателей освоения комбинированных трудностей тела. Третий этап включал в себя обоснование и апробацию функциональной методики тренировки устойчивости корпуса для освоения комбинированных трудностей тела. Для проверки эффективности методики организован и проведен педагогический формирующий эксперимент, а также осуществлена оценка результативности выполнения. Гимнастки экспериментальной группы (ЭГ) прошли 8-недельную функциональную программу, включавшую три занятия в неделю. Контрольная группа (КГ) выполняла традиционные тренировки с той же частотой занятий. Гимнастки ЭГ выполняли комплекс интегрированных функциональных упражнений, для устойчивости корпуса совмещая его с запланированными тренировками. Специфическая часть тренировки длилась 30 минут в течение восьми недель, что составило в общей сложности 24 занятия. За правильностью выполнения упражнений наблюдал квалифицированный специалист по художественной гимнастике. Четвертый этап был направлен на интерпретацию полученных данных, формулировку выводов и практических рекомендаций.

Результаты исследования и их обсуждение.

Функциональная методика тренировки устойчивости корпуса для освоения комбинированных трудностей тела включала три блока.

Первый блок состоял из упражнений с использованием нестабильных поверхностей. Во втором блоке выполнялись плиометрические упражнения, которые сочетали специфические для художественной гимнастики равновесия и прыжки с активизацией мышц корпуса. Третий блок включал комбинированные упражнения, предусматривающие выполнение специфических равновесий в положении лежа с высокой нагрузкой на мышцы корпуса, а также прыжков.

Для тренировочного процесса были выбраны три вида равновесий и три вида прыжков, наиболее часто используемых в художественной гимнастике на этапах начальной и промежуточной спортивной подготовки. В качестве равновесий были выбраны «пассэ», «боковое равновесие в шпагате с помощью руки» и «арабеск». Из прыжков использовались следующие элементы – «ножницы», «подбивной прыжок» и прыжок «шпагат». Данные элементы были выбраны с учетом их разнообразных плоскостей движений нижних конечностей и различий в технике выполнения, поскольку рекомендуется применять широкий спектр упражнений, воздействующих на мышцы корпуса во всех трех плоскостях и диапазонах движений, что способствует комплексному развитию его устойчивости.

Кроме того, все упражнения выполнялись симметрично для правой и левой сторон тела. Для повышения устойчивости и равновесия использовались нестабильные поверхности и гимнастические мячи. Выполнение упражнений

на нестабильной поверхности способствовало стимуляции адаптационных механизмов стабилизирующих мышц, что повышало эффективность тренировочного процесса.

В результате применения функциональной методики тренировки устойчивости корпуса средние показатели выполнения комбинированных трудностей тела у гимнасток экспериментальной группы улучшились на 3–19 % для комбинированных элементов, относящихся к различным структурным группам. Наименьшее увеличение показателей отмечено при выполнении комбинаций «равновесие + поворот» и «прыжок + поворот», тогда как наибольшие улучшения зафиксированы для комбинации «равновесие + прыжок».

Выводы:

1. Освоение комбинированных трудностей тела в художественной гимнастике требует комплексного подхода, включающего не только техническую подготовку, но и развитие устойчивости корпуса, что позволяет спортсменкам более эффективно выполнять сложные элементы.

2. Разработанная функциональная методика тренировки устойчивости корпуса, включающая упражнения на нестабильных поверхностях, плиометрические упражнения и комбинированные задания, показала свою эффективность для повышения качества выполнения комбинированных трудностей тела у гимнасток 7–8 лет.

3. В результате применения данной методики средние показатели выполнения комбинированных трудностей тела улучшились на 3–19 % в зависимости от вида комбинации и структурной группы элементов. Наименьший прирост был зафиксирован для комбинаций «равновесие + поворот» и «прыжок + поворот», тогда как наибольшее улучшение отмечено для комбинации «равновесие + прыжок».

4. Полученные результаты подтверждают целесообразность применения функциональной методики тренировки устойчивости корпуса для освоения комбинированных трудностей тела, что может быть рекомендовано для внедрения в практику подготовки юных гимнасток.

1. Е. Н. Медведева, Р. Н. Терехина, А. А. Супрун, Е. С. Крючек, А. С. Мальнева Устойчивость равновесий как фактор сложности освоения комбинированных элементов в художественной гимнастике // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 176–181.

2. Р. Н. Терехина, Е. Н. Медведева, А. А. Супрун, Е. С. Крючек, А. С. Мальнева Обоснование необходимости конкретизации способов освоения комбинированных элементов в художественной гимнастике // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 316–320.

3. Donti, O.; Bogdanis, G.C.; Kritikou, M.; Donti, A.; Theodorakou, K. The relative contribution of physical fitness to the technical execution score in youth rhythmic gymnastics. // *J. Hum. Kinet.* – 2016, 51, P.143–152.

Аникеева У.,

Бобрик Т.З.

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ЗНАЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация.** В статье рассматривается педагогическая практика как ключевой элемент подготовки будущих учителей физической культуры. Акцентируется внимание на её роли в развитии профессиональных компетенций, необходимых для успешного осуществления педагогической деятельности.*

***Ключевые слова:** педагогическая практика; профессиональные компетенции учителя; учитель физической культуры.*

Введение педагогической практики в образовательные программы направлено на формирование профессиональных компетенций учителей. В частности, это особенно важно для учителей физической культуры, где наряду с теоретическими знаниями требуется высокий уровень практических умений и коммуникативных навыков.

А.К. Маркова, В.А. Сластенин, профессиональную компетентность учителя рассматривают, как сложное образование, включающее комплекс знаний, умений, свойств и качеств личности, которые обеспечивают вариативность, оптимальность и эффективность построения учебно-воспитательного процесса и конкретного построения преподавания той или иной дисциплины [2; 5].

Профессиональная компетентность педагога – это проявляющаяся готовность к педагогической деятельности, его отношение к делу, личностные качества, а также стремление к новому, творческому осмыслению своей работы. Она представляет собой сложное и многогранное явление. Она определяется не только профессиональными базовыми знаниями и умениями педагога, но и ценностными ориентациями мотивами его деятельности, пониманием им себя и окружающего мира, стилем взаимоотношений с людьми, с которыми он работает, его общей культурой, и способностью к развитию своего творческого потенциала [1].

Основные группы компетенций педагога:

1. Предметные компетенции:

– знание предмета (глубокое понимание учебного материала и его структуры);
– методология (умение применять различные методы и подходы к обучению в зависимости от предмета и уровня учащихся).

2. Педагогические компетенции:

– педагогическое мастерство (умение организовать учебный процесс, создавать условия для активного обучения);

– воспитательные навыки (способность формировать у учащихся моральные, этические и социальные ценности);

– оценка и диагностика (умение оценивать успеваемость и развитие учащихся, а также проводить диагностику их потребностей и интересов).

3. Коммуникационные компетенции:

– эффективное общение (умение ясно и доступно излагать материал, слушать и учитывать мнение учащихся);

– работа с родителями (способность взаимодействовать с родителями и вовлекать их в образовательный процесс).

4. Инновационные компетенции:

– использование технологий (умение интегрировать современные технологии в образовательный процесс (например, использование мультимедиа, онлайн-платформ));

– креативность (способность разрабатывать новые подходы и методики обучения).

5. Организационные компетенции:

– управление классом (умение организовать учебный процесс, поддерживать дисциплину и создавать позитивную атмосферу в классе);

– планирование (способность разрабатывать учебные планы и программы, а также управлять временем на занятиях).

Модель профессиональной компетентности учителя может быть представлена как единство его теоретической и практической готовности. На основании названных подходов педагогические умения объединяются в четыре группы:

– конструктивные – умение ставить педагогические задачи. Они связаны с «переводом» содержания объективного процесса социализации в конкретные задачи обучения и воспитания: изучение личности и коллектива с целью определения уровня подготовленности к активному овладению новыми знаниями и проектирование на этой основе развития коллектива и отдельных учащихся; выделение комплекса образовательных, воспитательных и развивающихся задач, их конкретизация и определение доминирующей задачи;

– организаторские – умение программировать способ педагогического действия. Они позволяют построить и привести в движение логически завершённую педагогическую систему: комплексное планирование образовательно-воспитательных и развивающих задач; обоснованный отбор содержания образовательного процесса; оптимальный выбор форм, методов и средств его организации;

– коммуникативные – умение выполнять педагогическое действие. Они предполагают выделение и установление взаимосвязи между компонентами и факторами воспитания и обучения, приведение их в действие: создание необходимых условий (материальных, морально-психологических, организационных, гигиенических и др.) осуществления образовательного процесса; развитие деятельности школьника, превращающей его из объекта в субъект педагогического процесса; организация и развитие совместной деятельности; обеспечение

связи школы с окружающей средой, регулирование внешних непрограммируемых воздействий;

– гностические – умение изучать результаты решения задачи. Они требуют учета и оценки итогов педагогической деятельности: самоанализ и анализ хода педагогического процесса и действий педагога; определение нового комплекса доминирующих и подчиненных пед. задач [3].

Педагогическая практика студентов имеет большое значение в глубоком изучении дисциплин по специальности, повышении педагогического мастерства будущих учителей, овладении новыми знаниями и навыками. В процессе педагогической практики студенты овладевают навыками оформления школьной документации, организации и проведения самостоятельных работ, внеурочных мероприятий, спортивных соревнований и праздников [4].

Преимущества педагогической практики:

– укрепление уверенности будущих учителей в своих профессиональных навыках.

– возможность применять полученные знания в реальных условиях.

– получение обратной связи от опытных педагогов и наставников.

Педагогическая практика в школе – это важный этап подготовки будущих учителей физической культуры, который позволяет студентам применить теоретические знания на практике, приобрести опыт работы с учениками и освоить педагогические навыки.

Педагогическая практика – это не только возможность применять знания, но и шанс понять, подходит ли тебе профессия учителя.

Педагогическая практика играет ключевую роль в формировании профессиональных компетенций учителя физической культуры. Вот несколько аспектов, подчеркивающих её значение:

1. Применение теоретических знаний на практике. Педагогическая практика позволяет будущим учителям физической культуры применять теоретические знания, полученные в процессе обучения, в реальных условиях. Это помогает лучше понять методику преподавания, особенности работы с различными группами учащихся и организацию учебного процесса.

2. Развитие профессиональных навыков. В ходе практики учителя развивают навыки планирования и проведения уроков, организации спортивных мероприятий, оценки результатов учащихся и взаимодействия с родителями и коллегами. Эти навыки являются важными компонентами профессиональной компетенции.

3. Формирование педагогического опыта. Практика предоставляет возможность накопить личный опыт взаимодействия с учениками, что способствует развитию педагогической интуиции и умения адаптироваться к различным ситуациям.

4. Анализ и рефлексия. Педагогическая практика включает в себя анализ проведенных уроков и рефлексия, что позволяет учителям выявлять свои сильные и слабые стороны, а также находить пути для дальнейшего профессионального роста.

5. Социальные и коммуникативные навыки. Работая с учениками, коллегами и родителями, будущие учителя развивают свои социальные и коммуникативные навыки, что является важным аспектом их профессиональной компетенции.

6. Актуализация современных подходов. Педагогическая практика помогает учителям быть в курсе современных тенденций и инновационных подходов в преподавании физической культуры, что способствует повышению качества образования [4].

Педагогическая практика является неотъемлемой частью подготовки будущих учителей физической культуры, способствуя развитию их профессиональных компетенций. Успешное проведение практики требует тщательной организации и поддержки, что позволяет обеспечить высокое качество педагогического образования.

1. Логинова, С. Л. Профессиональные компетенции педагога – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnye-kompetentsii-pedagoga-1> (дата обращения: 31.03.2025).

Маркова, А.К. Психология профессионализма [Текст] / А.К. Маркова. – М.: Знание, 1996. – 312 с.

2. Печеркина, А. А. Развитие профессиональной компетентности педагога: теория и практика [Текст] : монография / А. А. Печеркина, Э. Э. Сыманюк, Е. Л. Умникова : Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург : [б.и.], 2011. – 233 с.

3. Рустамов, Л. Х. Значение педагогической практики в подготовке квалифицированных специалистов в сфере физической культуры и спорта / Л. Х. Рустамов. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2012. – № 10 (45). – С. 379–380. – URL: <https://moluch.ru/archive/45/5493/> (дата обращения: 31.03.2025).

4. Слостенин, В. А. Педагогическое образование: вызовы XXI века / В. А. Слостенин // Международная научно-практическая конференция «Педагогическое образование: вызовы XXI века» – 2010.

Бобрик Т.З.

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ВОСПИТАНИЕ ПАТРИОТИЗМА: ВЗГЛЯД ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ МОЛОДЕЖНОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация.** В статье рассматривается современное понимание патриотизма в студенческой среде. Акцент сделан на деятельностных формах выражения гражданской позиции студентов и роли университетской среды в формировании патриотической идентичности.*

***Ключевые слова:** патриотизм; студенты; молодежная культура; гражданственность; воспитание.*

В современном мире, где глобализация и цифровые технологии стирают границы между странами и культурами, особую актуальность приобретает вопрос воспитания патриотизма среди молодежи. Однако, чтобы патриотизм не воспринимался как архаичное понятие, его необходимо переосмысливать

и внедрять через те формы, которые близки молодому поколению – через молодежную культуру.

Вопрос патриотизма в молодежной среде часто вызывает полярные мнения. Одни считают его формальностью, другие – глубинной личной установкой. Однако именно в студенческом возрасте, когда формируется мировоззрение, происходит переосмысление собственной идентичности и роли в обществе, патриотизм приобретает особое значение. Какой он – патриотизм современного студента?

Патриотическое воспитание традиционно рассматривается как важнейшее направление в формировании гражданской идентичности личности. Однако в современных условиях педагогам важно использовать новые подходы – в частности, учитывать особенности молодежной культуры как среды социализации и развития личности. Молодёжь – это интеллектуальный и нравственный потенциал страны, и от её гражданской зрелости зависит будущее государства.

Патриотизм и гражданственность имеют огромное значение в социальном и духовном развитии человека. Они выступают как составные элементы его мировоззрения и отношения к родной стране, другим нациям и народам. Только на основе возвышающих чувств патриотизма и национальных святынь укрепляется любовь к родине, появляется чувство ответственности за ее могущество и независимость, сохранение материальных и духовных ценностей, развивается благородство и достоинство личности [3].

Молодежная культура представляется независимым социальным пространством, в котором молодые люди могут обрести идентичность, тогда как в семье или школе они лишены реальных полномочий и полностью контролируются взрослыми. Кроме того, в современных индустриальных обществах семья начинает терять традиционные функции образования и профессионализации. Посредством ценностей и образцов поведения, принятых в компаниях сверстников, подростки дистанцируются от родительских и профессиональных ролей взрослого общества. Таким образом, молодежная культура помогает развитию моделей эмоциональной независимости и безопасности, приватизации «своих» территорий, изменению ролевых характеристик первичной (детской) социализации через усвоение принятых в компании соревновательных (конкурентных) и инструментальных техник, что prepares подростка к занятию взрослой позиции [2].

Молодежная субкультура – это культура определенного молодого поколения, обладающего общностью стиля жизни, поведения, групповых норм, ценностей и стереотипов. Молодежные субкультуры можно определить как систему смыслов, средств выражения, стилей жизни. Создаваемые группами молодежи, субкультуры при этом отражают попытки разрешения противоречий, связанных с более широким социальным контекстом [4].

В связи с этим педагогам необходимо освоить ценности, средства и методы неформального общения молодых людей и максимально (насколько это возможно) включить неформальное общение в процесс социально-педагогической работы с молодежью. Ориентируя молодых людей на нравственные, социальные и культурные ценности в процессе неформального общения, педагог

может достигнуть высоких воспитательных результатов. Педагог должен отказаться от позиции формального лидера, администратора в пользу позиции старшего товарища, понимающего молодежные проблемы [1].

Современное учреждение образования – не только источник знаний, но и среда, в которой формируются ценности. Там, где университет даёт пространство для диалога, соучастия и творчества, патриотизм возникает как личный выбор и действие. Не навязанное извне, а поддержанное изнутри.

Особенно важна поддержка преподавателя как наставника и партнёра. Именно такая позиция стимулирует формирование у студентов зрелой гражданской ответственности и готовности брать ответственность за общее будущее.

А как сами современные студенты понимают слово «патриотизм», считают ли себя патриотами?

Среди студентов третьего курса, учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта было проведено анонимное анкетирование, целью которого было выявить уровень осознания и восприятия патриотизма современными студентами, а также определить формы, в которых молодежь выражает свою гражданскую позицию. В опросе приняли участие 54 студента. Студентам было предложено ответить на ряд вопросов. (таблица 1)

Таблица 1. Анкетирование

Вопросы анкеты:	Анализ результатов
1. Патриотизм – это ...?	Ответственность за страну, уважение к культуре и истории – 69 %; Служение государству, участие в официальных мероприятиях – 21 %; Затрудняюсь ответить – 10 %
2. Какая на ваш взгляд наиболее важная сфера воспитания:	Правовое воспитание – 10 %; Экологическое воспитание – 7 %; Патриотическое воспитание – 9 %; Физическое воспитание – 20 %; Нравственное воспитание – 20 %; Семейное воспитание – 14 %; Умственное воспитание – 20 %
3. Нужна ли сегодня общественно-государственная система воспитания студенческой молодежи?	Да – 36 %; Нет – 31 %; Не знаю – 33 %
4. В каких формах общественной жизни университета вы готовы участвовать?	В патриотических мероприятиях – 24 %; В студенческом самоуправлении – 33 %; Оказывать социальную помощь – 23 %; В политических акциях – 12 %; Ни в каких – 8 %
5. Что вы лично считаете проявлением патриотизма?	Волонтерство и помощь обществу – 48 %; Участие в спортивных соревнованиях – 40 %; Сохранение родного языка и традиций – 35 %; Служба в армии – 12 %

Окончание таблицы 1

6. Присвойте каждому суждению баллы 012345 (где 0 – не согласен (а); 5 – согласен (а))	С уважением отношусь к государственной символике. 0 – 0 %; 1 – 0 %; 2 – 0 %; 3 – 0 %; 4 – 49 %; 5 – 51 %. Я бережно отношусь к традициям и истории своего народа. 0 – 0 %; 1 – 0 %; 2 – 0 %; 3 – 0 %; 4 – 0 %; 5 – 100 %. Я чувствую потребность в служении Отечеству и народу. 0 – 41 %; 1 – 5 %; 2 – 8 %; 3 – 29 %; 4 – 11 %; 5 – 6 %. Я осознаю гражданские права и обязанности. 0 – 0 %; 1 – 0 %; 2 – 0 %; 3 – 2 %; 4 – 49 %; 5 – 49 %
7. Считаете ли вы себя патриотом?	Да – 69 %; Нет – 1 %; Частично – 28 %; Не знаю – 2 %.
8. Считаете ли вы, что спорт способствует формированию патриотизма?	Да – 91 %; Нет – 0 %; Затрудняюсь ответить – 9 %
9. Кто, на ваш взгляд, в большей степени повлиял на формирование ваших патриотических чувств?	Родители – 23 %; Школа – 20 %; Университет – 18 %; Окружающие люди, друзья – 15 %; СМИ – 11 %; Органы власти – 13 %
10. Какие формы патриотического воспитания в университете наиболее предпочтительны для вас?	Творческие студенческие проекты и культурные инициативы – 62 %; Классические формы: лекции, митинги – 19 %; Сочетание формата диалога, практики и информации – 19 %

Выводы. Современные студенты воспринимают патриотизм как личную, гуманистическую ценность, а не как формальный долг. Они готовы участвовать в общественно полезных и креативных инициативах, если воспитательная работа ориентирована на диалог, современность и соучастие. Это открывает возможности для интеграции молодежной культуры в образовательную среду как инструмента гражданского воспитания.

Современное патриотическое воспитание – это поиск баланса между традиционными ценностями и современными формами выражения. Педагог, способный гибко реагировать на вызовы времени, использовать молодежную культуру как средство коммуникации и воспитания, способен сформировать у студентов не показной, а осознанный и глубокий патриотизм.

1. Минова, М. Е. Социально-педагогическая работа с молодежью: учеб.-метод. пособие /М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2022. – 190 с.

2. Скакун, А. С. Основные подходы к дефиниции понятий «молодежная культура» и «молодежная субкультура». – URL: <https://regionsar.ru/en/node/1302> (дата обращения: 19.03.2025)

3. Формирование гражданственности и патриотизма в молодежной среде / сост.: Т. А. Буренкова, Ю.А. Кухарева, – Горки; БГСХА, 2023. – 79 с.

4. Ярошинская, С. Э. Влияние субкультур на духовно-нравственное развитие молодежи. – URL: <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/13859-vlijanie-subkultur-na-duhovno-nravstvennoe-ra> (дата обращения: 10.03.2025).

Богданова Е.В., канд. пед. наук, доцент,
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет»

РЕАЛИЗАЦИИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Сегодняшние образовательные стратегии в сфере высшего образования акцентируют внимание на развитии профессионала с развитым интеллектуальным и творческим мышлением. Такой специалист должен быть готов к быстрой адаптации в мире передовых технологий, уметь работать с большими объемами информации. Ему необходимо уметь продуктивно применять приобретенные профессиональные знания в практической деятельности, добиваться положительных результатов в различных сферах и пользоваться спросом у работодателей.

В рамках данного подхода ключевую роль играет совершенствование аналитического мышления, умений взаимодействовать в коллективе и способности находить решения для комплексных, разносторонних задач. Задача высшей школы состоит не только в том, чтобы предоставить студентам требуемые знания и навыки, но и в том, чтобы стимулировать у них стремление к постоянному самосовершенствованию и развитию в профессиональной сфере. Для достижения этих целей необходима модернизация образовательных программ, внедрение инновационных методов обучения, активное использование информационных технологий и развитие партнерских отношений между университетами и предприятиями. Важно создавать условия для реализации индивидуальных образовательных траекторий, стимулировать исследовательскую деятельность студентов и преподавателей, а также поддерживать международную академическую мобильность. Профессиональное обучение играет ключевую роль в социальной адаптации указанной группы людей. В последнее время наблюдается повышенный интерес к инклюзивному образованию инвалидов и лиц с ОВЗ как со стороны пед. работников, так и со стороны общественных организаций. Данный интерес направлен на интеграцию этих лиц в общую систему образования, включая как общее, так и профессиональное обучение. Этот интерес обусловлен не только гуманистическими принципами, но и осознанием потенциала инклюзивного образования для развития всего общества. Создание доступной и поддерживающей среды, где каждый ученик, независимо от своих особенностей, может реализовать свой образовательный потенциал, становится приоритетной задачей.

Ключевое значение имеет создание и применение персонализированных образовательных планов и стратегий, ориентированных на уникальные особенности каждого студента. Это подразумевает не просто модификацию учебных ресурсов, но и трансформацию методов обучения, оценивания знаний и структурирования учебной деятельности. Ключевым фактором успеха является подготовка пед. кадров, способных эффективно работать в условиях инклюзивного образова-

ния, а также создание поддерживающей среды, включающей психолого-педагогическое сопровождение и взаимодействие с семьями учащихся. Именно образовательная инклюзия максимально отвечает идеологии, которая исключает любые формы дискриминации лиц с ограниченными возможностями здоровья и утверждает равное отношение ко всем людям, но создаёт при этом необходимые условия для лиц, имеющих особые образовательные потребности.

Общим проблемам интеграции в общество лиц с ограниченными возможностями физического и психического здоровья посвящены работы С.К. Бондыревой, Т.А. Добровольской и Н.Б. Шабалиной, Д.В. Зайцева, Н.И. Скок, Д.В. Шамсутдиновой, Е.Р. Ярской-Смирновой. Их работы сосредоточены не столько на трудностях, вызванных физическими ограничениями, сколько на вопросах, возникающих из-за особого общественного и культурного положения индивида. Главный акцент делается на социокультурном статусе человека, а не на ограничениях, с которыми он сталкивается в повседневной жизни.

В научной литературе представлены исследования, освещающие основания цифровизации образования и формирования некоторых аспектов цифровой культуры личности. В комплексных исследованиях Э. Агацци, Б.С. Гершунского, В.А. Возчикова, Ю.В. Драгнева, А.С. Киселева, А.В. Короткова, Б.В. Кристального, Н.Н. Моисеева, И.Г. Моргенштерна, Э.П. Семенюка, Э.Г. Соловьева, С.В. Орлова и др. рассматриваются философские и социальные аспекты развития информационного общества. Ученые анализируют ценности информационного общества, показывают значимость информации для успешного развития человека и общества, доказывают действенность социокультурной коммуникации как универсального способа познания. Все эти данные подчеркивают актуальность цифровизации именно инклюзивного образования.

Другое направление исследований посвящено изучению возможностей внедрения новых информационных технологий в образовательный процесс. Научно-педагогические основания и принципы цифровизации образования изложены в работах Н.Б. Зиновьевой, Ю.С. Зубова, А.Г. Гейна, Н.И. Гендиной, Н.Ю. Игнатовой, Н.В. Лопатиной, И.В. Роберт и др. В публикациях А.Г. Асмолова, С.А. Бешенкова, Г.А. Бондаревой, С.Н. Гаврова, С.Д. Каракозова, Н.П. Петровой, С.Н. Поздеевой, Н.И. Рыжовой, А.Ю. Уварова, С.Я. Юсуповой и др. происходит осмысление перехода от процесса информатизации к цифровизации в сфере образования. В целом ряде исследований (А.А. Андреева, Е.Н. Бояров, Д.С. Василина, М.Л. Груздева, С.Д. Каракозов, Т.Г. Квач, В.В. Малиатаки, Х.Э. Мамалова, Н.А. Моисеенко, Н.И. Рыжова, А.В. Слепухин, Н.Б.Сэкулич, С.В. Юнов и др.) показываются возможности информационно-образовательной среды университета как средства повышения качества профессиональной подготовки студентов.

Особую актуальность представляют собой исследования в сфере использования цифровых технологий в инклюзивном образовании. Цифровизация открывает доступ к огромному массиву образовательных ресурсов, делая обучение более персонализированным и адаптивным. Появляются возможности для

интерактивного обучения, виртуальных экскурсий и сотрудничества с учащимися со всего мира. Новейшие технологические решения дают возможность переложить однообразные операции на автоматизированные системы, тем самым высвобождая преподавательское время для развития креативности и персонального подхода в обучении каждого студента. В конечном итоге, грамотное использование цифровых инструментов может значительно повысить качество и эффективность образовательного процесса, подготовив учащихся к жизни и работе в цифровом мире. «Цифровая инновация» помогает готовить учащихся всех возрастов с особыми потребностями (инвалидов, мигрантов, людей из бедных семей) к овладению компетенциями, которые позволят им в дальнейшем интегрироваться в общество. Кроме того, они играют важную роль в создании эффективных, доступных и адаптируемых учебных сред в инклюзивных классах.

Имеются исследования как о состоянии цифровизации в России, так и об особенностях инклюзивного образования. Д.З. Ахметова, З.Г. Нигматов, Т.А. Челнокова в двухтомной монографии «Преимущества системы инклюзивного образования» рассматривают деятельность педагогов инклюзивного образования по разработке и использованию электронных образовательных ресурсов в обучении студентов с ОВЗ. Исследователи провели анализ преимуществ и недостатков, связанных с внедрением информационно-коммуникационных технологий. К числу положительных аспектов применения ИКТ в сфере образования они отнесли безграничные возможности для общения, обеспечиваемые сетью Интернет, расширение горизонтов обучения, а также более открытый и эффективный подход к образовательному процессу и оценке успеваемости (включая тестирование и онлайн-обучение). В качестве негативных сторон использования ИКТ авторы выделили ухудшение состояния здоровья учащихся, возникновение интернет-зависимости, которая влечет за собой проблемы со здоровьем и психикой, трудности с социальной адаптацией, неготовность к реальной жизни, социальную незрелость и ограничения в выявлении индивидуальных особенностей и уровня знаний обучающихся.

В учебнике «Инклюзивная педагогика» Д.З. Ахметова и Т.А. Челнокова перечисляют ассистивные средства, облегчающие восприятие материала лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью [5]. Применение в образовании специально разработанных информационных технологий, технических устройств и программного обеспечения необходимо для решения компенсаторных задач в обучении, альтернативные форматы – например, доступный HTML, говорящие книги, системы DAISI, приобретают особую значимость для равноправного участия в образовательном процессе обучающихся с нарушением развития.

Одна из стратегических задач в цифровизации образования – это создание персонализированной образовательной среды, адаптирующейся к индивидуальным потребностям и темпу обучения каждого учащегося. Этот процесс включает в себя применение методов анализа данных с целью обнаружения не-

достатков в имеющихся знаниях и формирования наиболее эффективных индивидуальных образовательных маршрутов. Другим важным аспектом является развитие цифровых навыков у преподавателей и учащихся. Исследователь Драгнев Ю.В. констатирует, что педагоги должны быть готовы эффективно интегрировать цифровые инструменты в учебный процесс, а студенты – критически оценивать информацию и использовать технологии для самообразования [2]. По нашему мнению, необходимо обеспечить равный доступ к цифровым образовательным ресурсам для всех категорий населения, независимо от их географического положения или социально-экономического статуса. Это требует развития инфраструктуры, предоставления доступного интернета и разработки образовательных платформ, учитывающих потребности различных групп пользователей.

Цифровизация образования требует глубокого осмысления концепции индивидуализированного обучения в виртуальной среде, требований к предоставляемому для обучения контенту и оценочным материалам, анализа средств стимулирования, включая обеспечение эмоционального подъема во время изучения курса (дисциплины), разработки средств интерактивного взаимодействия с педагогом или с искусственным интеллектом (обучающим роботом), методов создания ситуации успеха, дополнительных справочных материалов и многого другого. Все эти компоненты цифровизации образования актуализируют необходимость трансформации сознания педагогов, создания установки на изменение менталитета и освоение новых компетенций.

Инклюзивное образование как мировой тренд реформирования образовательной системы требует от педагогов наличия адаптационных навыков, а это налагает на них двойную ответственность: обеспечивать адаптацию образовательной среды к особым потребностям обучающихся с ОВЗ и в то же время организовывать обучение в инклюзивном режиме в виртуальной информационно-образовательной среде [1].

В высшем образовании, несмотря на очевидные предпосылки, пока отсутствует комплексная педагогическая концепция, нацеленная на улучшение профессиональной подготовки специалистов к инклюзивному образованию в эпоху цифровых технологий. Несмотря на наличие веских причин, на сегодняшний день не создана единая образовательная структура, направленная на повышение уровня квалификации в вузах для внедрения инклюзивного обучения в контексте цифровизации образования. В сфере научных исследований ощущается недостаток методического обеспечения, направленного на раскрытие потенциала современных цифровых ресурсов и информационно-коммуникационных технологий. Это особенно важно для поддержки образовательной и самообразовательной деятельности студентов, стремящихся к реализации инклюзивного обучения в условиях цифровизации. Актуальность разработки такого методического обеспечения обусловлена необходимостью адаптации образовательного процесса к потребностям различных категорий обучающихся, включая лиц с ограниченными возможностями здоровья. Цифровые инстру-

менты и технологии предоставляют уникальные возможности для создания доступной и персонализированной образовательной среды, способствующей вовлечению каждого студента в учебный процесс. Разработка и внедрение методического обеспечения, ориентированного на использование цифровых ресурсов и ИКТ, становится ключевым фактором успешной реализации инклюзивного обучения в условиях цифровизации, способствуя повышению качества образования и социальной адаптации студентов. Например, не освещены вопросы использования потенциала профессионально-ориентированных социальных сетей для стимулирования интереса студентов к образовательной и исследовательской деятельности, не исследованы технологии формирования у студентов основ цифрового этикета посредством онлайн-коммуникаций.

В результате можно сделать вывод, что главным барьером цифровизации образования сегодня является слабая инфраструктура, что особенно актуально для реализации инклюзивного образования. Неравномерный доступ к высокоскоростному интернету и современному компьютерному оборудованию создает цифровое неравенство и ограничивает возможности для полноценной цифровизации образования. Кроме того, существует проблема недостаточной разработанности и апробации качественного цифрового контента, соответствующего образовательным стандартам и потребностям особенных учащихся. Необходимо создавать и внедрять в учебный процесс интерактивные учебники, виртуальные лаборатории и другие образовательные ресурсы, способствующие повышению мотивации и вовлеченности обучающихся. Наконец, важным аспектом является обеспечение кибербезопасности и защиты персональных данных участников образовательного процесса.

1. Богданова Е.В. Информатизация образования и ее влияние на формирование инклюзивной компетентности студентов в информационно-образовательной среде вуза. / Образование, наука и вызовы современности: Материалы I Международной научной конференции.– Том 6. Психологические и педагогические науки / под общей редакцией проф. С. В. Беспаловой. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2016. – С. 290–293.

2. Драгнев Ю.В., Богданова Е.В. Электронное обучение в высшем физкультурном образовании: теория и методика: монография / Ю.В. Драгнев, Е.В. Богданова и др.; под общ.ред. Ю.В. Драгнева. – Луганск: Из-во «Ноулидж», 2015. – 285 с.

3. Лобанова Н. М. Эффективность информационных технологий : учебник и практикум для вузов / Н. М. Лобанова, Н. Ф. Алтухова. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 237 с.

4. О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 – 2030 годы : указ Президента Российской Федерации от 9 мая 2017 г. № 203 – Текст : электронный // Система ГАРАНТ. – URL: <http://base.garant.ru>

5. Педагогика и психология инклюзивного образования: учебное пособие / Д. З. Ахметова, З. Г. Нигматов, Т. А. Челнокова, Г. В. Юсупова и др.; под ред. Д.З. Ахметовой. – Казань: Изд-во «Познание» Института экономики, управления и права, 2013 – 204 с.

Бут-Гусаим Н.А., Завалей И.В.

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь

ПРОБЛЕМА ПРОГНОЗИРОВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ

Актуальность. Прогнозирование спортивных достижений – сложный и многогранный процесс, требующий комплексного подхода и анализа множества факторов. Проблеме прогнозирования спортивных достижений всегда уделялось и будет уделяться большое внимание. Прогнозирование в целом рассматривается как способ предсказания путей развития спортивного достижения, а главная его задача сводится к выявлению вероятного развития тех конкретных факторов, которые определяет процесс и достижение заданного эффекта [2]. Оно тесно связано с управлением спортивной подготовкой, так как создает предпосылки для принятия управленческих решений в сфере спортивной подготовки и соревновательной деятельности.

Для прогнозирования спортивных результатов необходимо уже на первых этапах спортивной подготовки оценивать именно те качества спортсмена, которые обеспечивают итоговые достижения [1].

Цель исследования – теоретически обосновать проблемы прогнозирования спортивных достижений и необходимость применения методов прогнозирования в спортивной тренировке для достижения высоких результатов.

Организация и методы исследования. Для решения установленных задач применялись методы исследования – анализ научной и методической литературы.

Анализ литературы показал, что прогнозирование результатов спортсменов групп начальной подготовки в легкой атлетике, как и в других видах спорта, является ключевым аспектом тренировки, который помогает как тренерам, так и спортсменам установить реалистичные цели и отслеживать прогресс, учитывая:

1. Индивидуальные особенности каждого спортсмена, включая возраст, пол, физическую форму и предыдущий опыт занятия спортом, так как физические данные, уровень подготовки и мотивация могут значительно влиять на результаты;

2. Регулярное тестирование, которое помогает определить текущий уровень подготовки, которое может включать в себя спринтерские дистанции, бег на выносливость, прыжки и метания. Результаты тестов могут служить основой для прогнозирования.

3. Различные методы прогнозирования, включая использование статистических моделей, анализа результатов соревнований и сравнение с аналогичными группами. Например, можно использовать средние значения результатов для определения возможного прогресса.

4. Планирование на основе полученных данных, исходя из которых тренеры могут адаптировать тренировочные программы, чтобы сосредоточиться на слабых местах и развивать сильные стороны спортсменов.

5. Мотивацию и психологическую готовность, психологический аспект, которые также играют важную роль в достижении результатов. Важно поддерживать позитивный настрой и уверенность в своих силах.

6. Внешние факторы – погодные условия, тип покрытия (например, асфальт, трава, беговая дорожка) и состояние здоровья спортсмена, которые могут значительно влиять на результаты.

7. Регулярный анализ результатов и корректировка целей, которые помогут спортсменам оставаться на правильном пути к достижению успеха [3].

В целом, прогнозирование результатов в легкой атлетике требует комплексного подхода и внимательного отношения к каждому аспекту подготовки.

Одним из важных моментов при прогнозировании результатов по мнению Баландина В.И. является проведение тестирования легкоатлетов по общей физической подготовке [2].

Результаты тестов по общей физической подготовке, таких как бег на короткие и длинные дистанции, прыжки, упражнения на силу и гибкость, позволяют оценить уровень физической подготовки спортсменов. Эти данные могут служить отправной точкой для определения его потенциальной способности к занятиям легкой атлетикой.

В то же время, сравнение результатов тестов с показателями других детей того же возраста и уровня подготовки может помочь выявить детей с высоким потенциалом. Например, если ребенок показывает выдающиеся результаты в беге на короткие дистанции, это может указывать на его перспективность в спринтерских дисциплинах.

Успехи ребенка в тестах по общей физической подготовке могут повысить уверенность в своих силах и мотивацию к занятиям спортом. Позитивные эмоции от достижения результатов могут способствовать дальнейшему интересу к легкой атлетике.

Это говорит о том, что регулярное тестирование и отслеживание прогресса ребенка помогут выявить изменения в его физической подготовке и адаптировать тренировки в зависимости от результатов, что также поможет в корректировке прогнозов по мере роста и развития ребенка.

Используя результаты тестов по общей физической подготовке могут служить важным индикатором для прогнозирования перспективности ребенка в легкой атлетике, что позволяет тренерам и родителям более осознанно подходить к выбору спортивной деятельности и поддерживать детей на пути к достижению их целей.

При прогнозировании спортивных результатов легкоатлетов важно также учитывать участие спортсменов в спортивных и спортивно-массовых соревнованиях, которые позволяют накапливать опыт, который критически важен для

их будущих результатов. Спортсмены, участвующие в большом количестве соревнований, как правило, лучше адаптируются к стрессу и условиям соревнований, что может позитивно сказаться на их результатах [4].

Результаты, достигнутые на различных соревнованиях, могут служить основой для анализа и прогнозирования будущих успехов. Тренеры могут использовать данные о прошлых выступлениях, чтобы оценить прогресс спортсмена и скорректировать тренировочный процесс.

Участие в соревнованиях помогает спортсменам развивать психологическую устойчивость. Способность справляться с давлением и эмоциями во время соревнований может значительно влиять на результаты. Психологическая подготовка, основанная на опыте соревнований, может улучшить прогнозы.

Регулярные соревнования помогают поддерживать и улучшать физическую форму спортсменов. Участие в соревнованиях может служить индикатором готовности атлета, что важно для прогнозирования его результатов на будущих турнирах.

Сравнительный анализ спортсменами своих результатов с результатами других атлетов может помочь в оценке уровня конкуренции и в прогнозировании, как спортсмен может выступить в будущем в зависимости от уровня своих соперников.

Спортсмены и тренеры могут использовать данные и результаты соревнований для внедрения новых тренировочных методов и технологий. Адаптация к новым условиям и методам может улучшить результаты и точность прогнозов.

Таким образом, участие в спортивно-массовых соревнованиях играет важную роль в прогнозировании спортивных результатов легкоатлетов. Сбор и анализ данных о выступлениях, а также психологическая и физическая подготовка спортсменов позволяют более точно предсказывать их успехи в будущем.

Выводы. Прогнозирование результатов в спорте – это сложный и многогранный процесс, который требует комплексного подхода и анализа множества факторов. Благодаря современным технологиям и методам анализа, этот процесс становится всё более точным и эффективным. А применяя результаты тестирования по общей физической подготовке и систематически принимая участие в спортивных и спортивно-массовых мероприятиях, процесс прогнозирования спортивных достижений может становиться более точным.

1. Абсалямов Т. М. Общие принципы построения комплексной целевой программы подготовки команды и отдельного спортсмена. Тенденция развития спорта высших достижений. М.: Советский спорт, 1998. С. 28–33.

2. Баландин В. И. Прогнозирование в спорте / Баландин В. И., Блудов Ю. М., Плахтинко В.А. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. –194 с.

3. Деркач А. А. Самореализация – основание акмеологического развития. М.: МПСИ, 2010.

4. Мельников В. М., Юров И. А. Теоретические подходы к построению психологической модели «идеального» спортсмена. Спортивный психолог. 2013. – № 3. – С.18–21.

**Ван Янань,
Бобрик Т.З.**

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

СИСТЕМА СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ КИТАЯ И ОПЫТ УЧАЩИХСЯ

***Аннотация.** В статье рассматриваются особенности системы среднего образования в Китайской Народной Республике, её структура, принципы организации учебного процесса и влияние на учащихся. На основе анализа источников и отзывов студентов раскрываются сильные и проблемные стороны китайской модели, а также её влияние на личностное и академическое развитие школьников.*

***Ключевые слова:** Китай; среднее образование; школьники; учебная нагрузка; экзамен гаокао; опыт учащихся.*

Китайская система образования в последние десятилетия привлекает внимание исследователей и практиков во всём мире. Стремительный рост качества образования, международное признание китайских университетов и высокий уровень академической мотивации учащихся делают Китай примером успешной образовательной модернизации. В основе этих достижений – продуманная государственная стратегия, культурные установки на трудолюбие и высокий социальный статус образования А.

С начала 2000-х годов Китай активно реформирует образование, стремясь к его интернационализации и инновационности. В 1998 году был принят Закон о высшем образовании, который стал основой для превращения китайских учебных заведений в исследовательские центры мирового уровня.

Учебный год начинается 1 сентября и поделён на 2 семестра итоги, которых проставляются в таблице. Оценивание проводится по 100-бальной системе.

На время каникул дети получают объёмное домашнее задание, выполнение которого является обязательным.

Образовательная система Китая характеризуется высокой конкурентоспособностью, поэтому китайцы стремятся к тому, чтобы их дети посещали как можно больше внеклассных, дополнительных, факультативных занятий [3].

Система образования в Китае включает несколько уровней:

– Дошкольное образование – с 3 до 6 лет, преимущественно в частных детских садах.

– Начальная школа – 6 лет (с 6 до 12 лет).

– Средняя школа – делится на младшую (3 года) и старшую (3 года).

– Высшее образование – бакалавриат (4 года), магистратура (2–3 года), аспирантура (3 года).

Обязательным является девятилетнее образование (начальная и младшая средняя школа), что закреплено на законодательном уровне В.

Система среднего образования в Китае делится на два уровня:

– Младшая средняя школа – 3 года (7–9 классы), обязательная часть девятилетнего образования.

– Старшая средняя школа – 3 года (10–12 классы), не обязательна, но необходима для поступления в университет.

После окончания младшей средней школы учащиеся сдают экзамены и на конкурсной основе поступают в старшую школу. Те, кто не проходит отбор, могут продолжить обучение в профессиональных колледжах или начать трудовую деятельность А.

Особенности учебного процесса:

– Учебная нагрузка: китайские школьники учатся 6 дней в неделю, с 7:30–12:00 утренние уроки; 12:00–14:00 обед/тихий час; 14:30–17:30 дневные занятия 19:00–21:30, вечерние занятия и самостоятельную подготовку.

– В течение 3 лет прохождения нижнего уровня средней школы китайцы изучают как минимум 13 основных предметов: китайский язык, математику, английский, физику, химию, биологию, географию, историю, политологию, информатику, музыку, черчение, физкультуру.

– Экзамен гаокао: национальный вступительный экзамен, определяющий будущее студента. Подготовка к нему начинается задолго до 12 класса и сопровождается высоким уровнем стресса А В.

В вуз рекомендуются только самые лучшие выпускники школ. Абитуриенты сдают от четырех до семи вступительных экзаменов. Университеты сами назначают и количество экзаменов и разрабатывают свои программы. Самый большой конкурс в технических вузах, конкурсный отбор в них жесткий. На одно место претендуют от 150 до 300 абитуриентов. Кому посчастливилось поступить в долгожданный вуз, не могут позволить себе расслабиться и плохо учиться. В результате реформы управления вузами в 2007 г. в стране стало насчитываться 1908 государственных вузов, из них 443 – комплексные и многопрофильные университеты, 672 – естественнонаучные и технические, остальные – моноспециализированные вузы [1].

Многие китайские школьники описывают своё обучение как «марафон без финиша». По их словам:

– Конкуренция – постоянная: «Ты не можешь расслабиться, потому что знаешь, что миллионы других делают то же самое».

– Поддержка семьи – огромна, но часто сопряжена с давлением: «Родители ждут, что ты поступишь в хороший университет – это их мечта».

– Мотивация – двойственная: с одной стороны – стремление к успеху, с другой – усталость и выгорание.

– Позитив – в чувстве дисциплины, уважении к знаниям и возможности поступить в престижный университет.

Большую часть времени ребенок проводит в школе и занимается выполнением домашнего задания. На сон у большинства старшеклассников отводится не более 6 часов, а в случае удаленности школы от места проживания и того меньше. В одном из интервью [2] китайский школьник сказал, что если

склеить вместе все тесты, которые он решил за последние два года, то можно было бы обернуть Землю по экватору.

Среди ключевых особенностей китайской системы образования можно выделить:

– Высокую конкуренцию: особенно при поступлении в старшую школу и университеты.

– Централизованное тестирование: экзамен гаокао – главный критерий поступления в высшие учебные заведения.

– Государственное финансирование: значительная часть бюджета направляется на развитие образования, особенно высшего А.

– Поощрение талантов: гранты, стипендии, программы поддержки одаренных студентов.

– Интеграция технологий: активное внедрение цифровых платформ и онлайн-обучения.

Среднее образование в Китае – это система, ориентированная на результат, дисциплину и массовую подготовку к экзамену. Она формирует трудолюбие, настойчивость и академическую выносливость, но требует переосмысления в части гуманизации, индивидуализации и заботы о психологическом благополучии учащихся. Опыт китайских школьников – это одновременно история успеха и вызова, из которой можно извлечь ценные уроки для других стран.

Китайская система образования демонстрирует пример того, как государственная воля, культурные традиции и инвестиции могут трансформировать образовательную сферу. Несмотря на существующие проблемы, Китай уверенно движется к созданию гибкой, конкурентоспособной и ориентированной на будущее модели образования.

1. Азитова, Г. Ш., Краснова М. Н. ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В КИТАЕ // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 5. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26953> (дата обращения: 28.03.2025).

2. Brook Larmerdec. Cram City. Inside a Chinese Test-Prep Factory. [Текст] / E. Pehkonen // The New York Times, 2015. – Sunday Magazine №1 – p. 35.

3. Павлова А. А. МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ НА ПРИМЕРЕ КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-i-formy-obucheniya-v-sredney-shkole-na-primere-kitayskoy-narodnoy-respubliki>.

Ворепо В.Н.

Белорусский государственный университет транспорта,
Гомель, Беларусь,

Нарскин Г.И., д-р пед. наук, профессор,

Мельников С.В.,

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Беларусь

ФОРМИРОВАНИЕ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ СТУДЕНТОВ

Актуальность. Проблема качественной подготовки студентов высших учебных заведений, а также учащихся старших классов средних школ, средне-специальных и профессионально-технических учебных заведений к военно-профессиональной деятельности всегда была актуальной, а в настоящее время приобрела особую значимость [1].

Несмотря на значительную техническую модернизацию Вооруженных Сил Республики Беларусь, позволившей в той или иной степени снизить нагрузку на военнослужащего и обеспечить выполнение боевой задачи по предназначению с максимальной эффективностью и минимально возможными временными затратами, современный бой все еще предъявляет очень высокие требования к физической и психологической подготовленности бойца. В этих условиях успешность решения боевых задач, равно как и выживаемость отдельно взятого бойца, во многом зависит от его физической подготовленности и сформированных военно-прикладных навыков.

Изучение характера физических нагрузок, выполняемых студентами и учащимися в процессе обучения, показал, что развитию специальных физических качеств и формированию военно-прикладных двигательных навыков уделяется крайне низкое внимание [2].

Одним из эффективных путей решения данной проблемы является применение физических упражнений из военно-прикладных видов спорта, позволяющих создавать максимальные физические и психические нагрузки для человека [3].

Анализ учебной деятельности студентов в сфере физической подготовки, позволил вскрыть ряд недостатков:

– низкий уровень развития общих и специальных физических качеств (выносливости, скоростно-силовой и скоростной выносливости, быстроты в действиях);

– низкий уровень сформированности военно-прикладных двигательных навыков (в преодолении естественных и искусственных препятствий, метании гранат и т. д.);

– способность максимально мобилизовывать свои функциональные возможности в экстремальных условиях.

Решение данной проблемы традиционными средствами и методами физической подготовки оказывается не всегда достаточным. Назревает необходимость включения в физическую подготовку студентов средств, которые по структуре проявления психологических и двигательных качеств, механизму энергообеспечения, кинематическим и динамическим характеристикам имеют сходство основными профессиональными действиями военных.

Цель исследования заключалась в разработке и обосновании системы военно-прикладной подготовки с использованием специфических тренировочных средств.

Предполагалось, что использование специфических тренировочных средств, направленных на повышение уровня развития специальных физических качеств и военно-прикладных двигательных навыков, позволит повысить уровень военно-прикладной подготовленности студентов. А использование адаптированных средств и методов военного пятиборья будет способствовать совершенствованию их физического развития.

Проведенные исследования по развитию физических качеств, формированию военно-прикладных двигательных навыков и функциональных резервов позволяют определить три основных этапа в подготовке студентов.

Первый этап характеризуется формированием военно-прикладных двигательных навыков в выполнении упражнений военного пятиборья (преодоление элементов единой полосы препятствий, преодоление естественных и искусственных препятствий, бег по пересеченной местности с выполнением различных упражнений схожий по динамике с активной фазой огневого контакта, метание гранат (в том числе и из-за укрытия) и т. д.), развитием силы, быстроты, общей выносливости, повышением показателей максимальной мобилизации функциональных резервов.

Второй этап характеризуется закреплением и дальнейшим совершенствованием военно-прикладных двигательных навыков, постепенной стабилизацией в развитии силы и быстроты, повышением показателей скоростно-силовой и скоростной выносливости, расширением диапазона функциональных резервов и их более эффективным использованием.

Третий этап характеризуется поддержанием оптимального уровня развития физических качеств, дальнейшим повышением показателей скоростно-силовой и скоростной выносливости за счет выполнения упражнений в военной экипировке, дальнейшим расширением диапазона функциональных резервов и их более эффективным использованием.

Данные особенности были положены в основу подготовки студентов обучающихся по программам подготовки младших командиров и офицеров запаса в УО «БелГУТ» с использованием специфических тренировочных средств и методов военного пятиборья, адаптированных к профессионально-должностной деятельности военнослужащих.

Результаты исследования и их обсуждение. Исследование проводилось на базе военно-транспортного факультета в период с сентября 2021 по июль

2023 года. В исследовании принимало участие 83 человека, из них экспериментальная группа – 41, контрольная – 42. Контрольная и экспериментальная группы занимались по программе физической подготовки ВУЗа. Экспериментальная группа дополнительно один раз в неделю во время занятий по тактической подготовке выполняла различные задания в сочетании с преодолением элементов единой полосы препятствий, преодолении естественных и искусственных препятствий, метании гранат, выполнении различных упражнений и заданий во время передвижения связанных со значительной физической и психологической нагрузкой. Перед началом исследования была сделана выборка по уровню физической подготовленности студентов по результатам тестирования были проведены ряд дополнительных тестов, а именно:

- метание гранаты на дальность;
- метание гранаты на точность;
- бег на два километра в сочетании с прыжками с полного приседа с продвижением вперед, сгибании разгибании рук в упоре лежа, переноса пяти мешков с песком весом 30 кг на 10 метров, преодолением элементов полосы препятствий.

По исходным данным, достоверных отличий между контрольной и экспериментальной группами отмечено не было.

В результате проведенных исследований по проверке эффективности разработанной системы подготовки студентов можно заключить, что она позволяет более целенаправленно формировать военно-прикладные двигательные навыки, эффективно развивать физические и специальные качества.

Результаты физической подготовленности студентов показывают, что участники экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, улучшили показатели скоростной и скоростно-силовой выносливости на 10,7 % и 19,5 %, соответственно, взрывной силы на 15,5 %, преодоления препятствий на 45,3 %, метания гранат на точность и дальность на 42,1 %.

Разработанная система подготовки с использованием специфических тренировочных средств позволяет интенсифицировать учебный процесс, разнообразить его и значительно повысить уровень общей и специальной физической подготовленности студентов.

Выполненная работа позволяет сформулировать ряд **выводов и предложений**:

1. Опыт боевой подготовки и результаты научных исследований свидетельствуют о том, что важным и эффективным средством физической подготовки студентов к прохождению срочной военной службы в современных условиях является применение физических упражнений и видов спорта, наиболее приближенных по структуре движений и характеру физических нагрузок к военно-профессиональной деятельности военнослужащих. К таким видам спорта относятся военно-прикладные многоборья.

2. Определена система подготовки студентов с учетом соотношения объема и интенсивности тренировочных нагрузок.

3. Разработанная система подготовки студентов, отличается от образовательной программы по физической культуре включением специфических тренировочных средств, позволяющих интенсифицировать и разнообразить процесс развития специальных физических качеств (скоростной, скоростно-силовой выносливости, взрывной силы), формирования военно-прикладных двигательных навыков (преодоление препятствий, метание гранат на точность и дальность), имеющих положительный перенос навыка на профессиональную деятельность военнослужащих.

4. Разработанная система физической тренировки студентов с применением адаптированных средств и методов военного многоборья позволяет наиболее эффективно использовать время, отведенное на физическую подготовку, и по сравнению с общепринятой методикой повысить уровень ее развития.

1. Темирханов, Т. А. Горное троеборье как средство подготовки военнослужащих подразделений специального назначения к действиям в условиях горной и высокогорной местности / Т. А. Темирханов, А. М. Факов, Е. В. Куштаев // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2019. – Т. 4. – № 1. – С. 204–219.

2. Костюнина, Л.И. Особенности адаптации спортсменов к тренировочным нагрузкам / Л. И. Костюнина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2011. – № 4 (21). – С. 55–60.

3. Лодяев, Н. Ф. Военное троеборье / Н. Ф. Лодяев. – М. : Военное издательство, 1988. – 256 с.

Ворепо В.Н.,

Осянин В.Н., доцент,

Коваленко А.Н.,

Белорусский государственный университет транспорта,

Гомель, Беларусь

ВОЕНИЗИРОВАННЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ У УЧАЩИХСЯ НА ПРИМЕРЕ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ ИГРЫ «ПРОРЫВ»

Актуальность. Формирование и развитие военно-прикладных навыков мужской половины населения является одной из главных составляющих всестороннего и гармоничного развития мужчины [1]. Умение переносить значительные физические и психологические нагрузки, оказывать первую доврачебную помощь, преодолевать естественные и искусственные препятствия, эффективно стрелять из пневматического оружия, метать макет гранаты – является важной задачей физического воспитания учащихся как средней, так и высшей

школы [2-4]. Более того, формирование и развитие военно-прикладных навыков подрастающего поколения в значительной степени ускоряет процесс адаптации и обучения будущих защитников Отечества – солдат срочной службы и курсантов военных учебных заведений.

Цель исследования состояла в развитии военно-прикладных навыков студентов.

В 2023 году профессорско-преподавательским составом УО «Белорусский государственный университет транспорта» была разработана концепция военно-прикладной игры под названием «Прорыв» в рамках проведения военизированного мероприятия среди студентов высших учебных заведений города Гомеля и Гомельской области. Игра включала в себя следующие этапы: «Бой в городе», «Практическая стрельба», «Снайперский рубеж».

Этап «Бой в городе» представлял собой последовательное выполнение следующих заданий: экипировка, разборка-сборка автомата АК-74, преодоление естественных и искусственных препятствий, возведение фортификационного сооружения, стрельбу, перемещение пушки Т-12 и ящиков с боеприпасами на огневую позицию, преодоление заминированного и зараженного участков местности, марш-бросок в составе подразделения. Цель – выполнить все задания за минимальное время.

Этап «Практическая стрельба» заключался в стрельбе из пистолета и автомата по мишеням с попутным выполнением специальных физических упражнений. Цель – поразить все мишени за минимальное время с максимальной точностью.

Этап «Снайперский рубеж» заключался в стрельбе из винтовки с оптическим прицелом по мишени после выполнения специальных физических упражнений. Цель – поразить мишень с максимальной точностью за минимальное время.

30 мая 2023 года на учебно-полевом центре учреждения образования «Белорусский государственный университет транспорта» собрались 7 команд из различных высших учебных заведений Гомельской области. Результаты выступления команд представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты выступления команд в 2023 году.

Команда	Бой в городе		Практическая стрельба		Снайперский рубеж		Сумма 3-х этапов	Место
	(мин. сек.)	место	(мин. сек.)	место	(мин. сек.)	место		
ВТФ БелГУТ	16.18	1	1.58	1	2.17	1	3	1
УГЗ МЧС РБ	24.58	2	2.44	2	3.26	3	7	2
ГГУ им. Ф. Скорины	26.44	3	3.03	3	3.14	2	8	3
ГГМУ	28.02	4	4.28	4	3.47	4	12	4
МИТСО	31.12	6	5.50	5	3.59	5	16	5
МГПУ им. И.П. Шамякина	29.13	5	6.12	7	4.22	7	19	6
ГГТУ им. П.О. Сухого	32.15	7	6.01	6	4.10	6	19	7

Из представленного материала следует, что команды ВТФ БелГУТ и УГЗ МЧС РБ значительно превзошли по результатам остальные команды ввиду специфики подготовки участников из данных учреждений. В связи с этим, было принято решение не выставлять команду ВТФ БелГУТа и ограничиться только обязанностями организаторов мероприятия, а также организовать возможность подготовки к предстоящим состязаниям на базе учебно-полевого центра будущим участникам, о чем последние были предупреждены за три недели до предстоящих стартов.

По объективным и субъективным причинам на предложение откликнулись лишь две команды: ГГУ им. Ф. Скорины и ГГТУ им. П.О. Сухого. Команда ГГУ им. Ф. Скорины попросила предоставить автоматы АК-74 для тренировки разборки и сборки и возможность перекачивать пушку Т-12. Команда же ГГТУ им. П.О. Сухого настаивала на полной подготовке к состязаниям по всем трем этапам.

В связи с этим, было принято решение провести эксперимент, целью которого являлось определение степени эффективности краткосрочной подготовки к военно-прикладной игре.

Результаты исследования и их обсуждение. Руководствуясь тем фактом, что подразделение сильно настолько, насколько сильно его самое слабое звено, мы начали работу с подбора команды. Так как посыл игры состоит в том, чтобы испытать схожую нагрузку, которую испытывают военнослужащие во время выполнения задачи по предназначению, и проверить военно-прикладные навыки, характерные для выполнения задачи, были обозначены минимальные требования, предъявляемые к участникам:

- способность продолжительное время выполнять специфическую высокоинтенсивную работу в экипировке (бронезилет, шлем кевларовый, макет автомата, противогаз);

- способность работать в команде и делать все возможное для достижения максимального результата.

Для отбора и формирования команды был организован кросс на дистанции 3 км с преодолением элементов единой полосы препятствий и других искусственных и естественных препятствий, находящихся на учебно-полевого центре, в указанной экипировке. Десять участников, показавших наилучшее время, вошли в состав команды.

После формирования команды началась целевая подготовка продолжительностью 13 дней. В процессе подготовки, был сделан акцент на формирование, развитие и совершенствование военно-прикладных навыков и эффективное взаимодействие подразделения. На протяжении всего времени подготовки участники по несколько раз выполняли каждый элемент этапа, двигаясь от элемента к элементу в строгом соответствии с условиями проведения военно-прикладной игры.

Подготовка начиналась с экипировки. Участники эксперимента учились максимально быстро надевать средства бронезащиты, оттачивали свое мастерство в разборке и сборке автомата АК-7, преодолевали элемент единой полосы

препятствий «Лабиринт», совершенствовали навык возведения фортификационного сооружения из мешков с песком, стреляли из пневматической винтовки на фоне значительной физической нагрузки, преодолевали забор высотой 2 метра, перекатывали пушку Т-12 весом 2750 кг на новый огневой рубеж (40 метров), переносили ящики с боеприпасами и совершали марш-бросок в составе подразделения с преодолением зараженного участка местности.

После проведенной подготовки участники нашего эксперимента участвовали в очередных играх и показали результаты (таблица 2).

Таблица 2 – Результаты выступления команд в 2024 году.

Команда	Бой в городе		Практическая стрельба		Снайперский рубеж		Сумма 3-х этапов	Место
	(мин. сек.)	место	(мин. сек.)	место	(мин. сек.)	место		
ГГТУ им. П.О.Сухого	17.58	1	2.12	1	2.10	1	3	1
УГЗ МЧС РБ	20.32	2	2.58	3	2.51	2	7	2
ГГУ им. Ф.Скорины	21.41	3	2.40	2	3.36	3	8	3
ГГМУ	23.14	4	3.48	4	4.32	4	12	4
МИТСО	26.01	6	4.50	5	4.39	5	16	5

Выводы. Из проведенного эксперимента видно, что при наличии высокого уровня общей физической подготовленности человека, при грамотном и, главное, непродолжительном (в сравнении с человеком, имеющим низкий уровень общей физической подготовленности) целевом воздействии, направленном на развитие профессиональных, военно-прикладных навыков и иных качеств, требующих значительных физических и психических напряжений, существует высокая вероятность подготовить эффективного специалиста, способного решать поставленные задачи как в индивидуальном порядке, так и в составе команды.

Военно-прикладные навыки, полученные участниками во время военно-прикладной игры «Прорыв» в 2023 году, позволили участникам игры 2024 года значительно улучшить результаты.

Основной задачей в физическом воспитании молодежи является привитие устойчивого желания заниматься своей физической подготовкой в любом возрасте, популяризация здорового образа жизни, создание условий для занятий физической подготовкой. А главное – уделять внимание развитию военно-прикладных навыков, что позволит в критической ситуации сократить время на подготовку к возможным боевым действиям и значительно повысит выживаемость боевой единицы, а значит и подразделения в целом.

1. Балов, А.Ш. Роль физической подготовки и спорта в укреплении воинской дисциплины / А.Ш. Балов. – М. : ВПА, 1985. – 44 с.

2. Голубь, Е. Ю. Учебные сборы по основам безопасности жизнедеятельности как средство формирования военно-прикладных навыков юношей старших классов / Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов // Chronos. – 2020. – № 7(46). – С. 42–47.

3. Дмитриев, Г. Г. Упреждающая адаптация к действиям в экстремальных условиях / Г. Г. Дмитриев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2013. – № 2. – С. 46–50.

Гао Шилун

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины
Гомель, Беларусь

ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ ВЫГОРАНИЯ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ИНТЕНСИВНЫХ ТРЕНИРОВОК

Актуальность. Современный спорт предъявляет экстремальные требования к юным спортсменам, значительно повышая риск эмоционального выгорания. Это состояние, характеризующееся истощением, цинизмом и снижением профессиональной эффективности, особенно опасно для подростков в фазе активного психофизиологического развития, поскольку интенсивные тренировки могут спровоцировать хронический стресс, конфликты идентичности и потерю мотивации. Традиционные методы профилактики выгорания, такие как физический отдых и когнитивно-поведенческие техники, часто оказываются недостаточно эффективными, так как игнорируют глубинные бессознательные процессы.

Психоаналитический подход, в свою очередь, позволяет выявить эти глубинные причины выгорания, к которым относятся: бессознательные конфликты (например, между желанием соответствовать ожиданиям значимых взрослых и страхом неудачи), подавленные эмоции (агрессия, тревога), трансформирующиеся в психосоматические симптомы, нарушения нарциссического баланса (зависимость самооценки от спортивных достижений) и гипертрофированное чувство долга, ведущее к перфекционизму, обусловленное влиянием Супер-Эго. Интеграция психоанализа в спортивную психологию позволяет работать с этими корневыми проблемами, обеспечивая профилактику и коррекцию выгорания на более глубоком уровне.

Цель исследования – разработка и апробация психоаналитической программы профилактики выгорания у юных спортсменов (13–15 лет), занимающихся ушу-саньда. Для достижения этой цели были поставлены следующие **задачи**:

1. Систематизировать психоаналитические концепции, объясняющие механизмы эмоционального выгорания у юных спортсменов, в контексте современных теоретических подходов.

2. Выявить специфические факторы риска выгорания, связанные с возрастными особенностями подростков и условиями интенсивных тренировок.

Методика и организация исследования. В исследовании, проводимом в 2024-2025 учебном году на базе спортивного клуба Китая, приняли участие 60 юных спортсменов, занимающихся ушу-саньда.

Результаты исследования и их обсуждение. Эмоциональное выгорание у юных спортсменов представляет собой многоуровневую проблему, требующую учета как внешних (интенсивные тренировки, соревновательный стресс), так и внутренних психологических факторов. Психоаналитический подход, интегрированный в спортивную педагогику, позволяет выявить глубинные причины этого явления, связанные с бессознательными конфликтами и защитными стратегиями личности.

В рамках решения первой задачи исследования была проведена систематизация классических и современных психоаналитических концепций, объясняющих формирование выгорания. В частности, была проанализирована структурная модель психики З. Фрейда, демонстрирующая, как противоречия между Оно (базовые потребности в отдыхе, автономии) и Сверх-Я (внутренние установки на достижение идеалов, навязанных родителями или тренером) создают хроническое напряжение. Например, стремление подростка подавлять усталость из страха разочаровать семью приводит к накоплению неосознаваемой агрессии и апатии. Усугубляют ситуацию нарциссические травмы – ситуации, когда реальные спортивные результаты вступают в конфликт с идеализированным образом «победителя», формируя защитные реакции в виде отрицания проблем или проекции вины на окружающих. Большое значение имеет и групповая динамика в учебно-тренировочных коллективах. Концепция переноса объясняет, как подростки неосознанно проецируют детские паттерны поведения на тренера, а массовые защитные механизмы, такие как коллективное отрицание стресса, маскируют истинные эмоции. Было установлено, что 72 % юных спортсменов скрывают тревогу из-за страха исключения из команды, что коррелирует с теорией А. Адлера о компенсации чувства неполноценности через гипертрофированное стремление к успеху.

Интеграция психоаналитических идей с современными моделями эмоционального выгорания (например, когнитивно-аффективной теорией Р. Смита) позволила выявить новые взаимосвязи. Подавленная агрессия в психоаналитической трактовке соответствует хроническому стрессу в когнитивных моделях, а дисбаланс между усилиями и вознаграждением отражает конфликт между бессознательными желаниями и социальными ожиданиями. Это, в свою очередь, обосновывает разработку комплексных методов диагностики, включающих анализ сновидений для выявления вытесненных страхов и проективные тесты для оценки скрытых установок.

В рамках решения второй задачи исследования были выявлены специфические факторы риска выгорания, связанные с возрастными особенностями подростков и условиями интенсивных тренировок. К возрастным рискам относятся перфекционизм и гипертрофированная самокритика, недостаток эмоциональной поддержки и физиологическая незрелость организма, делающая подростков более восприимчивыми к перетренированности. Интенсивные тренировки создают дополнительные риски в виде однообразия нагрузок, круглогодичного цикла соревновательной деятельности и недостатка времени для вос-

становления. Выявлено, что 68 % юных спортсменов склонны к самообвинениям за неудачи, 47 % испытывают выгорание из-за чрезмерных тренировочных объемов, а 81 % отмечают, что выгорание – худшая реакция на нагрузки. Специфические взаимосвязи между возрастными и спортивными факторами проявляются в повышенной восприимчивости к стрессу, нарушении самооценки и конфликте между внутренними мотивами и внешними ожиданиями.

Практическая значимость полученных данных заключается в разработке профилактических программ, учитывающих адаптацию тренировочных нагрузок к возрастным особенностям, работу с эмоциональным интеллектом и мониторинг баланса «нагрузка-восстановление». Интеграция этих данных с современными моделями выгорания позволяет создать целостный подход к профилактике, учитывающий как психологические, так и организационные аспекты спортивной подготовки подростков.

Выводы:

1. Систематизация психоаналитических концепций позволила расширить понимание механизмов эмоционального выгорания у юных спортсменов, выявив роль бессознательных конфликтов, защитных стратегий и нарциссических аспектов в развитии данного состояния.

2. Выявленные специфические факторы риска, связанные с возрастными особенностями и условиями интенсивных тренировок, позволили определить ключевые направления профилактической работы, нацеленной на снижение эмоционального напряжения и повышение психологической устойчивости подростков.

3. Предложенные подходы к разработке профилактических программ, основанные на интеграции психоаналитических и современных моделей выгорания, могут быть использованы для создания эффективных стратегий профилактики и коррекции эмоционального выгорания у юных спортсменов, занимающихся ушу-саньда. Адаптация классических методов (интерпретация свободных ассоциаций, анализ переноса) к условиям спортивной подготовки, включающая сокращение времени сессий и включение элементов физической разминки, способствуют снижению напряжения и повышению эффективности психоаналитической работы.

4. Результаты исследования подтвердили необходимость междисциплинарного подхода к профилактике выгорания у юных спортсменов, сочетающего методы спортивной психологии, психоанализа и педагогики.

Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы спортивными психологами, тренерами и родителями для создания благоприятной психологической среды и повышения эффективности тренировочного процесса.

Глазунова Д.В.,
Федорова А.М., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

УРОК КОММУНИКАЦИИ КАК АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Современные технологии перекраивают привычную для нас жизнь и добавляют новые вводные. Интернет формирует взгляды нового поколения. С появлением компьютера, интернета и смартфона сократились физические барьеры для общения. Дети сейчас живут в ином мире, чем раньше: они больше общаются с компьютерами, чем с родителями и друг с другом. Личностные ценности начинают формироваться в детстве (до 10-12 лет). В течение жизни они могут меняться, однако для этого должны произойти очень крупные и значимые события в личной жизни человека. Проблема заключается в том, что гаджеты урезали возможность детей в восприятии какой-либо информации без посредничества телефона, планшета или других устройств, что усложняет их обучение. Информацию для учебы необходимо воспринимать как устную, так и письменную, невозможно подавать всю информацию в интерактивном виде или в виде видеоматериала, невозможно в танцах показать математику или оживить Евгения Онегина в виде рок-оперы.

Предлагается рассмотреть возможность введения в образовательный процесс такого инструмента, как урок общения и коммуникации, на котором будут формироваться необходимые навыки коммуникации, критическое и абстрактное мышление, развиваться и обогащаться речь, улучшится восприятие устной речи, что будет давать возможность проводить процесс обучения с большей эффективностью. Предполагается, что данный метод поможет снизить социальное напряжение в обществе, особенно в молодежной среде, а также в целом повысит культуру в обществе и поможет в обучении.

Коммуникация – социально обусловленный процесс передачи и восприятия информации в условиях межличностного и массового общения по различным каналам с помощью разных коммуникативных средств (вербальных, невербальных и других) [1].

Согласно проведенным Федеральной службой государственной статистики РФ исследованиям, учащиеся общеобразовательных учреждений больше всего в свободное время общаются с друзьями (89,2 %), пользуются компьютером и мобильными устройствами (76,8 %), а также занимаются спортом (32,6 %). Кроме того, школьники предпочитают смотреть телепередачи (22,9 %), заниматься домашними делами (22,5 %) и чтением книг (18,3 %). На своё хобби тратят свободное время 12,9 % учащихся [2] (рисунок 1).

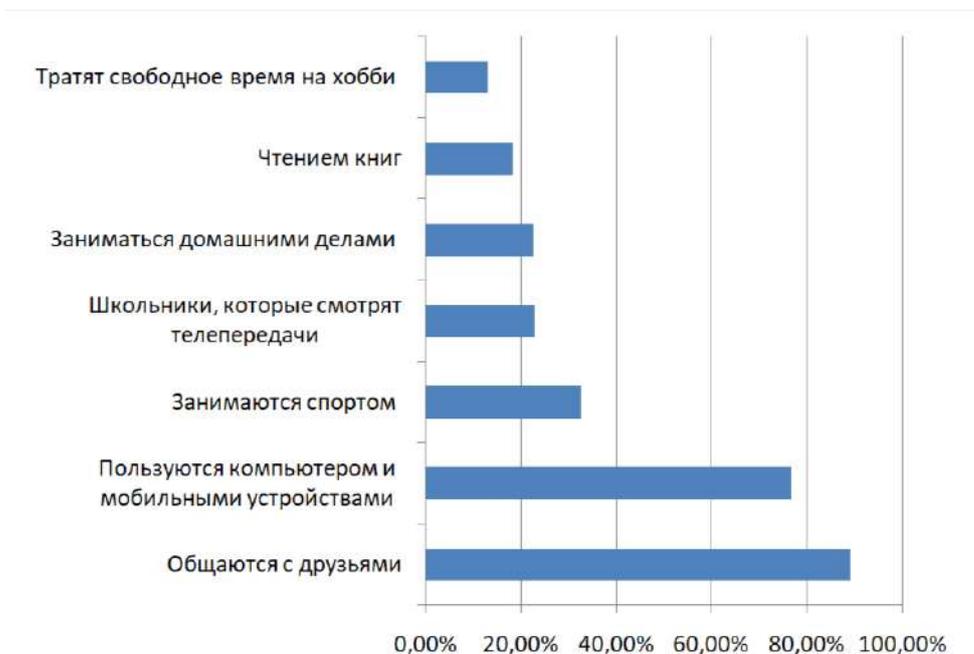


Рисунок 1 – Результаты исследования

Думается, что подобная ситуация в Республике Беларусь мало чем отличается, так как глядя на данные статистики, мы видим, что учащиеся общеобразовательных учреждений больше всего в свободное время общаются с друзьями (89,2 %), однако необходимо проанализировать какого качества это общение и почему, в итоге, в образовательной среде мы наблюдаем катастрофическую ситуацию с потерей коммуникации, с трудностями в усвоении учебного материала, с невозможностью и неумением аргументированно высказать свою точку зрения, с отсутствием критического мышления, с невозможностью анализировать информацию и делать выводы. И почему, если статистика показывает такой высокий процент «общения с друзьями» в обществе массово наблюдаются такие социальные проблемы как буллинг, социальная агрессия, социальное одиночество, невозможность изъясняться без ненормативной лексики, суицидальное поведение и т.п. Вероятно, потому что не в лучшую сторону изменилось качество мышления, качество воспитания и, по объективным причинам, качество образования. И потому, что понятия «общение с друзьями», «чтение книг», «просмотр телепередач и кинофильмов», «прослушивание музыки» тоже качественно изменились, и то, что подразумевалось под этими понятиями 40, 20 и 15 лет назад не одно и то же, что подразумевается под этими понятиями сегодня, а в статистике слова те же.

По исследованиям психологов и педагогов, при просмотре телевизора, без обучающих комментариев родителей или педагогов и при длительном пребывании в интернете, инстаграме и соцсетях, у ребёнка не формируется полноценная словесно-образная связь, поскольку на экране он слово и образ получает одновременно. Поэтому многим детям тяжело читать. Тяжело читать и тогда, когда они уже умеют читать, и тяжело даже слушать, когда им читают другие. Сегодня дети, слыша слова, плохо себе представляют или вовсе не представляют образы, которые за этими словами стоят. Поэтому они от чтения очень устают: и когда слышат, и когда читают сами [3].

Дети должны развиваться гармонично и для этого они должны уметь воспринимать зрительную, устную и письменную информацию. Но существует проблема в восприятии какого-либо материала, в том, что у детей есть существенные пробелы в общей эрудиции, незнание значения определенных русских слов превращает книгу Пушкина, (и таких слов как негой, булат, застава, ратный, мгла и др.) и чтение классической литературы в рассмотрение какого-то иностранного словаря. Всегда дети получали знания о новых словах от родителей, но в век высоких технологий родители все чаще и чаще сидят в телефонах и не занимаются детьми, при этом связь поколений рвется. То, что нам кажется обыденным и понятным зачастую остается неизвестным для ребенка, и чем больше такого неизвестного у ребенка, тем тяжелее ему приходится в последующем обучении. Для этого предлагается урок коммуникации, как альтернативная форма обучения. В этом случае урок коммуникаций будет играть две основные роли: повышение общей эрудиции, восполнение необходимой информацией пробелов, которые будут раскрываться при разговоре, а также умение построить разговор и применить свои знания уместно.

Основным методом в уроке коммуникации является беседа. В Древней Греции, например, умственная тренировка учащихся велась в непринужденных беседах учителя с учениками и в дискуссиях [4]. В классическом значении: беседа – это вопросно-ответный метод активного взаимодействия педагога и учащихся в учебно-воспитательном процессе [5]. В уроке коммуникации – это больше рассуждение вместе с учениками, которое учит их видеть причинно-следственную связь, делать выводы опираясь на факты, не бояться высказывать и аргументировать свою точку зрения. Не умея аргументировать свою точку зрения, ребенок, или уже взрослый человек, начинает злиться, проявлять агрессию, и как следствие, терять контакт с собеседниками, что приводит к депрессиям, социальному одиночеству, недовольству собой и всеми вокруг, падает уровень восприятия информации. Поэтому целью урока коммуникации является развитие у учащихся: критическое мышление, абстрактное мышление, видение причинно-следственной связи, ораторские способности, восприятие сложного материала, а также, повысить уровень общей эрудиции, обрести навыки делать выводы, опираясь на факты, не бояться высказывать и аргументировать свою точку зрения, мотивировать учеников на поиск новой интересной информации, а также, развитие чувство такта и уважения к собеседнику.

Относительно ведения урока, можно предложить следующий прием: в случае, если людей в аудитории не больше двенадцати, то можно беседовать в кругу, формировать беседу как круглый стол или тренинг; если аудитория большая, то можно использовать следующий способ вовлечения в разговор присутствующих: в аудитории сидят уже заинтересованные и умеющие беседовать люди из тех же учеников или учеников параллельных групп, и они с педагогом интересуют аудиторию беседой. Можно использовать способ смещения аудитории. Когда одна из групп уже хорошо рассуждающих ребят садиться с группой, в которой тяжело настроиться на беседу, и, таким образом, активные ребята рассуждают вместе с преподавателем и ведут беседу вокруг

предмета, а другие включаются в беседу. Беседа должна вестись естественно, без вызывания учеников к ответу или принуждения к нему. Если действовать без смещения аудитории, то педагогу необходимо будет вести интерактивный монолог (монолог с обращением к аудитории) до тех пор, пока не появится 3-5 активных участников беседы, которые смогут поддерживать разговор или тему разговора. В дальнейшем за тремя-пятью активными участниками разговора, число участвующих в беседе будет расти. Для взаимодействия с большой аудиторией 50-60 человек достаточно 12 активных участников [3].

Изначально сидящие в аудитории будут рассуждать и учиться навыку непосредственного общения и рассуждения, учиться в обсуждении формировать и формулировать свои мысли, аргументировать свою точку зрения. Затем, уже в более взрослых классах, они изучат как строится разговор, его структуру, какими фразами можно закончить разговор, какими фразами можно начать разговор в неожиданных обстоятельствах, конструкцию ведения беседы и перенаправления ее в случае неудачных пассажей, например, не затрагивая болезненные темы. Таким образом, такой урок будет учить быть вежливым и тактичным по отношению к собеседнику.

Урок коммуникации может использоваться: в учебном школьном процессе, в учебном процессе ВУЗов, в творческих лекциях, посвященных литературе, искусству, философии, психологии и т.п., в тренингах для развития ораторских и коммуникативных способностей.

Таким образом, предлагаемая форма организации учебного процесса, может в большой степени отрегулировать утрату коммуникации в обществе, подготовить потенциально высококвалифицированных специалистов, обогатить учебный процесс, снизить социальное напряжение в обществе и молодежной среде, а также помочь детям, которые не имеют возможности получить навыки коммуникации в семье. Обязательным условием эффективности данного метода будет повышенный интерес к этому уроку за счет его интересного проведения. Такой метод поможет сформировать у учащихся: критическое мышление, абстрактное мышление, видение причинно-следственной связи, ораторские способности, восприятие сложного материала, а также, повысить уровень общей эрудиции, обрести навыки делать выводы, опираясь на факты, не бояться высказывать и аргументировать свою точку зрения, мотивировать учащихся на поиск новой интересной информации, развить чувство такта и уважения к собеседнику.

1. Бориснев, С. В. Социология коммуникации: учеб. пособие для вузов/ С. В. Бориснев. – М. : ЮНИТИ-Дана, 2003.– 270 с.

2. Федеральная служба государственной статистики РФ. Распределение детей в возрасте от 15 до 18 лет по частоте и целям использования информационно-телекоммуникационной сети Интернет (в процентах к общему числу детей в соответствующем возрасте, имеющим доступ к сети Интернет) за 2011-2022г. [Электронный ресурс].– Режим доступа: <https://rosstat.gov.ru/>. -Дата доступа: 27.03.2025.

3. Покровская С. Е. Урок коммуникации как технология в образовательном процессе / С. Е. Покровская Д. В. Глазунова // Цифровая гуманитаристика и технологии в образовании (ДНТЕ 2024): сб. статей V международной научно-практической конференции.

14–15 ноября 2024 г. / Под ред. В.В. Рубцова, М.Г. Сороковой, Н.П. Радчиковой. – М.: Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2024. – С. 135–143.

4. Слостенин, В. А. и др. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В.А. Слостенина. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 576 с.

5. Лернер, И. Я. Проблемное обучение / И. Я. Лернер. – М.: Знание, 1974.– 64 с.

Гордеева И.В., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
Минск, Беларусь,

Царик И.А., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
Минск, Беларусь

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЕ САМОРАЗВИТИЕ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА В УСЛОВИЯХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ УНИВЕРСИТЕТА

***Аннотация:** статья посвящена проблеме создания здоровьесберегающей среды учреждений образования. Рассмотрены особенности здоровьесберегающей среды педагогического университета как фактора профессионально-личностного саморазвития будущих учителей. Представлен опыт Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка по организации здоровьесберегающей образовательной среды.*

***Ключевые слова:** будущий педагог; профессионально-личностное саморазвитие; здоровьесберегающая образовательная среда; профессиональная подготовка.*

В условиях современного быстро меняющегося мира возрастают требования к профессиональным компетенциям и личности педагога. Востребованными навыками современного педагога становятся умения «проектировать свою жизненную и профессиональную траекторию, развиваться и самообразовываться на протяжении всей жизни, находить оптимальные решения в нестандартных профессиональных ситуациях, жить и общаться в поликультурном мире» [1, с. 12]. В этой связи важным аспектом профессиональной подготовки будущих педагогов выступает освоение ими эффективных технологий личностного и профессионального саморазвития, позволяющих качественно решать разнообразные социально-педагогические задачи.

Анализ научной литературы показал, что проблема профессионально-личностного саморазвития будущего педагога находит отражение в работах К. А. Абульхановой-Славской, Н. М. Борытко, В. А. Слостенина и др. Ученые рассматривают профессиональное саморазвитие будущего педагога как процесс интеграции внешней профессиональной подготовки и внутреннего движе-

ния, личностного становления человека. По мнению В. А. Сластенина, профессиональное саморазвитие обусловлено, с одной стороны, требованиями и ожиданиями общества от педагога, влиянием на него внешних факторов, а с другой стороны – его личностными качествами, стремлением к самосовершенствованию, самоактуализации и самоорганизации [2].

Таким образом, профессионально-личностное саморазвитие будущего педагога заключается в его направленности на преобразование себя, самосовершенствование, овладение навыками по проектированию программ саморазвития. Основу профессионально-личностного саморазвития составляют ценностно-смысловые ориентации будущего учителя, актуализирующие его потребность в работе над собой, личностной оценке собственного жизненного и педагогического опыта, активную деятельность, запускающую механизм саморазвития.

Исследование показало, что одним из значимых факторов профессионально-личностного саморазвития будущего педагога в период его профессиональной подготовки является создание в университете здоровьесберегающей образовательной среды (Г. П. Мещерякова, М. М. Мысина, Н. Т. Рылова и др.). Ученые определяют физическое и психологическое здоровье будущего педагога в качестве основного ресурса его самореализации как в личностном, так и в профессиональном плане, залогом успешной будущей профессиональной деятельности.

Существуют различные подходы к определению понятия «здоровьесберегающая образовательная среда». М. М. Мысина рассматривает здоровьесберегающую среду как единую многоуровневую систему, где созданы условия для формирования личности студента, отражающиеся в пространственном и предметном окружении, во взаимодействии субъектов образовательного процесса между собой и с данной средой, обеспечивающие сохранение, укрепление здоровья и профилактику девиантного поведения студентов [3]. Н. Т. Рылова под здоровьесберегающей средой учреждений образования понимает совокупность управленческих, организационных, обучающих и оздоровительных условий, направленных на формирование, укрепление и сохранение социального, физического, психического здоровья обучающихся, педагогов на основе психолого-пед. и медико-физиологических средств и методов сопровождения образовательного процесса [4].

На основании вышесказанного отметим, что в педагогической науке единого подхода к определению понятия «здоровьесберегающая образовательная среда» не наблюдается из-за сложности его содержания. Обобщив различные подходы, можно сделать вывод, что здоровьесберегающая образовательная среда – это компонент образовательной среды учреждений образования, где созданы условия для осознания субъектами образовательного процесса ценности здоровья и здорового образа жизни, сохранения и укрепления физического и психического здоровья, развития навыков культуры здоровья, духовно-нравственного самосовершенствования.

Функционирование здоровьесберегающей образовательной среды педагогического университета предполагает включение будущих педагогов в различные виды деятельности: учебную, профессиональную, социальную, творческую, физкультурно-оздоровительную. Эффективная реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного потенциала физического воспитания предоставляет новые возможности для всестороннего профессионально-личностного саморазвития студентов: осознание ценности своего здоровья и здоровья окружающих, развитие личностных качеств (ответственности, инициативности, целеустремленности, самостоятельности, активности и др.), востребованных в современных социокультурных условиях и определяющих успешность профессиональной деятельности.

Анализ опыта работы Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка (далее – БГПУ) показал, что в основе функционирования здоровьесберегающей среды университета лежит тесная взаимосвязь деятельности всех субъектов образовательного процесса. На административном уровне обеспечиваются максимально комфортные условия для эффективной здоровьесберегающей деятельности студентов и преподавателей, руководства университета, сотрудников. Для занятий физической культурой и спортом БГПУ располагает оборудованными в соответствии с современными требованиями спортивными сооружениями: стадионом, спортивным и тренажерным залом, залом для аэробики и фитнеса, залом единоборств, бассейном.

Деятельность профессорско-преподавательского состава главным образом направлена на обучение студентов здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению индивидуального здоровья, пропаганду здорового образа жизни посредством учебных дисциплин, совместного участия со студентами в спортивных праздниках («Триумф», «Минский полумарафон» и др.), акциях («БГПУ – территория здоровья», «Неделя спорта и здоровья» и др.) и проектах («Здоровая семья – здоровая нация» и др.).

Деятельность студентов в здоровьесберегающей образовательной среде направлена на сохранение и укрепление собственного здоровья, самоанализ и самокоррекцию поведения, формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни, неприятие различных форм девиантного поведения. На каждом факультете БГПУ организуются Дни здоровья, в программу которых включены конкурсы, викторины, творческие номера. Для будущих педагогов проводится воспитательный марафон «Психологическое благополучие – фактор здорового образа жизни», в рамках которого организуются интерактивные беседы со студентами с элементами тренинга («Я могу управлять стрессом», «Психологический мир личности и безопасности», «Территория БЛАГОполучия» и др.).

Таким образом, в заключение отметим, что готовность будущих педагогов к непрерывному профессиональному и личностному саморазвитию выступает залогом их успешной педагогической деятельности и карьерного роста. Еще в период профессиональной подготовки большое внимание уделяется сохранению и укреплению физического и психологического здоровья будущих

педагогов как важного ресурса их профессионально-личностного саморазвития. Опыт работы БГПУ в этом направлении показателен. В педагогическом университете созданы условия для здоровьесберегающей деятельности будущих педагогов, включение в которую способствует формированию у студентов профессионально значимых личностных качеств.

1. Концепция развития педагогического образования на 2021–2025 годы : утв. приказом М-ва образования Респ. Беларусь от 13 мая 2021 г. № 366 // Национальный образовательный портал. – URL: <https://adu.by/images/2021/06/konceptsiya-razvitija-pedagogicheskogo-obrazovanija.pdf> (дата обращения: 20.03.2025).

2. Слостенин, В. А. Педагогика : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов ; под ред. В. А. Слостенина. – 10-е изд., перераб. – М. : Академия, 2011. – 607 с.

3. Мысина, Г. А. Создание условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза : дис.... д-ра пед. наук : 13.00.08 / Мысина Галина Анатольевна ; Тул. гос. пед. ун-т. – Тула, 2011. – 433 л.

4. Рылова, Н. Т. Организационно-педагогические условия создания здоровьесберегающей среды образовательных учреждений : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Рылова Надежда Тихоновна ; Кемеров. гос. ун-т. – Кемерово, 2007. – 196 л.

Гусаковский Т.А.,

Струк С.С.,

Кравцова О.М., канд. ист. наук, доцент кафедры педагогики,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Минск, Беларусь

РОЛЬ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ

***Аннотация.** Статья написана по результатам педагогической практики и посвящена вопросу эффективности влияния воспитательных мероприятий на процесс формирования у учащихся представлений о здоровом образе жизни. В ней уделено внимание беседам с учащимися и проведению совместной спартакиады с родителями. Студентами были разработаны беседы и конспект спартакиады, выявлено их эффективное влияние на представления подростков о ЗОЖ.*

***Ключевые слова:** учащиеся; здоровье; компоненты; спартакиада; беседа; рекомендации; памятка.*

Введение. Одной из главных задач современной школы является сохранение и укрепление здоровья учащихся. Эта весьма актуальная проблема нашего времени. Здоровый образ жизни – образ жизни человека, помогающий ему сохранить здоровье, снизить риск инфекционных заболеваний путём контроля над поведенческими факторами риска. Он подразумевает отказ от

употребления табака, алкоголя, наркотических веществ, рациональное питание, физическую активность, укрепление психического здоровья и другие меры. А, как известно, принципы здорового образа жизни закладываются еще в детстве, поэтому для формирования здорового образа жизни важным является его формирование с молодости, т.к. эти привычки зачастую сохраняются и во взрослой жизни человека.

Цель исследования: в процессе проведения учебных часов и занятий по физической культуре сформировать у учащихся представление о необходимости сохранения здорового образа жизни на протяжении всего существования человека.

Методика и организация исследования: изучение и анализ литературных источников, наблюдение, беседа, лекции и семинары, анкетирование, практические упражнения и состязания и др.

В Кодексе Республики Беларусь об образовании [2, с.16] одной из насущных задач воспитания современной средней школы звучит формирование физической культуры, овладение ценностями и навыками здорового образа жизни.

В решении проблемы формирования здорового образа жизни педагоги всегда опирались на труды и исследования видных ученых (Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо, Пьера де Кубертена, П.Ф. Лесгафта, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского, В.В. Шибко, С.В. Бутова, С.А. Цыбин, Н.К. Смирнов, Л.Н. Елизарова и др.). Они писали, что здоровый образ жизни школьника является основой хорошего самочувствия и успешной учебы каждого ребенка и подростка. Здоровье помогает в дальнейшем успешно выполнять жизненные планы, решать жизненные задачи, преодолевать разные трудности. Поэтому очень важно каждому человеку быть сильным, здоровым, сохранить подольше подвижность, бодрость, достичь долголетия [1, с.11–115].

Здоровье – это главная ценность в жизни каждого человека, потому что его не купишь ни за какие деньги. Вот почему так важно учить детей и подростков сохранять, оберегать, улучшать его с самого детства. Известно, что неуспешность и отставание многих учеников тесно связаны со слабым здоровьем, с большим пропуском занятий по болезни. Тем более учеными доказано, что 50 % здоровья зависит не от генетических факторов, а как раз от образа жизни, среды обитания человека, окружающих его людей. Взрослые зачастую показывают неблагоприятные примеры по употреблению алкоголя, наркотиков, курению и др. Поэтому так важно сформировать у детей и подростков настоящий культ здоровья, убежденность в необходимости вести здоровый образ жизни на протяжении всей жизни.

Современными учеными разработаны вопросы о роли здоровья в жизни общества, формы, методы, компоненты работы по этому направлению [3, с. 91-93]. Физическое воспитание предполагает не только проведение уроков физической культуры, но также и формирование у детей навыков здорового правильного питания, соблюдение режима труда и отдыха, отказ от вредных привычек и др. Здоровый образ жизни школьника включает в себя и сами занятия физическими упражнениями, закаливание, соблюдение норм гигиены. Всем

этим проблемам важно посвящать школьные тематические часы: формировать представления о здоровье человека, влиянии социальной среды, развивать умения и навыки сохранения здоровья у детей, развивать культуру здоровья и имидж здорового образа жизни.

Во время педагогической практики в средней школе нами была разработана программа по физическому воспитанию и формированию здорового образа жизни, а также сценарий спартакиады. Программа включала в себя анкетирование и беседу с детьми по здоровому образу жизни, комплекс бесед, направленных на знакомство с основными его компонентами, а также спортивный праздник.

Для подростков была подготовлена беседа о здоровом образе жизни. В беседе особое внимание мы уделили вопросу правильного здорового питания, т.к. что человек ест, таким и будет его здоровье. Рассказали, что потребление переработанного красного мяса (колбасы, сосиски, бекон), подслащенных газированных напитков ученые и медики связывают с повышенными рисками смертности от всех причин. Высокое потребление соли, солёных продуктов (фаст-фуда, чипсов) является одной из причин повышенного кровяного давления, сердечно-сосудистых заболеваний, что картофель фри повышает риски заболеваний и преждевременной смерти. Правильное питание должно содержать сбалансированное количество жиров, белков и углеводов, витаминов, яйца, полезные напитки (какао, например), фрукты и овощи.

Наш спортивный праздник был организован для детей 6 класса и их родителей. Он состоял из интеллектуальных заданий, вопросов и разнообразных элементов спортивного состязания. На первом этапе это было проведение спортивных игр и соревнований. Нами были включены разнообразные упражнения с гимнастической скамьей, на удержание баланса, упражнения со скакалкой, прыжки, конкурс с шариками, эстафеты с набивными теннисными мячами на меткость и др.

На втором этапе – организация мастер-классов и тренировок; на третьем – проведение коротких лекций и семинаров о ЗОЖ, на четвертом, заключительном – вручение наград и поощрений. Таким образом, спортивная программа включала разнообразные состязания и эстафеты для развития органов чувств и физических способностей, а также танцевальный флешмоб.

Результаты исследования и их обсуждение. Поэтапная разнообразная работа, включающая беседы, лекции, семинары по формированию представлений о здоровом образе жизни, не прошла даром. В результате повторного анкетирования и в заключительной беседе учащиеся показали неплохие знания о проблеме сохранения здоровья, его компонентах. После заключительной беседы с детьми нами были даны рекомендации по формированию здорового образа жизни у детей для родителей.

Выводы. Памятки для родителей включали следующие рекомендации: соблюдать режим дня (в том числе полноценный сон), режим сбалансированного питания, богатого витаминами, белками, прививать умение правильно одеваться в соответствии с погодой, сочетать учебу и отдых (активный), так

как активный отдых развивает все функции центральной нервной системы: силу, подвижность, уравновешенность нервных процессов. Особое внимание уделять закаливанию, которое включает: обтирания, обливание, купание, контрастный душ, хождение в теплое время босиком по траве и т.д. Памятки для детей и родителей по формированию здорового образа жизни в семье мы раздали всем присутствующим.

1. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе (1–4 класс) / В. И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2004. – 296 с.
2. Кодекс Республики Беларусь об образовании : по состоянию на 1 сент. 2022 г. – Минск : Национальный центр правовой информации Республики Беларусь, 2022. – 512 с.
3. Елизарова, Л. Н. Оздоровительная работа в начальной школе / Л. Н. Елизарова, С. Н. Чирихин // Начальная школа. – № 2. – 2000. – С. 91–94.

Дайлиденко Е.А.,
Федорова А.М., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ВОЗМОЖНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ЛИДЕРСКОГО ПОТЕНЦИАЛА УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ

В современном образовательном процессе всё большее внимание уделяется многогранному развитию личности учащихся. Лидерство является важным элементом, способствующий не только успешной карьерной деятельности, но и общему развитию человека.

Лидерские качества у ребенка представляют собой набор черт характера, навыков, талантов и способностей, которые позволяют ему целеустремленно добиваться своих целей и оказывать влияние на поведение окружающих. Лидер не только управляет командой, но и способен вдохновлять людей, принимать важные решения и создавать условия для эффективного взаимодействия.

Задатки лидерства могут формироваться уже в раннем возрасте, если родители, родственники и воспитатели поддерживают в ребенке чувство значимости и стремление быть в числе первых. В школьные годы этот лидерский потенциал продолжает развиваться. В этот период на него начинают оказывать влияние, помимо близких взрослых, также друзья, сверстники, личный опыт и наблюдения.

Кроме того, лидерские качества у детей проявляются более спонтанно, чем у взрослых, через игры, творчество и взаимодействие с окружающими. У детей лидерство обычно связано с желанием установить контакты, завоевать признание и утвердить свою позицию в социальной иерархии.

У детей и подростков лидерство имеет менее структурированный характер. Взрослые чаще демонстрируют свои лидерские способности в различных сферах – на работе, в обществе или в личной жизни. В противоположность

этому, дети могут проявлять лидерские качества в одной ситуации (например, на спортивной площадке), но не показывать их в другой (например, в кругу одноклассников) [1].

Урок физической культуры обладает уникальным потенциалом для формирования лидерских качеств, востребованных в современном мире.

С целью рационального использования лидерского потенциала учащихся для повышения эффективности проведения уроков по физической культуре и здоровью, было проведено пилотажное исследование на базе средней школы № 97 г. Минска.

Материалом для исследования послужили источники литературы по избранной теме, а также опыт прохождения производственной практики.

Основной единицей, в рамках которой протекает процесс обучения в рамках учреждения общего среднего образования – является класс – он же коллектив, в котором дети пребывают 11 лет. Состав коллектива может изменяться численно и качественно, но в любом случае каждый член так или иначе влияет на других и другие влияют на него, так как каждый имеет «собственный набор характеристик». «Такие наборы» способствуют тому, что каждый выполняет определённые функции и социальные роли.

В каждом коллективе присутствуют формальные лидеры и неформальные и в зависимости от их количества и соотношения руководство (управление) может затрудниться. Именно поэтому для наиболее эффективной организации урока физической культуры рекомендуется проводить диагностику коллектива на выявление типов личности DISC.

DISC – это методология исследования поведения людей. Согласно теории, люди желают оставаться пассивными либо проявлять активность в зависимости от того, как они воспринимают окружающую среду: как дружественную или враждебную.

Для использования её с детьми необходимо было предоставить возможность из предложенных цветов (красный, синий, жёлтый, зелёный) составить ряд от наиболее привлекательного цвета к наименее.

Таким образом, формируется 4 типа поведения – 4 цвета:

1. Активное поведение в противоборствующей среде (D) – красные.
2. Активное поведение в дружественной среде (I) – жёлтые.
3. Пассивное поведение в дружественной среде (S) – зелёные.
4. Пассивное поведение в противоборствующей среде (C) – синие.

1. Красный тип (D – Dominance) Характеристики: Лидеры по своей природе, решительные и целеустремленные. Они стремятся к власти и результатам, готовы рисковать и быстро принимать решения. Ценности: Власть, значимость, победа. Поведение: Прямолинейны, могут быть агрессивными в стрессовых ситуациях. Предпочитают общение по делу и ценят скорость действий.

2. Желтый тип (I – Influence) Характеристики: Оптимисты и коммуникаторы, любят находиться в центре внимания. Эмоциональны и дружелюбны, но могут быть импульсивными и не всегда доводят дела до

конца. Ценности: Общение, креативность, новые впечатления. Поведение: Энергичны, любят шутить и общаться. Ценят внимание к своей персоне и позитивное взаимодействие.

3. Зеленый тип (S – Steadiness) Характеристики: Миротворцы, ориентированные на стабильность и гармонию. Они надежны и трудолюбивы, предпочитают избегать конфликтов. Ценности: Гармония, предсказуемость, хорошие отношения. Поведение: Чутко относятся к людям, вежливы и деликатны. Им трудно сказать "нет" и принимать быстрые решения.

4. Синий тип (C – Conscientiousness) Характеристики: Аналитики и исполнители, стремящиеся к точности и логичности. Они осторожны и требуют времени для принятия решений. Ценности: Точность, логика, соблюдение правил. Поведение: Сдержанные, задают много уточняющих вопросов. Предпочитают избегать спешки и ошибок [2].

Данная классификация помогает лучше понять поведение людей в различных ситуациях и улучшить взаимодействие между ними. Что в последствии помогло дифференцировать подход к ученикам, используя различные средства и методы.

В процессе преподавания физической культуры одной из ключевых задач является налаживание контакта с учениками и установление авторитета в их глазах. Для достижения намеченной цели процесс доброжелательного взаимодействия с детьми начинался еще до занятий, встречая их на коридоре. Этот простейший жест – интересоваться настроением каждого ученика – способствует созданию расслабленной и дружелюбной атмосферы. Когда ребята чувствуют, что их мнения и эмоции важны, они становятся более открытыми и доверительными, что, в свою очередь, положительно влияет на атмосферу на уроке.

После успешного установления авторитета и доверительного отношения с учениками можно переходить к следующему, немаловажному пункту – повышению дисциплины. Работа над повышением дисциплины важна не только во время уроков, но и на переменах. Поэтому уделялось внимание не только занимающимся, но и присутствующим на занятиях, включая учащихся, освобожденных от физической активности или пришедших без спортивной формы. Стремясь выяснить причины отсутствия формы, преподаватель должен объяснить важность соблюдения правил, чтобы каждый ученик понимал свою ответственность. Для освобожденных и тех, кто без формы, можно предложить дополнительные теоретические задания, которые смогли бы поспособствовать их вовлечению в образовательный процесс.

Так же очень важно, со стороны педагога, грамотно планировать урок – это является необходимым условием для успешной организации занятий. При недостатке структурирования и неожиданных пауз внимание учеников может легко ослабнуть. Поэтому необходимо было заранее продумывать каждый элемент урока, чтобы максимально эффективно использовать отведенное время и сохранить интерес детей на протяжении всего занятия.

Еще одним важным аспектом является использование группового метода проведения занятий. Это позволяет разделить детей с сильными лидерскими качествами, тем самым избегая конкуренции внутри одной группы. В каждой команде ученики могут проявлять свои способности и развивать сотрудничество, что способствует формированию дружеских отношений и улучшению атмосферы в классе.

Немаловажным элементом работы является формирование навыков командной работы, что включает умение слушать и слышать друг друга. Чтобы развить эти качества, в урок на регулярной основе включались командные игры, эстафеты и спортивные мероприятия, такие как спортландия для параллели классов. Эти активности не только способствуют физическому развитию детей, но и учат их взаимодействовать, поддерживать друг друга и достигать совместных целей.

Развитие лидерского потенциала учащихся на уроках физической культуры и здоровья является актуальной задачей современного образования. Именно в этой динамичной и активной среде у школьников возникает возможность проявить свои способности, приобрести жизненно важные навыки и стать более уверенными в себе [3].

Преподаватели играют ключевую роль в создании этого процесса, обсуждая и поощряя инициативы учеников, придавая значение команде и совместному взаимодействию. Формируя культуру лидерства, они не только способствуют развитию физической активности, но и готовят учащихся к будущим вызовам в жизни. Таким образом, уроки физической культуры и здоровья становятся не только местом для физического роста, но и важной платформой для формирования будущих лидеров, которые смогут уверенно и ответственно нести свои идеи и ценности в общество.

1. Как развить лидерские качества в учениках: создаем «Школу лидеров» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://pedsovet.org/article/kak-razvit-liderskie-kachestva-v-ucenikah-sozdaem-skolu-liderov> – Дата доступа: 17.03.2025.

2. Типология личности Томаса Эриксона из книги «Кругом одни идиоты» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://huntflow.media/disc/> – Дата доступа: 17.03.2025.

3. Как развить лидерские качества у детей и подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://iqconsultancy.academy/kak-razvit-liderskie-kachestva-u-detei> – Дата доступа: 18.03.2025.

Деркач А.А., Петрукович А.С.,
Кравцова О.М., канд. ист. наук, доцент кафедры педагогики,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ И СУБОРДИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ В ШКОЛЕ

Аннотация. Данная статья раскрывает проблему общения и соблюдения субординации между учащимися и студентами на педагогической практике. Авторы рассматривают понятие, основные аспекты субординации, особенности общения в процессе проведения уроков физической культуры. Ими разработаны рекомендации с целью укрепления субординации, общения, эффективного усвоения знаний по физической культуре и спорту у детей и подростков.

Ключевые слова: субординация; учащиеся; физическая культура; здоровье; общение; образование.

Введение. Недавно закончилась педагогическая практика в школе, на которой мы столкнулись со множеством проблем и противоречий. И несмотря на то, что мы несколько лет учились, готовились быть учителями, современная школа представила сложности для нас как будущих учителей. Мы поняли, что немало проблем и сложных вопросов предстоит решать нам в будущем, как молодым учителям. Как студенты педагогического вуза, мы не представляли сложности адаптации к школьной обстановке, проблемы подготовки конспектов уроков, заполнения отчетности, подбора разнообразных методик преподавания, проведения уроков и внеклассных часов, общения и работы со сложными подростками, старшеклассниками и др.

Цель исследования: создать в классе среду для позитивного социального взаимодействия, общения и соблюдения субординации учащихся и учителей.

Методика и организация исследования: изучение и анализ литературных источников, наблюдение, беседа, анкетирование и др.

Мы постарались изучить проблему общения в школе с научной точки зрения, как теоретической, так и практикой. Проблемам эффективного общения и сотрудничества учителей с учащимися посвящали свои труды видные психологи и педагоги (В.А. Кан-Калик, Л.С. Выготский, А.А. Леонтьев, С.В. Кондратьева, Н.В. Кузьмина, С.Н. Шаталов, С.Н. Лысенкова, Ш.А. Амонашвили и др.). Ученые утверждали, что в процессе педагогического общения учителя с учениками на уроке и вне его лежат продуктивные и бесконфликтные контакты на основе общечеловеческих норм поведения, тесно связанные с признанием ценности и неповторимости личности каждого ребенка. Самое главное – создание благоприятного психологического климата во время учебной деятельности, отношений между педагогом и учащимися внутри классного коллектива [1, 2, 4].

Современные педагоги считают, что более эффективным процесс воспитания и обучения будет при продуманной системе взаимоотношений: взаимосвязи руководства и сотрудничества при организации воспитательного процесса; ощущении психологической общности с учителем; ориентации на ученика как на взрослого человека; отсутствии авторитарных форм воздействия; единстве делового и личностного общения; развитии заинтересованности учащихся; включении учащихся в систему педагогического общения через разнообразные формы деятельности [2, с. 34–35; с. 335–337].

В процессе педагогической практики нам были поставлены следующие цели: формирование профессиональных компетенций и подготовка к выполнению профессиональных функций учителя физической культуры. При проведении уроков физической культуры мы готовились, учитывая как практическую, так и теоретическую работу с учащимися. Мы понимали, что это важно для формирования у детей и подростков представлений о ЗОЖ, навыков сохранения здоровья на долгие годы, формирования здоровых привычек, личной гигиены.

На педагогической практике мы столкнулись не только с проблемой общения, но и с проблемой субординации практиканта, как молодого учителя и учащихся. Понятие «субординация» определялось как воинская подчинённость, дисциплина и послушание, определялась как положение человека в иерархической системе отношений [3, с. 286]. Не удивительно, русский фельдмаршал А.В. Суворов причислял субординацию к числу основных воинских добродетелей, наряду со здоровьем, опрятностью, бодростью, смелостью, храбростью. В наше время содержание субординации включает следование установленным правилам взаимоотношений между людьми разных иерархических ступеней общества и предполагает подчинение нижестоящего сотрудника вышестоящему, отношения между равными по статусу коллегами при выполнении поручений руководства.

Поэтому соблюдение субординации – это важная и обязательная часть любых отношений. Она важна и нужна для эффективной работы школьного коллектива, для обеспечения элементарного порядка. Поэтому субординация, общение, контакты учителя и учащихся в процессе учебно-воспитательной деятельности должны гармонично развиваться в двух направлениях – учитель выстраивает отношения с учениками, с одной стороны, а с другой – управляет всем общением в коллективе подростков.

Нами была разработана анкета для подростков 6 класса и проведено небольшое исследование. В результате этой анкеты, подтвердились наши опасения, что у современных подростков снижено уважение к учителю в целом, недостаточно развито личное общение во внеурочное время, нарушена субординация по отношению к молодым учителям, в т.ч. и к студентам-практикантам. При проведении последующей беседы с учащимися класса, было выявлено, что дети от учителя ждут проведение кружков по физической культуре и спорту, интересных бесед по здоровому образу жизни, они хотят больше общаться за пределами школы, участвовать в экскурсиях, походах за пределы города. Современным детям не хватает общения со взрослыми людьми, педагогами, мужчинами, которые смогут научить

их быть сильными, ловкими, смелыми, выносливыми, не бояться трудностей и учиться преодолевать их, достигать целей в жизни.

При подготовке к практике, мы выявили, что учеными, педагогами разработаны коммуникативные умения молодого учителя, к которым они отнесли: умение организовать работу в группах, строить конструктивный диалог, устанавливать психологический контакт, умение выстраивать гармоничные межличностные отношения и свободно владеть языком предмета [4, с. 3–5]. Так, Т.М. Татарина указывает, что на уроке педагогу необходимо овладеть коммуникативной структурой всего педагогического процесса, быть максимально чутким к малейшим изменениям в физическом и моральном состоянии учеников, постоянно соотносить избранные методы педагогического воздействия с особенностями общения на каждом этапе; она указывает, что важно конструировать особенности своего поведения, своих отношений с учащимися, стиль общения, отслеживать выразительные средства коммуникативного воздействия.

Для организации позитивного общения у учащихся нами было проведено несколько бесед в классе «О проблемах общения», «Об уважении друг к другу», «Об уважении к учителю и к старшим людям». В процессе этой работы учащиеся поняли, что самое главное в процессе общения – соблюдение определенных правил: правильное **распределение ролей, соблюдение личных границ в отношениях**, формирование доверительных отношений между педагогом и учеником. В силу небольшой разницы в возрасте между нами, студентами-практикантами и учащимися, нам, с одной стороны, было легче найти общий язык с воспитанниками, а, с другой стороны, подростки зачастую пытались вести себя более фамильярно, неуважительно, отказываясь признавать их авторитет.

Поскольку педагогическое общение охватывает обе стороны деятельности, учебно-дисциплинарную и личностно-ориентированную сферы, для выстраивания взаимоотношений с классом нам, как молодым педагогам потребовались, в первую очередь, словесные методы воздействия на детей, которые позволили приобщить учеников к практической и творческой деятельности, побуждали к выполнению разнообразных физических упражнений и творческих заданий, показывая личный пример общения. Мы обращались друг к другу на Вы и по имени – отчеству в классе и в процессе проведения уроков.

На своих уроках физической культуры мы старались показать интересные упражнения на все органы тела, учили их правильно выполнять, объясняли все особенности строения мышц и тела в целом. То есть старались продемонстрировать свои компетенции и профессионализм, т.к. это во многом повышает уважение детей к учителю.

Результаты исследования и их обсуждение. Мы учитывали ошибки, которые обычно допускают молодые учителя: постановка голоса (надо произносить материал четко, грамотно и громко), использование понятных выражений и понятий, коммуникативные ошибки (недопустимо использование выражений «э-э-э», «так, значит»), дурные привычки, пренебрежение личной гигиеной, чувство такта, профессиональная этика, эмоциональный самоконтроль и др. [1, 4, с. 1–4].

После повторного анкетирования, мы выявили, что учащиеся сделали соответствующие выводы: больше доверять учителям, в том числе и молодым, при необходимости задавать вопросы, не стесняться признаться, если плохо себя чувствуешь, или испытываешь трудности в выполнении упражнения, найти смелость и желание позаниматься индивидуально, работать над собой, быть добрее к окружающим, проявлять сочувствие и сопереживание и прочее.

Выводы. Сделав выводы из проведенной работы, мы взяли на себя смелость составить свои рекомендации для молодых учителей. Немаловажно проявлять интерес к каждому ученику как личности, задавать уточняющие вопросы, спрашивать их мнение, выстраивая доверительные отношения, приводить примеры из жизни и собственного социального опыта.

Мы считаем, что желательна в процессе учебно-воспитательной деятельности надо чаще использовать средства невербальной коммуникации (улыбку, зрительный контакт), важно хвалить учеников за их достижения и успехи в выполнении физических упражнений, показывать их любой прогресс. Для того, чтобы учащиеся чувствовали себя защищенными на уроках физической культуры, надо быть терпимее, не критиковать и не осуждать за неудачные попытки, учить коллектив учеников быть добрее к слабым и неуверенным в себе детям. Учителям физической культуры надо больше проявлять креативность, включать ролевые игры, мини-лекции, мультимедийные презентации, КВН, соревнования на физические и интеллектуальные знания учащихся, давать творческие домашние задания и использовать другие методы работы.

1. Козлов, Н. И. Этика коммуникаций. Золотые правила субординации / Н. И. Козлов. – [Электронный ресурс]. Режим доступа. – 28.01.25. <https://xn--90aifdrfbekc3aabb3m.xn-p1ai/articles/etika-kommunikatsiy-ii-zolotyie-pravila-subordinatsii/>.

2. Обухова, А. С. Психология детей младшего школьного возраста: учебник и практикум для бакалавриатов / под общ.ред. А.С. Обухова. – М.: Издательство Юрайт, 2016. – 583с.

3. Субординация // Военно-морской словарь для юношества: Около 10 000 слов / Под общ. ред. П. А. Грищука. – 2-е изд. – М.: ДОСААФ, 1988. – С. 435. – 560 с., 64 л. ил. – [Электронный ресурс]. Режим доступа. – ISBN 5-7030-0298-2.

4. Татарина, Т. М. Коммуникативная культура учителя / Т. М. Татарина. – [Электронный ресурс]. Режим доступа. Опубликовано 01.04.2015. <https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2015/04/01/kommunikativnaya-kultura-uchitelya>.

Евсеева А.Д.,
Федорова А.М., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

МОТИВАЦИЯ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ ПОСЕЩАЕМОСТИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ЗДОРОВЬЮ

Особенность нынешнего состояния системы образования заключается в том, что её реформирование происходит на фоне высокой динамики изменений в обществе, неоднородности и ограниченности ресурсов образовательных организаций. Мотивация из производственной сферы стала одним из основных источников, оказывающих влияние и на сферу образования, на учебу учеников, постепенно стала ориентироваться на повышение качества труда, стимулирование творческой активности, инициативы.

В этих условиях число новых проблем и порожденных ими новых задач, работать над решением которых приходится образовательным учреждениям, неуклонно возрастает. Многие из них принципиально новы и не могут быть решены на основе прежнего опыта, что усложняет управленческую деятельность.

Учебная мотивация включена в учебную деятельность и имеет ряд специфических особенностей, поскольку она связана с организацией образовательного процесса, с субъективными особенностями обучающегося, с субъективными особенностями педагога, со спецификой учебного предмета. Учебная мотивация характеризуется направленностью, устойчивостью и динамичностью.

Важность исследования учебной мотивации именно в школьном возрасте объясняется тем, что переход от младшего к старшему школьному возрасту сопровождается противоречивостью и ломкой привычных жизненных представлений. Возникают различные конфликты эмоциональной и волевой сферы школьника, которые отражаются на учебном процессе в целом. Поэтому организация мотивации учебной деятельности должна быть направлена на само

Все чаще дети приходят на уроки не замотивированными, а потому что «надо», без понимания того зачем им вообще приходиться на урок. И с каждым годом мотивировать детей становится все сложнее [1].

Во время прохождения производственной-педагогической практики мы столкнулись с проблемой мотивации учащихся 7-х классов Средней школы № 9, города Минска.

С целью решения проблемы мотивации учеников на занятиях физической культуры и здоровья были выдвинуты следующие задачи:

- Исследовать уровень мотивации учеников 7 класса.
- Изучить есть ли дополнительные проблемы помимо мотивации.
- Решить проблему низкой мотивации учеников применяя различные методики.

Для выяснения уровня мотивации учеников было проведено анкетирование, в ходе которого было опрошено 85 учащихся 7-х классов. Итоги исследования показали, что у 24 % учеников мотивация повышена, у 56 % – нейтральная и у 20 % – понижена (Рис. 1).



Рисунок 1 – уровень мотивации учащихся 7-х классов на занятиях ФКиЗ

При отсутствии мотивации снижалась и дисциплина во время занятий, что привело к:

- дезорганизации учеников;
- нежелание заниматься;
- снижение продуктивности [2].

Мотивация – это способ быстрого достижения цели, основанный на психофизиологическом процессе, который направляет поведение человека, способствует его активности и работоспособности. Она представляет совокупность мотивов.

Простыми словами мотивация – это психологический толчок человеку, который побуждает добиваться установленных перед ним целей.

Мотивация является одним из факторов, определяющих уникальность человека. Каждый индивид определяет свой набор ценностей. Для кого-то это успех, для другого впечатление, для третьего – умение преодолевать препятствия [3].

В педагогике и психологии выделяют несколько видов мотивации: внешняя и внутренняя, положительная и отрицательная.

Внутренняя мотивация формируется в самом человеке. К ней относятся:

- мечта;
- стремление к самореализации, творчеству;
- самоутверждение среди одноклассников;
- любопытство к новой информации;
- убежденность в своих действиях.

Внешняя мотивация – это факторы, появляющиеся извне. Например, обстоятельства, при которых вы чувствуете сильные положительные или отрицательные эмоции (получение высокого или низкого балла на уроке).

Положительная, когда человек получает заряд положительных эмоций, которые помогают ему двигаться дальше к достижению своей цели. К ней может относиться:

- похвала, признание заслуг;
- материальное стимулирование (грамоты, дипломы на соревнованиях);
- приятное общение.

На ряду с положительной мотивацией, существуют и отрицательные мотивы в учебе. Отрицательная мотивация – это избегание негативных переживаний. Она также может являться стимулом для ускорения работы (плохо ответил задание учителю – в следующий раз подготовился лучше) [4].

Основная учебная деятельность студентов-практикантов велась с учащимися 7«Б» класс в составе 25 человек. Класс характеризовался педагогами как успевающий, имеющий хорошую физическую подготовленность. Но при непосредственной работе с ними на уроке, хорошо просматривалась пассивность и отсутствие заинтересованности в «обычном» уроке. Им не хотелось заниматься гимнастическими и другими упражнениями, они хотели играть и то, только в определенные игры (мальчики больше предпочитали футбол, девочки – волейбол).

Что бы повысить эффективность и результативность проводимых занятий, повысить интерес учащихся к урокам, применялся целый комплекс методов педагогического стимулирования:

- Поощрение. Поощрять работу в классе, выделяя лучшие результаты (передавать положительные отзывы о детях их родителям).
- Создание нестандартных ситуаций на уроках, тем самым повышая интерес как к коллективной, так и личной работе.
- Заряжать учеников своими эмоциями. Показать свой энтузиазм и помочь ученикам проникнуться им.
- Давать каждому ученику возможность проявить себя [5].

Наиболее успешным и действенным методом для поднятия мотивации является поощрение. Во время занятия, за успешное выполнение задания ученика хвалили и отмечали его достижения. Также, применялся метод поощрения оценкой. Чтобы вовлечь в учебный процесс каждого ученика и повысить его двигательную активность, учащемуся давалось определенное задание, при успешном выполнении которого он мог получить высокий балл. Применяя такой подход, становилось все очевиднее, что мотивация у детей повышается, они стараются выполнить упражнения и получить желаемую похвалу.

Вместе с тем, поощрение имеет, как положительные, так и отрицательные моменты, с которыми мы столкнулись в ходе практики. Положительной стороной поощрения является то, что дети стараются выполнить упражнение максимально правильно и технично. Отрицательной стороной является то, что ученики в основном работают на оценку и одобрение, а не на получение знаний, умений и навыков, которые необходимы для совершенствования.

Следующим методом для поднятия уровня мотивации – это внедрение игровых методов. При написании планов-конспектов в основную часть включались подвижные игры и эстафеты, они были использованы как на уроках «Физической культуры и здоровья» (эстафеты с гимнастическими элементами), так и на уроках «Час здоровья и спорта» (подвижные игры с мячами). Благодаря различным эстафетам и играм, создается положительный эмоциональный фон на занятиях, который способствует появлению удовлетворенности у школьников уроками; поднимается мотивация и желание посещать занятия по физической культуре. Но при использовании игровых методов сложно контролировать физическую нагрузку. Зачастую, после проведения подвижных игр и эстафет детей было сложно приводить в более спокойное состояние и снижалась их дисциплинированность.

Последним методом, с которым мы работали для поднятия мотивации учеников является индивидуальный подход.

Для того чтобы выявить интересы учеников, их предпочтения и понять, что им нравится делать на уроках, практикантами использовался метод наблюдения. Впоследствии это помогло выстроить более рационально урок с применением индивидуального подхода. Индивидуальный подход позволил учащимся облегчить выполнение заданий, наладить взаимопонимание с преподавателем и прислушиваться к требованиям учителя. Но индивидуальный метод трудоемкий процесс, требует много сил, и работа с большим количеством детей усложняет данную задачу.

Проблема низкой мотивации у учеников за время прохождения производственно-педагогической практики не была до конца решена. Вместе с тем, проведенное повторное исследование выявило положительную динамику в уровне мотивации учеников 7-х классов. Так, до начала работы с детьми 24 % детей были с повышенной мотивацией, 56 % – со средним уровнем мотивации и 20 % – с низким уровнем. После проведенной работы результаты изменились в лучшую сторону: у 31 % учеников наблюдался высокий уровень мотивации, у 51 % уровень мотивации средний и у 18 % учеников остался низкий уровень мотивации (Рис. 2).

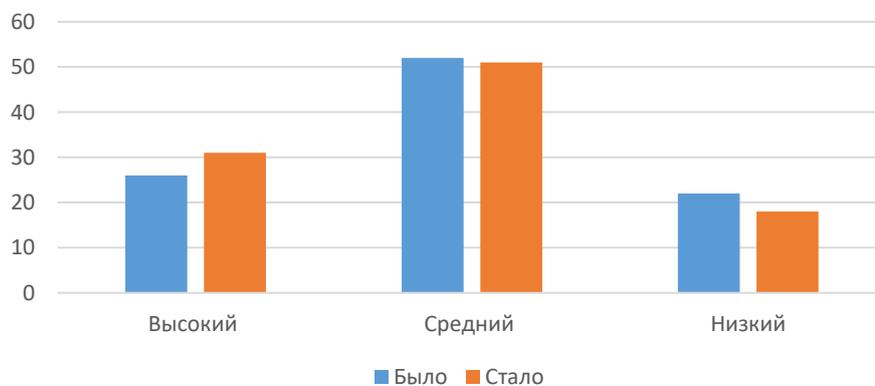


Рисунок 2 – результаты мотивации школьников до и после применения методов

Наиболее успешным методом для поднятия уровня мотивации среди учащихся стал игровой метод. При применении игр дети занимались с большим рвением и желанием, хотели выигрывать, добиваться успеха, а также они поддерживали друг друга. Игра являлась сильным стимулятором для скорейшего и правильного выполнения упражнений на уроках, и приятным бонусом за успешную работу.

При всех положительных моментах и стараниях практикантов, незаинтересованность учащихся в уроках по физической культуре и здоровью осталась нерешенной. Причины этого кроются в следующем:

1. Недостаточно времени (6 недель мало для поднятия мотивации).
2. Возраст практиканта (не вызывает авторитета).
3. Нежелание учеников заниматься.
4. Нежелание учеников что-либо менять.

Поэтому после окончания практики ученики все еще были не замотивированы и как мы можем предполагать продолжают ходить на занятия лишь ради их необходимости, как факт «важности» и не более.

Таким образом, данное исследование показало, что следует разработать определённые пути коррекционной работы. Коррекционная работа должна быть направлена на ликвидацию причин, приведших к низкому уровню учебной мотивации. Коррекция должна начинаться с выявления слабых звеньев и их ликвидации. Для ликвидации слабых звеньев необходимо провести их поэтапную отработку. При этом обучение должно быть индивидуальным, с включением учителя в процесс выполнения действий и заданий с занимательным сюжетом. В процессе работы учитель должен отмечать успехи школьника, показывать ему его достижения. Ещё один путь коррекционной работы заключается в приобретении учеником дополнительных средств обучения, которые позволят ему лучше понять материал и успешно выполнять задания. Это приводит к удовлетворению своей работой, у ученика появляется стремление ещё раз пережить успех на этом этапе работы.

В заключение отметим, что формирование любых знаний, достижений в учебе зависят, прежде всего, от желания и стремления школьников, что в свою очередь связано с сформированностью мотивов учения. Решение этого вопроса во многом зависит от уровня организации учебной деятельности, которая должна максимально способствовать раскрытию внутреннего мотивационного потенциала личности школьника.

1. Гарина, В.Ю., Проблемы мотивации в сфере образования [Электронный ресурс]. /В.Ю. Гарина, В.А. Грищук, В.Р. Ключникова, О. А. и др.// – //Вестник Челябинского государственного университета. – 2012. – № 3. – С. 60–62. – Режим доступа <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-motivatsii-v-sfere-obrazovaniya/> viewer – Дата доступа: 11.01.2025

2. Проблемы мотивации к обучению у ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://sportzania.ru/about/publikatsii/otsutstvie-motivacii-u-rebenka/> – Дата доступа: 12.01.2025

3. Базовые типы мотивации деятельности: потребностная модель [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://msupsyj.ru/articles/article/5179/> – Дата доступа: 12.01.2025.

4. Способы мотивации учеников [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://mel.fm/ucheba/uchitelya/2039458-students_motivation – Дата доступа: 12.01.2025

5. Как улучшить в себе навык дисциплины. [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.championat.com/lifestyle/article-4724443-chto-vazhnee-disciplina-ili-motivaciya-pochemu-vazhno-soblyudat-disciplinu.html> – Дата доступа: 12.01.2025.

Жереми Земенге, канд. пед. наук,
Второй государственный университет,
Яунде (Республика Камерун)

СОСТОЯНИЕ КАДРОВЫХ РЕСУРСОВ БИБЛИОТЕК ВЫСШЕГО ЗВЕНА И ОСОБЕННОСТИ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В РЕСПУБЛИКЕ КАМЕРУН

Первое упоминание о библиотечном деле в Республике Камерун приходится на конец XV в. (в период начальной колонизации страны с XV по XVIII вв.). В конце XVIII – начале XIX в. начался новый этап колонизации в лице английских, немецких и французских миссионеров. Важно заметить, что колонизаторы и миссионеры из Европы завезли значительное количество книг и журналов, что способствовало развитию культуры и образования. Активно развивалась сеть римско-католических, протестантских и других христианских религиозных сообществ, центры библейского чтения, книжные пункты. Организовывались кружки, курсы изучения английского, немецкого и французского языков. В ряде случаев церковники создавали «светские» библиотеки, чтобы помочь просвещению. Влияние религиозных миссий в Республике Камерун до сих пор очень велико [1].

В Республике Камерун в настоящее время насчитывается 150 библиотек. Структура библиотечной сети представлена следующими образом: национальная библиотека, парламентская библиотека; 45 публичных библиотек министерства искусств и культуры (12 из них – детские библиотеки); 50 библиотек общеобразовательных школ и колледжей; 20 библиотек отраслевых министерств; 16 вузовских библиотек; 5 библиотек отраслевых научно-исследовательских институтов; 12 библиотек религиозных конфессий [2].

В библиотеках Республики Камерун на начало 2017 года работало 435 сотрудников, среди которых 67 (лишь 15,4 %) имели высшее библиотечное образование, как правило, гуманитарное. Среди всех сотрудников – 289 человек (66,4 %) не имели библиотечного образования; 79 человек (18,2 %) проходили только стажировки в крупных библиотеках Республики Камерун и других африканских странах (таблица 1).

Таблица 1. Уровень образования библиотечных кадров в Республике Камерун

Сеть библиотек	Всего специалистов	Уровень образования		
		Высшее библиотечное	Стажировки	Без образования
Национальная библиотека Камеруна	15	3	3	9
Публичные Библиотеки	46	3	36	7
Библиотеки государственных университетов	206	32	0	174
Библиотеки частных университетов	20	3	11	6
Библиотеки колледжей	42	3	19	20
Библиотеки исследовательских институтов	19	4	5	10
Библиотеки министерств	87	19	5	63
Всего	435	67	79	289
Процент		15,4 %	18,2 %	66,4 %

Выпускников кафедры документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий государственного университета ЯундеИ и кафедры библиотековедения Протестантского университета Центральной Африки готовящие страны кадров библиотечной сферы мало работают в библиотечной сети Камеруна всего 7 % от общего количества библиотекарей.

Подготовка франкоязычных библиотечных кадров велась в учебных заведениях стран, входящих в Международную ассоциацию школ информатики, которая объединяет государства, где все население, или часть его, говорит на французском языке (Канада, Марокко, Сенегал, Франция и Швейцария). Кроме того, профессиональная подготовка специалистов высшего звена осуществлялась в Школе библиотекарей, архивистов и документалистов (ЕВАД) при Дакарском университете имени Шеек Анта Дьют в Сенегале, которая до сих пор занимает важное место в подготовке кадров для франкоязычных стран Тропической Африки, являясь также и главным центром подготовки библиотечных кадров для Камеруна. Эта школа за 1979 – 2015 гг. подготовила 2072 специалиста. Камерун со 200 дипломированными специалистами занимал второе место после Сенегала из 27 африканских стран, представленных в школе [1]. Однако многие из них после получения диплома ушли работать в другие сферы. Подготовка англоязычных библиотекарей велась в странах Африки, а также в Англии и США. В бывшем СССР было подготовлено 10 библиотекарей (8 человек в Минском и 2 человека в Ленинградском институтах культуры). К середине 90-х гг. в библиотеках Камеруна работало 72 % мужчин и 28 % женщин, что объясняется социально-культурными и религиозными традициями страны. Среди библиотекарей, которые не имеют библиотечного образования, работают люди с самыми различными документами в соответствии с системой образования Республики Камерун. Они могут иметь: свидетельства об окончании начальной школы (СЕРЕ), неполной общеобразовательной средней школы (ВЕРС); свидетельства о профессиональной пригодности (САР); удостоверения

о профессиональном образовании (BEP); дипломы бакалавра для лиц с законченным средним образованием (школа или лицей) с общей, естественнонаучной либо технической направленностью; дипломы о высшем техническом образовании (BTS) по секретарскому делу и администрированию; дипломы об общем университетском образовании (DEUG) – 2 года, дипломы лицензиата (3 года) и дипломы бакалавра (4 года).

Анализируя кадровый состав библиотек, необходимо отметить, что наибольшее их количество приходится на библиотеки государственных университетов (45,4 %), на втором месте библиотеки различных министерств (20,6 %), на третьем – публичные библиотеки (11,4 %) [2].

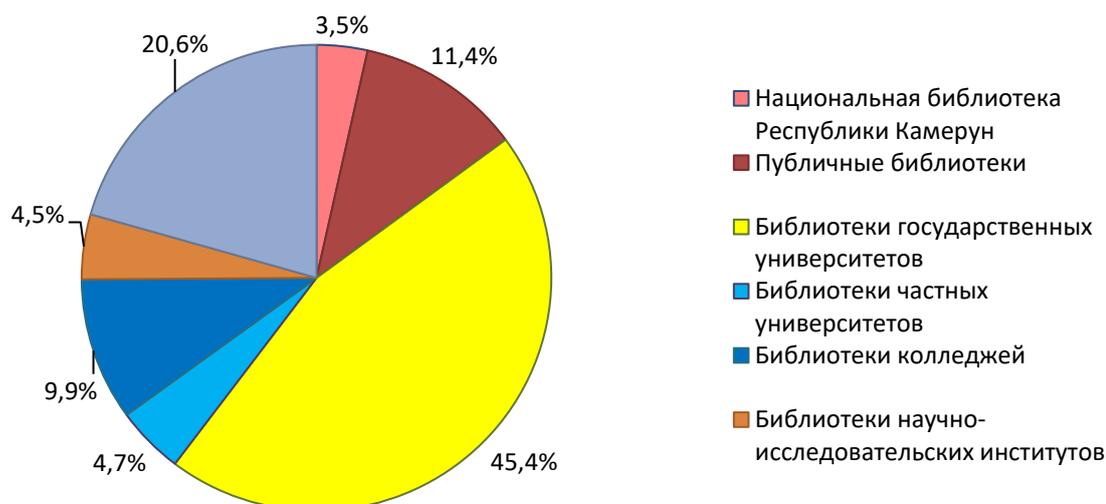


Рисунок 1–Распределение библиотечных кадров по видам и типам библиотек

Кадровые ресурсы библиотек по территории страны распределены неравномерно. Преобладающее число библиотечных работников трудятся в Центральной области и в г. Яунде, столице страны (63,8 %), в Юго-Западной области (12,5 %); в остальных областях Камеруна этот процент очень низкий [2].

Анализируя основные причины неравномерного распределения кадров.

библиотек по всей территории Камеруна, следует отметить, что это тесно связано с историей, культурной политикой и идеологическим влиянием стран, колониями которых ранее являлся Камеруна, в первую очередь Франции и Англии [2].

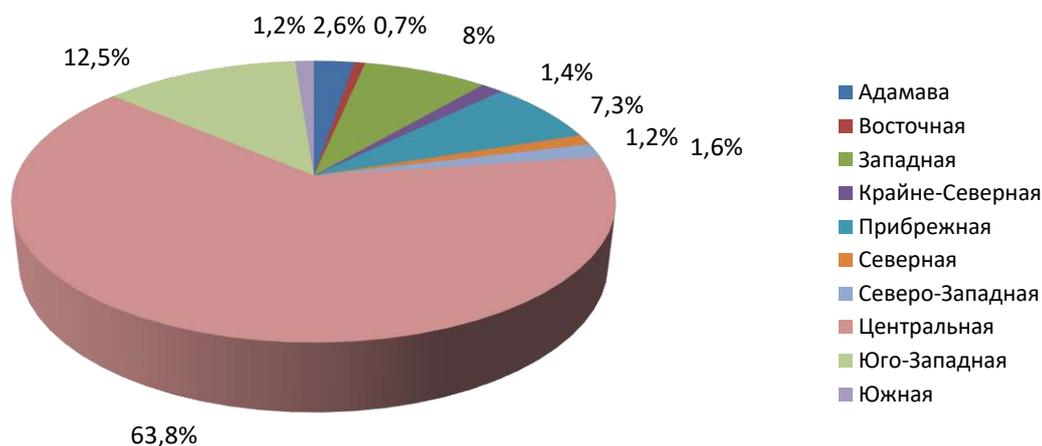


Рисунок 1.3–Распределение библиотечных кадров Республики Камерун по областям

Процесс зарождения библиотечного образования в Республике Камерун начинается в середине XIX в. с приходом американских и европейских миссионеров. Они занимались просветительством, боролись с неграмотностью. Благодаря благотворительной деятельности американской пресвитерианской школы в 1928 г. в селе Фуласси (на юге страны) был создан первый и ныне действующий гимн Камеруна «О Камерун колыбель наших предков». К середине 40-х годов XX в. 45 % национальных и 35 % профессионально-технических школ Камеруна находились при римско-католических, протестантских и других христианских миссиях.

Основатели миссионерских библиотек выполняли одновременно должности евангелиста, учителя и библиотекаря. Появление библиотек позволило народу и обществу Камеруна получить первое представление о профессии библиотекаря, с одной стороны, а с другой стороны, все, кто интересовался этой профессией, были приобщены к работе в библиотеке в качестве помощников библиотекаря. Именно миссионеры первыми стали обучать основам библиотечной работы, связанной со сбором, систематизацией, расстановкой книг, учебников и газет.

После провозглашения 1 января 1960 г. независимости Камеруна началась подготовка местных библиотечных и информационных работников на базе зарубежных учебных заведений и библиотек: 1) в региональных библиотечных школах (в Нигерии и Сенегале) при поддержке Ассоциации библиотекарей Западной Африки; 2) во время стажировок камерунских библиотекарей в крупнейших библиотеках других африканских стран; 3) путём участия камерунских библиотекарей в различных зарубежных образовательных программах и курсах по библиотековедению, архивоведению и документалистике в Англии, США и Франции. В рамках третьего направления наиболее активным было сотрудничество с Францией. Это объясняется той исторически сложившейся ситуацией, что в 8 из 10 областей Камеруна население хорошо владеет французским языком.

В 1963–1970 гг. формы, используемые для повышения профессионального уровня библиотечных работников в самом Камеруне, включали семинары, профессиональные встречи, рабочие совещания, курсы повышения квалификации, стажировки в библиотеках. Проводились лекции по библиотековедению, библиографии и документалистике в крупных библиотеках страны, например, в Центральной университетской библиотеке г. Яунде, а также при библиотеках посольств западных стран и информационных центрах международных организаций. Кроме того, несколько раз были организованы краткосрочные образовательные курсы по архивоведению и документалистике в Национальном архиве Республики Камерун. После девятимесячного обучения выдавалось свидетельство без присвоения квалификации. К сожалению, такая система подготовки и повышения квалификации функционировала не регулярно из-за отсутствия преподавателей и денежных средств.

В 1970 – 1985 гг. в гг. Яунде и Дуале при Ассоциации по обучению административных кадров (AFCA) и Панафриканском институте развития (IPD) периодически действовали дневные краткосрочные библиотечные курсы и стажировки по подготовке сотрудников библиотек. Цель этих курсов состояла в том, чтобы дать библиотечному работнику, не имеющему специального образования, основы знаний и умений о комплектовании библиотек и обработке документов. Протяженность стажировок варьировалась в зависимости от потребностей библиотечных работников и могла длиться от 3 до 6 месяцев. По их окончании выдавалось свидетельство.

В 1974 г. в целях дальнейшего совершенствования библиотечного дела Камеруна, повышения престижа профессии библиотекаря и повышения их образовательного уровня была создана Ассоциация библиотекарей, архивистов, документалистов и музейных работников (ABADCAM). Её члены обсуждали актуальные проблемы профессиональной подготовки библиотечного специалиста, развивали сотрудничество и обмен опытом с библиотечными ассоциациями ближнего и дальнего зарубежья. Создание ассоциации способствовало установлению профессиональных контактов и сделало более эффективным обмен опытом между самими камерунскими библиотекарями.

С 1988 по 1990 гг. в Высшей школе информационных наук и технологий, готовившей журналистов, преподавались также дисциплины по библиотековедению и документалистике с целью формирования определенного уровня информационной культуры будущих специалистов коммуникационной сферы.

В 1989 – 1999 гг. благодаря десятилетнему соглашению о партнерстве между Центральной публичной библиотекой в г. Яунде и Ассоциацией библиотекарей Франции (ABF) были организованы шестимесячные курсы для работников публичных библиотек Камеруна и отдельных стран Центральной Африки. Они имели исключительно практическую направленность. Кроме основ библиотечной профессии, слушатели также приобретали умения по организации массовых мероприятий в публичных библиотеках. Выпускники получили свидетельство помощника библиотекаря, подтвержденное Ассоциацией фран-

цузских библиотекарей. Однако позже соглашение о партнерстве между обеими организациями не было возобновлено, и начавшийся в рамках соглашения образовательный процесс прервался.

На протяжении более трёх последующих десятилетий при решении проблем подготовки библиотечных кадров Камерун использует две возможности:

- подготовка высшего уровня специалистов в различных учебных заведениях Африки, Англии, Германии, США, Канады, Франции и бывшего СССР;
- повышение квалификации местных специалистов при поддержке международных организаций. Приглашаются зарубежные специалисты для проведения лекций, семинаров и для участия в проводимых в Камеруне библиотечных конференциях. Организуются профессиональные стажировки камерунских библиотекарей за рубежом.

Наиболее активно в этих направлениях работают такие международные организации, как Международная федерация библиотечных ассоциаций и учреждений (ИФЛА), ЮНЕСКО, Международная федерация по информации и документации (FID), Ассоциация профессионалов по информации и документации (ADBS), Африканская федерация библиотечных ассоциаций (AFLA), Ассоциация библиотек стран британского содружества (COMLA), Международная франкоязычная ассоциация библиотекарей и документалистов (AIFBD), Постоянная конференция африканских университетских библиотек Западной Африки (SCAULWA), Постоянная конференция библиотечных и информационных ассоциаций Восточной, Центральной и Южной Африки (SCECSAL), Библиотечная ассоциация Западной Африки (WALA), Международный информационный банк по франкоязычным странам (BIEF), Международный научно-исследовательский центр (CRDI), Ассоциация университетов, использующих частично или полностью французский язык (AUPELF), Сетевой университет французского языка (UREF), Франкофонная система изданий и распространения (SYFED), Международное университетское агентство франкофонии (AUF), Канадское агентство международного развития (ACDI) [1].

Созданное в 1974 г. национальное общественное профессиональное объединение – Ассоциация библиотекарей, документалистов, архивистов и музейных работников, к сожалению, так и не смогло до сих пор взять на себя функцию консолидации профессионального библиотечного сообщества Камеруна. В ассоциации отсутствуют структуры, которые могли бы определять политику библиотечного дела в стране, подготовки и повышения квалификации библиотечных кадров, способствовать повышению социального статуса профессии библиотекаря в обществе. Не создан ею и какой-либо печатный орган, который мог бы стать одним из важных средств профессиональной коммуникации и консолидации библиотекарей Камеруна.

Высшее библиотечное образование в Камеруне берет свое начало только в 1994 г., когда в следствие университетской реформы и в соответствии с президентскими декретами № 93/026 и № 93/027 от 19 января 1993 г. [3; 4] был открыт Второй государственный университет в г. Яунде (Яунде II). При Высшей школе информационных и коммуникационных наук и технологий этого университета

был создан сектор документации, который стал готовить библиотекарей высшей квалификации. В 2000 г. сектор приобрел статус кафедры. С 2006 г. она стала называться кафедрой документной информации. Именно эта кафедра явилась основательницей высшего библиотечного образования в Республике Камерун, поэтому путь её становления и развития является одновременно и путём становления и развития высшего библиотечного образования в стране.

В настоящее время на кафедре документной информации обучается около 160 студентов. Ежегодный план набор на бюджетную и платную форму обучения колеблется от 60 до 70 студентов. Образовательная программа предусматривает универсальную подготовку специалистов по специальности «научно-техническая информация и коммуникация» с присвоением интегрированной квалификации – «библиотекарь-документалист-архивист». Срок дневной формы обучения составляет 3 года. После окончания университета выдается диплом профессиональная лицензия по специальности «научно-техническая информация и коммуникации» с квалификацией «библиотекарь-документалист-архивист». Учебный план подготовки этих специалистов имеет три «классических» цикла дисциплин: гуманитарные и социально-экономические, общепрофессиональные, специальные. Среди специальных дисциплин две трети являются библиотековедческими и библиографоведческими. Штат преподавателей на кафедре состоит всего лишь из 8 человек, 6 из них имеют ученую степень доктора наук в области архивоведения, информатики и коммуникаций, и среди них один человек имеет ученую степень канд.а пед. наук по библиотековедению, библиотековедению и книговедению Белорусского государственного университета культуры и искусств г. Минск. Эти степени им были присвоены в Республике Беларусь, Нигерии и во Франции. К преподаванию привлекаются также преподаватели других кафедр Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий и специалисты-практики из библиотек, информационных центров и архивов г. Яунде.

В 2008 г. на факультете социальных наук и международных отношений при Протестантском университете Центральной Африки, который находится в Камеруне г. Яунде была открыта кафедра библиотековедения. Ее Образовательная программа предусматривает подготовку библиотекарей-документалистов и архивистов высшей квалификации. Срок дневной формы обучения кафедры составляет 3 года. По окончании обучения выдается диплом профессиональная лицензия с квалификацией «библиотекарь-документалист-архивист». План набора на платную форму обучения ежегодно составляет 20 студентов. Подавляющее большинство педагогической комманды главным образом состоит из преподавателей кафедры документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий государственного университета Яунде II и партнеров крупных библиотек, информационных центров и архивных служб г. Яунде в течение академического года, что позволяет студентам постепенно осваивать практические приемы библиотечной работы.

Говоря о качественной профессиональной подготовке библиотечных работников в Камеруне, важно выяснить, что кафедра документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий

государственного университета Яунде II и кафедра библиотековедения факультета социальных наук и международных отношений Протестантского университета Центральной Африки функционируют без преподавателей высшего звена – у них нет ни доцентов, ни профессоров. Более того, эти кафедры не позволяют получить степень магистра или доктора по библиотековедению. Такую возможность до сегодняшнего дня предоставляли зарубежные библиотечные школы, например в западной Африке (Нигерии, Сенегале), а также в других странах (Америке и Европе). Не хватает учебно-методических материалов, средств программного обеспечения, существуют проблемы с выходом в Интернет и др. Нет в Камеруне и своего профессионального издания в области библиотечного дела необходимо для обсуждения вопросов, связанных с инновационными технологиями библиотечного обслуживания и управления.

Камерун является двуязычной страной, государственными языками остаются французский и английский языки бывших метрополий, что можно рассматривать как наследие колониализма поэтому подготовка кадров для библиотек ведется на вышеперечисленных языках.

Анализируя сегодняшнюю политику подготовки библиотечных кадров в Республике Камерун, следует отметить, что она не рассчитана на широкий круг желающих. Но даже те студенты, которые учатся за счет бюджетных средств, должны платить за учебу в год около 100 долларов США. Стоимость платного высшего библиотечного образования в Камеруне составляет 1200 долларов США – это значительная сумма для страны как Камерун, где средняя заработная плата составляет 100 долларов США в месяц.

Создание кафедры документной информации государственного университета Яунде II и кафедры библиотековедения Протестантского университета Центральной Африки позволили решать также и гендерные проблемы. Камерунские женщины получили доступ к профессии библиотекаря, поскольку до этого времени высшее библиотечное образование можно было получить только за границей, что для большинства камерунских женщин было неприемлемо, так как не соответствовало культурно-историческим традициям. Только в 1982 году, спустя 20 лет после создания школы библиотекарей, архивариусов и документалистов при Дакарском университете (Сенегал), стало возможным увидеть первую женщину камерунской национальности, получившую диплом этой школы.[5]. По сведениям Школы библиотекарей, архивариусов и документалистов в Дакаре видно, например, что среди 120 камерунцев, получивших образование в 1962–1994 гг., было 33 женщины, то есть 27,5 % против 87 (72,5 %) мужчин [5].

Соотношение мужчин и женщин в библиотечном деле Камеруна выгодно отличается от сферы политической и государственной деятельности в стране. Например, в Национальной ассамблее насчитывается 30 женщины из 180 депутатов (10,71 %), 20 женщин из 100 сенаторов (20 %), в правительстве 8 женщин из 60 министров (13,33 %) , 23 женщины из 360 мэров (6,38 %), две женщины из 40 послов Камеруна за границей (0,05 %) [5]. При этом следует отметить, что

население Камеруна составляет 25,3 млн. человек, из которых 51 %-женщины и 49 % – мужчины [6].

За период с 1998 по 2016 гг. на национальной территории Республики Камерун кафедрой документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий государственного университета Яунде II было подготовлено 677 специалистов, из которых женщины составили 63 %, а мужчины – 37 %), а кафедра библиотековедения Протестантского университета Центральной Африки только за пять лет (в период с 2011 по 2016 гг). подготовлено 80 кадров. (женский пол 70 %, а мужской пол 10 %[7].

В результате, к настоящему времени по сравнению с 90-ми годами соотношение мужчин и женщин, работающих в камерунских библиотеках с высшим образованием отменяем на данный момент значительное присутствие женщин с процентом более чем 60 %.

Таким образом, в Республике Камерун пока еще отсутствуют четкие критерии кадровой политики государства в области библиотечного дела. Только немногим более 15 % библиотечных специалистов имеют высшее образование. Они неравномерно представлены по всей территории страны. Подготовка библиотечных кадров осуществляются кафедрой документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий государственного университета Яунде II и кафедрой библиотековедения Протестантского университета Центральной Африки. Отсутствует в стране система непрерывного библиотечного образования, которая включала бы в себя несколько взаимосвязанных образовательных уровней. Не определены основные содержательные принципы построения такой системы, которые должны быть положены в основу реализации соответствующих образовательных программ. Не предусмотрен механизм взаимодействия министерства высшего образования и министерства искусств и культуры при подготовке библиотечных работников.

В стране отсутствуют нормативные и правовые акты, которые бы регулировали карьеру специалиста в прямой зависимости от уровня его образования. Главные кафедры в стране, которые готовят библиотечных специалистов, кафедры документной информации Высшей школы информационных и коммуникационных наук и технологий и кафедры библиотековедения Протестантского университета Центральной Африки, не имеют образовательного стандарта, испытывают дефицит кадрового обеспечения.

Подводя итоги, следует подчеркнуть, что система подготовки библиотечных кадров в Камеруне пока еще не сложилась, а существующее положение дел не соответствует насущным задачам культурного строительства страны.

1. Земенге Ж. Формирование системы подготовки библиотечных кадров в Республике Камерун : дис. ... канд. пед. наук. Минск, 2014. 166 с.

2. Земенге Ж., Мбила Т. Современное состояние и тенденции развития библиотечно-информационного обслуживания в Республике Камерун// Библиосфера. 2017. № 3. С. 31–34.

3. Décret présidentiel № 93 / 026 du 19 Janvier 1993 portant création des Universités d'Etat du Cameroun [Ressource électronique]. – Régime d'accès: <https://www.prc.cm/fr/multimedia/documents>. – Date d'accès : 12.06.2018.

4. Décret présidentiel № 93 / 027 du 19 janvier 1993 portant organisation administrative et fonctionnement des Universités d'Etat du Cameroun [Ressource électronique]. – Régime d'accès: <https://www.prc.cm/fr/multimedia/documents>. – Date d'accès: 12.06.2018.

5. EBAD Informations générales [Ressource électronique]. – Régime d'accès : http://www.ebad.ucad.sn/acces_dedies/partenaires/info_générales/statistiques.html. – Date d'accès : 28.09.2018

6. Institut National de la Statistique du Cameroun [Ressource électronique]. – Régime d'accès: <http://www.statistics-cameroon.org/news.php?id=170> . – Date d'accès: 28.09.2018.

7. Université de Yaoundé II [Ressource électronique]. – Régime d'accès: <http://www.univ-yaounde2.org/> . – Date d'accès: 28.09.2018.

Заколотная Е.Е., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

МЕТАФОРИЧЕСКИЙ РИСУНОК КАК СРЕДСТВО ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ

Актуальность. В настоящей статье показана технология, предоставляющая студенту-спортсмену возможность выразить в метафорическом рисунке свой индивидуальный духовный мир, самостоятельно анализировать и интерпретировать современные духовно-нравственные проблемы, которые волнуют молодежь и на которые у них не всегда есть ответы. Учебные планы меняются, и за единицу времени сегодня обучающемуся требуется выучить и усвоить, постоянно увеличивающийся объем информации. Это приводит к стрессам, тревожности и неврозам. И, главное, не способствует получению ответов на очень многие вопросы динамично меняющегося мира. Времени на решение задач становится меньше, а задач – все больше [3, с.11–15].

Появляется дефицит времени и стремление его опередить, чтобы догнать те новые возможности, которые возникают на горизонте. Уникальность, отличающая одного человека от другого, стирается.

Технология «метафорический рисунок» дает возможность поиска ответов на волнующие студентов вопросы и проявления своей неповторимой индивидуальности в результате наглядного изображения и интерпретации существующей проблемы.

Метафора знаменует собой активизацию мыслительного процесса, проникновение в глубины личного опыта и более заинтересованное обращение каждого человека ко всей системе знаний о мире в целом.

Введение. В современном обществе особое внимание должно обращается на способность осуществлять активную жизнедеятельность в соответствии с принципами и нормами, принятыми в обществе и государстве. Студенты, профессионально занимающиеся спортивной деятельностью, наряду с представителями других категорий людей являются гражданами государства и в равной степени пользуются предоставленными им правами человека

и гражданина. Но ответственности на спортсменах за свое поведение в своей стране и за ее пределами гораздо больше, потому, что чемпионов мира и Олимпийских игр знает весь мир. Молодежь пытается им подражать в жестах, одежде, прическе, высказываниях, забывая о своей уникальности и неповторимости, которые раскрываются в упорном труде, а не слепом копировании кумиров. Поэтому спортсменам сегодня необходима высокая интеллектуальная и мировоззренческая подготовка, современные качества общей и профессиональной культуры.

В различных учреждениях образования соблюдение принципа учета возрастных и индивидуальных особенностей (как в процессе обучения, так и в процессе воспитания) является необходимым условием эффективности образовательного процесса. Игнорирование педагогом индивидуальности ученика и желание вогнать каждого в «прокрустово ложе» часто заканчивается полным отсутствием желания прикладывать усилия для осуществления успешной учебной деятельности. Жесткие границы, в которые желают заключить индивидуальность ученика, жертвуя ради этого его творческим потенциалом, существенно ограничивают развитие личности.

Цель исследования заключалась в применении авторской технологии «Метафорический рисунок» на учебных занятиях по учебной дисциплине «Педагогика» в учреждении образования Белорусский государственный университет физической культуры (БГУФК) для проявления потенциальных индивидуальных способностей студентов и диагностики их духовно-нравственного развития

Методика и организация исследования. В исследовании применялся анализ и синтез научно-методической литературы, беседа, анализ воспитывающих ситуаций, отраженных в метафорических рисунках.

Исследование проводилось с 2008 г. по настоящее время. За этот период студенты выполнили более 1500 рисунков, наиболее интересные из них представлены в монографии автора. Большое значение студенты в своих рисунках придают проблемам образования, взаимоотношений с учителями, тренерами, родителями.

Одна из современных проблем как мужчин, так и женщин – желание добиться максимального и быстрого результата в карьере без должного прохождения всех стадий личностного развития. Так, современное информационное пространство диктует обществу ритм, цели и пути их кратчайшего достижения, упуская, что только сочетание разнопланового опыта формирует нашу уникальность и неповторимость. Именно поэтому каждому человеку нужно пройти свой длинный полноценный путь приобретения опыта в разных сферах деятельности для ощущения себя целостной личностью.

Метафорический рисунок практически не имеет ограничений в использовании, является средством невербального общения, что делает его особенно ценным для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний.

Результаты исследования и их обсуждение. Студентам было предложено отразить в метафорическом рисунке нравственную или безнравственную

проблему, которая возможно возникла давно, но все еще не имеет своего решения. Это может быть любое изображение: собственный рисунок, фотография, схема и т. д. В статье представлен только один из многочисленных рисунков, выполненных студентами и магистрантами БГУФК в разные годы их обучения (рисунок 1).



Рисунок 1 – «Лабиринт»

К сожалению, на 100 % готовых ответов педагогика не дает, поскольку речь идет об уникальных неповторимых личностях. Те методы и принципы, которые способствуют нравственному воспитанию одного ребенка – не всегда подходят другому. Поэтому хороший педагог постоянно находится в поиске выхода из лабиринта проблем.

Наряду с различными методиками педагогического анализа текстов культуры важно научиться эффективно работать со «свободным рисунком», поскольку бессознательное, содержащее в себе архаичные черты, с точки зрения психодинамического направления, использует более удачный язык рисунка [4, с.75].

Обычно большая часть информации, которая передается через метафору, воспринимается правым полушарием головного мозга, отвечающим за образное мышление и эмоции. Особенно это справедливо для детей до двенадцати лет. Педагогу, работающему с любым метафорическим продуктом, необходимо создать символический мост между полушариями. Это и есть главное правило работы со сказками, притчами, рисунками.

Если мы задействуем работу только правого полушария, то сможем воспринять образы, эмоции, энергоинформационное поле метафорического рисунка, но нам будет сложно выделить в нем те структуры, которые помогут глубже понять внутренний мир автора и сформулировать перспективные задачи работы с ним. С другой стороны, если мы будем работать с рисунком, отдавая приоритет левому полушарию, мы рискуем его «прооперировать» аналитическим «скальпелем».

Поэтому при работе с метафорическими текстами и рисунками необходимо построить «мост» между полушариями, использовать образное восприятие и качественный логический анализ. Важно сохранять целостное представление о внутреннем мире метафорического рисунка и производить «расшифровку» очень деликатно [2, с.54]. Предложенная технология создания метафорического рисунка как универсального средства невербального выражения миропонимания и мироощущения человека, включает собственную авторскую интерпретацию рисунка, которая зависит от зрелости сознания студентов. Наша интерпретация события зависит от нашего отношения к людям, от наших ценностей, потребностей. Любое событие мы интерпретируем исходя из своей собственной точки зрения. В метафорическом рисунке студенты часто отражают ситуации из детства, проанализировав которые, начинают осознавать возможность разрешения проблемы родом из детства в настоящее время.

Арт-терапия объединяет в себе разные области знания: психологию, медицину, культурологию, педагогику и т. д. Значимой областью практического применения арт-терапии являются различные образовательные учреждения, что определяет естественный интерес педагогов и руководителей системы образования к использованию ее здоровьесберегающего потенциала. [1, с 312; 2, с. 84; 4, с.128].

Выводы. Метафорический рисунок – не просто описание проблемной ситуации, но достаточно активное указание на определенную модель поведения, ценности, убеждения, жизненные сценарии, пути реализации потенциальных возможностей. В этом плане можно говорить, что рисунок несет в себе сообщение, послание, которое в нужное время поможет сделать верный выбор в конкретной жизненной или профессиональной ситуации. Метафорический рисунок позволяет создать целостное представление о внутреннем мире его автора. Предложенный вариант использования метафорического рисунка в нравственном совершенствовании человека, предполагающий его творческую активность, вполне можно использовать с обучающимися любого возраста. Эта технология не только способствует повышению эффективности образовательного процесса, но и более гармоничному и всестороннему развитию личности. Образовательные технологии такого рода не становятся областью психотерапии (арт-терапии), а областью пед. проблем воспитания личности.

1. Заколотная, Е.Е. Духовно-нравственное образование будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта: традиционные методы и метафорические средства: монография / Е.Е. Заколотная; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2023. – 323 с.: ил.

2. Копытин, Л.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков / Л.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. 2-е стереотип, изд. – М.: «Когито – Центр», 2014. – 197 с.

3. Король, А.Д. Образование для человека. От скорости к ценности /А.Д.Король, Е.А.Бушманова. – Минск :Аверсэв, 2024. – 190 с.

4. Ляшенко, В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия / В.В. Ляшенко. – М.: Психотерапия, 2014. – 160 с.

Заколотная Е.Е., кан. пед. наук, доцент,
Стахмич А.А.,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОЙ АТМОСФЕРЫ В СОВРЕМЕННОМ КОЛЛЕКТИВЕ КЛАССА СТУДЕНТОМ-ПРАКТИКАНТОМ

Актуальность. Важнейшей из современных образовательных тенденций, характерных как для международного сообщества, так и для Республики Беларусь, является целевая установка на развитие функциональной грамотности обучающихся в учреждениях образования на всех его уровнях. Функциональная грамотность становится востребованным результатом современного образования, поскольку она определяет компетенции, или способность обучающихся (выпускников) применять полученные знания, умения и навыки для решения разнообразных проблем, возникающих в социальной, личностной, образовательной, профессиональной сферах. Особое значение эта целевая установка приобретает для системы школьного образования. Функционально грамотные выпускники обладают способностью применять полученные в ходе образования знания и опыт в новых ситуациях, при разрешении комплексных проблем, возникающих как в личной жизнедеятельности, так и в социальной сфере, и будущей профессиональной деятельности [1, С. 3].

В современном обществе основной идеей является сохранение здоровья подрастающего поколения, как основополагающего фактора будущего благополучия государства. В настоящее время Правительством нашей страны уделяется большое внимание развитию физической культуры и спорта. Подтверждением тому является и введение третьего часа физкультуры в учебный план, строительство уникальных спортивных центров, проведение массовых спортивных соревнований различного уровня.

В формировании личности обучающихся исключительно важная роль принадлежит учебному предмету «Физическая культура и здоровье» поскольку физическое воспитание в средней общеобразовательной школе оказывает оздоровительное, реабилитационное и рекреативное воздействие; способствует восстановлению умственной работоспособности учащихся; удовлетворяет часть жизненно необходимой потребности развивающегося организма в движении; формирует полезные привычки; приучает школьников соблюдать правила личной и общественной гигиены; повышающий качество жизни обучающегося; является органической частью системы непрерывного образования; обеспечивает укрепление здоровья, физическую готовность к трудовой деятельности и семейной жизни. Следовательно, в структуре общего среднего образования предмет должен носить прикладной характер, занимать одно из ведущих мест в системе межпредметных связей и способствовать решению важных общепед. задач.

«Физическая культура и здоровье» является тем учебным предметом, который ликвидирует последствия длительного сидения на месте и высоких умственных нагрузок, как в течение учебного дня, так и недели. Высокий эмоциональный фон урока не просто дает возможность учащимся выплеснуть эмоции, но и для преподавателя является инструментом диагностики истинных межличностных отношений в коллективе класса. Нередко классные руководители приходят именно на урок физической культуры понаблюдать за тем, как дети себя ведут во время взаимодействия в ходе подвижных, спортивных игр, эстафет, спортивных соревнований [2].

Целью исследования явилось определение условий и средств создания доброжелательной среды в коллективе класса.

Методика и организация исследования: анализ научной литературы, наблюдение, беседа.

В процессе прохождения производственной педагогической практики на базе учреждений общего среднего образования в 2024-2025 учебном году были выявлены некоторые сложности в работе со школьниками, в частности крайнее недоброжелательное отношение одноклассников друг к другу на уроках физической культуры, неумение общаться. Общение короткими напечатанными сообщениями и использование эмодзи привело к росту одинаковости, шаблонности, ограниченной определенными распространенными паттернами коммуникации. Ребенок переписывается с друзьями, выбирая слова и стикеры, которые в данный момент актуальны. Следуя трендам или беря пример с родителей, дети регулярно общаются так, что становятся поверхностными в своих суждениях, уделяя меньше внимания смыслу слов. Это препятствует их способности полноценно выражать свои мысли и чувства. Кроме того ребенку сложно показать уникальность, когда он ограничен известными шаблонами. Одинаковость ответов создает препятствие для взаимопонимания [3, С.78].

По мнению отечественных педагогов, доброжелательность – это отношение к человеку, которое ориентировано на содействие его благу, на совершение доброжелательных поступков. Отметим, что в доброжелательности, как правило, подчеркивается не только безусловное признание в другом человеке его морального достоинства, но выражается миролюбие, отзывчивость, дружелюбность, доброжелательность, готовность к плодотворному сотрудничеству, взаимодействию.

Результаты исследования и их обсуждение. В рамках решения задач раздела «Воспитательная работа» в период прохождения производственной педагогической практики в учреждении общего среднего образования в роли учителя физической культуры и здоровья практикант обратила внимание на проявление агрессии одного из учеников по отношению к однокласснику из-за неправильного выполнения упражнения в парах. У него не получалось выполнить передачу мяча двумя руками сверху. В следствие негативной реакции и агрессивного поведения одного из учащихся произошел конфликт, разрешить который практикант хотела самостоятельно, но вмешался преподаватель физической культуры. Педагог сни-

зила накаленность, но проблема осталась. В дальнейшем практикант замечала такое агрессивное поведение между всеми учениками. Когда у кого-то что-либо плохо или совсем не получалось, остальные дети реагировали агрессивно, готовые броситься в драку. Ученики, которые демонстрировали лучшую подготовленность во время проведения спортивных, подвижных игр, эстафет, считали возможным делать грубые замечания тем, кто по их мнению играли хуже, чем они. Это не позволяло формировать чувство командной работы, приводило к нежеланию быть активными на уроке физической культуры и снижало мотивацию вообще посещать уроки физической культуры.

Виртуальный мир становится все более весомым и человек все меньше соприкасается с реальностью. По определению ряда ученых, уровень тревожности сегодняшнего школьника сродни таковому у пациента психбольницы 50-х гг. На ученика влияют катастрофические изменения во внешнем мире и неспособность успевать вслед за этими изменениями. Количество школьных предметов растет, но это не приводит к углублению знаний. Требование одинаковых верных ответов приводит к потере общения [3, С.80]. Массовый человек имеет природу невротической личности, о чем писала психолог К. Хорни почти 100 лет назад [4]. Чем меньше человек соприкасается с реальностью, тем более манипулируемым и тревожным он становится, поскольку нет единого ответа на тревожащие вопросы, а есть множество предложений из разных источников виртуального мира. Невротические проявления личности все чаще встречаются у детей разного возраста, провоцируя конфликтные ситуации в детских коллективах.

Поскольку практикант совмещала функции учителя физической культуры и здоровья и классного руководителя в прикрепленном классе необходимо было создать доброжелательную атмосферу в коллективе класса, чтобы дети научились осознавать свои мысли и эмоции, поступки и события, не боясь негативной реакции со стороны сверстников.

Для эффективности процессов воспитания, обучения и развития учащихся важно создавать благоприятный психологический климат в детском коллективе, отражающий личные и деловые взаимоотношения педагога и школьников, их моральные нормы и интересы.

А.С. Макаренко выдвигал следующие основные признаки благоприятного психологического климата:

1. Проявление внутреннего, уверенного спокойствия; наличие чувства собственного достоинства у каждого члена коллектива, гордость за свой коллектив.

2. Единство коллектива, единение всех его членов.

3. Защищенность всех членов коллектива.

4. Разумная и полезная активность всех членов коллектива.

5. Умение быть сдержанным в действиях и словах.

По мнению А.С. Макаренко, результативность влияния коллектива на личность определяется самочувствием личности в коллективе, эмоциональном благополучии.

Для создания в классе атмосферы доброты, доверия и взаимопомощи педагог должен способствовать развитию положительных эмоций у учеников и управлению их отрицательными эмоциями. Одним из ключевых аспектов создания благоприятной атмосферы является обеспечение условий для уважения мнений других. Направленность воспитательных мероприятий на формирование культуры общения и развитие коммуникативных навыков у обучающихся способствует умению выражать и обосновывать свое мнение, не опасаясь оставаться в меньшинстве, а также отстаивать свою точку зрения и признавать свои ошибки. Каждый человек, включая детей, имеет право на ошибку. Важно, чтобы воспитательная работа заключалась в помощи ребенку воспринимать свои неизбежные ошибки как часть жизни, не обвиняя в них окружающих и не формируя у себя чувство вины. Классный руководитель должен стремиться к тому, чтобы коллектив класса жил интересной и увлекательной жизнью, что поможет сплотить всех учеников для достижения общих целей и преодоления трудностей в общении.

Выводы. Чтобы избежать буллинга и ссор на уроках физической культуры учитель должен уделять должное внимание разъяснению о разной физической подготовленности учеников и необходимости терпимого отношения к неудачам в играх и эстафетах, проигрышу на соревнованиях.

Деятельность учителя физической культуры и здоровья предполагает гораздо больше ответственности и обязанностей, с которыми студенты не сталкиваются на практике, однако безусловно встретятся в реальной профессиональной педагогической деятельности в качестве дипломированного специалиста, поэтому должны быть подготовлены к предупреждению конфликтных ситуаций в коллективе класса.

Те навыки, качества личности, которые следует формировать у школьников, должны быть в первую очередь сформированы у самого педагога. Самоизменение учеников невозможно без самоизменения учителя. Педагог должен рационально анализировать результаты своей педагогической деятельности, не боясь вносить изменения в соответствии с сегодняшними вызовами информационного мира.

Для более эффективной подготовки студентов к производственной педагогической практике на базе учреждений общего среднего образования следует изначально определить основные требования к современному специалисту в сфере физической культуры и спорта.

1. Функциональная грамотность обучающихся: учеб.-метод. Пособие по специальностям профиля 01 Педагогика / А.И.Жук [и др.]. – Минск : Аверсэв, 2025. – 239 с.: ил.

2. Заколотная, Н. Д. Физическое воспитание как фактор, повышающий качество жизни учащегося / Н. Д. Заколотная // Инновационные подходы в профессионально-педагогической подготовке специалистов в сфере физической культуры и спорта: материалы круглого стола в рамках Фестиваля университетской науки, Минск, 31 марта 2022 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е.Кобринский (гл.ред) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2022. – С. 77–79.

3. Король, А. Д. Образование для человека. От скорости к ценности / А. Д. Король, Е. А. Бушманова. – Минск : Аверсэв, 2024. – С. 9–18.

4. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни; пер. с англ. А. Андреева. – М.: Синбад, 2018. – 495 с.

Малофей А.С.,

Федорова А.М., канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Минск, Беларусь

ПРОБЛЕМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДЕВОЧЕК И МАЛЬЧИКОВ В ОДНОМ КЛАССЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Урок физической культуры – важная часть школьной программы, способствующая физическому развитию, укреплению здоровья и формированию командного духа. Однако в подростковом возрасте взаимоотношения между мальчиками и девочками могут осложняться из-за психологических, физических и социальных различий. Это нередко приводит к конфликтам, снижению мотивации и неравномерному участию в занятиях.

Важнейшая цель гендерного воспитания – создание условий для максимальной самореализации мальчиков и девочек, юношей и девушек в процессе педагогического взаимодействия [1].

Урок физической культуры и здоровья в школе – это важная часть социального взаимодействия школьников. Отношения между мальчиками и девочками в этом контексте могут быть как источником мотивации, так и причиной конфликтов.

С проблемой межполовых взаимоотношений учащихся столкнулись практиканты, проходившие производственно-педагогическую практику в 7 «А» классе на базе УО средней школы № 9 имени В.И. Щербацевича. В классе обучалось 22 ученика, из них 16 мальчиков и 6 девочек. 17 человек из класса имели основную группу здоровья по физической культуре и 5 человек – подготовительную группу здоровья (Рис. 1).

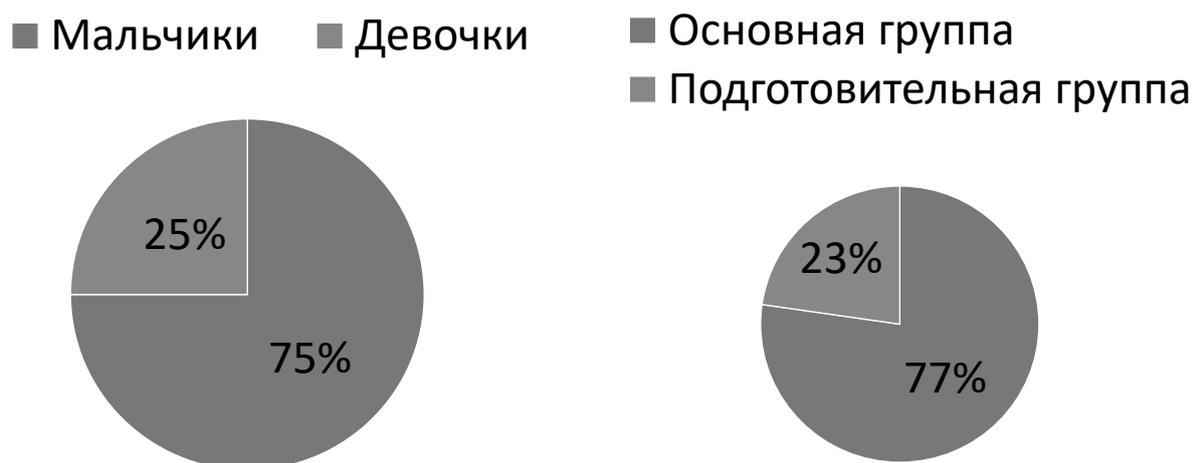


Рисунок 1 – соотношение мальчиков и девочек в классе, соотношение основной и подготовительной группы здоровья в классе

Проблема заключалась в разобщенности учеников, наличии в классе группировок, которые мало взаимодействовали между собой. Наблюдения за классом позволили выявить ряд факторов, которые способствовали возникновению конфликтных взаимоотношений между подростками. К таким факторам относятся:

Неравномерное соотношение учащихся мужского и женского пола. В этом возрасте не наблюдается ярко выраженного влечения к противоположному полу. Поэтому, как девочкам, так и мальчикам пока ещё комфортнее и интереснее общаться со сверстниками своего пола. Из этого фактора вытекает следующий:

В этом возрасте у девочек уже начинается, а у некоторых продолжается, процесс полового созревания. Половое созревание (или пубертатный период) – это процесс изменения организма на физическом, гормональном и психоэмоциональном уровнях под воздействием половых гормонов. В 7 «А» классе девочки выглядели взрослее чем мальчики. Более «зрелое» поведение и отношение к занятиям наблюдалось у девочек и на уроках по физической культуре и здоровью. Однако поведение мальчиков говорило об их незрелости. На уроках физической культуры и здоровья или на переменах они баловались, кривлялись, передразнивали друг друга, вызывая тем самым у девочек раздражение.

«Трудный» характер детей в этом возрасте. Этот фактор оказывает большое влияние на межличностные отношения между сверстниками. В подростковый период дети становятся более ранимыми, вспыльчивыми и агрессивными, что приводит к увеличению числа конфликтов [2].

Наряду с вышеприведенными факторами, на межполовые взаимоотношения подростков внутри класса влияли и ряд других факторов:

- успеваемость учеников (так как многим интереснее общаться с ребятами, преуспевающими в учебе) (Рис. 2);

- наличие отстающих учеников (буллинг этих учеников и отвержение их в коллективе);

- работа классного руководителя и родительского комитета (организация совместного времяпровождения учащихся в не учебное время);
- наличие общих интересов; занятие в общих секциях и кружках и многое другое.

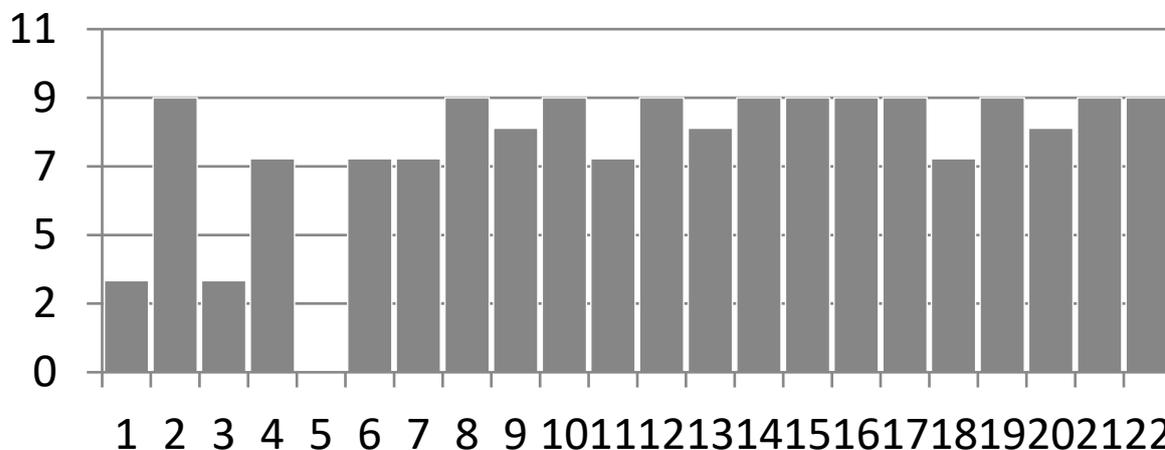


Рисунок 2 – успеваемость учеников по номеру в журнале

Чтобы сплотить класс и минимизировать негативные отношения между мальчиками и девочками, наладить их взаимодействие, применялся системный подход.

1. Задействование на уроке по физической культуре и здоровью всех учащихся. Тех учащихся, которые ленились выполнять упражнения, стеснялись или предпочитали тихонько отсиживаться – приобщали к проведению и организации подготовительной (дежурный по классу, проведение ОРУ) и основной частей урока (помочь принести маты, мячи для спортивных игр) [3];

2. Поощрение и похвала. В качестве поощрения, активным ребятам в конце занятия можно выдавать наклейки или поощрять хорошими оценками [4].

3. Спортивные игры. Это один из самых действенных методов по сплочению коллектива. При проведении занятия «Час здоровья и спорта», либо урока физической культуры и здоровья, учащиеся делились на 2 (иногда на 3) команды, состоящие как из мальчиков, так и из девочек. Это позволит в целом наладить взаимоотношения между учащимися, а также выстроить межполовые взаимоотношения [5].

4. При проведении занятий на бревне у девочек, мальчики могут быть задействованы в качестве страховки (помогали залезть на бревно, встать, пройти и спрыгнуть). Это поможет создать более доверительные отношения между девочками и мальчиками, которые их страховали.

Стоит учитывать, что некоторые факторы, влияющие на разлад учащихся, такие как пубертатный период и «трудный» характер, со временем сами минимизируются, так как мальчики начнут вести себя взрослее и начнут обращать свое внимание на девочек, а девочки на мальчиков (по Фрейду).

В заключение, хочется отметить, что кардинально повлиять на межличностные отношения мальчиков и девочек за 6 недель не удалось, так как для

этого требуется гораздо больше времени. Вместе с тем, отмечается и то положительное что произошло с учащимися 7 «А» класса: они стали более дружелюбными и общительными, начали больше доверять друг другу и координировать совместную работу в коллективе.

1. Всё о гендерном воспитании школьников [Электронный ресурс]. – Режим доступа :<https://lunnosh.roomosty.by> – Дата доступа: 10.01.2025.

2. Проблема развития ученического коллектива и преодоление подростковых конфликтов: из опыта работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-razvitiya-uchenicheskogo-kollektiva-i-preodolenie-podrostkovykh-konfliktov-iz-opyta-raboty/viewer> – Дата доступа: 10.01.2025

3. Использование различных технологий на уроках физической культуры и занятиях в спортивных кружках, спортивных секциях [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2023/02/12/ispolzovanie-razlichnyh-tehnologiy-na-urokah> – Дата доступа: 11.01.2025

4. Роль и особенности приема похвалы в педагогическом общении [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2017/05/31/rol-i-osobennosti-priema-pohvaly-v-pedagogicheskom-obshchenii> – Дата доступа: 11.01.2025

5. Спортивные игры – лучший способ общения и сплочения коллектива [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.bsmu.by/novosti/obshcheuniversitetskie/sportivnye-igry-luchshiy-sposob-obshcheniya-i-splocheniya-kollektiva/> – Дата доступа: 11.01.2025.

Маненкова В.Р.,

Кульбицкая Е.Д.,

Федорова А.М., канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Минск, Беларусь

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ У ПОДРОСТКОВ И ЮНОШЕЙ

Проблема низкой мотивации школьников к занятиям физической культурой является актуальной и возрастает с каждым годом. Современный образ жизни, насыщенный информационными технологиями, часто подменяет активный отдых пассивным. Недостаточная физическая активность приводит к ухудшению здоровья, снижению физической подготовки и формированию малоподвижного образа жизни во взрослом возрасте. Данное исследование направлено на выявление причин низкой мотивации и разработку практических рекомендаций по повышению интереса школьников к физической культуре, которые могут быть использованы в школьной практике.

Цель исследования заключается в анализе причин низкой мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом, а также в разработке практических рекомендаций для повышения мотивации и создания более эффективных и интересных уроков физкультуры, учитывающих современные тренды и возрастные особенности учащихся.

Физическая культура в школе играет важную роль в формировании здоровья, выносливости и дисциплины у учащихся. Однако низкая мотивация учеников на уроках физкультуры и здоровья становится всё более актуальной проблемой. Нередко дети воспринимают эти занятия как ненужные или малозначимые. Недостаточная вовлечённость приводит к пропускам уроков, и, как следствие, отсутствию положительных результатов. Для того чтобы понять, как справиться с этой проблемой, необходимо рассмотреть её причины и последствия, а также предложить пути решения.

В современных образовательных системах уроки физической культуры и здоровья нередко недооцениваются как учащимися, так и их родителями. Несмотря на то, что физическая активность признана одной из основ здорового образа жизни, её роль в школьной программе зачастую сводится к формальности. Согласно исследованиям, проведённым среди школьников в России и Беларуси, более 40 % учащихся старших классов считают физкультуру менее важной по сравнению с другими предметами. Это мнение складывается под влиянием множества факторов, включая отношение родителей, недостаточную заинтересованность учителей и слабую систему мотивации [1].

Низкая заинтересованность к занятиям по физической культуре и здоровью наблюдалась и вовремя прохождения студентами производственно-педагогической практики в средней школе №125 г. Минска. Учащиеся с большой «неохотой» посещали занятия и выполняли требования педагогов.

Для того чтобы результативно выстроить учебный процесс, важно было понять, почему многие учащиеся 5–11 классов не проявляют интереса к занятиям и отказываются выполнять задания. С этой целью был проведен опрос среди учащихся данных классов.

Анализ полученных результатов позволил выявить несколько ключевых проблем, влияющих на низкую заинтересованность учеников.

Одна из главных причин – отсутствие интереса родителей к успехам детей в физической культуре и здоровью. Чаще всего взрослые уделяют внимание только академическим предметам, таким как математика, физика или химия, а достижения в спорте остаются вне их внимания. В результате у ребёнка не формируется понимание значимости физической активности, и он не видит смысла стараться на уроках. Более того, если в семье не обсуждаются спортивные успехи и не поощряется участие в спортивных мероприятиях, ребёнок начинает воспринимать физическую культуру, спорт как второстепенную деятельность. Исследования показывают, что дети, чьи родители проявляют активный интерес к их спортивным достижениям, с большей вероятностью проявляют инициативу и положительно показывают себя на уроках.

Другим значимым фактором является недостаток поощрений. В школьной системе успехи в физической культуре редко отмечаются так же, как достижения в других дисциплинах. Если за хорошие оценки по математике или биологии можно получить грамоты, призы и стипендии, то спортивные достижения зачастую остаются без внимания. Победители математических олимпиад получают награды, а участники спортивных соревнований ограничиваются

устной похвалой. Это создает у детей ощущение несправедливости и снижает значимость физической активности. В некоторых случаях участие в спортивных мероприятиях требует финансовых затрат, что также может вызывать сопротивление со стороны родителей.

Ещё одной серьёзной проблемой является непонимание значимости уроков физкультуры самими учениками. Многие школьники не осознают, зачем они им нужны и какова их значимость. Причина кроется в отсутствии грамотного разъяснения со стороны взрослых роли физической культуры в жизни человека. Если родители и учителя не объясняют как упражнения помогают сохранять здоровье, дети начинают воспринимать уроки как пустую трату времени. Кроме того, современные технологии предлагают множество альтернатив активному отдыху: видеоигры, социальные сети и другие цифровые развлечения. В этой ситуации задача учителя – показать ценность физкультуры, используя интересные примеры, рассказы о знаменитых спортсменах или интеграцию современных технологий, таких как фитнес-приложения.

Проводя занятия у учащихся 5-11 классов, практиканты неоднократно отмечали высокую степень пассивного поведения школьников на уроках. Школьников часто можно увидеть сидящими на скамейках без медицинских на то противопоказаний. Подобная пассивность свидетельствует о низкой мотивации, что во многом обусловлено однообразием уроков, отсутствием индивидуального подхода и недостаточной вовлечённостью учителя. Если занятия кажутся детям скучными и повторяющимися, они теряют интерес к участию. В одном из проведённых студентами опросов выяснилось, что более половины учащихся считают уроки физкультуры неинтересными из-за однотипных упражнений и предсказуемого формата занятий.

Результаты исследования показали, что с возрастом мотивация к занятиям по физкультуре и здоровью снижается. В младших классах дети, как правило, активно участвуют в уроках, но к среднему и старшему звену интерес постепенно угасает. Это связано с изменением приоритетов, а также с недостаточной адаптацией школьной программы к потребностям подростков.

Анализируя данные опроса, выяснилось, что если в 5 классе около 70 % учеников с интересом занимаются на уроках, то к 9-11 классам этот показатель снижается до 30 %. Современные подростки нуждаются в более разнообразных видах активности, таких как фитнес, командные игры и тренировки на свежем воздухе. Однако школьная программа зачастую не учитывает эти интересы, что ведёт к дальнейшему падению интереса.

Таким образом, низкая мотивация школьников к занятиям физической культурой обусловлена целым рядом факторов, среди которых недостаток родительского внимания, отсутствие поощрений, непонимание значимости уроков, пассивное поведение и возрастные изменения. Для повышения интереса к предмету необходимо реформировать подход к преподаванию, учитывать современные тенденции и делать занятия более разнообразными и увлекательными.

На основе полученных данных мы составили график соотношения факторов, влияющих на низкую мотивацию (Рис. 1).

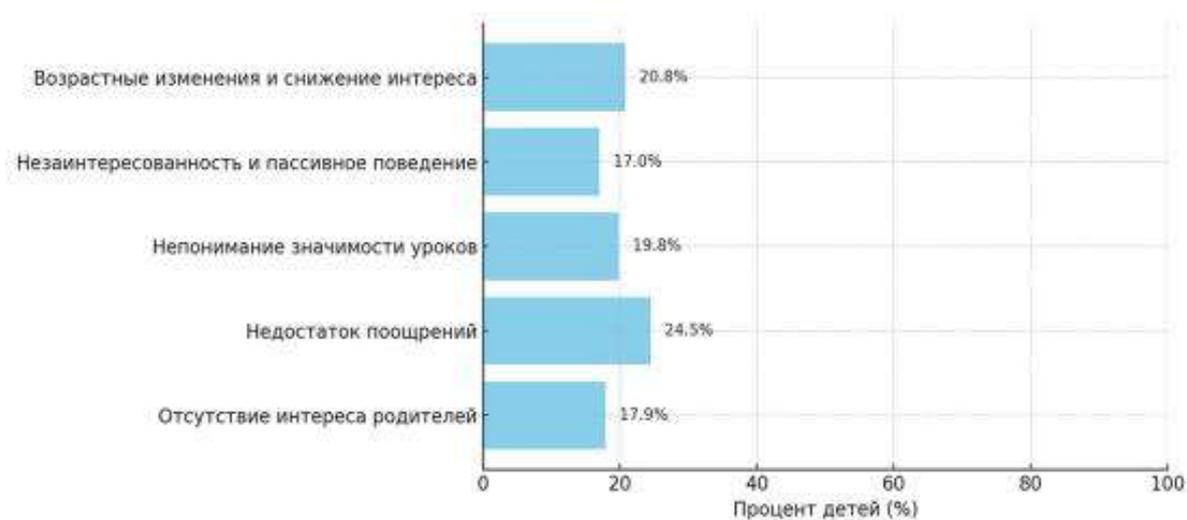


Рисунок 1 – Распределение факторов потери интереса к учебе

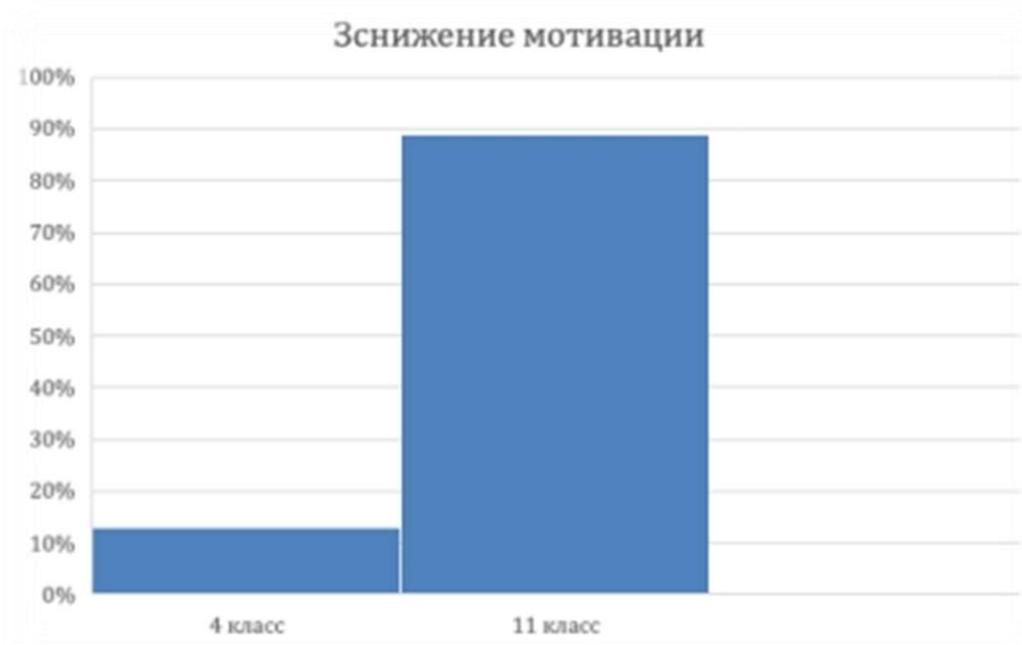


Рисунок 2 – Снижение мотивации к занятиям физической культурой

Предпринятые попытки повышения интереса школьников к занятиям физической культурой продемонстрировали неоднозначные результаты. Наблюдается четкая тенденция снижения мотивации к занятиям по мере взросления. Так, если в 4 классе низкая мотивация отмечается лишь у 13 % учащихся, то к 11 классу этот показатель возрастает до 89 %, что свидетельствует о значительном снижении заинтересованности в физической активности. (Рис. 2)

Физическая культура и здоровье – это не только школьный предмет, но и основа для формирования здорового образа жизни. Уроки физкультуры помогают:

- укреплять физическое здоровье;

- развивать выносливость и координацию;
- снижать уровень стресса;
- формировать дисциплину и командный дух [2].

Отсутствие мотивации у школьников к занятиям физической культурой может привести к негативным последствиям, включая:

- ухудшению физической формы;
- низкой самооценке у детей, которые не чувствуют себя успешными;
- увеличению числа пропусков и формальному отношению к урокам.

Кроме того, систематическое игнорирование физической активности в школьные годы может привести к формированию вредных привычек во взрослом возрасте, таких как малоподвижный образ жизни, который ассоциируется с различными заболеваниями [3].

Предметная область проведенного исследования позволила наметить пути решения сложившейся проблемы. Где важным аспектом в построении учебного процесса должно стать личностно-ориентированное обучение, которое предполагает учет индивидуальных особенностей учеников, таких как физическое состояние, уровень мотивации и интересы. Это позволит создать более комфортные условия для занятий физической культурой, что, в свою очередь, способствует повышению эффективности обучения и развитию физической активности.

Вместе с тем, этот вопрос должен носить комплексный характер и решаться совместно школой, родителями и учениками.

1. Работа с родителями

Родителям необходимо разъяснить важность уроков физической культуры и показать, как они влияют на здоровье и успех ребёнка. Совместные мероприятия, такие как школьные спортивные праздники, где родители могут участвовать вместе с детьми, помогут повысить значимость физкультуры в глазах семей.

Примером успешной практики могут быть дни здоровья, когда родители и дети совместно выполняют физические упражнения, участвуют в соревнованиях и получают за это награды. Это способствует укреплению семейных связей и формирует положительное отношение к спорту.

2. Мотивация со стороны учителей

Учителя физической культуры должны использовать современные подходы к обучению, включая игровые методики, индивидуальные программы и вовлечение детей в соревнования. Уроки должны быть интересными и разнообразными, чтобы дети не теряли к ним интерес [4].

Учителям стоит уделить внимание обучению не только физическим упражнениям, но и объяснению пользы, которую они приносят. Например, через короткие лекции об анатомии или влиянии спорта на здоровье.

3. Введение системы поощрений

Создание системы награждений за достижения в физической культуре может повысить статус предмета. Это могут быть грамоты, медали, похвальные листы или публикации достижений учеников на школьных стендах. Такой подход укрепит уверенность детей в своих силах и поднимет престиж предмета.

4. Разнообразие уроков

Уроки физкультуры следует адаптировать под интересы современных школьников. Например, можно включить такие активности, как танцы, фитнес, йога или игровые виды спорта. Также важно учитывать возрастные особенности учеников, чтобы задания соответствовали их возможностям [5].

5. Использование технологий

Интеграция современных технологий, таких как фитнес-трекеры, мобильные приложения и виртуальные соревнования, может сделать уроки более привлекательными для детей. Это особенно актуально для поколения, выросшего в цифровую эпоху.

6. Организация внеурочной деятельности

Для повышения интереса к спорту необходимо организовывать внеурочные спортивные мероприятия. Например, можно проводить школьные турниры по футболу, баскетболу, волейболу или даже киберспортивные соревнования, которые будут сочетать физическую и интеллектуальную активности. Такие мероприятия создадут положительный имидж физической культуры и привлекут больше учеников.

Таким образом, низкая мотивация учеников на уроках физической культуры – это вызов, который требует комплексного подхода. Основная задача учителей, родителей и образовательной системы – изменить восприятие физической культуры как второстепенного предмета и продемонстрировать её значимость для здоровья и общего развития личности.

Активное взаимодействие между учителями, родителями и учениками, использование современных методик и технологий, а также развитие системы поощрений помогут создать мотивационную среду. Только совместными усилиями можно преодолеть существующие барьеры и воспитать новое поколение активных, здоровых и уверенных в себе людей.

Физическая культура – это не только здоровье, но и формирование важных личностных качеств, таких как целеустремленность, дисциплина и умение работать в команде. Поэтому её популяризация в школе – это инвестиция в будущее общества.

1. Иванов, И. И. Проблемы мотивации к физической культуре у школьников /И. И. Иванов. – М.: Просвещение, 2020. – 150 с.

2. Петров, П. П. Развитие интереса к спорту среди подростков /П. П. Петров. – СПб.: Наука, 2019. – 210 с.

3. Козлов, В. В. Роль учителя в формировании мотивации к физкультуре /В. В. Козлов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. – 120 с.

4. Фёдоров, Д. Д. Современные методики преподавания физической культуры /Д. Д. Фёдоров. – Новосибирск: СибГУ, 2022. – 195 с.

5. Андреев, Е. Е. Инновационные подходы к физическому воспитанию школьников /Е. Е. Андреев. – Томск: ТПУ, 2020. – 175 с.

Мельников С.В.,

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Беларусь

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ ПЛОВЦОВ

Актуальность. Высокий уровень общей и специальной работоспособности является одним из факторов, способствующих успешному выступлению спортсменов и достижению ими высоких спортивных результатов [1]. Вместе с тем, для улучшения качества спортивной подготовки, большое значение приобретает обеспечение эффективного научно-методического сопровождения, при помощи которого возможно своевременно и обоснованно регулировать процесс спортивной тренировки с учетом индивидуальных характеристик спортсменов. В первую очередь это связано с тем, что решение задачи повышения эффективности системы подготовки спортсмена требует систематического учета и оценки уровня подготовленности, исследования протекания процессов адаптации, а также выбора необходимых тренировочных средств с целью оптимизации тренировочного процесса, что соответствует сути педагогического принципа индивидуализации. Однако, недостаточное физиологическое обоснование планирования и отсутствие регулярного контроля за ответной реакцией организма на предъявляемые нагрузки, часто приводит к уменьшению эффективности тренировочных воздействий, а в некоторых случаях к дезадаптации организма спортсмена.

Управление спортивной тренировкой должно основываться на нескольких важнейших взаимодействующих компонентах, в число которых входят сбор и анализ данных о физическом и функциональном состоянии спортсмена, их сопоставление эталонными критериями, а также обоснованное планирование тренировочного процесса, предполагающее выбор рациональных средств и методов спортивной подготовки, а также определение оптимальной величины и интенсивности используемых нагрузок [2].

Можно отметить, что в теории спорта вопросы контроля физической и функциональной подготовленности спортсменов достаточно развиты, однако, на практике возникает проблема регулярного применения средств и методов этапного контроля в годичном цикле подготовки, который в спортивном плавании состоит из нескольких циклов, включающих свои периоды и этапы. При этом тренер не всегда имеет возможность получать актуальную информацию с последующей интерпретацией полученных данных для повышения уровня управленческих решений путем рационального планирования тренировочных нагрузок на следующий этап подготовки. Противоречивость и немногочисленность исследований вопросов управления в спорте определяют целесообразность разработки новых подходов к управлению спортивной тренировкой высококвалифицированных пловцов на основании данных этапного контроля.

Цель исследования заключалась в разработке технологии управления спортивной тренировкой высококвалифицированных пловцов на основании данных этапного контроля.

Результаты исследования и их обсуждение. В соответствии с имеющимися литературными сведениями и методическими рекомендациями, а также на основании фактических данных, полученных в ходе систематического мониторинга функциональной подготовленности пловцов высокой квалификации, нами была разработана технология управления спортивной тренировкой на основании данных этапного контроля.

Использование предложенной технологии управления предполагает: планирование годового цикла подготовки, структуры отдельных макроциклов и определение сроков этапного контроля; проведение этапного контроля и определение уровня функциональной подготовленности по данным эргоспирометрического тестирования; сравнение полученных данных с нормативными уровнями функциональной подготовленности; внесение коррекций в тренировочный процесс на основании индивидуальных особенностей функциональной подготовленности; реализация тренировочного плана с учетом внесенных коррекций; проведение повторного контроля на следующем этапе макроцикла

На основании проведенных нами исследований было установлено, что годичный цикл подготовки спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в плавании, состоит из 3 самостоятельных макроциклов, каждый из которых включает подготовительный и соревновательный периоды. При этом подготовительный период состоит из общеподготовительного и специально-подготовительного этапов, а соревновательный период включает предсоревновательный и соревновательный этапы подготовки. При многоцикловом построении годичной подготовки переходные периоды между I и II, а также II и III макроциклами обычно не планируются, и соревновательный период переходит в подготовительный период последующего макроцикла.

Этапный контроль применяется для оценки этапного состояния спортсменов, что позволяет комплексно отслеживать степень влияния тренировочных нагрузок как серий занятий, так и отдельных этапов макроцикла. В структуре годичной подготовки высококвалифицированных пловцов применение средств этапного контроля в начале общеподготовительного этапа подготовки способствует определению текущего состояния организма пловца в период начала тренировочных занятий после переходного периода. Проведение контроля в конце общеподготовительного этапа дает возможность оценить эффективность выполненной тренировочной работы и определить вызванные ею сдвиги в функциональном и физическом состоянии спортсменов, а также позволяет, при необходимости, вносить коррективы в планирование тренировочной нагрузки на специально-подготовительном этапе. В конце специально-подготовительного этапа подготовки этапный контроль проводится для оценки достигнутого уровня функциональной и физической подготовленности, и последующего планирования тренировочных нагрузок. Контроль в конце предсоревновательного этапа использу-

ется с целью оценки степени готовности спортсмена к демонстрации высоких результатов и прогнозирования будущего результата на основании особенностей функционального состояния организма пловца.

В рамках этапного контроля в циклических видах спорта широко используется метод эргоспирометрического тестирования с регистрацией основных параметров, отражающих уровень функциональной подготовленности. Опираясь на мнение специалистов и проведенные ранее исследования нами было установлено, что для оценки функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в спортивном плавании, необходимо учитывать такие показатели, как ЧСС на уровне анаэробного порога, потребление кислорода на уровне анаэробного порога, максимальное потребление кислорода, максимальное выделение углекислого газа, максимальная концентрация лактата и ЧСС максимальная. Оценка данных показателей и их сравнение с нормативными уровнями функциональной подготовленности спортсменов [3], позволит выявить особенности функциональной подготовленности спортсменов, отражающие адаптацию организма к тренировочным нагрузкам.

Согласно разработанной технологии управления, на основании полученных данных с учетом выявленных особенностей текущей функциональной подготовленности спортсменов вносятся коррекции в тренировочный процесс за счет изменения объема и интенсивности используемых тренировочных нагрузок, что позволяет решать задачу повышения функциональной и физической подготовленности высококвалифицированных пловцов, обеспечивая достижение ими наивысшей готовности к главным стартам сезона [4].

Выводы. Технология управления спортивной тренировкой высококвалифицированных пловцов на основании данных этапного контроля позволяет оптимизировать тренировочные нагрузки в различных зонах интенсивности в соответствии с индивидуальными особенностями функциональной подготовленности спортсмена. Важнейшим достоинством разработанной технологии является то, что с ее помощью можно рационально управлять состоянием как высококвалифицированных пловцов, так и спортсменов более низкой квалификации, путем индивидуализации тренировочных нагрузок и оптимизации параметров его функциональной подготовленности.

1. Платонов, В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

2. Квашук, П. В. К проблеме управления системой подготовки спортивного резерва / П. В. Квашук, Н. П. Грачев, И. Н. Маслова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2011. – № 2 (72). – С. 109–112.

3. Мельников, С. В. Нормативные уровни функциональной подготовленности высококвалифицированных пловцов-спринтеров / С. В. Мельников, А. Г. Нарский // Мир спорта. – 2018. – № 3 (72). – С. 16–20.

4. Мельников, С. В. Исследование зависимости показателей функциональной подготовленности с объемом тренировочных нагрузок на различных этапах годичного цикла подготовки высококвалифицированных пловцов / С.В. Мельников, А.Г. Нарский // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры. – 2022. – № 25. – С. 16–20.

Нарский А.Г., канд. пед. наук, доцент,
Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины
Гомель, Беларусь

К ВОПРОСУ О ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

В связи с тем, что спортивная тренировка изначально направлена на достижение наивысшего спортивного результата, предполагая при этом формирование высокого уровня функциональных возможностей организма спортсмена, способного достигать данного результата, в последние годы в теории спорта активно развивается новое направление исследований – изучение функциональной подготовленности и функциональной подготовки.

Широко применяемая в настоящее время традиционная классификация видов спортивной подготовки на физическую, техническую, тактическую, психическую и интегративную достаточно условна и применяется главным образом с целью определенной формализации при планировании и реализации системы спортивной тренировки, а также установлении ведущих стратегий при развитии необходимого компонента подготовленности спортсмена в соответствии с конкретным этапом подготовки.

Однако при этом исследователи отмечают [1], что такое положение снижает значимость функциональной подготовки не только для тренера, но и для спортсмена, что весьма часто может приводить к негативным последствиям в ходе спортивной тренировки: нарушению механизмов адаптации и развитию перетренированности при использовании нагрузок, не соответствующих текущему функциональному состоянию спортсмена, что обуславливает отсутствие прироста физиологических резервов и снижение работоспособности, что влечет за собой ухудшение спортивных результатов. Все это, по мнению ряда ученых, предопределяет необходимость введения в действующую классификацию еще одного ведущего вида – функциональной подготовки, являющейся биологической базой для всех остальных видов спортивной подготовки. Так как весь процесс спортивной тренировки фактически направлен на формирование адаптации к специфической избранной мышечной деятельности, именно адаптация является одной из наиболее существенных физиологических основ тренировочной деятельности спортсменов, направленных на повышение уровня их подготовленности.

А.С. Солодков [2] считает, что в процессе адаптации организма спортсмена к задаваемым тренировочным нагрузкам функциональные резервы отдельных органов и систем органов формируются лишь в рамках системной реакции организма согласно специфике мышечной деятельности, поэтому процесс повышения подготовленности обуславливается совершенствованием механизмов избирательной мобилизации функциональных резервов, а также адаптации и формированию более совершенной системы их мобилизации. А Ю.В. Верхошанский [3] отмечает необходимость интенсификации режима работы организма

спортсмена, способствующих активации процессов его приспособления к специфическим условиям спортивной деятельности и обеспечивая повышение уровня функциональных возможностей организма спортсмена и его адаптации к выполнению режима работы, специфичному соревновательной деятельности.

Следует отметить, что каждое свойство, способность или двигательное качество обусловлены конкретными функциональными возможностями организма спортсмена, так как основу их формирования и проявления обеспечивают конкретные функциональные процессы и физиологические механизмы. К примеру, двигательное качество выносливость (практически все ее разновидности), главным образом определяется и лимитируется уровнем развития ведущих механизмов энергообеспечения (анаэробной и аэробной производительностью) и степенью их функциональной устойчивости – способности сохранять высокий уровень функционирования организма в условиях значительных сдвигов гомеостаза.

В связи с этим Л.Р. Кудашова [4] определяет функциональную подготовку как планомерный процесс управления индивидуальными биологическими резервами организма человека с использованием различных средств и методов спортивной подготовки. По ее мнению, целью функциональной подготовки в спорте должно являться расширение границ функциональной адаптации, что позволит без ущерба для здоровья переносить большие объемы тренировочных и соревновательных нагрузок, достигая при этом высокого уровня спортивного мастерства [1].

Необходимо понимать, что уровень функциональной подготовленности является биологической базой для всех других видов спортивной подготовки, поэтому ее можно разделить на общую и специальную. Задачей развития общей функциональной подготовленности является формирование систем транспорта и утилизации кислорода (что обеспечивает рост аэробных резервов организма), а также систем энергообеспечения, нервно-мышечной и гормонально-гуморальной, а задачи специальной функциональной подготовки обуславливаются спецификой специализированной соревновательной деятельности.

Так как совершенствование того или иного механизма энергообеспечения способствует развитию определенного двигательного качества, и наоборот, в циклических видах спорта повышение функциональной подготовленности во многом обуславливается уровнем развития ее энергетического компонента – анаэробных и аэробных возможностей, а рационально построенная тренировка по развитию двигательной подготовленности позволяет существенно повысить уровень анаэробной и аэробной производительности [1, 5].

Повышение аэробных возможностей обеспечивается совершенствованием таких составляющих, как мощность аэробных процессов (как правило, в практике спортивной тренировки оцениваемое по величине максимального потребления кислорода), быстрота включения аэробных процессов в энергообеспечение (при диагностике определяется по времени достижения максимальных для данной работы величин потребления кислорода) и способность к длительному удержанию высоких показателей аэробной производительности (определяется временем удержания должных величин потребления кислорода).

В этой связи основными задачами, направленными на рост эффективности аэробной производительности в циклических видах спорта, являются: повышение производительности системы внешнего дыхания (таких показателей, как минутный объем дыхания, максимальная легочная вентиляция, ЖЕЛ, скорость диффузии газов в легких и пр.); улучшение производительности системы крови (увеличение содержания гемоглобина); повышение производительности системы кровообращения (увеличение минутного и ударного объема, ЧСС, скорости кровотока); усиление тканевой утилизации кислорода; совершенствование слаженности деятельности всех систем, обеспечивающих работоспособность [6].

При улучшении аэробно-анаэробных возможностей следует решать следующие задачи: повышение анаэробных возможностей (главным образом, гликолитического компонента); увеличение аэробных возможностей (оптимизация деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем при мышечной работе в гликолитическом режиме энергообеспечения), совершенствование быстроты переключения физиологических функций при изменении интенсивности работы (в отдельных циклических видах спорта); повышение физиологических и функциональных границ устойчивости по отношению к сдвигам внутренней среды, вызванным интенсивной мышечной работой (сопротивление утомлению). С учетом специфики соревновательной деятельности, работа в смешанном (аэробно-анаэробном) режиме занимает ведущее место при развитии специальной выносливости спортсменов в циклических видах спорта [1].

Анаэробные возможности совершенствуются при повышении производительности двух основных путей энергообеспечения в анаэробных условиях: увеличения количества макроэргических соединений в мышцах (алактатные возможности) и расширение возможностей гликолиза (лактатные возможности).

С целью повышения аэробных возможностей в системе спортивной подготовки используется интервальный и повторный методы, которые могут реализовываться как в равномерном, так и переменном режиме. Интенсивность тренировочной нагрузки планируется с учетом реакций организма на предлагаемые нагрузки и, как правило, оценивается по показателям лактата в крови или по величине ЧСС [5]. Так как гликолитический механизм энергообеспечения является наиболее тренируемым компонентом анаэробных возможностей и для его совершенствования применяются повторные упражнения, выполняемые с предельной для каждого повторения интенсивностью при сокращающихся интервалах отдыха, что обуславливает высокие суммарные величины кислородного долга и лактата.

Алактатный анаэробный механизм развивается при использовании тренировок скоростно-силовой направленности. Так как эти упражнения энергетически в основном обеспечиваются анаэробными процессами (приводящими к увеличению концентрации в мышцах веществ, являющихся стимуляторами аэробного окисления), как правило, силовые и скоростно-силовые упражнения целесообразно применять в начале тренировок.

К сожалению, в настоящее время в практике спортивной подготовки контроль за уровнем подготовленности в основном осуществляется лишь по показателю внешней механической работы (педагогическое тестирование, проводимое самим тренером). В отдельных случаях оценивается уровень адаптации организма к мышечным нагрузкам по отдельным физиологическим параметрам. Однако на современном этапе развития спорта возникает необходимость широкого применения технологий управления, базирующихся на контроле и анализе широкого круга показателей, обеспечивающих комплексный контроль и управление спортивной подготовкой с использованием современных диагностических методик. В настоящее время для определения индивидуальных характеристик аэробной и анаэробной энергетических систем широко применяются различные эргоспирометрические комплексы, позволяющие наиболее детально изучать физиологические процессы, происходящих в организме спортсмена при выполнении тренировочных и соревновательных нагрузок, а эргоспирометрическое тестирование является диагностической методикой, позволяющей проводить тестирование физической работоспособности, оценивать текущее состояние и динамику показателей кардиореспираторной системы спортсменов в различных режимах мышечной деятельности.

Данный подход в управлении процессом спортивной подготовки предполагает регулярное сравнение реальной и модельной динамики ведущих показателей функциональной подготовленности, специфичных для избранного вида спорта, реализуясь в виде этапного и текущего контроля, а использование современных технологий позволяет расширять и совершенствовать функциональные возможности организма спортсмена, повышая его резистентность к воздействию экстремальных факторов, создавать предпосылки для максимальной мобилизации и использования физиологических резервов не только в процессе адаптации к тренировочным нагрузкам, но и их максимальной реализации на соревнованиях.

1. Солопов, И. Н. Физиологические основы функциональной подготовки спортсменов / И. Н. Солопов, Е. П. Горбанева, В. В. Чемов, А. А. Шамардин, Д. В. Медведев, А. Г. Камчатников. – Волгоград: ВГАФК, 2010. – 351 с.
2. Солодков, А.С. Особенности утомления и восстановления спортсменов / А. С. Солодков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 6 (100). – С. 131–143.
3. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю. В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
4. Кудашова, Л. Р. Вопросы управления функциональной подготовленностью спортсменов / Л. Р. Кудашова // Физиология мышечной деятельности : тез. докл. междунар. конф. – М. : Физкультура, образование и наука, 2000. – С. 84–85.
5. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. – М.: Спорт, 2019. – 656 с.
6. Мищенко, В. С. Функциональные возможности спортсменов / В. С. Мищенко. – Киев : Здоровья, 1990. – 200 с.

Нарский Г.И., д-р пед. наук, профессор,
Нарский А.Г., канд. пед. наук, доцент,
Мельников С.В.,
Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Беларусь

ПРОБЛЕМЫ ОПТИМИЗАЦИИ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Актуальность. Проблема внедрения спортивной науки в практику спорта до настоящего времени требует своего решения, так как имеются отдельные примеры, когда тренер-практик, даже высокой квалификации, который готовит чемпионов, рассуждает приблизительно так: «Вы занимайтесь своими научными исследованиями, и не мешайте мне работать». По-видимому, такая категория тренерского цеха имела отрицательный опыт сотрудничества с научными работниками, или те, в силу различных причин, не смогли донести до тренера и спортсмена свои подходы и наработки, которые бы способствовали росту спортивного результата. В этой связи не одно десятилетие на различных уровнях спортивной отрасли продолжается дискуссия об усилении роли научных исследований в спорте высших достижений, их практикоориентированности с учетом специфики конкретного вида спорта.

Следует заметить, что качество подготовки научно-пед. кадров порой не отвечает современным требованиям для решения актуальных проблем спорта, а при постановке научных задач используются устаревшие методологические подходы [1].

Цель исследования. Рассмотреть состояние спортивной науки и перспективы ее развития.

Методы и организация исследования. В основу положена исследовательская и методическая работа научно-исследовательской лаборатории олимпийских видов спорта (НИЛ ОВС) учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины». Работа лаборатории построена на системе этапного контроля. В программу комплексного исследования, в зависимости от специфики вида спорта, входит функционально-диагностическое обследование и тестирование ведущих для избранного вида спорта физиологических систем и функций (центральной нервной системы, вегетативной нервной системы, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нервно-мышечного аппарата, биохимических показателей), параметров физического развития, а также показателей психофизиологического состояния. Применение подобного комплекса диагностических методов позволяет существенно расширять информацию о взаимодействии различных систем организма и определять критерии, способные характеризовать как уровень функциональных возможностей, так и степень напряженности адаптации к физическим нагрузкам.

Результаты исследования и их обсуждение. Опыт работы нашей лаборатории показывает, что для достижения высоких результатов в спорте необходима разносторонняя подготовка, к которой относятся физическая, функциональная, психологическая, тактическая, техническая, морально-волевая и другие. Наши исследования показывают, что, если спортсмен физически и функционально не готов, то страдает и техника, и тактика, и, как следствие, спортивный результат. Значит, прежде всего, мы должны говорить о физической работоспособности спортсмена, которую обеспечивают четыре системы организма: сердечно-сосудистая, дыхательная, мышечная и нервная. Полученные результаты исследований в каждой из этих систем, их динамика в годичном и многолетнем макроциклах и легли в основу работы НИЛ ОВС, которая вот уже более 20 лет осуществляет научно-методическое сопровождение национальных команд по 11 индивидуальным видам спорта, среди которых гребля на байдарках и каноэ, академическая гребля, плавание, биатлон, бокс, борьба греко-римская и вольная, дзюдо, таэквондо, велоспорт, легкая атлетика, современное пятиборье, а также ведущих игровых команд Республики Беларусь по хоккею (ХК «Динамо-Минск», ХК «Гомель»), футболу (ФК «БАТЭ», ФК «Динамо-Минск», ФК «Шахтер», ФК «Динамо-Брест», ФК «Гомель», ФК «Торпедо-БелАЗ», ФК «Ислочь», ФК «Рух», ФК «Энергетик-БГУ», ФК «Витебск») и гандболу (БГК «Мешков-Брест»).

Следует отметить, что знаковое для нас событие состоялось в 2002 году, когда главный тренер национальной команды Республики Беларусь Шантарович Владимир Владимирович предложил осуществлять совместные исследования по внедрению научных подходов в тренировочный процесс высококвалифицированных гребцов на байдарках. В процессе работы мы стремились к приобретению нового, современного оборудования, нами изучались динамика полученных показателей, по которым отслеживалась ответная реакция организма спортсменов на предъявленные нагрузки, анализировались закономерности становления спортивной формы гребцов, которые, начиная с 2004 года, на всех последующих стартах становились неоднократно победителями и призерами Олимпийских игр, Чемпионатов мира и Европы.

Следует отметить, что только комплексные обследования основных систем организма позволяют в полной мере иметь информацию о состоянии спортсменов, определять пути повышения их работоспособности. Тренеры уходят от нас, снабженные не просто набором данных о текущем состоянии спортсменов, но и ценнейшими, порой неожиданными знаниями про особенности их организма и психики. И уже на этом основаны совершенно конкретные персональные рекомендации по корректировке тренировочного процесса, характеру и регулированию нагрузок и отдыха, максимально способствующих развитию конкретного спортсмена.

В качестве примера можно привести обсуждение данных о пороге анаэробного обмена (ПАНО), которое, на наш взгляд, является одним из ключевых понятий в спортивной методологии, главная отправная точка в выборе объема и интенсивности тренировочных нагрузок.

Единственным прямым (непосредственным) источником энергии для максимального сокращения служит АТФ, без которого сокращение мышц не происходит. Для того, чтобы мышечные клетки (волокна) могли поддерживать длительное сокращение, необходимо постоянное восстановление АТФ с такой же скоростью, с какой она расщепляется (расходуется). Энергия для восстановления АТФ образуется за счет питательных веществ – углеводов, жиров, белков. При расходе (полном или частичном) этих веществ часть энергии, запасённая в их химических связях, освобождается. Эта свободная энергия обеспечивает связывание АДФ и фосфата с образованием АТФ. Ресинтез АТФ в мышце может происходить двумя основными путями: анаэробным (без участия кислорода) и аэробным (при участии кислорода). Для образования и использования АТФ в качестве непосредственного источника энергии в сокращающейся мышце могут действовать три химические (энергетические) системы: фосфагенная, или АТФ-КФ система; лактацидная, или гликолитическая; кислородная, или окислительная [2].

Они отличаются по энергетической ёмкости и мощности. Ёмкость энергетической системы лимитирует максимальный объем работы, который может быть выполнен за счет данной системы. Мощность системы лимитирует предельную интенсивность работы, выполняемой за счет энергии данной системы.

Определение этих показателей и их интерпретация на тренировочную деятельность на этапах годового цикла подготовки позволяет точно развивать спортсмена, а динамика показателей при этапном тестировании показывает направление методики подготовки, возможность ее коррекции.

Тренерам и спортсменам в любых видах спорта необходимо усвоить несколько правил. Как отмечал в свое время руководитель федерации легкой атлетики Республики Беларусь, Заслуженный тренер СССР Александр Григорьевич Рудских: «...главной ошибкой многих является то, что атлеты строят свою подготовку не из реального состояния организма, а из будущего планируемого результата. Необходимо внимательно относиться к нагрузкам, их необоснованное увеличение более 5 % в год может истощить иммунную систему. Тогда спортсмена начинают преследовать травмы и простудные заболевания, мы склоны искать причину всех бед в чем угодно, но не в просчетах тренировочных занятий» [3].

Выводы. Эффективность каждого последующего этапа подготовки неразрывно связана с эффективностью предыдущего этапа и в научном плане требует всестороннего контроля за состоянием спортсмена, обеспечивающего его работоспособность.

Одним из факторов, обуславливающих необходимость данной тенденции, является недостаточное внимание к учету переносимости тренировочных нагрузок спортсменами на этапах годового и многолетнего циклов подготовки, отсутствие учета в тренировочном процессе физиологических предпосылок, связанных с индивидуальными функциональными возможностями во многих видах спорта.

Выходом из сложившейся ситуации является оптимизация научно-методического сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом специфики конкретного вида спорта.

1. Шестаков, М. П. Грядет ли научная революция в спортивной науке? / М. П. Шестаков, Т.Г. Фомченко // Теория и методика физической культуры. – 2021. – № 9. – С. 3–5.
2. Коц, Я.М. Физиология мышечной деятельности: учебник для ин-тов физ. культ. / под ред. Я.М. Коца. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – С. 100–101.
3. Рудских, А. О местечковой психологии и беговом прогрессе / А. Рудских // Спортивная панорама. – 2004. – № 101 (10594). – С. 9.

Никонович Е.Е.,

Онищук О.Н., канд. пед. наук, доцент,

Круталевиц М.М., канд. филолог. наук, доцент,

Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова Белорусского государственного университета,
Минск, Беларусь

ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С ПОМОЩЬЮ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Актуальность. Персонализация образовательного процесса с использованием искусственного интеллекта (ИИ) становится ключевым инструментом модернизации системы образования в эпоху глобализации. Традиционные методы обучения, характеризующиеся стандартизированными программами, всё меньше соответствуют требованиям современного мира, где ценится индивидуальный подход [1]. Республика Беларусь, обладая сильными образовательными традициями, сталкивается с необходимостью адаптации системы обучения к новым вызовам.

ИИ позволяет анализировать данные об учащихя и создавать индивидуальные образовательные траектории, учитывающие их способности, интересы и темп обучения. Это способствует повышению мотивации и качества усвоения материала, а также снижает нагрузку на преподавателей, предоставляя им возможность сосредоточиться на развитии творческих и критических навыков [2].

Мировой опыт внедрения ИИ показывает высокую эффективность адаптивных образовательных систем, таких как DreamBox и Khan Academy, которые могут быть адаптированы к реалиям Беларуси. Благодаря этому страна имеет возможность модернизировать систему образования, обеспечивая конкурентоспособность и раскрытие потенциала каждого учащегося.

Цель исследования. Целью данного исследования является всесторонний анализ потенциала применения ИИ для персонализации образовательного процесса в Республике Беларусь. Особое внимание уделяется выявлению ключевых возможностей, которые открывает интеграция современных технологий

в образовательную систему, а также поиску решений для преодоления существующих вызовов.

Исследование направлено на изучение влияния персонализации обучения на успеваемость, мотивацию и комфорт учащихся, а также на оптимизацию труда педагогов. Важным аспектом является анализ мирового опыта использования ИИ и адаптация успешных решений под специфические реалии белорусской системы образования.

Методика и организация исследования. В рамках исследования был применён комплексный подход, включающий анализ научной литературы, обзоры международного опыта и исследование практических кейсов внедрения ИИ в образовательные процессы. Особое внимание уделено изучению успешных проектов, таких как DreamBox и Khan Academy, для оценки их возможностей и адаптации под реалии системы образования Республики Беларусь.

Исследование также охватило анализ существующей образовательной инфраструктуры Беларуси, уровня цифровизации учреждений образования, а также доступности современных технологий в учебном процессе. Это позволило выделить сильные и слабые стороны текущей образовательной системы, определить основные барьеры внедрения инновационных технологий и разработать рекомендации по их преодолению.

Результаты исследования были обобщены в рамках структурированного подхода, что позволило определить ключевые направления для интеграции ИИ в образовательную практику Беларуси. Эти направления учитывают организационные, инфраструктурные и культурные особенности страны, делая процесс внедрения технологий наиболее эффективным.

Этические аспекты, защита данных и контроль за ИИ. Использование ИИ в образовательном процессе требует строгого соблюдения этических норм и защиты данных. Персонализация обучения связана со сбором информации об учащихся, что требует прозрачности при получении согласия на обработку данных, а также разработки надёжных механизмов их защиты с применением современных методов шифрования и международных стандартов, таких как GDPR. Такая практика способствует созданию безопасного цифрового пространства и укрепляет доверие образовательного сообщества.

Особое внимание следует уделять алгоритмам ИИ, чтобы предотвратить предвзятость и ошибки, способные повлиять на объективную оценку знаний учащихся. Регулярные аудиты систем и участие экспертов помогают минимизировать риски. Важную роль в предотвращении коммерческих злоупотреблений играют и правовые акты, регулирующие сбор и использование данных.

Несмотря на преимущества, ИИ не заменяет педагогов. Человеческое понимание, интуиция и эмоциональный интеллект остаются важнейшими элементами процесса обучения. Таким образом, для успешного применения ИИ требуется сочетание технических стандартов, правовых механизмов и контроля со стороны специалистов.

Результаты исследования и их обсуждение. Образовательная система Республики Беларусь традиционно обладает мощной базой, обеспечивающей

высокий уровень академической подготовки. Однако в современных условиях её дальнейшая конкурентоспособность требует внедрения инновационных технологий, включая ИИ. Одним из значительных вызовов остаётся цифровое неравенство, которое препятствует равномерному доступу к современным технологиям по всей стране. Нехватка оборудования, низкая скорость интернета в отдалённых регионах и устаревшая инфраструктура тормозят интеграцию цифровых решений в образовательный процесс.

Мировой опыт демонстрирует большие возможности адаптивных платформ, таких как DreamBox и Khan Academy, которые активно используют ИИ для персонализации обучения. Эти платформы позволяют создавать индивидуальные учебные траектории, учитывающие уровень знаний, интересы и потребности учащихся. Например, в подобных системах используются механизмы оценки прогресса, которые помогают выявить те стороны и области, которые требуют доработки. Персонализация способствует повышению вовлечённости учащихся и эффективности процесса обучения.

В условиях Республики Беларусь адаптация подобных решений требует значительного внимания к местным особенностям: языковой специфике, образовательным стандартам и инфраструктурным ограничениям. При этом интеграция ИИ в систему образования открывает новые возможности для оптимизации учебного процесса. Например, автоматизация проверки домашних заданий, создание персонализированных планов обучения и использование виртуальных учебных сред упрощают работу педагогов. Это даёт преподавателям возможность сосредоточиться на более творческих аспектах своей деятельности, таких как развитие критического мышления и наставничество [3].

Особое значение имеет роль педагогов в успешном внедрении инноваций. Даже передовые технологии требуют подготовки и уверенного владения со стороны педагогов. Для этого необходимо организовать регулярные программы повышения квалификации, которые позволят преподавателям (учителям) не только освоить новые инструменты, но и использовать их максимально эффективно в рамках образовательного процесса.

Персонализация обучения с использованием технологий ИИ также способствует созданию комфортной образовательной среды, где каждый учащийся имеет возможность учиться в своём темпе и сосредотачиваться на наиболее важных для него аспектах. Адаптивные платформы позволяют более полно учитывать индивидуальные потребности, что особенно важно для поддержки учеников с различными уровнями подготовки [4]. В то же время технологии создают возможности для внедрения инновационных подходов, таких как виртуальные лаборатории, симуляционные тренажёры и интерактивные кейсы, которые делают процесс обучения более увлекательным и доступным.

Однако для успешной реализации этих идей требуется системный подход. Это включает модернизацию инфраструктуры, законодательную поддержку, а также активное взаимодействие с IT-компаниями и образовательными учре-

ждениями. Такое сотрудничество может помочь в разработке и внедрении локальных адаптивных платформ, способных интегрироваться в существующие образовательные структуры.

Результаты исследования подчёркивают, что внедрение ИИ в образовательный процесс Республики Беларусь является не просто техническим решением, а стратегическим шагом к повышению качества обучения и формированию конкурентоспособной образовательной системы. Эти технологии способны не только улучшить образовательный процесс, но и создать условия для всестороннего развития обучающихся и педагогов в условиях стремительно меняющегося мира.

Выводы. ИИ предоставляет уникальные возможности для модернизации системы образования Беларуси, обеспечивая персонализацию обучения и повышение качества образовательного процесса. Технологии ИИ помогают адаптировать программы под индивидуальные потребности учащихся, снижать нагрузку на педагогов и мотивировать обучающихся.

Для успешного внедрения требуется модернизация инфраструктуры, разработка правовой базы, подготовка педагогов и сотрудничество с IT-компаниями. Только комплексный подход, учитывающий эти аспекты, позволит эффективно интегрировать ИИ в образовательный процесс.

Персонализация обучения через ИИ позволит адаптировать мировые практики и создать конкурентоспособную систему образования. Это стратегический шаг, способный укрепить позиции страны на глобальном уровне.

Несмотря на преимущества, технологии ИИ имеют свои недостатки. Возможны ошибки в работе алгоритмов, приводящие к некорректной оценке знаний учащихся или рекомендациям. Также ИИ лишён человеческого понимания, интуиции и эмоционального интеллекта, что делает педагогов незаменимыми. Постоянный мониторинг систем и сочетание технологий с человеческим контролем помогут минимизировать риски и использовать потенциал ИИ наиболее эффективно.

1. Костюкова, Н. Н. Анализ применения искусственного интеллекта в системе образования / Н. Н. Костюкова // Педагогическое образование и наука. – 2020. – С. 36–42

2. Резаев А.В., Трегубова Н.Д. ChatGPT и искусственный интеллект в университетах: какое будущее нам ожидать? // Высшее образование в России. 2023 Т. 32, № 6 С. 19–37. <https://doi.org/10.31992/0869-3617-2023-32-6-19-37>.

3. Шобонов Н. А., Булаева М. Н., Зиновьева С. А. Искусственный интеллект в образовании // Проблемы современного педагогического образования. № 79 (4). 2023. С. 288-290.

4. Artificial Intelligence trends in education: a narrative overview / M. Chassignol [et al.] // Procedia Computer Science. 2018 Vol. 136 P. 16–24. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2018.08.233>.

Осипенко Е.А.

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

Гомель, Беларусь

ВЛИЯНИЕ ГЕЙМИФИКАЦИИ НА РАЗВИТИЕ СУБЪЕКТНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ОБУЧАЮЩИХСЯ

Актуальность. Геймификация становится ключевым инструментом модернизации образовательного процесса, особенно в контексте физической культуры [1]. Её внедрение обусловлено:

– снижением мотивации обучающихся к физической активности из-за доминирования цифровых технологий и малоподвижного образа жизни (по данным ВОЗ, 81 % подростков недостаточно активны);

– необходимостью формирования субъектности – личной ответственности за физическое состояние, осознанного выбора двигательной активности и самореализации через спорт;

– потенциалом игровых методов для комплексного развития физических качеств, воспитания волевых черт (настойчивость, самоконтроль) и социальных навыков (коллективизм, инициативность).

Актуальность подтверждается запросом на персонализацию обучения и интеграцию цифровых технологий в образовательное пространство [2, 3].

Цель исследования – теоретическое обоснование влияния геймификации на развитие субъектности физической культуры обучающихся.

Задачи исследования:

1. Систематизировать теоретические подходы к пониманию субъектности физической культуры и роли геймификации в её формировании.

2. Выявить методы и инструменты геймификации, применяемые в образовательном процессе по физической культуре.

3. Разработать рекомендации по интеграции геймифицированных практик для усиления личностной вовлечённости обучающихся.

Методика и организация исследования. Работа основана на анализе научных публикаций, монографий и кейсов из пед. практик. Использовались следующие методы: **сравнительный анализ, систематизация данных, классификация игровых техник.**

Результаты исследования и их обсуждение. Субъектность в физической культуре рассматривается как интегральное единство трёх компонентов, формирующих осознанное и ответственное отношение человека к двигательной активности:

1. Когнитивный компонент – осознание значимости физической активности для здоровья, а также понимание причинно-следственных связей между упражнениями, нагрузкой и физическим состоянием.

2. Эмоционально-волевой компонент – мотивация через удовольствие от достижений, преодоление сложностей и формирование устойчивого интереса к занятиям.

3. Поведенческий компонент – регулярность и целенаправленность действий, способность планировать и реализовывать цели в физической культуре.

Геймификация выступает инструментом, который системно усиливает каждый из компонентов, создавая условия для их синтеза:

Когнитивный аспект – обратная связь в виде баллов, прогресс-баров или виртуальных наград стимулирует осознание успехов и понимание эффективности своих действий. Например, трекер шагов с отображением суточной нормы помогает увидеть прямую связь между активностью и здоровьем.

Эмоционально-волевой аспект – игровые механики (например, уровни, соревнования, «разблокировка» достижений) переводят физические упражнения в контекст увлекательного опыта, где усилия оцениваются наградами, а трудности превращаются в вызовы. Это усиливает эмоциональную вовлечённость и устойчивую мотивацию.

Поведенческий аспект – социальные элементы (командные квесты, соревновательные таблицы) и система постепенного повышения сложности заданий формируют привычку к регулярным занятиям. Например, еженедельные «миссии» в приложении для фитнеса создают структуру, которая направляет поведение и снижает сопротивление прокрастинации.

Таким образом, геймификация становится механизмом интеграции когнитивных, эмоциональных и поведенческих аспектов, что позволяет субъектности развиваться как органичное свойство личности, а не как механическое следование правилам.

Роль геймификации – интеграция этих компонентов через игровые элементы, которые:

- Усиливают автономию (выбор целей, как в теории самоопределения).
- Создают социальные связи (командные квесты, как в социокультурной теории).
- Стимулируют самоконтроль (системы отслеживания прогресса, как в теории саморегуляции).

Ниже в таблице представлены эффективные инструменты геймификации. Из неё следует, что:

1. Геймификация в физической культуре использует разнообразные методы (рейтинги, квесты, цифровые платформы), которые целенаправленно воздействуют на разные аспекты субъектности:

- Когнитивный (например, осознанность через экологические квесты),
- Эмоционально-волевой (мотивация через достижения вида «Мастер прыжков»),
- Поведенческий (регулярность тренировок через персонализацию в приложениях).

2. Каждый инструмент решает конкретную задачу:

- Рейтинги стимулируют соревновательность,
- Квесты связывают физическую активность с значимыми ценностями (экология),
- Цифровые платформы обеспечивают отслеживание прогресса и автономию.

Таблица – Инструменты геймификации и их роль в формировании субъектности в физической культуре

Элемент	Пример	Влияние на субъектность
Рейтинги	Топ-листы классов	Стимулируют соревновательность и самооценку
Квесты	«Спасти планету» (10 000 шагов = 1 дерево)	Формируют осознанность экологического и физического здоровья
Бейджи	«Мастер прыжков»	Подкрепляют личные достижения
Цифровые платформы	Nike Training Club	Персонализация тренировок и отслеживание прогресса

3. Комбинация инструментов (например, рейтинг + квест + цифровая платформа) позволяет сбалансированно развивать субъектность, сочетая осознанность, эмоциональную вовлечённость и регулярность поведения.

Геймификация требует целенаправленного подхода, чтобы стимулировать не только активность, но и осознанность, эмоциональную вовлечённость и личностный рост учащихся. Её эффективность зависит от соблюдения ключевых принципов и методов реализации.

Геймификация должна быть органичной частью образовательного процесса, а не отдельной активностью. Игровые элементы (квесты, бейджи, уровни) используются для стимулирования освоения программных тем и формирования навыков. Например, «разблокировка» заданий требует понимания теории, подчеркивая ценность учебного материала.

Механики геймификации (достижения, рейтинги) должны усиливать, а не замещать образовательный контент. Квесты с экологической тематикой формируют осознанность связи между действиями и результатами, а не превращают занятия в механическое накопление баллов.

Предоставляйте выбор заданий по сложности и тематике для индивидуального развития. Внедряйте многоуровневые достижения: общие цели («мастер предмета») и персонализированные («эксперт в логике»), чтобы мотивировать всех учеников.

Используйте квесты, связанные с значимыми ценностями (экология, здоровье), и социальные элементы (рейтинги, командные задания), чтобы усилить эмоциональную вовлечённость и чувство принадлежности к группе. Обратную связь (прогресс-бары, бейджи) помогает учащимся осознавать успехи и корректировать действия.

После выполнения заданий проводите рефлексию: анализ ошибок и результатов. Например, «отчёты о миссии» с оценкой действий. Связывайте игровые достижения с реальными навыками (например, бейдж «Эксперт по физкультуре» подтверждает умение составлять тренировки).

Регулярно обновляйте механики геймификации (меняйте темы квестов, добавляйте новые задания) и анализируйте эффективность через сравнение групп, опросы и оценку успеваемости.

Интегрируйте геймификацию в ключевые этапы обучения: экзамены, проекты, лабораторные. Например, замените лекции на «экспедиции» по изучению тем

(химия, физика). Связывайте задания с профессиональными задачами («управление проектом» в формате квеста), чтобы учащиеся видели ценность знаний.

Геймификация, реализованная с учётом баланса между игрой и образованием, персонализацией, рефлексией и адаптацией, повышает личностную вовлечённость, делая обучение интерактивным и значимым для личностного роста.

Выводы:

1. Геймификация способствует развитию субъектности за счёт формирования осознанного отношения к физической активности и персональной ответственности за здоровье.

2. Игровые механики усиливают когнитивный компонент (осознание значимости), эмоционально-волевой (мотивация через достижения) и поведенческий (регулярность действий).

3. Для успешной интеграции геймификации необходима персонализация заданий и использование цифровых платформ.

Таким образом, геймификация трансформирует физическую культуру из обязательной дисциплины в пространство личностного роста, сочетая двигательную активность с цифровой интерактивностью.

1. Волкова, Т.Г. Геймификация в образовании: проблемы и тенденции / Т.Г. Волкова, И.О. Таланова // Ярославский педагогический вестник, 2022. – № 5 (128). – С. 26-33.

2. Караваев, Н.Л. Совершенствование методологии геймификации учебного процесса в цифровой образовательной среде : [монография] / Н.Л. Караваев, Е.В. Соболева. – Киров : Вятский государственный университет, 2019. – 105 с.

3. Романова, А.А. Актуальность использования технологии геймификации в системе дополнительного образования детей и взрослых / А.А. Романова, Л.Г. Логинова // Наука в мегаполисе: электронный научный журнал для обучающихся города Москвы. – Вып.: Исследования молодых учёных. – Психолого-педагогические науки. – 2019. – №1 (9).

Осянин В.Н., доцент,

Ворепо В.Н.,

Коваленко А.Н.,

Белорусский государственный университет транспорта,

Гомель, Беларусь

РАЗВИТИЕ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Актуальность. В настоящее время военно-политическая напряженность вблизи границ нашей страны требует креативного, комплексного и систематизированного подхода к ее решению [1,2]. Следует добавить, что система развития военно-прикладных навыков у подрастающего поколения в Республике Беларусь набирает обороты. Проводятся военизированные игры («Зарничка», «Орленок», «Зарница» и т.п.). На базе воинских частей создаются клубы по военно-патриотическому воспитанию. Однако при проведении военизированных

этапов на указанных выше играх и различных мероприятиях подобного характера, проведенный автором анализ показал низкий уровень сформированности военно-прикладных навыков. Далеко не все участники выполняют задания, связанные с оказанием первой помощи. У большинства возникают трудности со стрельбой из пневматической винтовки и пистолета на уровне удержания оружия, не говоря уже про эффективную стрельбу. Вызывает сложности и этап «Метание учебной гранаты на точность».

Цель исследования заключалась в развитии военно-прикладных навыков учащихся во время плановых занятий и мероприятий спортивного характера.

Методика и организация исследования. Продолжительность эксперимента – 10 дней. Количество участников – 17 человек в возрасте 13–14 лет (9 мальчиков, 8 девочек).

Все навыки формировались и совершенствовались в процессе различных занятий, проходящих согласно расписания в первой половине дня и закреплялись во время спортивных мероприятий проходящих во второй половине дня.

Алгоритм формирования навыка: ознакомление с попутным объяснением; разучивание в целом или по частям; совершенствование навыка путем многократного повторения, в том числе и в игровой форме; проверка у обучающихся степени сформированности навыка в условиях гарантирующих неожиданность факта проверки либо на фоне значительной физической нагрузки.

Формирование навыка эффективной стрельбы из пневматического пистолета происходило на занятиях по огневой подготовке в следующей последовательности: формирование двуручного хвата, применяемого в практической стрельбе; вывод пистолета на линию прицеливания; совмещение цели, мушки и целика; нажатие на спусковой крючок таким образом, чтобы система «мишень-оружие-стрелок» не нарушалась.

Закрепление и совершенствование навыка происходило на протяжении всего периода эксперимента с периодической стрельбой стоя из пневматического пистолета с расстояния 5–7 м, в том числе по частично закрытой мишени, вынуждающей стрелка совершать выстрел из неудобного положения.

Формирование навыка метания макета гранаты на точность происходило на занятиях по огневой подготовке путем метания из различных положений в различных условиях. Закрепление и совершенствование навыка происходило на протяжении всего периода эксперимента во время проведения эстафет, состоящих преимущественно из выполнения заданий, направленных на повышение функционального состояния организма в сочетании с метанием в цель.

Формирование навыка оказания первой помощи пострадавшему путем наложения жгута и эвакуации пострадавшего происходило на занятиях по медицинской подготовке в следующей последовательности: наложение жгута в порядке самопомощи и взаимопомощи; эвакуация раненого при помощи плащ-палатки, эвакуационной лямки, тактических носилок.

Результаты исследования и их обсуждение. Закрепление и совершенствование навыка происходило на протяжении всего периода эксперимента во время проведения эстафет: ускорение 10 м, наложение жгута, ускорение 10 м,

передача эстафеты; ускорение 10 м, эвакуация раненого при помощи эвакуационной лямки в зону укрытия (в обратном направлении), наложение жгута, переноска раненого при помощи плащ палатки или носилок тактических на исходный рубеж; наложение жгута в порядке самопомощи, ускорение 10 м, наложение жгута в порядке взаимопомощи, ускорение 10 м, передача эстафеты.

Формирование навыка реагирования на угрозу поражения осколками гранаты происходило на занятиях по огневой подготовке. По команде «ГРАНАТА» обучаемые принимали положение лежа на животе лицом к земле, ноги вместе, локти прижаты к телу, кисти за головой по команде.

Закрепление и совершенствование навыка реагирования на угрозу поражения осколками гранаты, а также навыков метания гранаты на точность и оказания помощи пострадавшему путем наложения жгута и эвакуации происходило на протяжении всего периода эксперимента во время проведения адаптированной подвижной игры «Охотники и утки».

По окончании эксперимента была проведена военно-прикладная игра. Суть игры заключалась в преодолении различных элементов единой полосы препятствий и заданий военно-прикладного характера. С линии старта участники пробегали 50 м и экипировались (шлем кевларовый, жгут и макет автомата). Далее пробегали 50 м и метали макет гранаты на точность в мишени расположенные на расстоянии 10 м (деревянные бруски 5х5х30 см в количестве 8 шт сложенные «Колодцем»). Количество мишеней равнялось количеству участников. По команде «Гранатой огонь», участники совершали бросок гранатой в мишень. После приземления последней гранаты подавалась команда «В поле», после которой участники бежали за своими гранатами и возвращались в исходное положение. Если участник поражал свою мишень, то при последующем броске мог оказывать помощь любому из участников не поразившему мишень, но только со своей позиции. При поражении всех мишеней участники двигались к следующему этапу, на котором нужно было преодолеть последовательно следующие элементы полосы препятствий «Лабиринт», «Забор», «Разрушенную лестницу», «Колодец», «Ход сообщения». Во время преодоления элементов единой полосы препятствий разрешалась взаимопомощь. Далее участники пробегали 80 м и спускались в траншею, где были установлены три «растяжки» на базе устройства «Сигнал охотника». В случае касания лески, устройство приводилось в действие и издавало звуковой сигнал, имитирующий взрыв. Срабатывание устройства означало, что у участников появился «раненый», которому необходимо оказать помощь в виде наложения жгута на правое бедро. Количество сработавших устройств равнялось количеству «раненых». Если растяжка обнаруживалась, то обнаруживший обозначал ее нахождение другим участникам. По выходе из окопа участники преодолевали преграду длиной 5 м в виде натянутого страховочного троса между двумя деревьями, перемещаясь по нему удерживаясь ногами и руками. Затем они совершали три выстрела с огневого рубежа по мишеням из трех положений: стоя, с колена в оконный проем и лежа ногами к мишени. По прохождении этапа участники бежали в полном составе до линии финиша расположенной в 200 м от преграды.

Время, затраченное на прохождение всех этапов игры, составило 24 мин 49 сек. Пройденная дистанция – 630 м. Все этапы, кроме «Траншеи с растяжками» и «Преодоления преграды» участникам были знакомы по различным занятиям, проводимым во время военно-патриотического лагеря. Этапы «Траншея с растяжками» и «Преодоление преграды» были включены умышленно, с целью определить способность участников действовать в команде в незнакомых условиях.

На этапе «Экипировка» трудностей не возникло. На этапе «Метание гранаты» в первой серии были поражены 9 мишеней, во второй – 6 и третьей – оставшиеся 2. Преодоление элементов единой полосы препятствий прошло слажено и довольно быстро (время на секундомере на последнем элементе единой полосы препятствий – 7 мин 12 сек). Наибольшую трудность вызвал этап с «Растяжками», на котором участники медленно продвигались по окопу и затратили на его прохождение 9 мин и 7 сек, при этом одна «Растяжка» была обнаружена и этап «Преодоление преграды», на преодоление которого ушло 12 мин 31 сек.

Выводы:

1. Участники начинали прохождение этапа по принципу: кто прибежал первый тот и обнаруживал растяжки и вел группу за собой. В виду отсутствия опыта, ведущий двигался чрезмерно осторожно даже в тех местах, где установка «Растяжки» маловероятна.

2. После срабатывания первой растяжки, имитация взрыва несколько смутила участников, но оказание помощи ведущему прошло оперативно и качественно (быстрее среагировали девочки находившиеся рядом, которые и наложили жгут). В дальнейшем участники быстро переориентировались и искали «Растяжку» втроем (именно столько человек могло идти по окопу рядом друг с другом).

3. Следующую растяжку, натянутую на уровне пояса, ведущие участники обнаружили и обозначили. Однако участник, идущий предпоследним, задел ее макетом автомата находящимся в положении за спиной стволом вверх, т.к. не учел его длину, выступающую над головой. Помощь была оказана также оперативно и качественно. При этом часть участников продолжила поиск и вскоре обнаружила третью «Растяжку» которую все преодолели.

4. Прохождение этапа «Преодоление преграды» вызвало трудность только в виду недостаточной физической и координационной подготовленности некоторых участников, которым тяжело давалось перемещение по страховочному тросу, на котором необходимо было висеть спиной вниз, удерживаясь ногами и руками и при этом перемещаться головой вперед.

5. По прохождению этапа «Преодоление преграды» участник подбежал к огневому рубежу, брал пневматический пистолет ПМ 4.5 мм СО2 и совершал три выстрела из трех положений в мишени 15х15 см, находящиеся на расстоянии 5 м. В мишени для стрельбы из положения стоя по окончании военно-прикладной игры было 12 пробоин. В мишени для стрельбы из положения с колена в оконный проем – 9 пробоин. В мишени для стрельбы лежа ногами к мишени – 11 пробоин.

Учитывая тот факт, что стрельба проводилась из короткоствольного оружия на фоне значительной физической нагрузки, а также возраста участников и продолжительности тренировки, результат является очень хорошим.

6. Проведенный эксперимент показывает, что развитие военно-прикладных навыков, проводимых в игровой форме, является эффективным средством в достижении поставленных целей в плоскости развития не только прикладных качеств, но и общей физической подготовленности в целом. Высокая эмоциональность, спортивный азарт, необходимость участников преодолевать значительные физические нагрузки на фоне соревновательной деятельности в совокупности с творческим подходом со стороны педагогов, позволяет сделать занятия по физической культуре интересными, разнообразными и эффективными. Многообразие различных упражнений развивающих физические качества и навыки, проводимые в игровой форме, повышают эффективность занятий и открывают широкие возможности для эффективной работы с подрастающим поколением.

1. Голубь, Е. Ю. Учебные сборы по основам безопасности жизнедеятельности как средство формирования военно-прикладных навыков юношей старших классов / Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов // Chronos. – 2020. – № 7(46). – С. 42–47.

2. Дмитриев, Г. Г. Упреждающая адаптация к действиям в экстремальных условиях / Г. Г. Дмитриев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2013. – № 2. – С. 46–50.

Павлова Н.А., канд. пед. наук,
Луганский государственный педагогический университет,
Луганск. Российская Федерация

ФОРМИРОВАНИЕ ПАТРИОТИЗМА И ГРАЖДАНСТВЕННОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

Общеизвестна формула: «Патриотами не рождаются – патриотами становятся». Становятся под влиянием тех факторов, тех условий, в которых живут. Возрождение патриотических чувств можно добиться решением разных задач, в том числе и через физическое развитие молодежи и формирование потребности в здоровом образе жизни. Занятия физической культурой и спортом необходимо рассматривать как эффективное средство решения задач нравственного и патриотического воспитания подрастающего поколения [4].

В рамках образовательного процесса идентифицируют три категории достижений учащихся по общеобразовательным программам: личностные (связанные с ценностным развитием), метапредметные (развитие компетенций), и предметные знания. В части личностных достижений акцентируется внимание на со-

циальной ответственности (основной задачей школы является воспитание граждан, готовых к активной жизни и продуктивной деятельности в условиях современности. Определяется идеал выпускника – это гражданин, обладающий патриотизмом, уважением к различиям культур, креативностью, мотивацией, уважением к людям, коммуникабельностью и способностью к самостоятельному принятию решений), подчеркивая важность укрепления таких качеств, как гражданская ответственность и патриотизм [2].

В процессе образования крайне важно достигать синтеза между обучением, воспитательной работой и развитием учащихся. Эффективность в воспитательной сфере напрямую связана с осознанным подбором учебных материалов, которые предоставляют студентам примеры истинной этики, духовных ценностей, патриотизма и гуманистических идей, а также зависит от квалификации и мастерства учителя.

Основная миссия образовательной программы по физической культуре в школах Луганской Народной Республики, как в рамках учебного процесса, так и во внеклассной работе заключается в формировании морально-этических ценностей у учащихся, развитии их мышления и умений, а также в подготовке школьников к сознательному определению своего будущего пути в жизни, включая профессиональную ориентацию как в гражданских, так и в военных сферах деятельности [5].

Основные задачи:

- разработка и предоставление обучающим возможностей для приобретения специализированных знаний, навыков и компетенций, критически важных для будущего защитника Родины;

- способствование формированию патриотических черт характера ученика, его почтительного отношения к историческому и культурному наследию России и места рождения;

- развитие у учащихся активного участия в социальной жизни, чувства гражданского долга, духовных устремлений и моральных принципов;

- усиление и улучшение деятельности по выработке у обучающихся привычек, способствующих поддержанию здорового образа жизни, и формированию у них негативного восприятия вредных для здоровья привычек;

- развития форм самоуправления.

Для достижения поставленной цели и выполнения ключевых задач, учителя физической культуры стремятся продемонстрировать часть работы, осуществляемой в ряде следующих областей:

Когнитивное развитие учащегося является ключевым фактором, влияющим на его способность преуспевать в образовательной среде, открывая двери к новым академическим горизонтам и определяя границы его следующей стадии обучения. Такой подход позволяет ученику ставить перед собой и достигать более высоких целей в области знаний, участвуя в ведущих научных состязаниях, интенсивах по обогащению знаний, а также интеллектуальных играх и конкурсах на различных уровнях.

Интеллектуальное развитие, формируемое на уровне каждого классного коллектива, представляет собой сложную систему, насчитывающую множество компонентов. Это строение опирается на фундаментальный принцип, предусматривающий удовлетворение ключевых потребностей личности. Сюда входят стремление к физическому здоровью, желание чувствовать себя в безопасности, потребность в социальных контактах, стремление к получению уважения и признания своих достижений, потребность в самоуважении и самореализации, интерес к поиску жизненного смысла, а также стремления к творческому выражению, восприятию красоты и духовному развитию.

Духовно-нравственное воспитание нацелено на формирование у учеников в контексте патриотического воспитания понимания ключевых ценностей, идеалов и жизненных ориентиров, а также осмысления социально значимых процессов и явлений. Принято считать, что ценности и принципы, заложенные в детстве, сохраняются на протяжении всей жизни. Следовательно, начиная с раннего возраста, крайне важно не только работать с детьми, но и взаимодействовать с их родителями об их влиянии на формирование личности ребенка. Привязанность к Родине начинает складываться у детей из семейных ценностей и отношений, относительно ближайших людей – родителей и бабушек с дедушками. Эти отношения заложат основу для формирования чувства привязанности к дому и обществу. Влияние на формирование чувства Родины оказывает и восприятие детьми окружающего мира, их удивление и положительные эмоции перед лицом родной природы и культурных ценностей, что в итоге откликается в их сердцах [1].

Важно, что основы духовного развития учеников должны развиваться не только через академические предметы вроде литературы и истории, которые являются богатым источником этических ценностей, но также и через физическое воспитание, включая классы по физкультуре и различные виды спортивных активностей после уроков. Например, в рамках уроков физкультуры с включением теоретических блоков, посвященных этическим вопросам, обсуждаются темы, касающиеся смысла жизни, определения моральности, важности духовности в жизни человека, стремления к Олимпийским высотам, роли спорта в формировании личности, а также исследование собственной семейной истории и истории местности. Личностное развитие дополняется через участие в таких событиях, как соревнования и выставки, направленные на укрепление семейных связей, признание спортивных достижений и развитие качеств, необходимых для достижения успеха.

Основной целью является культивирование активной гражданской позиции, способности к самостоятельному общественно значимому выбору и готовности неукоснительно исполнять гражданский долг перед своей страной. Школьникам важно не только обладать знаниями о своих правах и уметь их эффективно реализовывать, но и формировать осознанное отношение к своим обязанностям. Интенсивно продвигается образ жизни, основанный на принципах здоровья и активности, в частности через вовлечение в волонтерскую деятельность проекта «Мы за здоровый образ жизни». Программа включает в себя

организацию и проведение серии мероприятий разнообразного формата – от праздников до профильных круглых столов и конкурсов, например, проверки знаний об авторитете и символах государства, полномасштабные кампании по противодействию экстремизму, спортивные соревнования, обучающие семинары по правовым вопросам, культурные инициативы, направленные на углубление понимания гражданских прав и обязанностей, и многие другие [6].

Военно-патриотическое воспитание целенаправленно занимается выработкой у молодежи прочного патриотического чувства, уважения к истории служения своей стране, готовности к защите ее интересов, а также знакомством с историей русского военного дела и сохранением воинских традиций. В условиях нынешнего социокультурного контекста особую актуальность приобретает вопрос военно-патриотического воспитания как средства культивирования патриотизма, формирования осознанного гражданства, политической культуры, критического мышления и способности к принятию осмысленных решений. Вдобавок, прохождение военной службы для многих молодых людей становится испытанием. Поэтому психологическая готовность и обучение основам воинского дела способствуют более легкой адаптации к условиям службы и уменьшению стресса.

Морально-этические качества молодежи также имеют значение, ведь именно ей предстоит нести ответственность за защиту страны. Различные мероприятия, такие как День Защитника Отечества, спартакиады среди школьников, уроки мужества, играют ключевую роль в подготовке будущих защитников государства к предстоящей службе.

Патриотическое воспитание юных граждан, наряду с умственным развитием, тесно переплетается с физической подготовкой. Это обусловлено необходимостью формирования у подрастающего поколения России качеств, как здоровье, физическая сила, выносливость, и ловкость. Спорт и физкультура, благодаря своей уникальности, играют ключевую роль в развитии не только физических, но и морально-этических качеств личности. Они эффективно способствуют воспитанию гражданственности и патриотизма через вовлечение молодежи в спортивно-патриотическую деятельность [7].

Цель спортивно-патриотического воспитания заключается в формировании высоких моральных и волевых качеств у молодежи, таких как сила, ловкость, выносливость, упорство, отвага и дисциплина через регулярные занятия физической подготовкой и участием в спортивных дисциплинах. Это направление также направлено на возвращение чувства патриотизма и ответственности за защиту интересов Родины. Учащиеся активно вовлекаются в спортивную жизнь, участвуя в различных секциях и соревнованиях на районном и областном уровнях в дисциплинах, включая кросс, волейбол, баскетбол, зимние виды спорта, как "Лыжня России", футбол, а также национальные виды спорта вроде русской лапты, и мероприятия, отражающие патриотический дух, включая эстафеты, посвященные Дню Победы, и турниры, способствующие укреплению дружбы и коллективизма.

Хотелось подчеркнуть значимость одного аспекта, речь идет о том, что культивирование чувства патриотизма и ответственности как гражданина начинается сразу с визуального оформления нашей школы. Это включает в себя дизайн аудиторий, организацию выставок, которые не только демонстрируют символы современной России, но и пронизаны основной идеей – погружением учащихся в контекст текущих событий, исторического наследия не только страны в целом, но и их региона. Это призвано еще с первых шагов в школе вызвать у учеников интерес к достижениям их сверстников и преподавателей, помочь им почувствовать свою нераздельную связь с великой историей своей Родины.

Таким образом, основная мысль заключается в том, что важность гражданско-патриотического образования обучающихся не может быть переоценена. Все, что мы сегодня вкладываем в подрастающее поколение, завтра принесет свои плоды. Исторический опыт разных народов показывает, что без глубокого чувства патриотизма невозможно построить могущественное государство, воспитать в людях осознание их гражданских обязанностей и уважение к праву. В этой связи, гражданско-патриотическое воспитание рассматривается как ключевой элемент объединения общества, служащий основой духовного, политического и экономического возрождения нации, ее суверенитета и обеспечения безопасности.

В заключение хотелось бы подчеркнуть, что вопросы гражданско-патриотического воспитания всегда были и останутся в эпицентре моей педагогической деятельности. Благодаря широкому спектру подходов и техник, нашему сообществу педагогов и специалистов по физической культуре открывается возможность оказывать существенное влияние на процесс формирования будущих преданных граждан и патриотов нашей страны.

1. Воробьева, О.С. Модель патриотического воспитания учащихся младших классов в образовательном учреждении / О.С. Воробьева // Современное педагогическое образование. – 2020, – № 1. – С. 125–128

2. Калинина, С.А. Патриотическое воспитание обучающихся начальной школы через различные виды деятельности / С.А. Калинина, Р.Р. Никифорова, Л. Н. Савандеева. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2023. – № 18 (465). – С. 242–245. – URL: <https://moluch.ru/archive/465/102227/> (дата обращения: 22.03.2025).

3. Козлова, Т.В. Критерии оценки патриотической воспитанности учащихся начальных классов в процессе усвоения родиноведческих знаний / Т.В. Козлова // Интеграция образования. – 2012. – № 1. – С. 67–68.

4. Лихачев, Б.Т. Национальная идея и содержание гражданского воспитания / Б.Т. Лихачев, В.П. Борисенков, А.Я. Данилюк // Педагогика. – 2007. – №9. – С. 60–66.

5. Манина, Л.И. Диагностика патриотического воспитания обучающихся начальной школы: проблема разработки критериев / Л.И. Манина // Вестник Тамбовского университета. – 2008. – №7. – С. 285–288.

6. Мунасилова, А.И. Патриотическое воспитание обучающихся начальной школы во внеурочной деятельности / А.И. Мунасилова, Е.А. Лупандина // Вопросы педагогики. – 2019. – №12-2 – С. 239–245.

7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации в период до 2025 года // Режим доступа: [f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf](https://www.government.ru/documents/52889) (government.ru) (Дата обращения 20.03.2025).

Паневская С.,

Бобрик Т.З.

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

***Аннотация.** Данная статья посвящена анализу психолого-пед. проблем, возникающих в процессе физического воспитания и спортивной подготовки. Рассматриваются ключевые трудности, связанные с мотивацией, межличностным взаимодействием и адаптацией к физическим нагрузкам, проблема готовности спортсмена к соревнованиям, а также предложены пути их решения.*

Физическая культура и спорт являются важной частью образовательного и воспитательного процессов. Однако наряду с положительным влиянием на здоровье и развитие личности в этой сфере возникают определенные психолого-педагогические проблемы. Их анализ и разрешение позволяют повысить эффективность процесса обучения и тренировок.

1. Мотивационные проблемы:

- недостаток интереса у детей и подростков к занятиям физической культурой;
- односторонний подход к формированию спортивной мотивации;
- стресс, вызванный высокими ожиданиями или чрезмерной нагрузкой [3].

2. Проблемы межличностного взаимодействия:

- конфликты между тренером и спортсменами;
- недостаток поддержки со стороны родителей и сверстников;
- развитие навыков командного взаимодействия в игровых видах спорта.

3. Адаптация к физическим нагрузкам:

- различия в индивидуальных возможностях и уровне физической подготовки;
- проблемы с самооценкой при неудачах и поражениях;
- трудности восстановления после травм.

Для подрастающего поколения влияние факторов риска вообще и недостаточной двигательной активности в частности представляет особую угрозу. Из-за длительного использования информационно-коммуникативных технологий в бюджете времени дня школьников укорачиваются сон и двигательная активность [3].

Между тем, двигательная активность способствует повышению экономичности работы кардиореспираторной системы, расширению адаптационных возможностей и общей неспецифической сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды обитания. Это позволяет рассматривать ее не только как мощный немедикаментозный фактор поддержания и повышения уровня здоровья населения, но и как фактор, нивелирующий в некоторой степени неблагоприятное воздействие экологической среды. Кроме этого, специально организованная двигательная активность (физическая культура и спорт) становится

стержнем формирования морально-волевых и ценностно-мотивационных установок здорового образа жизни. Таким образом, от двигательной активности в значительной степени зависит здоровье, а именно уровень и гармоничность физического развития, и функциональное состояние организма.

Подготовить человека к полному и постоянному соблюдению здорового образа жизни, это тяжелый и сложноорганизованный процесс, который требует использования индивидуального и многомерного подхода. На сегодняшний день есть три ключевых подхода к оценке физкультурно-оздоровительных достижений обучающихся, которые отражают концепцию современного образования:

1. Личностно-ориентированный подход. Этот подход ориентирован на оценку объективных возможностей организма каждого студента, что требует введения таких оценочных методов и технологий, которые учитывают все особенности физической формы учеников, и дают возможность получать достоверные и высокие результаты.

2. Качественный подход. Данный подход делает упор на формирование у студентов и педагогов теоретических знаний по своевременной коррекции и самокоррекции при помощи занятий физическими упражнениями.

3. Физкультурно-оздоровительный подход. Для максимального учета индивидуальных физических особенностей организма каждого студента необходима не только компетентность преподавателя, но и личные навыки ученика оценивать возможности своего организма, его сильные стороны и недостатки, на совершенствовании этого навыка и специализируется физкультурно-оздоровительный подход [4].

Физическая культура, как часть системы образования должна заложить основы приоритета оздоровительной направленности, формирования умственной и психологической подготовки к активной жизни и профессиональной деятельности на принципах индивидуального подхода, обеспечения и развития физического и нравственного здоровья, широкого использования разнообразных средств и форм физического совершенствования и непрерывности этого процесса.

Отдельно хотелось бы рассмотреть вопрос – психология «победителя» в спорте, «приёмы преодоления страхов».

С точки зрения психологии, победители – это не только те, кто выигрывают медали или завоевывают титулы, но и те, кто способны преодолевать трудности и справляться с вызовами, стоящими перед ними. Психология успеха в спорте включает в себя целый ряд факторов, которые помогают спортсменам достигать высоких результатов, несмотря на физические и эмоциональные препятствия.

Ключевые качества победителей с точки зрения психологии являются:

- уверенность в себе (вера в свои силы и способность справляться с трудностями);
- настойчивость и упорство (готовность работать над собой, несмотря на неудачи);
- эмоциональная устойчивость (способность сохранять спокойствие и концентрацию в стрессовых ситуациях);

- самоконтроль (умение управлять своими эмоциями и поведением в сложных обстоятельствах);
- мотивация (внутренняя и внешняя мотивация, которая поддерживает стремление к успеху);
- гибкость мышления (способность адаптироваться и менять подходы в ответ на новые обстоятельства).

Психология победителя в спорте – это не просто набор качеств, а целая система внутренних установок, которая помогает спортсменам не только достигать высших результатов, но и преодолевать любые трудности на пути к успеху. Уверенность в себе, способность к самоконтролю, эмоциональная устойчивость, настойчивость и внутренняя мотивация – все эти качества являются основой успешной карьеры в спорте. Победители знают, что неудачи – это часть пути, и они используют их для роста и развития [2].

Спортивная деятельность часто сопровождается переживанием страха (боязни), который может повлиять на успешность выступления на соревнованиях или на качество тренировочного процесса.

Причинами страхов у спортсменов могут быть:

1. Личные опасения относительно результатов выступления (боязнь проигрыша и даже выигрыша).
2. Социальные последствия результата выступления (боязнь ответственности).
3. Риск испытать боль или получить травму.
4. Последствия собственной агрессии (например, в боксе боязнь нанесения серьезной травмы сопернику).
5. Оценка силы соперника.
6. Мотивация. Спортсмены часто сталкиваются с трудностями в поддержании долгосрочной мотивации. Особенно это актуально для профессионалов, чей карьерный путь иногда становится однообразным и утомительным.
7. Ментальная усталость, выгорание. Перегрузки, бесконечные тренировки могут привести к психическому и эмоциональному истощению, что сказывается на результатах. Такие проблемы становятся особенно заметными в высоко конкурентных видах спорта.
8. Проблемы восстановления после травм. Психологическое состояние атлетов, получивших травму, сильно влияет на их способность к восстановлению. Страх перед повторной травмой, депрессия могут замедлить процесс восстановления.

В педагогике разработано и апробировано несколько способов борьбы со страхом. Предупредить страх можно при таком построении тренировочного процесса, который способствовал бы максимальному накоплению устойчивых положительных условно-рефлекторных связей в ответ на опасную ситуацию.

Это достигается следующими способами:

- Избеганием разговоров об опасности упражнения.
- Максимально расчленением упражнения на фоне его целостного выполнения.
- Последовательность в обучении.
- Избеганием преждевременного самостоятельного выполнения упражнения.

– Анализом и уточнением деталей техники, учетом замечаний тренера о допущенных ошибках.

– Окончанием тренировочного занятия на удачном исполнении опасного упражнения, чтобы сформировать и создать благоприятный эмоциональный фон для последующих занятий.

– Созданием профилактических (исключающих травмы) условий тренировки, в том числе обеспечением страховки.

– Преодоление приобретенных устойчивых состояний страха. Это достигается включением ряда методов. Одним из них может быть адаптация (тренировка) к опасности. Так, при многократном повторении «опасных» упражнений происходит улучшение качества выполнения и уменьшения вегетативных реакций [1].

Рекомендации по преодолению проблем:

– применение индивидуального подхода в обучении;

– включение элементов психологической подготовки и поддержки;

– формирование культуры здорового образа жизни через позитивные примеры.

Психолого-педагогические проблемы в сфере физической культуры и спорта являются важным аспектом, требующим внимания специалистов. Их понимание и решение позволяют сделать процесс обучения и спортивной подготовки более эффективным и безопасным для всех участников.

1. Багадирова С. К. Материалы к курсу «Спортивная психология»: учебное пособие / С. К. Багадирова. – Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г.», 2014. – 243 с.

2. Жуина Д. В., Зазыкин В. Г., Майдокина Л. Г. Психолого-акмеологические аспекты психологии победителя // Теория и практика физической культуры. 2015. – № 4. – С. 47–48.

3. Левицкая, С. В., Плотникова О. С. Актуальные психолого-педагогические проблемы физического воспитания в вузе. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-psihologo-pedagogicheskie-problemy-fizicheskogo-vozpitanija-v-vuze>.

4. Ханевская, Г. В. Психолого-педагогические аспекты формирования культуры здорового образа жизни у студентов. Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения: материалы VII межрегиональной научно-практической конференции с международным участием (20 апреля 2017г., Москва).

Пуяткина А.В., Саламатина Н.Л.,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УРОКА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ» В ПРОФИЛЬНЫХ КЛАССАХ ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Аннотация. В данной статье рассматриваются характерные особенности организации уроков физической культуры в профильных классах военно-патриотической направленности, которые были отмечены студентами в ходе прохождения педагогической практики на базе одной из школ города Минска. Указаны цели военно-патриотического воспитания, методы и формы организации учебно-воспитательной работы в классах соответствующего профиля. Дана краткая информация о влиянии профиля класса на отношение к урокам «Физическая культура и здоровье».

Ключевые слова: патриотизм, патриотическое воспитание, традиции, ценности.

Гордиться славою своих предков
не только можно, но и должно...»

А.С. Пушкин

Введение. Мы живем в потрясающе интересное время – время глобальных перемен, мировых трансформаций, когда меняются очертания материков, границы государств, общественное устройство, но для людей, искренне любящих свою землю, почитающих своих предков, уважающих вековые традиции, неизменными остаются такие понятия как Родина, Отечество, патриотизм. И это не просто слова, а символы и ценности, которые связывают многие поколения людей.

Родина – место, где мы родились, место нашей духовной силы, которое мы безмерно любим. Отечество – это земля наших Отцов, пропитанная их потом и кровью. Земля, которую мы обязаны ценить и защищать. А понятие «патриотизм», имеющее очень близкие значения как в латинском (pater – отец), так и в греческом (patris – родина) языках, будто крепкое объединяющее звено в цепи этих значимых слов.

Патриотическое воспитание – это процесс формирования чувства любви и преданности к своей стране, уважения к ее истории, культуре, традициям и символам. Оно включает в себя обучение гражданским обязанностям, правам и свободам, а также развитие чувства ответственности за будущее своей страны.

Гражданско–патриотическое воспитание формирует не просто законопослушного гражданина, а человека, осознанно и активно исполняющего свой гражданский долг. Оно предполагает привитие уважения к Государственному

флагу и гербу Республики Беларусь, героическому и историческому прошлому, культуре своего народа, любви к родному языку, красоте родной природы, содер­жит в себе формирование ценностного отношения к своему здоровью, эко­логическое воспитание. И наконец, способствует единению всех граждан рес­публики вне зависимости от национальной принадлежности, политических либо религиозных убеждений [1].

Основными целями гражданско-патриотического воспитания являются:

1. Воспитание у учащихся чувства патриотизма;
2. Развитие способностей осмысливать события и явления действительности во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего;
3. Развитие интереса и уважения к истории и культуре своего и других народов;
4. Становление многосторонне развитого гражданина в культурном, нравственном и физическом отношениях;
5. Осуществление профессиональной ориентации учащихся III ступени общего среднего образования для подготовки к поступлению и обучению в Во­енной академии [2].

В процессе производственной педагогической практики студенты 3 курса ДФПО должны были выступить в качестве учителя физической культуры, ор­ганизатора и помощника проведения спортивных и воспитательных мероприя­тий, а кроме того, некоторым из них представилась возможность сравнить и по­нять особенности проведения уроков ФКиС в профильных классах (спортив­ных, физико–математических, гуманитарных, военно– патриотических). Спе­цифика таких классов определяет и особенности проведения в них уроков фи­зической культуры.

Интересным и познавательным стал опыт педагогической практики в профильном классе военно–патриотической направленности.

Студентами было отмечено, что обучение в профильном классе военно–патриотической направленности оказывает значительное влияние на уроки фи­зической культуры по нескольким причинам:

1. Укрепление патриотизма: Уроки физкультуры могут быть связаны с патриотическими мероприятиями, что способствует формированию у уча­щихся чувства гордости за свою страну и понимания важности физической подготовки для защиты Родины.

2. Повышение мотивации: Учащиеся, заинтересованные в военно– патри­отической тематике, проявляют большую мотивацию к занятиям физической культурой, что положительно сказывается на их физическом развитии и дости­жениях.

3. Формирование здорового образа жизни: В профильных классах акцент на специализированную физическую подготовку и здоровьесберегающие тех­нологии способствует формированию у учащихся привычки к активному об­разу жизни и заботе о своем здоровье.

4. Формирование командного духа: Уроки физкультуры в профильных классах включают элементы командных игр и соревнований, что способствует развитию командного духа, взаимопомощи и ответственности за товарищей.

5. Развитие специальных навыков: В таких классах внедрены элементы, связанные с военно-патриотической подготовкой, такие как тактические игры, ориентирование на местности, стрельба и другие виды деятельности, что обогащает уроки физкультуры новыми навыками.

6. Увеличение физической нагрузки: В таких классах часто акцентируется внимание на физической подготовке, что приводит к увеличению интенсивности и объема тренировок на уроках физкультуры. Ученики могут заниматься более сложными и разнообразными видами спорта, включая военно-прикладные дисциплины.

В ходе общения студентов-практикантов с учащимися и из личных наблюдений было выявлено, что обучение в профильном классе военно-патриотической направленности оказывает значительное влияние на поведение учеников не только в школе, но и в обществе в целом, а именно:

1. Формирование патриотических ценностей: Обучение в таких классах способствует развитию чувства патриотизма и гордости за свою страну. Учащиеся знакомятся с историей, культурой и традициями своей Родины, что формирует у них уважение к национальным символам и институтам.

2. Дисциплина и ответственность: Военно-патриотическая направленность обучения включает в себя элементы военной подготовки, что способствует развитию дисциплины, ответственности и организованности. Учащиеся учатся следовать установленным правилам, выполнять команды и работать в команде, что положительно сказывается на их поведении в школе, в социуме.

3. Лидерские качества: В таких классах часто проводятся мероприятия, направленные на развитие лидерских качеств. Учащиеся получают возможность проявлять инициативу, уверенность в себе и умение принимать решения.

4. Социальная активность: Обучение в профильных классах часто включает в себя участие в различных социальных проектах, акциях и мероприятиях, что способствует развитию социальной активности и гражданской позиции. Учащиеся становятся более вовлеченными в жизнь общества, что положительно сказывается на их взаимодействии с окружающими.

5. Улучшение межличностных отношений: Работа в команде, участие в совместных мероприятиях и соревнованиях способствует улучшению межличностных отношений среди учащихся. Они учатся уважать мнение других, работать в группе и находить компромиссы, что положительно влияет на атмосферу в классе и школе в целом.

6. Психологическая устойчивость: Военно-патриотическая направленность обучения часто включает в себя элементы специальной физической подготовки и стрессоустойчивости. Это помогает учащимся развивать психологическую стабильность, что позволяет им лучше справляться с трудностями и стрессовыми ситуациями как в учебе, так и в жизни.

7. Соблюдение традиций: Обязательное ношение военной формы, торжественное посвящение учащихся военно-патриотического класса, участие в олимпиадах, конкурсах, научно-практических конференциях, экскурсиях на пограничные заставы, по местам боевой славы – все это создает серьезную базу для сохранения и уважения традиций своей страны, культуры своего народа и умение передавать их следующим поколениям.

Сравнительное изучение документации обычных классов и класса военно-патриотической направленности позволило выявить конкретные цифры посещаемости уроков ФКиС, спортивных кружков и секций, а также участие учеников в спортивно-воспитательных мероприятиях:

- посещаемость уроков ФКиС:
 - обычный класс – от 70 до 82 %
 - класс ВПН (военно-патриотической направленности) – от 85 до 100 %
- посещение спортивных кружков и секций:
 - обычный класс – от 25 до 33 %
 - класс ВПН – более 60 %
- участие в спортивно-воспитательных мероприятиях (соревнования, олимпиады, экскурсии, конкурсы):
 - обычный класс – менее 35 %
 - класс ВПН – от 88 до 100 %.

По итогам этого мини-исследования становится очевидным вывод, что обучение в профильных классах военно-патриотической направленности способствует не только формированию патриотических качеств, но и развитию личностных качеств, необходимых для успешной жизни в обществе, таких как ответственность, дисциплинированность, целеустремленность, заинтересованность в результатах своей деятельности.

В перспективе такие классы, которые на данный момент организованы в 22 школах Республики Беларусь, что составляет менее 10 % от общего числа школ (2900), могут стать основой для формирования нового поколения граждан, готовых к активному участию в жизни страны, к защите рубежей своего Отечества. Важно, чтобы обучение в таких классах было не только эффективным, но и интересным, что позволяет привлечь больше молодежи к военно-патриотическому воспитанию.

Реализации таких задач способствуют методы и формы организации учебно-воспитательной работы в классе военно-патриотической направленности:

Массовые:

- республиканские акции «Здесь живет ветеран», «Их подвиг бессмертен»;
- уроки Мужества;
- торжественные линейки;
- конкурсы строя и песни

Групповые:

- организация поисковой и исследовательской деятельности;
- экскурсии по местам боевой славы;
- тематические классные часы;

- викторины, квесты, игры;
- творческие проекты;
- обсуждение литературных произведений;
- опросы и анкетирование

Индивидуальные:

- беседы;
- поручения (поиск полезной информации, подготовка презентаций);
- задания (помощь ветеранам фронта, труженикам тыла).

Заключение

Таким образом, обучение в профильном классе военно–патриотической направленности создает условия для:

- воспитания подрастающего поколения в духе гражданственности, патриотизма;
- формирования мировоззренческой, информационной и поведенческой культуры;
- воспитания ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья;
- осознания собственной роли в развитии белорусского общества [3].

Кроме того, следует отметить, что уроки «Физическая культура и спорт» в этих классах имеют важные особенности и задачи:

- развитие специальных качеств для действий в нестандартных ситуациях;
- воспитание командного духа, умения прийти на помощь;
- овладение навыками саморегуляции, самоконтроля, самодисциплины и мотивации;
- увеличение физической нагрузки (не просто количественное, а качественное за счет расширения спектра физических умений и навыков);
- пропаганда здорового образа жизни и овладения здоровьесберегающими технологиями.

Все перечисленные особенности и задачи, решаемые на уроках ФКиС в профильных классах военно–патриотической направленности способствуют развитию гармоничной и ответственной личности, готовой к активному участию в жизни общества.

1. «Гражданско–патриотическое воспитание учащихся в условиях профессионального лица: опыт и перспективы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://ggkttk.by/sites/default/files/inline/files/grazhdansko-patrioticheskoe_vospitanie.pdf.

2. Буткевич, В. В. Патриотическое воспитание учащихся: история и современность / В. В. Буткевич. – Минск: Нац. Ин-т образования, 2010. – 208 с.

3. Обучение в профильных классах военно–патриотической направленности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sch93p.minsk.edu.by/ru/main.aspx?guid=44041>.

4. Баранова, Л. И. Методика воспитательной работы: учеб.–метод.пособ. для студентов / Л. И. Баранова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/507>.

Реут В.Г., канд. соц. наук, доцент,
Станкевич Т.И.

ФГБОУ «Российский государственный социальный университет», филиал
в г. Минске, Республика Беларусь

РОЛЬ ТЕХНОЛОГИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В РАЗВИТИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

***Аннотация.** В статье актуализируются вопросы здоровьесбережения в современном УО; проблематизируется направленность и модели развития образовательного процесса; определяется эффективность внедрения методов и приемов здоровьесберегающего педагогического взаимодействия.*

***Ключевые слова:** образовательный процесс УО, здоровьесберегающая образовательная среда, здоровьесберегающие образовательные технологии, управление образовательным процессом на основе здоровьесберегающих технологий.*

Введение. На протяжении последних лет физкультурно-оздоровительное направление в работе образовательной организации является одним из приоритетных. За это время проведено немало преобразований создания оздоровительной системы УО и интеграции ее компонентов в образовательный процесс. Но вместе с тем, результаты исследований указывают на недостаточную готовность участников образовательного процесса к реализации задач здорового образа жизни, и фиксируют существование проблем в организации эффективной здоровьесберегающей среды. Так по результатам исследования, несмотря на почти «стопроцентную информированность по вопросам организации здорового образа жизни, готовность реализовывать его задачи в полной мере наблюдается лишь у трети студентов» [7, с. 20-22].

В связи с этим возникла необходимость в грамотной организации здоровьесберегающего педагогического процесса, в обеспечении его управляемости. «Управление процессами по сохранению и укреплению здоровья рассматривается как формирование и регулирование организационных взаимодействий на основе выстраивания алгоритмов на всех уровнях: индивидуальном, групповом, на уровне образовательной организации и социума». Алгоритмы позволяют своевременно разрабатывать систему мер, и планировать педагогический процесс таким образом, чтобы работа по сохранению и укреплению здоровья была максимально эффективна не только в отношении студентов, но и всего педагогического коллектива в целом [4, с.115].

Управление здоровьесберегающей образовательной средой – это особый вид деятельности, в которой ее субъекты на основе планирования, организации, руководства и контроля способны обеспечить совместную деятельность студентов, преподавателей, всего персонала УО. Эта организованная

деятельность должна быть направлена на становление, стабилизацию, оптимальное функционирование и обязательное развитие при гарантированном достижении образовательных целей.

К основным показателям здоровьесберегающей среды образовательной организации можно отнести следующее: гуманистическая направленность эмоционально-поведенческого пространства; учет индивидуально-возрастных особенностей обучаемых; условия обеспечивающие оптимальное гармоничное интеллектуальное, физическое, духовно-нравственное развития личности; организация лечебно-профилактических и информационно-просветительских мероприятий; содействие самореализации самоутверждению субъектов образовательного процесса; соблюдение санитарно-гигиенических норм; коррекция нарушений соматического здоровья, включающая использование комплекса оздоровительных и медицинских мероприятий без отрыва от образовательного процесса; оздоровительная система физического воспитания; разработка и реализация дополнительных образовательных программ по формированию у субъекта педагогического процесса потребности в здоровом образе жизни.

Основная роль при этом отводится процессу педагогического взаимодействия, поиску пути к установлению равновесия и доверительных отношений со студентами по вопросам здоровья.

Основными педагогическими компетенциями в этой связи являются:

- умения донести до обучающихся ценности здорового образа жизни используя передовые методы обучения;
- способности к формированию у студентов мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья;
- умения создать такие условия обучения и воспитания, при которых каждый студент может стать субъектом своей здоровьесформирующей деятельности;
- умения создать ситуацию успеха в овладении студентами навыками накопления собственного здоровья.

Поэтому так близки и понятны слова В.А. Сухомлинского: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости воспитанников зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» [5 с. 51].

В рамках научно-методической работы УО эффективность формирования здоровьесберегающей компетентности преподавателей будет достигнута благодаря использованию интерактивных технологий, выполняющих не только учебно-познавательную, но и коммуникативно-развивающую и социально-ориентированную функции.

При этом активно могут использоваться: позиционная технология интерактивного обучения Н. Е. Вераксы (активное обсуждение содержания, форм, методов здоровьесбережения в проблемных группах «Вопрос», «Оппозиция», «Эксперт» и пр.) [1, с. 51]; методы мозгового штурма и эвристической

беседы (проблемные семинары, рефлексивные мастерские, лекции-визуализации, в процессе которых рассматриваются вопросы формирования и укрепления здоровья); метод «кейсов» (обсуждение и анализ педагогических ситуаций и задач, взятых из реальной практики здоровьесберегающей деятельности УО); метод интегральной телесной терапии (осознание связей между телесными ощущениями и эмоциональными переживаниями или процессами, например, упражнение «Танцующая точка»); метод деловых игр (имитация ситуаций, моделирующих здоровьесберегающую, здоровьесформирующую деятельность, в игровой форме); метод проектов (проектирование модели здоровьесберегающей деятельности УО с последующей презентацией готового продукта; проведение тематического контроля эффективности здоровьесбережения; программы студенческого фитнеса); информационно-компьютерные технологии (участие педагогов со своими здоровьесберегающими проектами и консультациями в педагогическом интернет-клубе, виртуальной академии здоровья и пр.).

Организационно-методическое направление характеризуется безопасной здоровьесберегающей инфраструктурой, включающую материально-технические, санитарно-гигиенические и методические (проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, совершенствование методик, направленных на формирование здоровьесберегающей компетентности).

Немаловажным аспектом является внедрение в образовательный процесс инновационных здоровьесберегающих технологий, к которым, в первую очередь, следует отнести: медико-профилактические (биологически обратная связь (БОС), точечный массаж, самомассаж); физкультурно-оздоровительные (ритмопластика, релаксация, гимнастика: ортопедическая, корригирующая, дыхательная, для глаз и пр.); технологии обеспечения социально-психологического благополучия (коммуникативные игры, проблемно-игровые игротренинги); коррекционные технологии (психогимнастика, фонетическая ритмика, арт-терапия, технологии коррекции поведения).

Современный контекст создания здоровьесберегающей предметно-пространственной развивающей среды УО предполагает использование материально-технических ресурсов наряду с научно-методическими, а также креативным потенциалом педагогического коллектива. Примером для такой среды может служить создание в образовательном пространстве группы центров активности, которые способствуют физическому, социальному, психическому и духовному здоровью. «Центр познания себя» обеспечивает решение задач познавательно-исследовательской деятельности студентов по вопросам сохранения здоровья. Информационно-коммуникационные средства позволяют усиливать эффект погружения в воображаемую ситуацию с помощью проекций виртуальной реальности, видеоматериалов. «Физкультурно-оздоровительный центр» обеспечивает двигательную активность и организацию здоровьесберегающей деятельности студентов. Специально оборудованная сенсорная комната (организованная определенным образом окружающая

среда) включающая множество различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания, на вестибулярные рецепторы. «Здоровьесберегающая среда позволяет студенту осваивать подходы к ведению здорового образа жизни, творчески преобразовывать полученные представления, демонстрировать в ситуациях выбора новые, привнесенные представления об элементах) которые ориентированы на сохранение, укрепление и развитие индивидуального здоровья» [3, с.38].

При разработке мер, направленных на формирование и поддержание здоровья студенческой молодежи необходимо акцентировать внимание на формирование личностной зрелости, для этого целесообразно разработать цикл занятий, направленных на развитие лидерского потенциала, инициативности, уверенности в своих возможностях, адекватной самооценки, высокой требовательности к себе, уважения к другим людям.

В образовательном пространстве учебного заведения помимо усвоения общеобразовательных и профессиональных дисциплин уделять внимание формированию патриотизма, интереса к явлениям общественно-политической жизни, чувства профессиональной ответственности и потребности в общении.

Добиваться гармонизации отношений студентов с социальным окружением, формирования склонности к сотрудничеству, кооперации, гибкости и компромиссу при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремления быть в согласии с мнением окружающих, следования условностям, правилам и принципам "хорошего тона" в отношениях с людьми, стремления помогать, заслужить признание и любовь, проявления теплоты и дружелюбия в отношениях через включение студентов в волонтерскую деятельность, например.

При работе со студентами младших курсов целесообразно проведение тренинговых занятий, направленных на формирование ценности собственной личности, рефлексивности и критичности, что станет залогом эмоциональной комфортности и социально-психологической адаптации студенческой молодежи.

Важную роль в формировании здоровья, также препятствуя возникновению и распространению наркомании, токсикомании и алкоголизма играет организация досуга, занятости учащейся молодежи в свободное время, вовлечение ее в кружки и спортивные секции.

В целом, можно сказать, что духовное и нравственное развитие личности студента является важным условием, препятствующим возникновению асоциального поведения и формирования здоровья. И задача воспитательной работы, проводимой в учреждениях образования, здравоохранения, правоохранительных органов, помочь молодежи правильно определить жизненные ориентиры, преодолеть трудности, увидеть цель и перспективы в жизни, развивать чувство ответственности за здоровье, будущее, создавать возможности для самореализации и развития молодежи.

1. Веракса Н. Е. Модель позиционного обучения [Текст] / Н. Е. Веракса // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 122–128.
2. Губогло, З. И. Формирование культуросеностной мотивации здорового образа жизни / З. И. Губогло // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2008. № 6. Электронный ресурс: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kulturotsenostnoy-motivatsii-zdorovogo-obraza-zhizni> - (дата обращения: 03.04.2025).
3. Зверкова, А. Ю. Здоровьесберегающая деятельность воспитателя в соответствии с профессиональным стандартом / А. Ю. Зверкова // Современные научные исследования: методология, теория, практика: материалы VI международной научно-практической конференции (Челябинск, 23 февраля 2015 г.). – Челябинск: Сити-Принт, 2015. – С. 32-42.
4. Кисленко, О. В. Создание здоровьесберегающей среды в детском саду / О. В. Кисленко, Т. Ю. Пояркова // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. X междунар. науч.-практ. конф. Часть III. – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 110–123.
5. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям. – М.: изд. «Концептуал», 2018 г. – 320 с.
6. Таманаева, М. Н. Управление процессом формирования здоровьесберегающей среды в общеобразовательной организации. / М. Н. Таманаева // Педагогическое мастерство: материалы VI междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). – М.: Буки-Веди, 2015. – С. 120–123.
7. Шевырдяева, К. С. Реализация здоровьесберегающих технологий в вузе / К. С. Шевырдяева // Вестник Пензенского государственного университета. 2-16. № 4. Электронный ресурс: <https://cyberleninka.ru/article/n/realizatsiya-zdoroviesberegayuschih-tehnologiy-v-vuze/viewer> - (дата обращения: 03.04.2025).

Ротерс Т.Т., д-р пед. наук, профессор,
Луганский государственный педагогический университет,
Луганск, Российская Федерация,
Мещеряков А.И.,
Луганский государственный педагогический университет,
Луганск, Российская Федерация

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Актуальность. В современных условиях функционирования нашего общества определяющим фактором его существования является формирование духовности человечества, выявление социальных и духовных источников, возможностей, резервов и средств целенаправленной деятельности, обеспечивающих прогресс личности и общества в целом. В гуманистической проблематике все больше внимания уделяется духовному направлению существования общества, ценностным ориентациям, духовному самоопределению, проблемам смысла жизни.

В сфере образования и воспитания актуализация духовно-нравственного развития личности становится необходимым условием становления человека новой эпохи, от которого в полной мере зависит дальнейшая судьба Российской Федерации, что на государственном уровне представлено в Указе Президента РФ «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»

[6]. В этой связи важное значение имеет поиск новых подходов к обновлению содержания и воспитания, выбор оптимальных технологий развития духовной культуры личности и общества, приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, в том числе и определение методологических оснований как императивов достижения поставленной цели.

В сфере физического воспитания главной целью является формирование физического, психического, духовного и социального здоровья, что в совокупности выводит человека на познание смысла здорового образа жизни, ценностей культуры здоровья, где основное место занимают систематические занятия физической культурой и спортом.

Целью исследования является определение методологических основ духовно-нравственного развития личности в сфере физического воспитания.

Методика и организация исследования. Исследование было выполнено в соответствии с государственным заданием Министерства просвещения Российской Федерации по теме «Моделирование регионального компонента физического воспитания обучающихся начальной школы в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» для чего использовались методы анализа литературных источников, исторических документов, метод индукции и дедукции, аналитического обобщения, моделирования.

В результате проведенного исследования установлено, что в философской мысли древности зарождались концептуальные основания гармонического развития человека. Так, Платон подчеркивал, что «...он отнюдь не рассматривает улучшение физического развития человека независимо от духовного. Последнее – "развитие души" – играет, конечно, направляющую роль, но именно поэтому-то необходимо заботиться о телесном развитии, поскольку пренебрежение последним ведёт к изнеженности и чрезмерной душевной чувствительности. Только у человека с гармоническим развитием духовных и физических данных "душа одновременно скромна и мужественна..." [5]. Конец XIX и начало XX столетия характеризуется развитием философской мысли о новом человеке, в котором проявляется тесная взаимосвязь внутреннего и внешнего мира. На первое место выходит духовность человека, красота его чувств, которая находит проявление в человеческом теле.

В отечественной философской мысли имеют место различные концептуальные подходы и представления о духовности, обусловленные порядком смены глобальных парадигм. Для нашего исследования методологическим основанием выступает несколько философских концепций, а именно деятельная концепция духовности в идеях М. Шелера, который подчеркивал, что дух, духовное не является чем-то субстанциальным. В сфере человеческого бытия дух существует в виде духовных актов, источником и носителем которых является человек как духовное существо [7]. В. Г. Федотова связывает идею гуманистической духовности с сочетанием всех культурно-исторических типов ценностных ориентаций (эстетизма, этики) в гармоничную общечеловеческую духов-

ность [8]. По мнению П.Д.Юркевича носителем физических сил человека, центром его духовной и душевной жизни является сердце. В этом ключе В.Ф. Войно-Ясенеvский (святитель Лука) утверждает, что сердце – это центр нашей духовной жизни и Богопознания [1].

В то же время, духовность проявляется в возможностях человеческого тела, в его внешних формах выражения чувств, эмоций и поведения. Чувственная, эмоциональная основа внутреннего бытия является своеобразным векторным индикатором ее направленности относительно реального существования человека в мире. О. Г. Миролюбова подчеркивает, что «... духовность – это планетарный феномен, абсолют, высшие гуманистические ценности, являющиеся основанием культуры...XXI век диктует человечеству историческую смену мировоззренческих парадигм и в первую очередь парадигму духовности...» [4].

На современном этапе становления духовно-нравственного развития обучающихся ключевую методологическую позицию занимают «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования» [2] и «Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников», где определено, что «...духовно-нравственное развитие представляет собой процесс последовательного расширения и укрепления ценностно-смысловой сферы личности, формирования способности человека сознательно выстраивать отношение к себе, другим людям, обществу, государству, миру в целом на основе общепринятых моральных норм и нравственных идеалов...» [3].

Следовательно, ключевой задачей современной государственной политики выступает обеспечение духовно-нравственного развития личности россиянина. При этом духовное развитие направлено на развитие духовности, где духовность выступает как неотъемлемое качество человека, воплощающее активное стремление найти высший смысл своего существования, соотнести свою жизнь с абсолютными ценностями и тем самым опереться на духовный универсум общечеловеческой культуры.

Поскольку духовность является основой культуры, то в физической культуре большое значение имеют вопросы духовного развития, что позволяет человеку осознать важность быть здоровым, красивым, гармонично физически развитым на уровне личных духовных ценностей. В основе духовности личности в области физического воспитания лежит формирование системы личностных ценностей, духовных потребностей, определение смысла физических упражнений, стремление к физическому совершенствованию и гармоничному развитию физических и духовных качеств. Гармоничная целостность человека выходит на первое место, в процессе овладения физической и духовной культурой, направленность на развитие творческого потенциала, внутреннего мира, восприятие физической культуры как высшей социальной и личностной ценности. В этом аспекте важное место занимает культурологический и аксиологический подходы как методологическое основание освоения ценностей физиче-

ской культуры и физического воспитания в образовательном пространстве процесса создания духовных потребностей, духовных ценностей и гуманитарного мировоззрения.

Выводы. Процесс духовного развития личности в области физического воспитания невозможно представить без взаимодействия с эстетическим воспитанием, привлечения художественных средств на основе личностно-деятельностного подхода, потому что именно художественное творчество и искусство направлены на подъем духа, на работу души каждого индивида, на поиск красоты телесной, двигательной. Приоритетным стратегическим направлением физического воспитания является создание мотивации к здоровому образу жизни на уровне ценностных ориентаций, внутренних мотиваций к сохранению и укреплению здоровья, создание условий для формирования личности каждого человека.

1. Войно-Ясенеvский, В. Ф. О духе, душе и теле / В. Ф. Войно-Ясенеvский – Ростов н/Д : Товарищество, 1991. – С.34 – 35, С. 42.

2. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования : проект / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – Рос. Акад. образования. Т– М.: Просвещение, 2009. – 29 с.

3. Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников. [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-mo/2015/05/03/kontseptsiya-duhovno-nravstvennogo-vospitaniya-rossiyskih>. (Дата обращения 15.03.2025).

4. Миролюбова, О. Г. Парадигма духовного развития современного российского общества: диалог государства и Православной Церкви. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <https://cyberleninka.ru/article/n/paradigma-duhovnogo-razvitiya-sovremennogo-rossiyskogo-obschestva-dialog-gosudarstva-i-pravoslavnoy-tserkvi>. (Дата обращения 19.03.2025).

5. Платон. Сочинения [Текст] : в 3 т. : [пер. с древнегреч.] / Платон ; [под общ. ред. А. Ф. Лосева и В. Ф. Асмуса]. – Москва : Мысль, Т. 3, ч. 1 / [ред. В. Ф. Асмус]. – 1971. – 685 с.

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 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/?ysclid=m8dglr6fvi429906524>. (Дата обращения 10.03.2025).

7. Шелер, М. Положение человека в космосе / М. Шеллер // Проблема человека в западной философии. – М., 1988. – С.61–65.

8. Федотова, В. Г. Практическое и духовное освоение действительности / В. Г. Федотова. – М.: Наука, 1992. – 136 с.

Саламатина Н.Л.,

Белорусский государственный университет физической культуры.

Минск, Беларусь

ПРОЕКТИВНЫЕ МЕТОДИКИ В ПРЕПОДАВАНИИ: ЗНАЧЕНИЕ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ

***Аннотация.** В данной статье рассматриваются вопросы применения проективных методик в процессе изучения и преподавания дисциплины «Педагогика», их эффективность и значение с точки зрения профессиональной деятельности педагога. Описываются конкретные примеры использования таких методик как «16 ассоциаций» К. Юнга, «Каждый» К. Фопеля, «Нарисуй свой характер» Н. Ратановой для стимулирования деятельности студентов, создания атмосферы заинтересованности, усиления внутренней мотивации к получению знаний как о самом предмете, так и о личных качествах и особенностях.*

***Ключевые слова:** проекция; проективные методики; ассоциации; рисуночный тест; метод неоконченных предложений.*

Если педагогика хочет воспитывать человека во всех отношениях, то она должна прежде узнать его тоже во всех отношениях.

К.Д. Ушинский [1]

Введение. В современном мире вообще и в преподавании наук о человеке в частности стремительно возрастает потребность в прикладных психологопед. исследованиях личности. Именно эта потребность объясняет увеличивающуюся с каждым годом популярность и широкое использование проективных методик.

Проективные методики представляют собой разнообразные техники исследования особенностей личности, которые мало доступны традиционным методам изучения человека.

Для понимания сути проективных методик важно определиться с термином «проекция», Проекция в геометрии – это изображение трехмерных геометрических тел (шар, конус, куб, пирамида...) на, так называемой, картинной плоскости посредством оптических механизмов, в результате чего мы получаем различные двухмерные геометрические фигуры (круг, треугольник, квадрат). Причем, форма проекции будет зависеть от расположения источника света, его мощности и угла зрения наблюдателя. Например, проекцией пирамиды может быть и квадрат, и треугольник. Проекция, применительно к изучению личности, – это отражение субъективного образа, внутреннего мира человека, его мыслей, чувств, переживаний и опыта через результаты и продукты его деятельности (рисунки, тексты, сочинения, ассоциации) [3]. «Проекция –

это любое проявление психической реальности индивида в его деятельности» (Дэвид Рапапорт, американский психоаналитик первой половины XX века).

«Проективные методики направлены на экспериментальное исследование тех особенностей личности, которые наименее доступны непосредственному наблюдению или опросу» [4]. Благодаря проективным методикам можно выявлять такие качества личности как интересы, установки, ценностные ориентации, источники силы, страхи и тревоги, неосознаваемые потребности и побуждения и т.д.

Основная часть. Педагогика – одна из важнейших и интереснейших наук о человеке. Она рассматривает вопросы воспитания, обучения, развития и формирования личности. Необходимость изучения личности учеников, воспитанников, студентов неоспорима. На первом практическом занятии студентам предлагается методика Т.А.Ратановой «Нарисуй свой характер», который представляет собой 12 квадратов, в каждом из которых находится некий элемент (точка, круг, волнистая линия ...), который необходимо дополнить, исходя из собственных ассоциаций, и получить законченное изображение предмета, явления, сооружения и т.д. Интерпретируя рисунки, преподаватель выявляет такие характеристики личности студентов, как отношение к себе, к окружению, к миру; умение ставить цели и представлять пути их достижения; способность к коллективному сотрудничеству, к партнерству, преобладание творческого или рационального мышления и многое другое. Методика удобна тем, что для ее осуществления не требуется специальных средств или оборудования, только чистый лист бумаги, разделенный на 12 равных частей и карандаш либо ручка. Усовершенствовать эту методику можно, используя цветные карандаши. Тогда педагогу будет доступен для диагностики такой важный показатель как настроение, самочувствие и эмоции в позиции «здесь и сейчас». Повторно проходя это задание в конце учебного года, получив оба рисунка с письменными комментариями преподавателя, студенты имеют возможность самостоятельно анализировать изменение в личностном развитии.

Так, например, если в начале учебного года студентка К. дорисовала базовый элемент «круг» до милого забавного цветочка с рожицей, что говорило об открытости и желании выглядеть в глазах окружающих привлекательной, то в конце года мы видим солнце с четкими симметричными лучами, и это дает нам понять, что начинают проявляться лидерские качества и желание быть значимой и авторитетной.

Еще один пример: начальный элемент в одном из квадратов # (как основа для игра «крестики – нолики») студентом И. был дорисован как тюремная решетка (символ внутренних страхов и ограничений), а повторный рисунок уже представлял собой шахматную доску с несколькими фигурами (как появление духа соперничества, азарта в достижении целей). Анализ рисунков дает отличную базу для понимания, какие методы воспитания и обучения предпочтительны для конкретной группы, для конкретного студента.

Еще одна из проективных методик, вызывающих у студентов неизменный интерес и яркие обсуждения – это методика современного немецкого психолога Клауса Фопеля «Каждый...» Для ее проведения необходимы карточки, на которых нужно написать или напечатать утверждения, начинающиеся со слов «каждый...», «у каждого...» с последующим вопросом, адресованным студенту.

Чтобы внести элемент игры, «лотереи», сами студенты поочередно выбирают карточки, зачитывают утверждение, думают по условиям методики 5–7 секунд и отвечают на вопрос, по желанию на этот же вопрос отвечают остальные студенты. Короткое время на раздумье не дает возможности «пригладить» ответы, формулировать их с учетом общественного мнения или желания либо выглядеть лучше в глазах одноклассников, либо эпатировать их. В данном упражнении срабатывает правило: первая мысль – самая правдивая. Примеры утверждений, предложенные К. Фопелем:

- «Каждый знает, чего ему не хватает... Чего не хватает тебе?» (Информативно то, на нехватку чего обращает внимание студент: время, сон, деньги, общение, желания...).

- «У каждого есть некоторые особенные воспоминания детства... Какие они у тебя?» (Чаще всего вспоминается время, проведенное вместе с семьей; совместные путешествия; первые успехи, которыми гордились родители, т.е. в первую очередь всплывают эмоции и чувства и крайне редко некие материальные объекты (игрушки, сладости...).

- «Каждый имеет то, что он ценит в жизни... Что ценишь в жизни ты? (В этом вопросе чаще начинают отвечать на вопрос не «что ценишь в жизни», а «кого». И здесь важно, выслушав, кто ценен и дорог, все-таки сделать акцент на то, «что» ценно: здоровье, верность своим принципам, конкретные качества: преданность, целеустремленность, доброта, терпение. Главный вывод, к которому следует подвести студентов, анализируя ответы на вопрос: самое ценное в жизни не имеет цены и не покупается (это дружба, любовь, нежность, искренность, честь, достоинство, справедливость).

Всего в данную методику включено порядка 30-35 вопросов, что дает возможность индивидуального подхода, т.к. в группе в среднем от 15 до 30 студентов и формулировки не повторяются.

Отказ от ответа на вопросы, касающиеся личных переживаний, семейных традиций, вопросов прощения и обид являются мощным сигналом для преподавателя организовывать свое общение и работу с таким студентом с учетом «болезненных тем», проявляя тактичность и открытость к обсуждению, если такое стремление у конкретного студента появится.

Для понимания базовых категорий педагогики, таких как обучение, воспитание, развитие, формирование, мировоззрение, культура отлично подходит методика «16 слов», основанная на знаменитом ассоциативном тесте, который разработал в середине XX века выдающийся швейцарский психиатр Карл Юнг. Этот тест – уникальный метод как диагностики характеристик личности, так

и прекрасный способ самопознания и познания окружающего мира. Он основан на том убеждении, что ассоциации, возникающие спонтанно, отражают наше внутреннее состояние, понимание и восприятие как глобальных процессов, так и конкретных утверждений, понятий, слов.

«Ваши видения станут ясны только тогда, когда вы сможете заглянуть в свое сердце. Кто смотрит снаружи – мечтает, кто смотрит в себя – пробуждается.» Карл Густав Юнг [5].

Методика заключается в следующем: студентам на выбор предлагаются слова, описывающие базовые категории педагогики, процессы обучения и воспитания, например: развитие, воспитание, учение, самовоспитание, личность, мировоззрение, культура, индивидуальность, педагог, ... Выбранное слово – это тема, запрос. Затем в столбик записываем 16 слов, которые ассоциируются с выбранным словом, причем пишем быстро первые слова, которые приходят на ум. Затем формируем 8 пар. Первое и второе слова-ассоциации объединяем и записываем слово, возникшее, пришедшее на ум в результате прочтения первых двух слов. Далее по этому алгоритму соединяем 3-е и 4-е, 5-е и 6-е, ... 15-е и 16-е слова. Получаем столбец из 8 слов. По такому же принципу приводим их к 4-м словам, затем к 2-м и в итоге к 1-му.

Предлагаем студентам сравнить исходное слово с заключительным и сделать выводы: каким образом связаны эти слова, почему на их взгляд получилась именно такая пара слов, стал ли понятнее смысл первоначального слова, расширилось ли его значение? Важное уточнение: по инструкции студенты не могут использовать в ходе упражнения несколько раз одно и то же слово, а лишь синонимы, т.е. сходные по смыслу понятия. Вот примеры таких пар: развитие – путь; развитие – богатство; знания – успех; индивидуальность – мир; педагог – польза; личность – карьера; личность – мастерство; знания – достижения; самовоспитание – труд; культура – честь, деятельность – счастье, педагогика – удовольствие.

Многие выводы образования таких пар слов очевидны, другие приходят через интересные логические цепочки. «Воспитание – мудрость», если учесть самое распространенное определение воспитания как «передачу жизненного опыта от старшего поколения к младшему», то ассоциация с мудростью как «глубоким умом, опирающимся на жизненный опыт», является практически абсолютной. Следующий пример: «воспитание – информация» апеллирует к реалиям современного мира. Вывод, который делает студентка: «воспитание – это процесс передачи ценностей, знаний, взглядов, навыков, традиций. Информация – это разнообразные сведения, научные и популярные знания, т.е. то, что необходимо как для обучения, так и для воспитания, т.е. эти понятия связаны в контексте образовательного процесса». Еще любопытный пример: «воспитание – гребля». «Гребля, потому что это спорт, который много для меня значит. Он научил меня быть самостоятельной, крепкой, честной. Мой тренер многому меня научил, передавая свой опыт, т.е. воспитывал меня». Пример, который больше сообщает не о расширении смысла слова, а об эмоциях и ощущениях, которые оно вызывает.

«Педагогика – удовольствие». Вывод студента: «Педагогика – интересная наука, от изучения которой я искренне получаю удовольствие» (сохранена стилистика автора). Важно, что эта методика имеет очень широкое практическое применение, она «работает» и при изучении конкретных тем педагогики, и помогает при решении внутренних конфликтов, при поиске истоков страхов и проблем, действует как отличная подсказка в обычных житейских вопросах (быт, партнерство, выбор хобби...). «16 слов» (16 ассоциаций) – это инструмент, помогающий выявить свое реальное отношение к чему-либо или к кому-либо, найти нечто, скрытое от вас самих, принять решение или сгенерировать новые идеи [5].

Кроме вышперечисленных методик и упражнений, которые дают значительную, разнообразную и многоплановую информацию о студентах, позволяют сделать процесс обучения интересным и увлекательным, на практических занятиях по педагогике используются и более простые, лаконичные, «разминочные» упражнения и методы, целью которых является организация коммуникации, создание благоприятной атмосферы, а также укрепление творческих навыков и развитие воображения. Метод «Если бы я был (...явлением природы, ... животным, ...цветком, ... книгой и т.д.) позволяет пофантазировать, самоидентифицировать себя с названным явлением, объектом ли предметом, обращая внимание на те черты и характеристики, которые описывают именно вас [2].

Метод «Расскажи мне обо мне» опирается на тот феномен, что в людях мы сразу замечаем те черты, которые либо раздражают нас в самих себе, либо к которым мы стремимся на данном этапе. Методика «Конструктивный рисунок человека» [6], при котором студентам предлагается нарисовать человечка из таких геометрических фигур как круг, квадрат и треугольник, соблюдая 2 условия: фигур должно быть ровно 10, а соотношение количества этих видов фигур зависит только от желания рисующего. Эта методика позволяет выявлять индивидуально-типологические различия в разнообразных видах деятельности, начиная от типа «руководитель», рассматривая такие варианты как «учены», «институт», «конструктор-изобретатель», и, заканчивая «ответственным исполнителем». Также эта методика полезна для выявления предрасположенности к различным видам деятельности (и педагогической в том числе).

Заключение. Проективные методики в преподавании имеют серьезное значение, т.к. позволяют определять и изучать особенности личности студентов, создавать оптимальные условия для их самопознания, организовывать полезное, благоприятное взаимодействие в системе «студент – студент», «преподаватель – студент», раскрывать возможности для саморазвития и самореализации обучающихся, нарабатывать навыки рефлексии, которые в дальнейшем помогут использовать опыт прошлого для осуществления планов, для достижений будущего. Проективные методики – совокупность методик, направленных на всеобъемлющее изучение личности, в основе которых лежит извечное приращение человеку стремление истолковывать явление и предметы окружающей действительности во взаимосвязи со своими желаниями, потребностями, чувствами, ценностями, всем тем, что составляет внутренний мир человека [7].

Направляя студентов на путь самопознания, изучение своего внутреннего мира, мы создаем предпосылки для создания нового Мира, основанного на сотрудничестве, сотворчестве и взаимопонимании.

1. Ушинский, К. Д. Педагогические сочинения. В 6 томах / Ред. коллегия: С. Ф. Егоров, И. Д. Зверев и др. М.: Педагогика – Т.5, С. – 15.
2. Кашлев, С. С. Технология интерактивного обучения/ С. С. Кашлев. – Мн.: Беларуский верасень, 2005 г. – С. 58–59, 64.
3. Гудзовская, А. Л., Мышкина, М. С. Диагностика идентичности: «Тест двадцати высказываний» (ТДВ)/ Учебное пособие – Самара: Издательство Самарского университета, 2023. – С.147.
4. Соколова, Е. Т. Проективные методы исследования личности./ Соколова Е, Т. – М.: Издательство МГУ, 1987 г.

Самойлова В.А., канд. пед. наук, доцент,
Казнадей Н.И.,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ХОББИХОРСИНГА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ КОННОГО СПОРТА

Актуальность. Изучение рассматриваемой тематики обусловлено необходимостью внедрения инновационных и доступных подходов в систему спортивной подготовки. Хоббихорсинг, как новое спортивное явление, можно рассмотреть как средство для развития кондиционных и координационных способностей. Второй аспект выступает как приоритетные двигательные способности в конном спорте.

Каждый ребенок любит придумывать различные сценарии у себя в голове, разговаривать с игрушками и фантазировать. Так устроено воображение, которое помогает детям исследовать мир, учиться новым вещам и превращать обыденность в невероятное времяпровождение. Через игры они могут стать кем угодно: от бесстрашных рыцарей до отважных путешественников. Одной из таких детских фантазий всегда была верховая езда [1].

Цель исследования. В рамках данной работы цель исследования заключалась в выявлении педагогического потенциала хоббихорсинга в системе подготовки юных спортсменов конного спорта.

Методика и организация исследования. В рамках исследования применялись преимущественно теоретические методы научного познания. Методологической основой послужили системный и деятельностный подходы, позволяющие рассматривать хоббихорсинг как потенциальное средство педагогического воздействия в контексте подготовки юных спортсменов конного спорта. Основными методами исследования стали: анализ научной и учебно-методической литературы по вопросам физической культуры, возрастной психологии,

педагогике, а также по специфике конного спорта и новым формам двигательной активности; сравнительно-сопоставительный анализ – для выявления общего и специфического в средствах подготовки спортсменов традиционного конного спорта и хоббихорсинга; абстрагирование и теоретическое обобщение – для формулирования выводов и определения педагогического потенциала хоббихорсинга как инструмента развития координационных способностей.

Организация исследования предусматривала несколько последовательных этапов: 1. Изучение и обобщение научных источников, отражающих современные тенденции в спортивной подготовке и развитии координационных способностей у детей младшего школьного возраста; 2. Анализ актуального состояния проблемы, включая обзор исторического становления хоббихорсинга, современного уровня его популярности и особенностей восприятия в спортивно-педагогической среде; 3. Обоснование педагогической ценности хоббихорсинга, исходя из его двигательной структуры, игровых элементов и влияния на развитие двигательных и когнитивных способностей у детей; 4. Формулирование выводов и определение перспектив практического использования хоббихорсинга в спортивной деятельности.

Результаты исследования и их обсуждение. Хоббихорсинг как таковой берет начало в Англии XIX века, когда дети и подростки из аристократических семей развлекались, играя «в лошадки». Но современная мода на такой вид спорта зародилась в Финляндии. С начала 2000-х годов хоббихорсинг стал популярен среди подростков, которые были увлечены лошадьми. Однако в силу различных обстоятельств они не имели возможности заниматься конным спортом. Постепенно идея «езды» на деревянной палке с головой лошади распространилась благодаря соцсетям и документальному фильму «Революция хоббихорсинга», который вышел в 2017 году. Сегодня в Финляндии существуют целые клубы и чемпионаты, которые собирают сотни участников и зрителей [1, 2].

Сегодня хоббихорсинг рассматривается как молодежное общественное течение, посвященное езде на игрушечных лошадках на палке, включающее в себя: соревнования и коучинг, создание максимально реалистичных лошадей (или «хоббихорсов»), продажу, сбор и торговлю ими, а также амуницией для них [3].

Следовательно, хоббихорсинг, как спортивное увлечение, заключается в имитации движений лошади с помощью ног человека, который держит в руках лошадку на палке. Ноги подражают движениям лошади, выше таза уже «сидит» всадник. Несмотря на игровой характер, хоббихорсинг включает в себя соревнования с четкими правилами и принципами. Они обеспечивают организованность и дисциплинированность всех участников. Все правила хоббихорсинга основаны и вдохновлены правилами, существующими в настоящем конном спорте.

К сожалению, любители хоббихорсинга нередко сталкиваются с буллингом, как в реальной жизни, так и в интернете. Новизна этого увлечения вызывает у некоторых людей непонимание, а порой и насмешки. Некоторые считают хоббихорсинг странным или «детским», что приводит к резким комментариям, направленным как на взрослых, так и на детей, увлеченных этим видом активности. Важно объяснить ребенку, что такие высказывания не отражают

его ценности и не должны восприниматься близко к сердцу. Это поможет избежать негативных эмоций и агрессивной реакции.

Молодежное сообщество набирает популярность по всему миру, в том числе в Беларуси и в России. В начале 2020 года стали появляться первые сообщества хоббихорсеров, в основном в крупных городах, таких как Москва и Санкт-Петербург. Большинство деятельности по хоббихорсингу является неофициальной и организовывается группами молодежи. Однако в Республике Беларусь конные клубы поддерживают хобби юных всадников: в конном клубе «Believe» в 2021 и 2022 годах были организованы официальные соревнования по хоббихорсингу.

Если рассматривать хоббихорсинг со стороны теории и методики физического воспитания, то хобби способствует укреплению мышц ног, ягодиц, пресса, спины и рук. Дети, занимающиеся им, гармонично развиваются в направлении всех двигательных способностей, однако лидирующим двигательным качеством является ловкость. Конный спорт является ациклическим и относится к сложнокоординационным. Соответственно, роль координационных способностей сложно переоценить в рассматриваемой спортивной специализации, так как они во многом определяют результативность в конном спорте. Следовательно, хоббихорсинг может выступать как средство развития важных в конном спорте видов координационных способностей: ритмичность движений, способность к сохранению равновесия, ориентирование в процессе выполнения движения. Заниматься хобби можно уже в возрасте шести или семи лет, но большинство девочек начинают в возрасте девяти или десяти лет. Это можно обосновать тем, что дошкольники не могут совершать тонкие точные движения, воспроизводящие заданную программу, как в пространстве, так и во времени. Наибольший прирост точности движений наблюдается с 4–5 до 7–8 лет [4].

С точки зрения педагогики, как полагает Подласый И.П., основные виды деятельности детей и подростков – игра, учение, труд. Болзан Н.А. считает, что ролевая игра в хоббихорсинг действительно развивает когнитивные способности, воображение и стратегическое мышление. Хоббихорсинг часто практикуется в группах, благодаря этому у детей формируется чувство общности. Они начинают укреплять дружеские отношения, а это предотвращает развитие тревоги и неуверенности в себе. Дети учатся работать в команде, уважительно относиться к другим участникам, а также быстро адаптироваться к новым ситуациям, принимать решения и нести ответственность за свои действия. Кроме того, дети ухаживают за своим «деревянным другом», изготавливают свою лошадку самостоятельно. Пошив лошади своими руками становится для юных наездников дополнительным увлечением, развивающим фантазию и мелкую моторику. Также это помогает отрабатывать навыки заботы и ответственного отношения к своим вещам [1, 5].

Выводы. Результаты проведенного исследования позволяют рассмотреть хоббихорсинг как потенциально эффективное средство комплексного развития юных всадников, обладающее значимыми педагогическими возможностями.

1. Болзан Н. А. «Что такое хоббихорсинг и как он влияет на детей? Разбор психолога», электронный ресурс: <https://www.championat.com/lifestyle/article-5756954-hobbihorsing-chto-eto-sport-ili-net-kto-primudal-kak-razvivaetsya-v-rossii-foto-video.html>
2. Heljakka, Katriina Hobby Horses: A Hobby, Sport or Pure Play? A Contemporary Plaything as Part of Girlhood Leisure Activities in Finland 2023/09/13, электронный ресурс: https://www.researchgate.net/publication/373883301_Hobby_Horses_A_Hobby_Sport_or_Pure_Play_A_Contemporary_Plaything_as_Part_of_Girlhood_Leisure_Activities_in_Finland
3. Федерация хоббихорсинга России, электронный ресурс: <https://fhhr.ru/chto-takoe-hobbihorsing>.
4. Есаков С.А. Возрастная анатомия и физиология (курс лекций) /УдГУ. Ижевск, 2010. Электронный ресурс: <https://core.ac.uk/reader/235145204>
5. И. П. Подласый Педагогика начальной школы: учебное пособие / И. П. Подласый. – М. : Владос, 2000. – 400 с.

Севдалев С.В., канд. пед. наук, доцент,

Завалей И.В.,

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОМ ПЯТИБОРЬЕ

Одним из красивейших олимпийских видов спортивных многоборий по праву можно считать современное пятиборье. Белорусские и Российские спортсменки, как правило, входят в число сильнейших многоборков мира. Взаимное, не всегда положительное, влияние видов, входящих в современное пятиборье, требует нестандартного подхода к планированию тренировочного процесса. Особенно это актуально в подготовке спортсменок, где тренер должен предусматривать и специфические анатомо-физиологические особенности женского организма [1].

К основным направлениям индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменок специалисты относят: моделирование соревновательной структуры и уровня специальной подготовленности, адекватность содержания тренировочных и соревновательных нагрузок морфофункциональным особенностям спортсменок, учет текущего состояния спортсменок и колебания работоспособности в связи с фазами ОМЦ, коррекция тренировочных, соревновательных и внутренировочных воздействий в соответствии с индивидуальными особенностями спортсменок [2].

Целью исследования являлась теоретическая разработка и экспериментальное обоснование моделей индивидуализации подготовки высококвалифицированных спортсменок в современном пятиборье.

Исследования проводились на базе Учреждения «Гомельский областной центр олимпийского резерва по прикладным видам спорта» и отраслевой лаборатории олимпийских видов спорта УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины».

Одним из ключевых направлений процесса индивидуализации подготовки спортсменов является разработка индивидуальных моделей их соревновательной деятельности, и структуры построения годичного цикла подготовки, а также прогнозируемой динамики (модели) показателей специальной подготовленности спортсменов, предусматривающая достижение их запланированных значений к моменту главных соревнований сезона.

Модели индивидуальной соревновательной деятельности разрабатывались с учетом профиля конкретной спортсменки, а также групповых моделей, полученных на основе анализа соревновательной деятельности сильнейших спортсменов мира [3]. Определены два типа групповых моделей соревновательной деятельности в современном пятиборье. Первый тип характерен спортсменок, отличающихся высоким уровнем скоростно-силовых и координационных способностей, что позволяет им достигать высоких результатов в фехтовании. Второй – объединяет спортсменок, имеющих высокие результаты в комбинированном виде современного пятиборья.

В процессе исследований каждой спортсменке, участвующей в эксперименте, была выбрана групповая модель, наиболее близкая к её индивидуальным характеристикам соревновательной деятельности.

Модель структуры построения годичного цикла разрабатывалась на основе традиционных теоретических подходов к планированию тренировочного процесса [4], с учетом особенностей календаря предстоящих соревнований, физической, функциональной подготовленности и индивидуальных биоритмологических особенностей спортсменок.

Практическое апробирование разработанной модели структуры построения годичного цикла предполагало единую концепцию в распределении нагрузок по макро– и мезоциклам для всей группы спортсменок, участвующих в предварительном эксперименте. Однако, объём и интенсивность нагрузки определялись индивидуально в зависимости от морфологических, психологических, биоритмологических особенностей, уровня физической, функциональной подготовленности и модели соревновательной деятельности конкретной спортсменки (тип групповой модели).

Разработанный годичный цикл подготовки включал в себя два макроцикла. Первый состоит из подготовительного периода, включающего общеподготовительный (3 мезоцикла) и специально-подготовительный (2 мезоцикла) этапы, соревновательного (1 мезоцикл) и переходного периодов (1 мезоцикл). Второй макроцикл включает общеподготовительный этап (1 мезоцикл), специально-подготовительный этап (2 мезоцикла), соревновательный (5 мезоциклов) и переходный период (1 мезоцикл).

Структура построения макроциклов включала сочетание основных тренировочных средств и распределение их объема с учетом специфики подготовки спортсменок и достигнутых параметров в прошедшем годичном цикле. При этом фиксировались изменения индивидуального уровня специальной подготовленности спортсменок в зависимости от содержания, объема и интенсивности тренировочной нагрузки и влияния фаз биоритмологического цикла. Полученные данные использовались для разработки прогнозируемой динамики (модели) показателей специальной физической, функциональной подготовленности и психофизиологического состояния спортсменок в макроциклах годового цикла подготовки.

Модель структуры построения годичного цикла подготовки квалифицированных спортсменок была апробирована в предшествующий соревновательных сезонах [5], а эффективность подтверждена стабильными и высокими результатами многоборок. Это послужило основанием для использования организационно-методических условий её реализации в качестве одного из ключевых компонентов разработанной концептуальной модели индивидуализации подготовки спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье. Последняя включает в себя прогнозируемую динамику (модель) показателей специальной физической, функциональной подготовленности и психофизиологического состояния конкретной спортсменки, предусматривающую достижение запланированных значений к моменту главных соревнований и рациональное количественное распределение объема основных тренирующих воздействий по структурным единицам макроцикла (в процентах от его общего объема). На рисунках 1 представлена модель индивидуализации подготовки одной из сильнейших многоборок Беларуси (на примере 1 макроцикла).

В модель прогнозируемой динамики включены наиболее информативные показатели специальной подготовленности, имеющие высокую корреляционную связь с соревновательным результатом (относительное потребление кислорода на уровне ПАНУ, скорость бега на уровне ПАНУ, бег 1 000 м, плавание 50 м, простая зрительно-моторная реакция [6]). Данные показатели являлись ориентиром для контроля эффективности хода тренировочного процесса по средствам обратной связи, функция которой заключалась в регулярной контрольной оценке текущего состояния спортсменки, сопоставления реальных характеристик с модельными и коррекции, в случае необходимости, программы тренировки. Оценка уровня физической подготовленности проводилась один раз в месяц, функционального состояния один раз на каждом этапе годичного цикла подготовки.

Практическая роль модели заключалась в том, что она выступала в качестве конструктивной основы для индивидуализации тренировочного процесса конкретной спортсменки.

Экспериментальное подтверждение эффективности разработанной инновационной концептуальной модели индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменок в современном пятиборье проходило в условиях тренировочного процесса квалифицированных спортсменок (МС-МСМК, n=6)

в 2023–24 гг. По окончании годового цикла подготовки нами был проведен сравнительный анализ результатов, показанных на крупнейших международных соревнованиях.

Таблица 1

Макроцикл		I						Объем нагрузки за макроцикл, км, ч	
Периоды		Подготовительный				Соревновательный	Переходн.		
Этапы		Общеподготов.		Спец. подготов.					
Мезоциклы		В _т	Б	Б	К _п	П	С		В
Месяцы		IX	X	XI	XII	I	II		III
Средства подготовки									
Аэробно-восстановительная направленность, %	Бег	65,3		25,2		9,5		735,0	
	Пл.	70,0		22,0		8		100,0	
Аэробно-развивающая направленность, %	Бег	43,0		34,2		22,8		272,0	
	Пл.	30,5		44,1		25,4		59,0	
Смешанная аэробно-анаэробной направленность, %	Бег	35		35		30		83,0	
	Пл.	22,2		63,0		14,8		27,0	
Гликолитическая анаэробная направленность, %	Бег	16,7		62,5		20,8		24,0	
	Пл.	30,8		38,4		30,8		3,25	
Смешанная алактатно-гликол. направленность, %	Бег	-		57,2		42,8		3,5	
	Пл.	-		72,8		27,3		1,1	
Фехтование, %		44,5		44,5		11,0		108,0	
Верховая езда, %		44,5		41,6		13,9		72,0	
Стрельба, %		42,1		42,1		15,8		57,0	
ОФП, %		53,5		37,2		9,3		86,0	

Примечание: В_т – Втягивающий, Б – Базовый, К_п – Контрольно-подготовительный, П – Предсоревновательный, С – Соревновательный, В – Восстановительный мезоцикл.

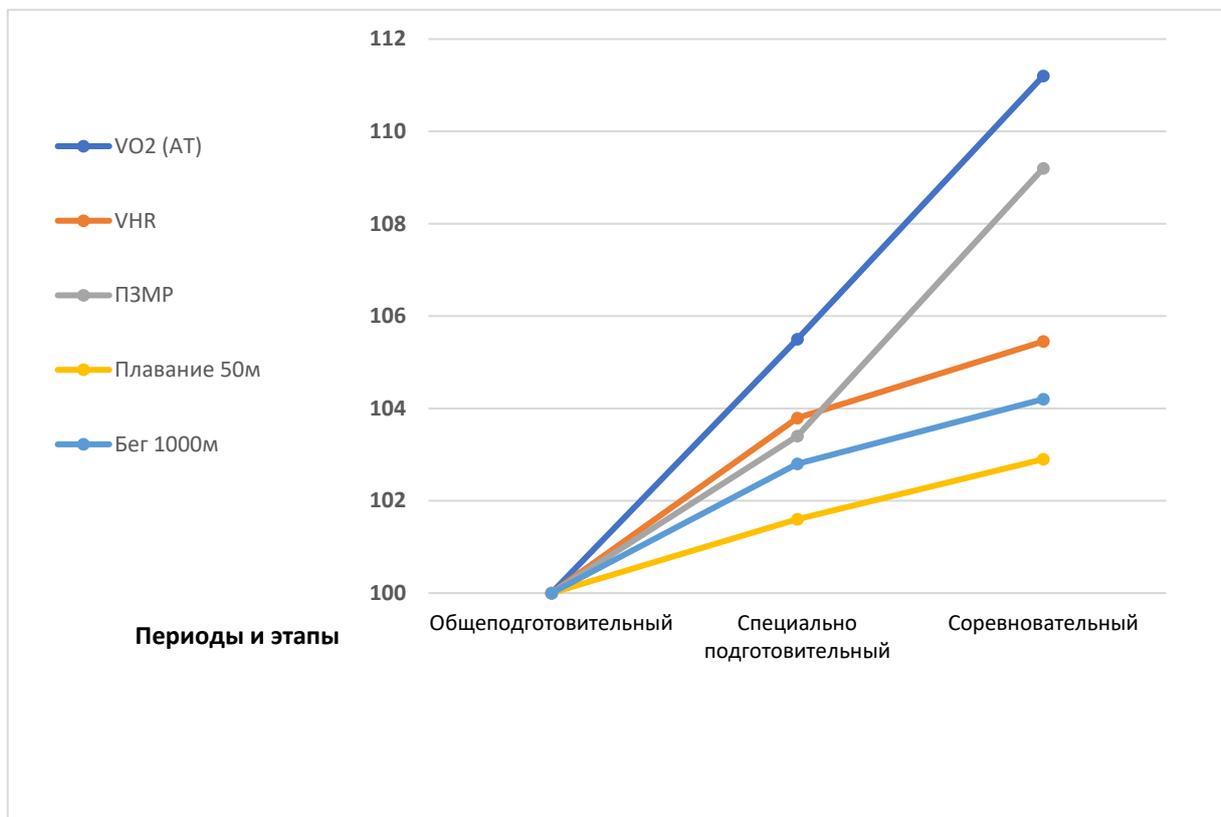


Рисунок 1 – Концептуальная модель индивидуализации подготовки спортсменки, специализирующейся в современном пятиборье в первом макроцикле годового цикла тренировок: сверху – модель прогнозируемой динамики уровня специальной психофизиологической, физической и функциональной подготовленности спортсменки; внизу – распределение основных средств подготовки в процентах за макроцикл (100 %)

Анализ данных показал, что в таких видах пятиборья как плавание, верховая езда и фехтование статистической достоверности различий выявлено не было. Однако в фехтовании спортсменки практически достигли статистической значимости и увеличили результат на 16,71 очка ($212,29 \pm 27,62$ оч.) в 2023 г. и ($229,0 \pm 17,3$ оч.) – 2024 г). В комбинированной эстафете и общей сумме пятиборья выявлена статистическая достоверность различий (для 5 % уровня значимости). Кроме того, разработанное содержание и распределение тренирующих воздействий позволило достоверно улучшить физическую подготовленность спортсменок в показателях, входящих в прогнозируемую модель динамики уровня специальной психофизиологической, физической и функциональной подготовленности, что позволяет говорить об эффективности комплексной индивидуализации тренировочного процесса квалифицированных спортсменок.

Таким образом, реализация разработанных моделей индивидуализации подготовки высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье, показала их высокую продуктивность.

1. Шахлина Л. Я.-Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин / Л. Я.-Г. Шахлина ; НУФВСУ. – Киев : Наукова думка, 2001. – 328 с.

2. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменок (теоретико-методические аспекты) : монография / Е. П. Врублевский [и др.]. – Гомель: Изд-во ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 223 с.

3. Севдалев, С. В. Индивидуальные особенности структуры соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье / С. В. Севдалев, Е. П. Врублевский, Г. И. Нарский // Человек. Спорт. Медицина. – 2023. – Т. 23. – № 2. – С. 150–158.

4. Платонов, В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

5. Севдалев, С. В. Организация макроцикла подготовки высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье / С. В. Севдалев, В. А. Боровая, Е. С. Нецветаева, Е. П. Врублевский // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 94–96.

6. Севдалев, С. В. Определение информативных показателей оценки физической подготовленности квалифицированных спортсменок, специализирующихся в современном пятиборье / С. В. Севдалев // Физическая культура. Спорт. Здоровье : материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Сыктывкар, 2023. – С. 157–161.

Селиверстова Н.В.

Швайликова Н.В.,

Гомельский Государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь

ЦИФРОВИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Актуальность: актуальность обусловлена быстрым развитием технологий, которые трансформируют образовательную среду. Цифровизация открывает новые возможности для улучшения доступности и гибкости учебного процесса, создания персонализированных образовательных траекторий и улучшения взаимодействия между преподавателями и студентами. Однако с внедрением цифровых технологий возникают и определенные вызовы, такие как технические проблемы, снижение мотивации студентов и отсутствие живого общения. Исследование этих аспектов поможет оптимизировать образовательный процесс и эффективно интегрировать цифровые технологии.

Цель исследования: заключается в анализе влияния цифровых технологий на образовательный процесс, выявлении их преимуществ и недостатков, а также оценке их воздействия на эффективность обучения, доступность образовательных ресурсов и взаимодействие между преподавателями и студентами.

Методика и организация исследования включает анализ литературы, опросы студентов и преподавателей, а также сравнительный анализ традиционных и цифровых методов обучения. Исследование будет основано на сборе и обработке данных, полученных через опросы, анализ существующих примеров применения цифровых технологий в образовательных учреждениях. Организация исследования предполагает несколько этапов: сначала изучение литературы и статистики, затем проведение опросов, и, наконец, анализ полученной

информации с формулировкой выводов и рекомендаций по оптимизации использования цифровых технологий в учебном процессе.

Результаты исследования и обсуждение: результаты исследования показали, что цифровизация образования улучшает доступность и гибкость учебного процесса, позволяя студентам учиться в удобное время и место, а преподавателям – эффективно отслеживать прогресс и предоставлять персонализированные рекомендации. Однако выявлены и недостатки, такие как зависимость от технологий, технические сбои и снижение взаимодействия между студентами и преподавателями, что может негативно сказаться на мотивации. В целом, цифровизация делает обучение более персонализированным и эффективным, при этом важно сохранить баланс с традиционными методами обучения.

Выводы: цифровизация образования открывает новые возможности для улучшения доступности, гибкости и персонализации учебного процесса. Она способствует более эффективному обучению, предоставляя студентам возможность учиться в удобное время и место, а преподавателям – отслеживать прогресс и адаптировать обучение под индивидуальные потребности. Однако цифровизация также сопряжена с рядом вызовов, таких как зависимость от технологий, технические проблемы и снижение личного общения, что может негативно повлиять на мотивацию и взаимодействие в учебном процессе. Важно интегрировать цифровые технологии с традиционными методами обучения, чтобы создать сбалансированную и эффективную образовательную среду.

Влияние цифровых технологий на образовательный процесс

Цифровизация – это процесс превращения аналоговых данных и рабочих процессов в цифровой формат. Она включает в себя использование цифровых технологий для автоматизации, эффективности работы организаций и предприятий. В результате этого меняется и общественная жизнь, повышается ее качество, у человека появляется электронный доступ к информации и услугам, происходит совершенствование систем здравоохранения и образования.

Использование онлайн платформ и ресурсов позволяют организовать дистанционное обучение, что особенно важно в условиях пандемии и ограничений, связанных с эпидемиологической ситуацией. Например это платформы Moodle, Google Classroom, Zoom. Для студентов университетов это открывает доступ к онлайн-курсам, видеолекциям и дополнительным образовательным материалам, которые могут быть использованы для самостоятельной работы и углубленного изучения дисциплин, таких как биомеханика, спортивная физиология и психология.

Цифровизация в спорте:

Одним из основных аспектов цифровизации спорта является использование аналитики данных для анализа производительности спортсменов. С помощью различных датчиков и устройств, таких как носимые устройства и камеры, можно собирать данные о физической активности, движении и других параметрах. Эти данные затем анализируются и используются для оптимизации тренировок и повышения результативности.

Другой важной областью цифровизации спорта является трансляция и просмотр спортивных событий. С помощью интернета и цифровых платформ, таких как стриминговые сервисы, можно легко транслировать спортивные события в режиме реального времени и предоставить доступ к ним любому желающему.

Цифровизация позволяет поддерживать активность и вовлеченность в спорт даже не смотря на пандемию: например формат онлайн-тренировок или онлайн соревнований.

Ключевые инструменты:

GPS-трекеры и биометрические датчики – анализируют скорость, расстояние, частоту сердечных сокращений и уровень усталости.

Системы видеонаблюдения и анализа движений – помогают улучшить технику выполнения упражнений.

Искусственный интеллект и машинное обучение – прогнозируют риски травм и подбирают оптимальные тренировочные программы.

Виртуальная реальность (VR) и дополненная реальность (AR) могут быть использованы для создания иммерсивных тренировочных сред, которые помогают спортсменам улучшать свою реакцию, координацию и принятие решений. AR может использоваться в фитнесе и реабилитации для создания индивидуальных программ восстановления. VR-очки могут создавать симуляцию игровой ситуации для футболиста или баскетболиста.

Цифровизация студенческого спорта повышает качество подготовки спортсменов, снижает риск травм и делает тренировки более индивидуализированными.

Преимущества и возможности цифровизации для студентов и преподавателей

Цифровизация образования способствует также развитию компетенций будущего – информационной грамотности, цифровой грамотности, навыков работы с информацией. Современный мир требует от людей умения быстро находить, оценивать и использовать информацию, и цифровые технологии становятся незаменимым инструментом для развития этих навыков. Кроме того, использование цифровых технологий позволяет улучшить коммуникацию между обучающимися и преподавателями, обеспечивая более эффективную и удобную форму обратной связи. Виртуальные аудитории, видеоконференции, онлайн-чаты и другие средства общения создают благоприятную атмосферу для обмена идеями, обсуждения вопросов и совместного решения. [1]

Цифровизация образования открывает множество новых возможностей и преимуществ как для студентов, так и для преподавателей, значительно меняя структуру и динамику учебного процесса. Для студентов цифровизация становится мощным инструментом, который позволяет повысить эффективность обучения, улучшить доступность образовательных материалов и гибкость учебного процесса.

Для студентов одно из важнейших преимуществ цифровизации заключается в доступности образовательных материалов. Цифровизация представляет

круглосуточный доступ к лекциям, учебникам, видеоурокам и другим образовательным ресурсам через интернет. Это означает, что студенты могут учиться в любое время и в любом месте, независимо от их расписания, что значительно расширяет возможности для самообразования и улучшает качество усвоения материала.

Гибкость обучения также является ключевым преимуществом, которое студенты получают с внедрением цифровых технологий. Ранее учебный процесс был довольно жестким, с определенными часами занятий и обязательным присутствием в учебных аудиториях. Цифровизация позволяет студентам адаптировать обучение под свои индивидуальные нужды и график.

Существуют некоторые мобильные приложения, направленные на тренировки и изучения материала. Мобильные приложения не только дают возможность гибкого графика но еще и намного интереснее для студентов.

Цифровизация также способствует персонализированному подходу к обучению, позволяя адаптировать курс под индивидуальные потребности каждого студента. Использование адаптивных платформ и технологий дает возможность студентам получать задания и материалы, соответствующие их уровню подготовки и прогрессу. Это позволяет более эффективно работать с каждым обучающимся, обеспечивая поддержку там, где это необходимо, и помогая студентам достигать лучших результатов.

Еще одним значительным преимуществом является возможность эффективного мониторинга прогресса студентов. С помощью цифровых платформ преподаватели могут легко отслеживать результаты студентов, анализировать их успехи и проблемы, а также давать персонализированные рекомендации. Это помогает быстро выявлять слабые места в обучении и предоставлять студентам необходимую поддержку, потому что благодаря использованию цифровых технологий позволяет преподавателям экономить время. Виртуальные помощники, автоматизированные системы для оценки и проверки заданий делают процесс обучения более эффективным, освобождая преподавателей для более глубокой и творческой работы с учебным материалом и студентами.

Цифровизация также способствует созданию более гибкой образовательной среды, где преподаватели могут использовать различные методики и подходы для достижения наилучших результатов. Онлайн-курсы, видеоконференции и виртуальные семинары позволяют преподавателям взаимодействовать с более широким кругом студентов, включая тех, кто не может присутствовать на очных занятиях. Это особенно актуально в области физической культуры, где преподаватели могут вести занятия для студентов из разных регионов или стран, обмениваться опытом и знаниями с коллегами со всего мира.

Таким образом, цифровизация предоставляет огромное количество преимуществ как для студентов, так и для преподавателей. Она не только облегчает доступ к знаниям и повышает гибкость учебного процесса, но и улучшает взаимодействие между преподавателем и студентом, позволяя создавать более персонализированные и эффективные образовательные пути. Эти изменения открывают новые перспективы для всех участников образовательного процесса,

способствуя созданию более динамичной, доступной и качественной образовательной среды.

Недостатки цифровизации

Несмотря на все очевидные преимущества, цифровизация образования также имеет ряд недостатков и вызовов, которые необходимо учитывать при внедрении новых технологий в учебный процесс. Эти недостатки могут касаться как технических, так и социальных аспектов, влияя на эффективность обучения и общее восприятие цифровых изменений.

Важной проблемой является отсутствие персонализации курсов электронного обучения – профессиональное дистанционное обучение иногда носит слишком общий характер, поэтому изначально надо детально и подробно ознакомиться с планом обучения и методами обучения выбранного курса.

Возможность совмещения урока и посещения различных социальных сетей, так как устройство для онлайн-занятия должно быть подключено к Интернету, что отвлекает и мешает сосредоточиться ученику

Отсутствие социального взаимодействия – в школе ученики многому учатся у своих сверстников. Однако в онлайн-классе взаимодействие вне классной работы между учениками и учителями минимально или отсутствует. Это может привести к чувству изоляции у школьников, что может негативно повлиять [2].

Технические проблемы и зависимость от технологий также являются серьезным вызовом. Часто возникают проблемы с стабильностью интернет-соединения, программным обеспечением или платформами для проведения онлайн-занятий. Сбои в системах, технические неполадки или несовместимость различных технологий могут привести к перерывам в обучении, что нарушает его непрерывность и эффективность.

Таким образом, несмотря на все преимущества, цифровизация образования имеет свои существенные недостатки. Проблемы цифрового неравенства, снижение мотивации, потеря живого общения, технические неполадки и вопросы безопасности данных требуют внимательного подхода к внедрению новых технологий в образовательный процесс. Важно сбалансировать цифровизацию с традиционными методами обучения, чтобы сохранить высокое качество образования и обеспечить доступность и равенство для всех участников процесса.

1. Матвиенко С. В., Васильева Е. В. Плюсы и минусы цифрового образования. Санкт-Петербург, Российский государственный университет правосудия, 2022.

2. Малькова Ю. В., Кот Е. М., Горбунова О. С., Пильникова И. Ф., Петрякова С. В. Преимущества и недостатки цифровизации образования. Екатеринбург, Уральский государственный аграрный университет, 2024.

Трофимович И.И.,

Нарский А.Г., канд. пед. наук, доцент

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины

Гомель, Беларусь

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА

Актуальность. Метание молота – одна из легкоатлетических дисциплин, которая заключается в метании снаряда (молота) на дальность. Данная дисциплина проводится только на открытых стадионах и относится к техническим видам лёгкой атлетики. В программу Олимпийских игр метание молота у мужчин было включено в 1900 г, а у женщин с 2000 г [1].

Современная техника метания молота включает в себя следующие действия. Спортсмен начинает выполнять разгон снаряда, стоя спиной к сектору. Выполнив два вращения молота над головой (без вращения туловищем), спортсмен, опуская снаряд, выполняет от 3 до 4 поворотов вместе с ним, в секторе диаметром 2,135 м. После разгона снаряда спортсмен выпускает его, оставаясь при этом в положении лицом по направлению метания. Данные действия требуют от легкоатлетов-метателей развития высокого уровня скоростно-силовых качеств и координации движений для достижения высокого результата [2].

В начале 21 века белорусские метатели молота по праву занимали высокие позиции как в мировом рейтинге (топ-лист сезона), так и на международных соревнованиях. Поэтому достаточно актуальной темой является изучение соревновательных результатов у белорусских метателей молота на современном этапе развития спорта и сравнение их с зарубежными спортсменами.

Цель исследования – провести сравнительный анализ результатов у метателей молота из Республики Беларусь (РБ) и Соединённых Штатов Америки (США).

Методика и организация исследования. Сравнительному анализу подвергались результаты, показанные метателями молота (мужчины и женщины) на чемпионатах Республики Беларусь и Соединённых Штатов Америки. Выборка результатов проводилась по показателям финальных соревнований в метании молота (n=7-8 финалистов), показанных на чемпионатах с 2014 по 2024 годы (исключение составил 2020 год, когда соревнования в США не проводились из-за COVID-19); определение результатов проводилось с помощью анализа протоколов соревнований [3,4] и статистических отчётов World Athletics [5].

Результаты исследования. Проведённый анализ статистических отчётов и протоколов соревнований позволил нам выявить динамику соревновательных результатов у метателей молота (мужчин и женщин), представленную на рисунках 1 и 2).

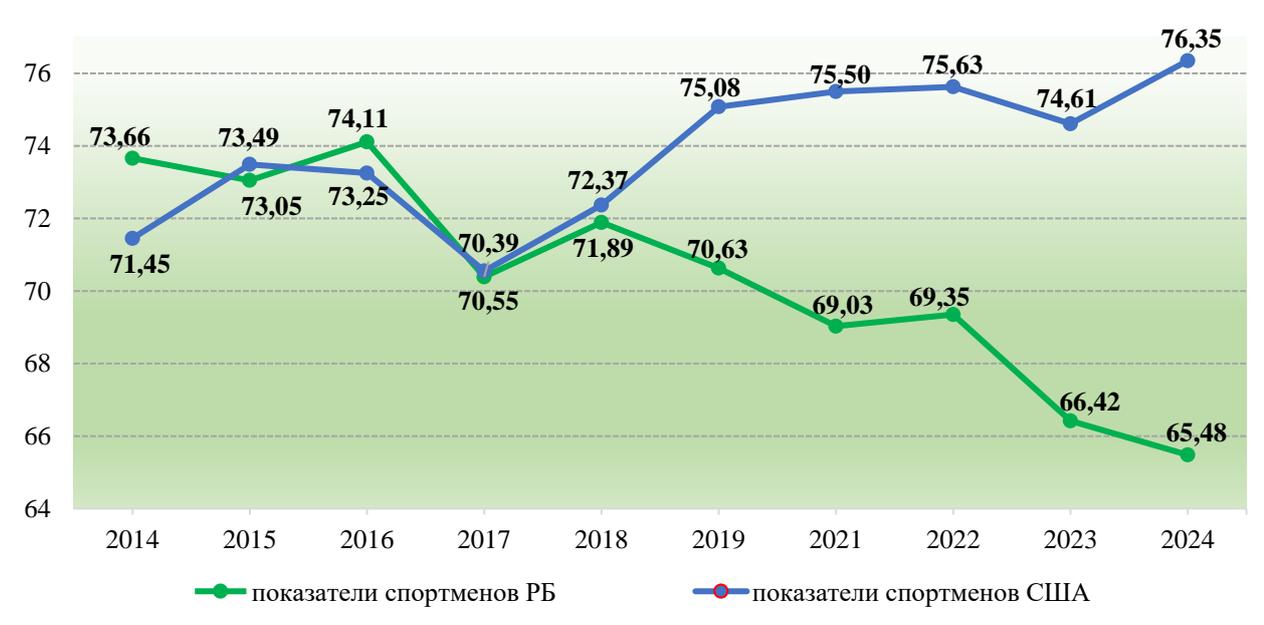


Рисунок 1 – Динамика показателей у метателей молота (мужчины)

Рассматривая динамику показателей у мужчин, можно выделить наилучший средний результат, показанный белорусскими метателями в финале чемпионата 2014 г. (73,66 м). Самый слабый средний результат отмечен в финале соревнований 2024 г. (65,48 м). У спортсменов из США наилучший результат зафиксирован на соревнованиях 2024 г. (76,35 м), а наиболее слабый показатель – в 2017 г. (70,55 м).

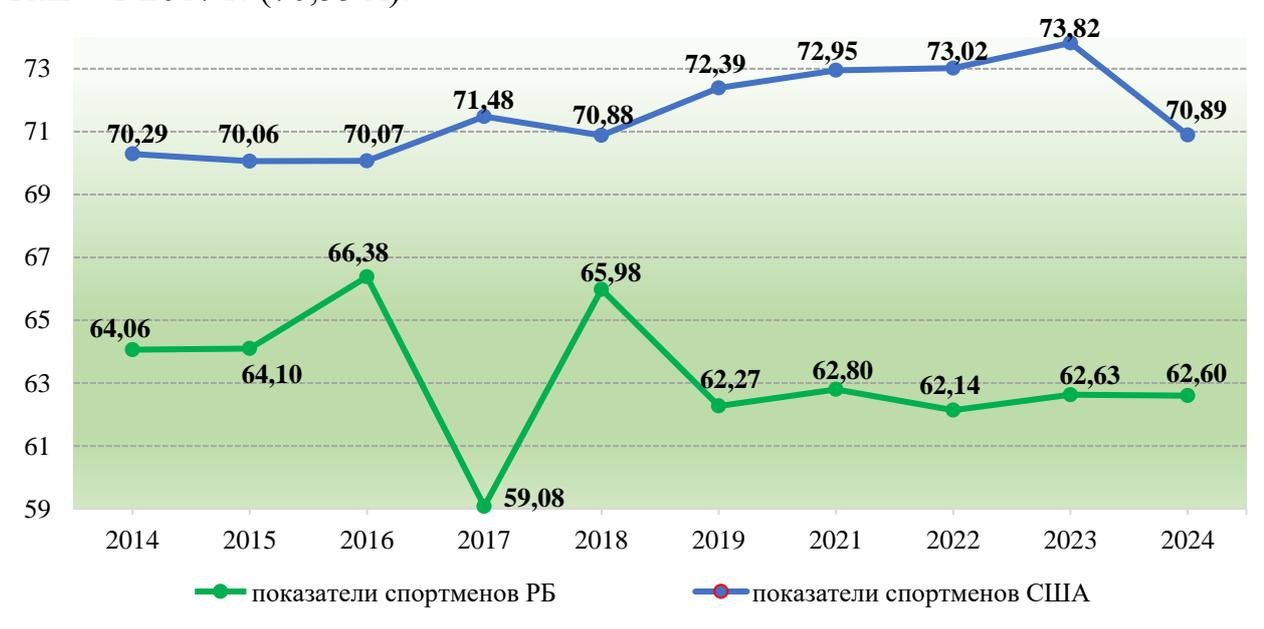


Рисунок 2 – Динамика показателей у метательниц молота (женщины)

У женщин-метательниц из Беларуси наилучший результат зафиксирован в 2016 г. (66,38 м), самый слабый показатель – в 2017 г. (59,08). У спортсменок из США самый сильный средний результат по итогам финальных соревнований составил 73,82 м (был зафиксирован в 2023 г.), самый слабый показатель – 70,06 м, который был отмечен в 2015 г.

Проведённые исследования, также позволили установить разницу между показателями исследуемых групп у мужчин и женщин (рисунок 3).

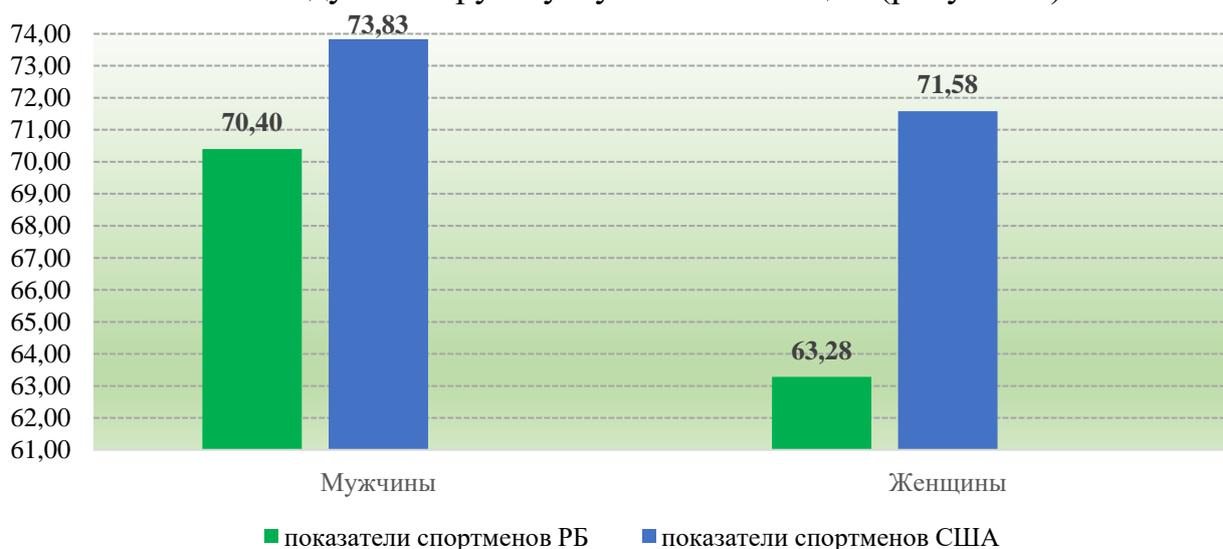


Рисунок 3 – Среднегрупповые результаты за весь период исследования

Установлено, что у мужчин разница между показателями метателей молота из РБ и США составила 3,43 м, в то время как у метательниц данный показатель составил 8,30 м.

Выводы. Таким образом, проведённое нами исследование позволило выявить, что на современном этапе развития спорта более высоким уровнем соревновательных результатов в метании молота обладают атлеты из США (с результатами 73,83 м против 70,40 у мужчин и 71,58 против 63,28 у женщин).

1. Бахтина, Т. Н. Физическая культура и спорт: курс лекций : учебное пособие / Т. Н. Бахтина. – Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2021. – 200 с.

2. Методика тренировки в легкой атлетике : учеб. пособие / Т. П. Юшкевич [и др.]; под общ. ред. Т. П. Юшкевича. – Минск : БГУФК, 2021. – 562 с.

3. Белорусская федерация лёгкой атлетики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://bfla.eu>. – Дата доступа: 20.03.2025.

4. The Home of USA Track & Field [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.usatf.org>. – Дата доступа: 20.03.2025.

5. Butler M. World athletics statistics handbook / M. Butler; World Athletics Communications Department, 2022. – 899 p.

Федорова А.М., канд. пед. наук,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Минск, Беларусь

РАЗВИТИЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО И ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

Совершенствование личности средствами искусства и ее всестороннее развитие – задачи взаимосвязанные, имеющие важное значение для формирования личности в условиях общеобразовательной и профессиональной школы.

Л.С.Выгодский подчеркивал, что ничто не может заменить литературу, искусство в воспитании общественных нравов и чувств людей, в их способности воздействовать на ум и на сердце [1].

Стержневым направлением педагогической науки, в русле которого возможно эффективное решение проблемы улучшения художественного образования и эстетического воспитания подрастающих поколений, являются проблемы взаимодействия искусств в учебно-воспитательном процессе.

В современном обществе необходимо значительно усилить роль и воздействие физической, художественной, нравственной культур, разнообразных видов художественного творчества на формирование личности. Искусство во всем многообразии его видов и жанров через художественный образ прогнозирует идеал будущего общества и присущие ему общественные отношения, указывая пути и способы совершенствования нового человека.

Отечественная и мировая художественная культура достигла небывалого расцвета. В нашей стране созданы благоприятные условия для всеобщей эстетической образованности, повышения ее воспитывающей функции. В эпоху научного и технического прогресса художественное образование и эстетическое воспитание личности – важные факторы формирования общественных взглядов и убеждений, морального облика и культуры поведения общества. Вот почему сегодня так остро стоит вопрос о всеобщности художественного образования и эстетического воспитания молодых людей, о приведении в соответствие уровня общего образования и художественно-эстетической культуры.

Взаимосвязь, взаимодействие искусств в учебной, внеучебной работе отражает одну из ведущих тенденций развития современной художественной культуры – стремление к интеграции различных видов художественного творчества. Это явление должно находить отражение в практике учебных заведений разного уровня, где в процессе изучения учебных предметов учащиеся будут знакомиться с основами искусства как формы общественного сознания и художественно-образного отражения действительности. Именно школа призвана вооружать учащихся системой общеэстетических, общеискусствоведческих знаний, обобщенных художественно-эстетических умений и навыков, опытом художественно-эстетической деятельности, формировать эстетическое восприятие, чувства, оценки, вкусы, идеалы, взгляды.

Все виды и жанры искусства обладают возможностью всестороннего воздействия на личность, комплексированного решения задач воспитания молодого поколения. Критерием его влияния на общее развитие человека является творческая активность.

Творческая активность – это показатель уровня духовных потребностей молодых людей, их социальной и гражданской позиции, нравственно-эстетической зрелости, результат гармонического развития всех личностных задатков и способностей. Творчество – понятие многогранное, оно пронизывает все стороны жизнедеятельности развивающегося организма и проявляется во всем многообразии общественной практики.

К основным видам деятельности учащихся относятся предметная, игровая, познавательная, трудовая деятельность, общение. Организуя эстетическое воспитание в учреждениях образования, следует непременно учитывать особенности видов занятий, в которые включен учащийся, предусматривать желаемые результаты в изменении духовных потребностей, нравственного облика. Как показывает практика: чем активнее включается учащийся в разнообразные формы работы, тем многообразнее становятся его духовные интересы и потребность в творческом преобразовании действительности.

Психологической наукой доказано, что подростковый и юношеский возраст обладают огромным творческим потенциалом. На этой ступени обнаруживаются благоприятные условия для сенсорного и интеллектуального развития, осознанного восприятия эстетических предметов и явлений, в том числе и искусства. В этом возрасте молодые люди способны к глубоким сопереживаниям, к фантазированию, творческому воображению и поэтическому домысливанию, к выработке критериев оценки нравственно-эстетического поведения. Накопленные ими знания и социальный опыт позволяют им включаться и в созидательные виды деятельности, в процессе которых осуществляется художественное освоение мира (Л.С. Выготский, Б.П. Юсов) [2, 3].

Искусство, как единство эмоционального и рационального, способствует формированию образного и понятийного мышления, разнообразных эмоционально-эстетических переживаний, лежащих в основе эстетической потребности, которая, в свою очередь, побуждает к активной деятельности, в том числе и творческой. Творческой личности присущи такие качества, как напряженность внимания, огромная впечатлительность, восприимчивость (перцептивные особенности личности), интуиция, могучая фантазия, выдумка, дар предвидения, обширность знаний (интеллектуальные особенности личности), уклонение от шаблона, оригинальность, инициативность, упорство, высокая самоорганизация, колоссальная работоспособность, характерологические особенности [1]. Творчески эстетическая деятельность включает такие компоненты, как эстетически-воспринимающий, эстетически-оценочный, ценностно-ориентационный, эстетически-коммуникативный, творческий [4, с.222]. Чтобы воспринять на художественно-эстетическом уровне произведение искусства, необходимы соответствующие знания, умения, навыки, развитость сенсорики, творческого воображения, домысливания и т.д. Правильно оценить художественно-эстетические достоинства определенного вида и жанра искусства невозможно, если нет умений сопоставления произведений, вычленения ценностных эстетических свойств, элементов, отличающих их от других, и т. д.

Искусство оказывает многогранное воздействие на личность благодаря ее интеллектуальной, эмоциональной и творческой активности. Слушание музыки, чтение книг, просмотр фильмов и спектаклей требуют от молодых людей понимания чувств и мыслей автора, героев произведения, напряженности внимания, фантазии, поэтического домысливания, обширности знаний, эмоциональной впечатлительности, интуиции и т. д. Но развивать личностные качества до уровня активности позволяет только комплекс искусств. Многообразие

средств художественно-образного отражения, их сочетание создают у учащихся то чувство гармонии, совершенства, которое лежит в основе творческого освоения действительности. Общение с различными художественными образами знакомит молодежь с многообразием форм творческой деятельности, с богатством средств ее проявления.

Воздействие комплекса искусств на молодых людей предполагает активизацию эмоциональной и интеллектуальной сфер, своеобразного «сотворчества», образного и понятийного мышления, остроты и тонкости переживаний, развитости чувств.

Постижение комплекса искусств – это творчество, в котором проявляется целенаправленная эстетическая ориентация личности, проявляется способность к субъективной оценочной деятельности. В творческом восприятии проявляются нравственно-эстетические установки личности. Эстетические переживания, оценки произведений, обогащение практики и есть проявление творческой индивидуальности.

Различные виды искусства, затрагивая личность в целом, все же в большей степени воздействуют на какую-то определенную сторону духовной деятельности, моральные чувства и убеждения. Психологи считают, что относительная неравномерность в развитии разных видов чувствительности объясняется тем, что в зависимости от структуры деятельности и условий жизни приобретают ведущее значение определенные виды внешних воздействий, входящие в состав этой структуры и условий [5]. Комплекс искусств, как система пед. воздействий, включающая молодежь в различные виды художественно-эстетического творчества, оказывает существенное влияние на изменение мотивов деятельности, значительно обогащает культуру чувств, активизирует эмоциональный строй, пробуждает эстетические потребности, без чего невозможно формирование идейно-нравственных и эстетических убеждений. Воздействие комплекса искусств стимулирует общее развитие потребности и способность воспринимать, ценить и создавать прекрасное, выявляет интерес, дарование к какому-то виду деятельности и, опираясь на эту способность, активизирует ее до творческого уровня.

Исследования, проводимые среди подростков и детей юношеского возраста в школах и колледжах, показывают, что систематическое общение с комплексом искусств еще не означает, что молодые люди в равной степени будут энергичными, активными. Важно, чтобы все разновидности искусства способствовали эстетическому развитию учащихся. Задача всестороннего воспитания личности в полной мере может быть реализована тогда, когда в этом процессе наиболее полно функционируют и оптимально сочетаются общее и специфическое [6].

Искусство осуществляет взаимосвязь процесса воспитания и обучения на разных ступенях обучения. Использование всех его разновидностей в учебно-воспитательной работе формирует у учащихся целостное представление о современном мире, его гармонии, целесообразности, упорядоченности, многообразии эстетических форм освоения действительности. Искусство обладает способно-

стью синтезировать в художественных образах содержание самых различных отраслей духовного производства, пробуждать интерес и к науке, и к технике, и к искусству, обогащать социально-эстетический опыт. Это особенно важно для подростков и юношества потому, что у них еще не сформирован интерес к дисциплинам художественного цикла, и познавательная деятельность нуждается в систематическом эмоционально-эстетическом воздействии. Взаимосвязь искусства в учебной практике должна быть представлена как целенаправленная система пед. воздействий на учащихся с целью их эстетического и общего развития, а критерием этого развития является творческая активность.

Развитие творческой активности подростков средствами искусства предполагает включение их в самостоятельную творческую деятельность, которая сочетает в себе мотивационный, содержательно-операционный, ценностно-волевой, оценочный компоненты. Мотивационный – предполагает формирование потребности в постановке и решении художественно-эстетических задач. Содержательно-операционный – предусматривает развитие способности воспринимать искусство, анализировать его, для чего необходим определенный запас знаний по теории и истории искусства, эстетический опыт, умение сопоставлять, сравнивать изобразительные и выразительные элементы искусства. В ценностно-волевом компоненте проявляются эмоциональные переживания, эстетические, интеллектуальные и нравственные чувства, волевые усилия. В оценочном – содержится практическая реализация полученных знаний, сравнение результатов деятельности с выполняемой задачей [3].

В развитии творческой активности важен подготовительный период, т.е. организационная репродуктивная деятельность. Она позволяет учащимся накопить необходимый опыт, художественно-эстетические знания, разнообразные впечатления и эмоциональные переживания. На этом этапе молодой человек учится слушать, видеть, наблюдать произведения искусства, выделять в них главное, хотя и здесь уже имеются элементы творчества (акт узнавания, сопоставления, сравнения, сотворчества, сопереживания). Органично вплетаясь в содержание учебного материала, искусство стимулирует творческие возможности учащихся, дает импульс для развития познавательного интереса и активности.

Искусство используется на разных этапах учебной деятельности, обеспечивая репродуктивную и творческую деятельность учащихся в оптимальном сочетании, способствует развитию их творческой активности.

Вопросы взаимосвязи искусств, развития творчески-эстетической активности требуют внимания всех предметных комиссий, которые призваны изучать, обобщать и разрабатывать практические рекомендации, внедрять в практику передовой педагогический опыт. Вовлечение молодых людей в собственно художественно-эстетическую деятельность, использование возможностей внеучебной работы (кружки художественной самодеятельности, клубы, школы искусств, вечера и т.д.) будут способствовать развитию творческих способностей, активности каждой индивидуальности. Взаимодействие искусств в образовательном процессе – резерв формирования всесторонних способностей и духовных потребностей. Поэтому его необходимо использовать во всех

звеньях учебно-воспитательного процесса, чтобы сформировать личность все-сторонне развитой и духовно богатой.

1. Выготский, Л. С. Психология искусства/ Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1987. – 344 с.
2. Выготский, Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте: психологический очерк: книга для учителя/ Л. С. Выготский. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 1991. – 93 с.
3. Юсов, Б. П. Новые горизонты школьного искусства и культуры /Б. П. Юсов // Искусство в условиях модернизации школьного образования и воспитания. – М.: Ин-т художеств .образования РАО, 2003. – С. 5-28.
4. Ильин, Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности /Е. П. Ильин. СПб.: ПитерЮ, 2009. – 433.
5. Ананьев, Б. Г. Задачи психологии искусства. Психология художественного творчества/ Б. Г. Ананьев. – Минск: Хрестоматия, 1999. – 268 с.
6. Анисимова, А. Ю. Особенности соотношения интеллектуальных и творческих способностей /А. Ю. Анисимова // Ананьевские чтения, 2005: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2005. – С. 431–432.

Федорова А.М., канд. пед. наук,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Беларусь

РЕЧЕВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ЭЛЕМЕНТ СТАНОВЛЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА У СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ

Педагогическое назначение речевой деятельности в процессе обучения определяется влиянием ее на личность студента, профессиональные и личные качества преподавателя, на совершенствование учебного процесса. Правильная организация речевой деятельности способствует формированию активной позиции учащегося в познании, становлению положительного отношения к учению, развитию общения.

Понятие речевой деятельности было впервые введено и обосновано в отечественной и мировой психологии Л. С. Выготским. В 40-е гг. XX века психологическая школа Л. С. Выготского выдвинула положение о том, что речь должна рассматриваться в качестве акта человеческой деятельности. Значительная часть философов, социологов, психологов, лингвистов, методистов и представители других наук рассматривали речь с позиций общей теории деятельности, как необходимый ее вид (В.А. Лекторский, В.М. Соковнин, Э.С. Маркарян, Л.А. Зимняя, А.Р. Лурия, Т.В. Цветкова и др.). А.А. Леонтьев утверждал, что в реальной жизни речь чаще всего имеет **статус не самостоятельной деятельности, а действия, включенного в любую другую** [1, с. 75]. Однако и он оперирует термином «речевая деятельность», что, с нашей точки зрения, весьма значимо.

В педагогической теории основное внимание уделяется вопросам развития речи учащихся или студентов, устного общения, языкового мастерства, которые решаются на основе принципа объективно существующей связи между

языком и познавательными процессами (В.В. Голубков, Л.Р. Крамская, З.Г. Зайцева, Н.В. Сергеева и др.). Исследуются процессы развития языка и мышления в условиях обучения, общие характеристики и тенденции речевого развития, факторы, определяющие достоинства и недостатки учащихся в процессе обучения (М.Т. Баранов, М.Р. Львов, Н.А. Пленкин, И.Е. Сеница и др.), вопросы языковой культуры (А.А. Артемов, Е.А. Бахмутова, В.П. Чихачев и др.). Большой интерес представляют работы Т.А. Ладыженской, которая рассматривает развитие речи учащихся в межпредметном плане. Сложности в изучении данной проблемы усугубляются терминологической неясностью, несогласованностью в понимании основных вопросов теории.

Речевая деятельность в обучении может быть охарактеризована как совокупность процессов восприятия, выражения и воздействия, обеспечивающих познание и общение и отражающих отношения обучающихся как субъектов деятельности, определяющих их позицию. Речь существует как самостоятельная деятельность основа для формирования личности, будучи одновременно органично включенной в любую деятельность.

Исследования Э.Э. Антона, Л.П. Крысина, Б.Ф. Ломова, Е.Ф. Тарасова, Е.Ф. Шатилова и других выявили своеобразие речевой деятельности в сфере общения, влияние ее на отношения, складывающиеся между преподавателем и студентами, среди учащихся.

В ходе педагогического общения педагог овладевает новыми гранями профессиональной позиции как субъект равноправного общения, психотерапевт и актер. Коммуникативные умения и навыки развивают важные психологические качества, которые являются составляющими компетентности преподавателя. К ним относятся педагогический такт, педагогическая эмпатия, педагогическая общительность, обладание педагогической этикой [2].

Речевая деятельность, обеспечивая все другие виды деятельности, по отношению к одним имеет базовый характер (познавательная, коммуникативная), а по отношению к другим – сопутствующий, но всегда обязательный (труд). Особое место занимает содержательная основа речи: восприятие, которое должно быть адекватным; выражение, требующее определенных речевых умений; воздействие, которое носит преобразующий характер.

В учебном процессе можно выделить речь устную и письменную, монологическую и диалогическую. Чаще всего, в учебных заведениях основные задачи по формированию всей системы речевых умений, выполняют педагоги, преподающие литературу и язык. Однако данная деятельность не может быть сведена к лингвистике. Она занимает значительную часть времени и играет очень большую роль на всех ступенях обучения.

С целью выявления соотношения речевой активности преподавателей-практикантов и учащихся во время проведения урока «Физическая культура и здоровье», было проведено наблюдение, которое позволило получить следующие данные: на уроке преподаватель говорит больше, чем все учащиеся, вместе взятые. Приблизительно 70 % времени занимает речь педагога в виде объ-

яснения нового учебного материала, вопросы, обращенные к учащимся, разъяснение непонятных вопросов. Остальные 30 % времени занимает речь учеников. Причем, большая часть изречений учащихся обращена к выяснению способов выполнения каких-то действий либо вопросов касательно содержания учебного материала.

Анализ выявил недостаточную активность речевой деятельности как у учащихся, так и у практикантов. Экспериментальное исследование позволило вскрыть факторы, затрудняющие речевое общение студентов и учеников, среди которых: неумение выражать свои мысли, боязнь говорить на занятии, отсутствие должной речевой практики, недостаточность терминологического аппарата и др.

Необходимо понимать, что речь для педагога – это основной инструмент его деятельности, с помощью которого он транслирует новую информацию, уровень своей культуры, мышления и интеллекта. Поэтому для активизации речевой деятельности студентов, на семинарских занятиях по дисциплине «Педагогика» используются следующие формы учения:

- вопросы и задания проблемного характера;
- вербальные ситуации и ролевые игры;
- комментирование упражнений;
- сообщения, рефераты и доклады и т. д.

С учетом всех структурных компонентов речевой деятельности (мотивационной, содержательной, операциональной), организация семинарских занятий по дисциплине «Педагогика», построена таким образом, чтобы активизировать позиции студентов в учебном процессе. Внимание сосредоточено на мотивах речевой деятельности, побуждающих к познанию и общению. Важно, чтобы преподаватель и учащиеся на занятиях преследовали общую цель: передавая знания, развивать общую культуру студентов, способствовать всестороннему и гармоничному развитию личности. При этом имелось в виду, что речевая деятельность, как и любая иная, побуждается системой мотивов, в которой выделяется ведущий, смыслообразующий мотив. Мотивы преподавателей, можно распределить на четыре группы: 1) «убедить учащихся, воздействовать на их мысли, чувства, волю, поведение»; 2) «сообщить знания, передать информацию о новом в науке»; 3) «вызвать конкретный образ у студентов, живое образное представление о том, что сообщается»; 4) «пробудить нужные эмоции, переживания».

Ведущий, смыслообразующий мотив – воздействовать на студента, убедить его, повлиять на становление личности – и определить статус речи преподавателя как деятельности.

Анализируемые мотивы речи студентов на занятиях образуют три группы:

– I группу мотивов, соответствующую достаточно высокому уровню развития речевой деятельности (25 % учащихся), составили те, которые связаны с интересами, познанием, общением и т. п. Здесь доминирует воздействующая функция речи: «хочу выразить свое отношение», «высказать свою точку зрения».

– II группа мотивов речевой деятельности студентов, включает мотивы, связанные как с познавательными интересами, так с самоутверждением (54 % молодых людей). Воздействующая функция речи выражена не столь явно: «отвечаю, чтобы научиться правильно говорить», «хочу убедить, что могу отвечать».

– III группу мотивов, характеризующуюся низким уровнем выражения речевой деятельности (21 % обучающихся), составили те, которые зависят от стимуляции извне (указаний, приказов, оценки).

Таким образом, в каждой из трех групп преобладающее значение мотивов, связанных с функцией воздействия речи (прямого или косвенного), свидетельствует о том, что речь студентов на семинарских занятиях выступает в качестве самостоятельной деятельности.

Слово – это инструмент, без которого невозможно глубоко и тонко познать окружающий мир. Учить проникать в слово, воспитывать любовь к нему – первоочередная задача педагога, и не только словесника. Необходимо, чтобы каждый педагог считал организацию речевой деятельности в учебном процессе своим прямым назначением, одной из основных задач, решение которой направлено на всестороннее развитие личности учащегося.

1. Леонтьев, А. А. Язык, речь, речевая деятельность / А. А. Леонтьев. – М.: Просвещение, 1969. – 214 с.

2. Синаторов, А. Л. Культура речевой деятельности педагога / А. Л. Синаторов, О. Н. Андреева, Н. А. Степанова. – Текст : непосредственный // Теория и практика образования в современном мире : материалы X Междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2018 г.). – Чита : Издательство Молодой ученый, 2018. – С. 110-112. – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/277/13969/>. – Дата обращения: 27.10.2024.

Хомич У.Г.,

Ларюшина С.Г.

Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина,

Брест, Беларусь

ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА И ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ

Актуальность. В последние годы отмечается рост количества больных плоскостопием. Это происходит из-за избыточного веса, заболеваний, ведущие к хрупкости костей, различные травмы (перелом пяточной кости, лодыжек, повреждение связок и мышц). Лечится заболевание ЛФК, физиотерапией, массажем, физической активностью.

Цель исследования. Закрепить знания по лечебной физкультуре, понять необходимость применения ЛФК.

Методика и организация исследования. Мы смотрим книжные источники, а также интернет источники, в которых содержится информация об лечебной физкультуре при заболеваниях плоскостопия и попробуем сделать выводы на основе полученных материалов.

Результаты исследования и их обсуждение. Лечебная физическая культура – это самостоятельная дисциплина, использующая средства физической культуры для лечения заболеваний и повреждений, профилактики их обострений и осложнений, восстановления трудоспособности. Основным таким средством (и это отличает ЛФК от других методов лечения) являются физические упражнения – стимулятор жизненных функций организма.

ЛФК представляет собой одну из важнейших отраслей медицины. Воспитывая у человека сознательное отношение к применению физических упражнений и приобщая его к активному участию в лечебном и реабилитационном процессах.

Основными средствами ЛФК являются физические упражнения, используемые с лечебной целью, а также естественные факторы природы. Физические упражнения в ЛФК делят на три группы: гимнастические, спортивно-прикладные и игры.

Гимнастические упражнения состоят из сочетанных движений. С их помощью можно воздействовать на различные системы организма и на отдельные мышечные группы, суставы, развивая и восстанавливая силу мышц, быстроту, координацию и т. д. Все упражнения подразделяются на общеразвивающие (общеукрепляющие), специальные и дыхательные (статические и динамические). Спортивно-прикладные упражнения

К спортивно-прикладным упражнениям относятся ходьба, бег, ползание и лазание, бросание и ловля мяча, гребля, ходьба на лыжах, коньках, езда на велосипеде, пешеходный туризм. Наиболее широко используется ходьба – при самых различных заболеваниях и почти всех видах и формах занятий.

Игры подразделяются на четыре возрастающие по нагрузке группы: на месте, малоподвижные, подвижные, спортивные.

В ЛФК используются крокет, настольный теннис, бадминтон, волейбол и другие спортивные игры. Спортивные игры широко применяются в условиях санаторно-курортного лечения и проводят по общим облегченным правилам с подбором партнеров с одинаковой физической подготовкой [1].

Мы провели опрос и получили такие результаты. На 1 курсе 1 % студентов имеют ЛФК по физической культуре, 2 курс – 1 %, 3 курс – 1 %. Получается что 1 % студентов имеют по физической культуре группу ЛФК.

Плоскостопие – это деформация стопы, характеризующаяся уплощением сводов. Это состояние может приводить к боли в стопах, усталости и даже проблемам с опорно-двигательным аппаратом. Нередко плоскостопие наблюдается у лиц, работа которых связана с длительным пребыванием на ногах.

Факторами, предрасполагающими к развитию плоскостопия, являются слабость мускулатуры ног, нарушение кровообращения и нерациональная обувь.

Ранний признак плоскостопия – ноющие боли в стопе, мышцах голени, бедра, в поясничной области. При тяжелых степенях плоскостопия походка становится неуклюжей, скованной, с широкой расстановкой ног и порочным положением стоп. К вечеру может появляться отек стопы, исчезающий за ночь.

Для исправления плоскостопия используют лечебную гимнастику, массаж подошвенного отдела стопы и мышц голени. Комплекс упражнений и самомассаж выполняют несколько раз в течение дня. [1]

Если заболевание находится не в запущенном состоянии, то от него можно избавиться консервативным способом лечения. Хорошо зарекомендовали себя в этом ЛФК и гимнастические упражнения. Именно эти методики превосходно укрепляют связочный аппарат, приводят мышцы в тонус и стимулируют кровообращение. К наиболее эффективным упражнениям относятся:

- поднятие мелких предметов с пола пальцами ног;
- хождение по шипованному коврику;
- катание скалки или бутылки стопами;
- прыжки на месте поочередно на разных ногах;
- хождение на носочках;
- поглаживание стопой голени;
- приседание на носочках [2].

Также подготовка к ЛФК подразумевает:

1. обеспечение хорошей вентиляции в помещении, где будет проходить занятие;
2. выбор инвентаря, соответствующего программе ЛФК (скамейки, гимнастические снаряды, мячи и т.п.);
3. подбор подходящей одежды (она должна быть из натуральных тканей и иметь свободный покрой, не сковывающий движений);

Комплекс физических упражнений при плоскостопии:

1. Движение «задом наперед». Упражнение достаточно простое, но очень эффективное. Главное, правильное его выполнение. Одна нога отводится назад и ставится на носок. Затем надо медленно перенести на эту ногу всю массу тела, а дальше не торопясь поставить ее на полную стопу. Такое упражнение необходимо повторить для другой ноги.

2. Ходьба на «цыпочках». Упражнение, придающее мышцам стопы хороший тонус. Необходимо встать на пальцы и в течение определенного времени походить в таком положении.

3. Передвижение на внешней части стопы. Такое упражнение родом из детства. Оно использовалось в садиках для профилактики врожденного плоскостопия. Чтобы правильно выполнить упражнение, необходимо встать на наружные плоскости стопы. Шаги делаются в положении «косолапый мишки». В момент ходьбы необходимо сильно сжимать на ногах пальцы.

4. Ходьба на пятках. Каждая часть стопы должна прорабатываться при упражнении, и тогда от плоскостопия можно будет избавиться. Итак, нужно встать на пятки, но носочки надо тянуть как можно выше и прошагать 10 шагов. При шаговых движениях должны работать тазобедренные суставы. Колени нужно держать выровненными, а ходьбу лучше чередовать на цыпочках и пятках. Гимнастика для стопы при плоскостопии очень важна, поэтому исполнение всех нужных упражнений является обязательным.

5. Перекатывание с носка на пятку. Упражнение, укрепляющее мышцы стопы, повышающее их тонус. Необходимо встать на носочки, потянувшись вверх, после чего опуститься полностью на стопу, затем сразу мягко встать на пятки.

6. Двухточечная опора. Встать на четвереньки в упор пальцами ног к полу. Туловище поднять до положения сидя, чтобы дотронуться пола только коленями и пальцами ног. Такое упражнение основано на натяжении стопы, что помогает укреплению ее мышц.

7. Балетная ножка. Ноги должны стоять на ширине плеч. Для подстраховки возможно облокотиться на спинку стула. Носки врозь, а пятки вместе, до образования прямой линии. Медленно поднимаемся на носки, затем в исходное положение. Гимнастика при поперечном плоскостопии, как и при продольном очень важна. Выполнение упражнений облегчит и улучшит общее состояние больного.

8. Перемещение бруска. Для упражнения нужен брусок, диаметром около 3 сантиметров. Сидя на стуле, немного отклониться и сделать упор на руки. Теперь нужно перекатывать брусок ступнями туда-сюда около трех минут [3].

Выводы. Таким образом мы можем увидеть на сколько важна лечебная физкультура для каждого человека, потому что комплекс упражнений ЛФК при заболеваниях плоскостопия направлен на оздоровление организма. Лечебная физкультура не требует много усилий и времени, и при этом является весьма эффективной для нашего организма. Поэтому, лечебная физкультура вносит незаменимый вклад в нашу жизнь.

1. Лечебная физическая культура. Учебное пособие /Е. В. Токарь. – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, 2018. – 76 с.

2. Упражнение при плоскостопии у взрослых : гимнастика и лфк [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://openclinics.ru/bolezni/ploskostopie/uprazhneniya-pri-ploskostopii-u-vzroslykh/>. – Дата доступа : 16.02.2025.

3. Гимнастика при плоскостопии (поперечном и продольном) [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://reabilitacia-art.ru/gimnastika-pri-ploskostopii>. – Дата доступа: 16.02.2025.

Чернова Д.В.

Учреждение образования «Международный государственный экологический институт имени А.Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, Минск, Беларусь

ВОЛОНТЕРСТВО КАК СПОСОБ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ГРАМОТНОСТИ СТУДЕНТОВ

В современном мире, где важны не только знания, но и умение взаимодействовать с окружающими, социальная грамотность становится ключевым фактором успеха. Она включает в себя способность понимать и учитывать потребности других людей, эффективно общаться, разрешать конфликты, работать в команде, проявлять эмпатию и принимать ответственные решения. Однако, приобретение этих навыков часто остается за рамками формального образования [0, с. 25].

Социальная грамотность – фундамент успешного взаимодействия. Это комплекс навыков, знаний и установок, позволяющих эффективно взаимодействовать с другими людьми в различных социальных контекстах. Она включает в себя:

1. Самосознание: понимание своих эмоций, сильных и слабых сторон.
2. Эмпатию: способность понимать и сопереживать чувствам других людей.
3. Коммуникацию: умение эффективно общаться, слушать и доносить свои мысли.
4. Социальную ответственность: осознание своей роли в обществе и готовность вносить вклад в его благополучие.
5. Критическое мышление: способность анализировать информацию, оценивать различные точки зрения и принимать обоснованные решения [0].

Волонтерство, как практика социально значимой деятельности, непосредственно способствует развитию всех этих компонентов социальной грамотности.

Волонтерство – это больше, чем просто помощь другим. Для студентов это мощный инструмент развития социальной грамотности, комплекса навыков и качеств, необходимых для успешного взаимодействия в обществе. Статья раскрывает, как участие в волонтерской деятельности способствует формированию у студентов социальной ответственности, эмпатии, навыков коммуникации и сотрудничества, критического мышления и умения решать проблемы, делая их более подготовленными к жизни и работе в современном мире [0].

Как волонтерство развивает социальную грамотность:

1. Развитие эмпатии и сочувствия:
– практический опыт взаимодействия с людьми, находящимися в трудной ситуации (работая с детьми-сиротами, пожилыми людьми или инвалидами, студенты сталкиваются с реальными проблемами и переживаниями, что способствует развитию эмпатии и сочувствия);

– расширение кругозора и понимание разнообразия общества (волонтерство предоставляет возможность познакомиться с людьми из разных социальных слоев, культур и с разными взглядами на жизнь).

2. Улучшение навыков коммуникации и сотрудничества:

– работа в команде с другими волонтерами и представителями организаций (волонтерство требует умения четко выражать свои мысли, слушать других, находить компромиссы и эффективно сотрудничать для достижения общей цели);

– общение с людьми разных возрастов и социальных групп (студенты учатся адаптировать свой стиль общения в зависимости от ситуации и аудитории).

3. Формирование социальной ответственности и гражданской позиции:

– осознание собственной роли в решении социальных проблем (волонтерство позволяет увидеть, как своими действиями можно изменить жизнь к лучшему и внести вклад в развитие общества);

– укрепление чувства социальной справедливости и равнодушия к чужой беде (студенты начинают более активно интересоваться общественными проблемами и искать пути их решения).

4. Развитие критического мышления и умения решать проблемы:

– столкновение с нестандартными ситуациями, требующими быстрого принятия решений (волонтерская деятельность часто требует импровизации и поиска креативных решений);

– анализ социальных проблем и разработка стратегий для их решения (участие в волонтерских проектах позволяет студентам глубже понять причины социальных проблем и разрабатывать эффективные решения).

5. Повышение самооценки и уверенности в себе:

– ощущение полезности и значимости своей деятельности (волонтерство дает студентам возможность почувствовать себя нужными и важными, что положительно сказывается на их самооценке);

– приобретение новых знаний и навыков, повышающих конкурентоспособность на рынке труда (волонтерство часто предоставляет возможность получить практический опыт работы в различных сферах, что является ценным активом для будущей карьеры) [0].

Примеры волонтерских проектов, способствующих развитию социальной грамотности:

- Работа в детских домах и интернатах (развитие эмпатии, ответственности, навыков общения с детьми).

- Помощь пожилым людям и инвалидам (развитие сочувствия, терпения, навыков ухода и общения).

- Участие в экологических акциях (развитие экологического сознания, чувства ответственности за окружающую среду, умения работать в команде).

- Организация образовательных мероприятий для детей и взрослых (развитие навыков коммуникации, планирования, организации и проведения мероприятий).

- Участие в социальных проектах, направленных на решение конкретных проблем (развитие критического мышления, умения анализировать проблемы и разрабатывать решения).

Как стимулировать участие студентов в волонтерской деятельности:

- Информирование студентов о возможностях волонтерства.
- Создание благоприятных условий для волонтерской деятельности (гибкий график, поддержка со стороны университета).
- Признание и поощрение волонтерской деятельности (сертификаты, благодарственные письма).
- Интеграция волонтерства в учебный процесс (включение волонтерской деятельности в учебные планы, предоставление возможности выполнять курсовые и дипломные работы на основе волонтерских проектов).

Волонтерство – это ценный опыт, который способствует развитию социальной грамотности и формированию активной гражданской позиции у студентов. Участие в волонтерской деятельности не только помогает другим людям, но и предоставляет студентам возможность личностного роста, приобретения новых знаний и навыков, повышения самооценки и уверенности в себе.

Таким образом, волонтерство является важной инвестицией в будущее, как для отдельных студентов, так и для общества в целом. Поддержка и стимулирование волонтерской деятельности среди студентов – это вклад в формирование социально ответственного и грамотного поколения, способного решать сложные проблемы и строить лучшее будущее.

1. Воронова, Р. Б. Мотивация участия студентов в волонтерской деятельности как фактор саморазвития / Р. Б. Воронова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2023. – Т. 11. – № 1. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/27PSMN123.pdf>. – Дата доступа: 13.03.2025.

2. Куницкая, О. С. Теоретико-методические основы социально-педагогической поддержки студентов в процессе адаптации к новой образовательной среде : монография / О. С. Куницкая. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2021. – 194 с.

3. Степовая, Д. В. Формирование социальной грамотности обучающихся в условиях цифровой трансформации / Д. В. Степовая, О. С. Куницкая // Межкультурная коммуникация в едином образовательном пространстве: проблемы и перспективы : материалы V Междунар. науч.-теорет. конф. студентов и молодых ученых, посвящ. 80-летию РязГМУ им. И. П. Павлова, Рязань, 17 марта 2023 г. / Рязан. гос. мед. ун-т ; под общ. ред. И. А. Сучкова. – Рязань, 2023. – С. 156–159.

**Швайликова Н.В.,
Селиверстова Н.В.**

Гомельский Государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В СПОРТЕ: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

Актуальность. Современный спорт требует от спортсменов не только высокого уровня физической подготовки, но и психологической устойчивости, способности справляться с эмоциональными нагрузками и стрессами, а также взаимодействовать с командой и тренером. Психологические проблемы, такие как стресс, мотивация, тревожность перед соревнованиями, а также сложности в социальном взаимодействии и адаптации после завершения карьеры, становятся значительными препятствиями на пути к успеху. В то же время эффективные методы психологической подготовки, мотивационные стратегии и развитие коммуникативных навыков могут существенно повысить спортивные достижения и улучшить качество жизни спортсменов. Учитывая важность этих аспектов, статья представляет собой попытку комплексного анализа психолого-пед. проблем в спорте и предложения путей их решения, что является важным для развития спортивной науки и практики.

Цель исследования: анализ основных психолого-пед. проблем в спорте, выявление факторов, влияющих на психологическую подготовленность спортсменов, и разработка рекомендаций для повышения эффективности спортивной деятельности через внедрение психолого-пед. методов и стратегий.

Методика и организация исследования: анализ существующей научной литературы по психолого-педагогическим проблемам в спорте, а также проведение опросов и интервью с тренерами, спортсменами и спортивными психологами для выявления реальных проблем и потребностей. Исследование также включает анализ текущих методов психологической подготовки и мотивации, а также социальных программ для спортсменов. На основе собранных данных разрабатываются рекомендации по улучшению психологической поддержки и социальной адаптации спортсменов, а также проводится эксперимент с применением различных психологических методов, таких как медитация и визуализация, для оценки их влияния на спортивные результаты.

Результаты исследования и обсуждение: исследования показали, что стресс, мотивация и социальная адаптация оказывают значительное влияние на спортивные достижения. Применение психологических методов, таких как визуализация и медитация, помогло снизить тревожность и улучшить концентрацию спортсменов. Также важным фактором является поддержка мотивации через реалистичные цели и создание позитивной атмосферы в команде. Индивидуализированный подход к каждому спортсмену повысил эффективность тренировок. Программы социальной адаптации после завершения карьеры способствовали успешной интеграции бывших спортсменов в новые сферы жизни.

Психологическая подготовка должна быть неотъемлемой частью тренировки для достижения оптимальных результатов

Выводы: исследования подтверждают важность психолого-пед. аспектов в спортивной подготовке. Психологическая устойчивость и мотивация играют ключевую роль в достижении высоких спортивных результатов. Применение психологических методов, таких как визуализация и медитация, способствует снижению стресса и повышению уверенности спортсменов. Создание поддерживающей атмосферы в команде и индивидуализированный подход к каждому спортсмену повышают эффективность тренировок. Программы социальной адаптации играют важную роль в интеграции спортсменов в жизнь после завершения карьеры. Психологическая подготовка должна быть неотъемлемой частью тренировки и подготовки спортсменов на всех этапах их спортивной карьеры.

Основные психолого-педагогические проблемы в спорте

Спортивная деятельность требует от спортсменов не только физической подготовки, но и психологической устойчивости, волевых качеств и умения взаимодействовать с окружающей средой. В процессе тренировок и соревнований спортсмены сталкиваются с рядом психолого-пед. проблем, которые могут оказывать влияние на их результаты и эмоциональное состояние.

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей. Такое понимание включает в себя обучение и воспитание, обеспечивающие физическое развитие человека, в том числе воздействие на развитие основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей организма, способствующие наиболее полной реализации генетической программы, обусловленной биологическими особенностями конкретного индивида.[1]

Психологическая подготовка является, прежде всего, воспитательным процессом, направленным на развитие личности путем формирования соответствующей системы отношений. Она дает возможность преобразовать психическое состояние, имеющее неустойчивый характер, в состояние с устойчивым характером, т.е. в свойство личности.

Педагогическая подготовка – это процесс обучения, воспитания и развития спортсменов, направленный на формирование необходимых знаний, умений и навыков для успешного участия в спортивной деятельности. Она включает в себя методы, подходы и средства, способствующие эффективному обучению технике, тактике и психофизическим аспектам спорта.

Выделим 5 основных психолого-пед. проблем в спорте:

1. Психологическое давление и стресс

Спортивная деятельность связана с постоянными нагрузками, высокой конкуренцией и давлением со стороны тренеров, болельщиков и средств массовой информации. Это может привести к эмоциональному выгоранию, тревожности и снижению спортивных результатов. Без стресса невозможна полноценная адаптация к нагрузкам, как невозможен и высокий уровень тренированно-

сти спортсмена. Такие условия деятельности всегда провоцируют сильный дистресс, к которому в процессе тренировочной и особенно соревновательной деятельности необходимо адаптироваться. К состоянию дистресса близко примыкает состояние тревоги – последовательность когнитивных, аффективных и поведенческих реакций, актуализирующихся в результате воздействия различных форм стресса. [2]

2. Проблемы мотивации и волевой подготовки

Спортсмены нуждаются в устойчивой мотивации, которая может быть как внутренней так и внешней. Важным аспектом в спорте является стремление к самосовершенствованию и получению удовольствия от процесса тренировок. Часто из-за перетренированности, психологической усталости, травм и потери уверенности происходит потеря мотивации. У многих спортсменов не просматривается такая задача как победа на соревнованиях, у них другая цель это тренировки.

Для спортсмена не менее важно социальное признание (награды, звания, популярность в медиа) и материальные вознаграждения (гранты, премии, спонсорская поддержка)

Формирование устойчивой мотивации требует комплексного подхода, включающего развитие самодисциплины, постановку реалистичных целей, создание благоприятной психологической атмосферы в команде и поддержку со стороны тренера и близкого окружения. Психолого-педагогические подходы должны также учитывать индивидуальные особенности спортсменов и способствовать развитию их волевых качеств.

3. Психологическая подготовка к соревнованиям

Перед соревнованиями спортсмены могут испытывать повышенную тревожность, страх поражения или чрезмерное эмоциональное возбуждение. Это вызывает стресс у спортсмена. И поэтому важной задачей является разработка методик психологической подготовки, включая медитативные техники, визуализацию успешных действий и когнитивно-поведенческую терапию.

4. Взаимоотношение в спортивной среде

Эффективное сотрудничество между спортсменом и тренером играет ключевую роль в достижении высоких результатов. Авторитарный стиль руководства может вызывать сопротивление, тогда как демократический подход способствует лучшему раскрытию потенциала спортсмена. Причиной снижения интереса может оказаться недостаточное внимание тренера, тем самым понизив спортивный интерес. Тренер может быть недостаточно компетентен в вопросах воспитания, а может быть и наоборот, оказать большое подавляющее влияние, тем самым оказывая угнетающее состояние юному спортсмену. Большую роль в этом отношении играет наставник – он является для спортсмена главным советчиком на протяжении всей спортивной карьеры.[3]

В командных видах спорта значительное влияние на результаты оказывает качество межличностных отношений. Конфликты, недостаток доверия или несогласие с тренерскими методиками могут негативно отражаться на командном духе и эффективности тренировок. Приходя в новый коллектив спортсмену

тяжело адаптироваться в сфере новых знакомых. Многие спортсмены видят в друг друга соперников и недолюбливают друг друга. Взаимодействие протекает как сотрудничество, взаимная помощь, поддержка, согласование и координация совместных усилий. Эффективность взаимодействия зависит от соответствующих умений и навыков, сплоченности, психологического климата команды, совместимости и др.

5. Социальная адаптация спортсменов

Спортсмены, особенно профессиональные, часто сталкиваются с проблемами адаптации к социальной жизни за пределами спорта. Ограниченный круг общения, высокая занятость и интенсивный тренировочный процесс могут приводить к социальной изоляции и дефициту навыков общения вне спортивной среды. Кроме того, постоянный акцент на достижении спортивных результатов может вызывать сложности в построении межличностных отношений, а также адаптации к обычной жизни после завершения карьеры. Важную роль в решении этих проблем играет социально-психологическая поддержка, профессиональная ориентация и создание программ плавного перехода к жизни вне спорта.

После завершения профессиональной карьеры многие спортсмены испытывают трудности с поиском нового жизненного пути. Кризис идентичности, депрессия и проблемы с трудоустройством – частые явления, требующие психологической поддержки.

Психология играет важную роль в достижении спортивных успехов. Тренеры и спортсмены используют различные методы работы с сознанием и подсознанием. Спортивные психологи помогают в подготовке к тренировкам и соревнованиям, а их роль становится все более значимой. Национальные сборные и крупные клубы все чаще привлекают таких специалистов.

Пути решения психолого-пед. проблем

Решение психолого-пед. проблем в спорте требует комплексного подхода, включающего психологическую поддержку, педагогическое сопровождение и организационные изменения. Одним из ключевых направлений является применение психологических тренингов, направленных на развитие стрессоустойчивости, эмоционального контроля и уверенности в своих силах. Эти тренинги помогают спортсменам справляться с тревожностью перед соревнованиями, контролировать эмоции и концентрироваться на выполнении задач.

Мотивация играет важную роль в достижении высоких результатов, поэтому необходимо применять мотивационные стратегии, такие как постановка достижимых целей, позитивная обратная связь и коучинг. Индивидуализированный подход к мотивации позволяет учитывать личные особенности спортсменов, поддерживать их интерес к тренировкам и повышать уровень вовлеченности. Важно учитывать влияние взаимодействия личностных и ситуационных факторов на поведение достижения; приписывать успех следует значительному усилию; оказывать помощь в правильной постановке целей.

Еще одним важным аспектом является развитие коммуникативных навыков, которые способствуют улучшению взаимодействия в команде и с тренером. Проведение тренингов по развитию эмпатии, активного слушания и конструктивного решения конфликтов позволяет укрепить доверие между участниками спортивного процесса, улучшить атмосферу в коллективе и снизить уровень конфликтности. Совместное времяпровождение с командой вне тренировок и соревнований значительно укрепит взаимоотношение внутри команды.

Обучение методам саморегуляции, таким как дыхательные техники, ауто-тренинг и когнитивные стратегии, помогает спортсменам сохранять концентрацию, снижать стресс и контролировать свое психоэмоциональное состояние. Эти техники особенно полезны в соревновательный период, когда уровень напряжения максимально высок.

Для спортсменов, завершающих карьеру, важную роль играет создание программ социальной адаптации. Курсы профессиональной переподготовки, менторские программы и психологическая поддержка помогают бывшим спортсменам интегрироваться в новую сферу деятельности, адаптироваться к изменившимся условиям жизни и избежать кризиса идентичности. Также возможность выступать перед молодыми спортсменами и участие в соревнованиях среди бывших спортсменов может с проблемой социализации после завершения карьеры.

Кроме того, важным направлением является оптимизация тренировочного процесса с учетом психологических факторов. Включение в подготовку элементов психологической поддержки, адаптация программ под индивидуальные особенности спортсменов и создание благоприятного эмоционального климата в команде позволяют повысить результативность и снизить уровень эмоционального выгорания. Индивидуальный подход тренера к каждому спортсмену очень важен.

Развитие психологической устойчивости перед соревнованиями также играет значительную роль. Использование техник визуализации успеха, моделирования соревновательной ситуации и тренировок в условиях, приближенных к реальным соревнованиям, помогает спортсменам справляться с тревожностью и демонстрировать максимальные результаты в ответственные моменты. Использование техник визуализации успеха, моделирования соревновательной ситуации и тренировки в условиях, приближенных к реальным соревнованиям, помогает спортсменам лучше справляться с тревожностью и демонстрировать максимальные результаты в решающий момент.

1. Гогунев Е. Н., Мартянов Б. И. Психология физического воспитания и спорта. Москва, 2004.
2. Морозов А. В. Психологические проблемы российского спорта. Институт управления образованием РАО. Национальный психологический журнал, 2015.
3. Габидуллина Д. А. Проблемы формирования мотивационно-волевой сферы у юных спортсменов на начальном этапе спортивной подготовки. Студенческий научный форум, 2016.

Юрошкевич А.В., Юрошкевич Е.В.

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Беларусь

ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ ТЕХНИЧЕСКИХ ОШИБОК СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ГИМНАСТИКЕ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ МУЖСКОГО И ЖЕНСКОГО МНОГОБОРИЙ

Актуальность. Исследование технических ошибок студентов факультета физической культуры в гимнастике актуально в связи со следующими факторами:

– *профессиональная подготовка.* Будущие учителя физической культуры и здоровья, а также тренеры, допускающие ошибки в технике, формируют некорректные двигательные стереотипы у обучающихся. Это, в свою очередь, повышает риски травм и снижает эффективность тренировочного процесса. В конечном итоге, недостаточная техническая подготовка может негативно сказаться на здоровье подрастающего поколения.

– *биомеханические особенности.* Мужские дисциплины (кольца, конь) требуют большей силы верхнего пояса, в то время как женские дисциплины (бревно, брусья) предъявляют повышенные требования к координации и устойчивости. Важно отметить, что у женщин центр тяжести расположен на 7 % ниже, что оказывает существенное влияние на сохранение равновесия.

– *современные требования.* После обновления правил FIG (2021–2024) судьи строже оценивают технику выполнения элементов, особенно в опорных прыжках и упражнениях на брусьях. Это требует от спортсменов и тренеров более глубокого понимания биомеханики движений и повышенного внимания к деталям.

Ранее исследования в данной области были сосредоточены в основном на изучении биомеханики отдельных элементов гимнастики. Данное исследование отличается комплексным подходом, учитывающим гендерные особенности и предлагающим конкретные методики коррекции ошибок.

Цель исследования – выявить гендерно-обусловленные технические ошибки в мужском и женском многоборьях у студентов факультета физической культуры и разработать методики их коррекции.

Методика и организация исследования. Исследование проводилось на базе кафедры спортивных дисциплин факультета физической культуры по двум

специальностям: «Физическая культура» и «Спортивно-педагогическая деятельность». В исследовании приняли участие 213 студентов 2-4 курсов (96 девушек, 117 мужчин).

Результаты исследования и их обсуждение. В результате анализа существующей методической литературы были систематизированы подходы к оценке технической правильности элементов гимнастического многоборья. На основе этих подходов были разработаны критерии оценки, которые могут быть использованы преподавателями и тренерами для более эффективной оценки техники выполнения упражнений студентами и спортсменами, а также для разработки индивидуальных программ тренировок, направленных на устранение выявленных недостатков.

В процессе исследования были выявлены и классифицированы типичные ошибки, допускаемые студентами при выполнении элементов мужского и женского многоборья.

Типичные ошибки у мужчин:

Акробатика (вольные упражнения)

- Кувырок вперёд: неправильная группировка, прогнутая спина.
- Кувырок назад: прогнутый перекат, неправильная постановка рук.
- Стойка на голове и руках: прогнутая спина, постановка головы и рук на одной линии.
- Переворот боком: короткий шаг, неправильная постановка рук, соединение ног в стойке, неустойчивое приземление.
- Из положения «мост» – поворот в упор присев: преждевременное сгибание туловища, отсутствие опоры на руку.
- Кувырок вперёд со стойки на руках: отсутствие статического положения в стойке, сгибание рук и накрывание ногами головы.

Конь (махи):

- Перемахи вперёд-назад: недостаточная амплитуда маха.
- Одноимённый круг: недостаточно высокий мах.
- Разноимённый круг: недостаточно высокий мах ногой сзади.

Кольца:

- Размах в висе: недостаточное провисание тела, несвоевременное хлестовое движение.
- Вис прогнувшись: согнутое положение тела, подбородок прижат к груди.
- Вис согнувшись: ноги согнуты, подбородок не прижат к груди.
- Упор углом: согнутые ноги ниже горизонтали, кольца не параллельны, голова опущена.
- Опускание в вис согнувшись из упора углом: резкое опускание рывками, тросы расслаблены, ноги согнуты.

Опорный прыжок:

- Наскок на мост: шлепок вместо активного толчка.
- Отталкивание руками: недостаточно сильное отталкивание.
- Фаза полёта: недостаточная высота полёта.
- Приземление: жёсткое приземление на прямые ноги, прогнутая спина.

Параллельные брусья:

- Махи в упоре: отсутствие маятникообразного движения.
- Упор углом: пятки ниже уровня жердей, ноги согнуты.
- Стойка на плечах: локти не разведены, прогнутое туловище, согнутые ноги.

Перекладина:

- Размахивание в висе: несвоевременное акцентирование движения.
- Подъём одной ногой в упор: несвоевременное продевание ногой.
- Оборот вперёд из упора: движение выполняется согнувшись, сгибание ног.
- Подъём разгибанием в упор: слишком сильный или слабый разгонный мах.
- Опускание вперёд в вис согнувшись: преждевременное или позднее разгибание.
- Оборот назад в упоре: низкий отмах назад, туловище не прижато к перекладине.

Типичные ошибки у девушек:

Акробатика (вольные упражнения):

- Гимнастический мост: согнутые руки и ноги, подбородок не прижат к груди.

Брусья разновысокие:

- Подъём переворотом в упор на верхнюю жердь: недостаточно сильный мах и толчок, согнутое положение тела в упоре.
- Опускание из упора на верхнюю жердь в вис лёжа на нижнюю: раннее разгибание туловища, жёсткое приземление.

Бревно:

- Неустойчивое положение в стойке: раскачивание тела, недостаточный контроль равновесия.
- Ходьба: движение выполняется на полусогнутых ногах, взгляд направлен вниз.
- Равновесие «ласточка»: опорная нога согнута, нога выше горизонтали, туловище наклонено вперёд.

Систематизация выявленных технических ошибок позволила разработать гендерно-ориентированные методы коррекции, учитывающие индивидуальные особенности студентов. *Общие рекомендации* включают:

Индивидуальный подход: учет физических данных, уровня подготовки и психологических характеристик каждого студента.

Разнообразие методов: использование различных методов обучения и тренировки для поддержания интереса и вовлеченности.

Обратная связь: предоставление своевременной и конструктивной обратной связи.

Гендерная чувствительность: избегание гендерных стереотипов и создание равных возможностей.

Использование геймификации: адаптация геймификации с учетом гендерных предпочтений. Например, для юношей можно использовать соревновательные элементы и рейтинги, а для девушек – творческие задания и командные проекты.

Примеры гендерно-ориентированных методов коррекции ошибок:

Для девушек: использование музыки и танцевальных элементов для улучшения плавности и координации движений.

Для юношей: использование силовых упражнений и соревновательных заданий для развития силы и мощности.

В качестве примера геймификации, можно предложить следующее: создание онлайн-платформы, где студенты могут загружать видео своих тренировок и получать обратную связь от преподавателей и других студентов. За выполнение заданий и предоставление конструктивной критики студенты получают баллы, которые можно обменять на дополнительные привилегии (например, право выбора упражнений на зачете).

Таблица – Распределение типичных ошибок по гендерному признаку

Элемент	Мужчины (n = 117)	Девушки (n = 96)
Кольца	82 % – недостаточный прогиб в висе	–
Конь	76 % – низкая амплитуда махов	–
Брусья	–	88 % – согнутые ноги в упоре углом
Бревно	–	92 % – раскачивание в стойке
Опорный прыжок	64 % – жёсткое приземление	72 % – слабый толчок руками и неправильное приземление

Из таблицы следует, что у мужчин факультета физической культуры преобладают ошибки, связанные с *силовыми параметрами* (недостаточная сила для удержания прогиба на кольцах) и гибкостью (низкая амплитуда махов на коне), в то время как у девушек факультета физической культуры чаще встречаются ошибки *координации и равновесия* (раскачивание на бревне) из-за различий в центре тяжести и страха падения.

Рекомендации по коррекции

– *Для мужчин:*

1. *Силовые упражнения:* прогибы на кольцах с удержанием 10 сек (3 подхода); махи на коне с утяжелителями (2 кг на лодыжках).

2. *Растяжка:* ежедневные упражнения на гибкость спины («мостик» с опорой на стену).

– *Для девушек:*

1. *Баланс-тренировки:* удержание позиции на бревне с закрытыми глазами (30 сек.); использование баланс-платформ для стабилизации корпуса.

2. *Психологическая подготовка:* имитация падения на мягкие маты для снижения страха. Например, выполнение кувырков и переворотов с приземлением на мягкие маты.

Выводы.

1. Гендерные различия в гимнастике обусловлены анатомическими особенностями (сила, гибкость, центр тяжести) и психологическими факторами (например, страх падения у 65 % девушек). Это требует учёта гендерных особенностей при обучении для повышения координации и уверенности.

2. Гендерно-ориентированные методики (силовые упражнения для мужчин, баланс-тренировки для женщин) эффективно устраняют технические ошибки, как показал эксперимент.

3. Внедрение гендерного подхода в учебные программы факультетов физической культуры повысит качество подготовки тренеров, снизит травматизм среди студентов и улучшит спортивные результаты.

4. Систематизация методик и критериев оценки позволила разработать индивидуальные программы коррекции ошибок в технике многоборья.

5. Гендерно-ориентированные методы коррекции – важный шаг к повышению эффективности тренировочного процесса в гимнастике, так как они учитывают специфику анатомии и психологии мужчин и женщин.

В заключение следует отметить, что применение разработанных методик на практике позволит повысить качество подготовки специалистов в области физической культуры и спорта, а также снизить риски травматизма среди студентов.

Якубовская Н.Я.

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Беларусь

ВИЗУАЛЬНАЯ АНАЛИТИКА В ОБРАЗОВАНИИ НА ОСНОВЕ LEARNINGAPPS И GOOGLE ФОРМ

Актуальность. В условиях цифровизации образования особое значение приобретает внедрение интерактивных инструментов, обеспечивающих персонализацию и объективизацию контроля учебного процесса. В сфере физической культуры и спорта это особенно актуально, поскольку обучение включает в себя как теоретическую подготовку, так и мониторинг физических показателей студентов.

В настоящее время наблюдается недостаток исследований, посвященных применению визуальной аналитики в спортивно-пед. дисциплинах. Кроме того, недостаточно изучен потенциал инструментов LearningApps и Google Форм для анализа данных в реальном времени.

Визуальная аналитика, как метод преобразования данных в интерактивные графические форматы, активно применяется в образовании для повышения мотивации и качества усвоения материала. Однако, в контексте физической культуры ее использование ограничено следующими факторами:

- преобладание традиционных методов контроля (нормативы, ручная фиксация результатов, журналы успеваемости),
- недостаточная цифровая грамотность педагогов.

Исследования [1, 2] подтверждают, что визуализация данных повышает мотивацию студентов к самоконтролю.

Цель исследования – разработка и экспериментальная апробация методики применения визуальной аналитики на основе LearningApps и Google Форм

для повышения эффективности образовательного процесса студентов факультета физической культуры.

Задачи исследования:

1. Проанализировать возможности визуальной аналитики в спортивно-пед. дисциплинах.
2. Разработать алгоритм интеграции LearningApps и Google Форм.
3. Оценить эффективность и выявить ограничения применения разработанной методики визуальной аналитики в спортивно-пед. дисциплинах.

Методика и организация исследования. Исследование проводилось в течение 2024-2025 учебного года на факультете физической культуры ГГУ имени Ф. Скорины. В образовательный процесс по дисциплине «Организация и экономика физической культуры и спорта» были внедрены элементы визуальной аналитики с использованием платформ LearningApps и Google Формы. В исследовании приняли участие 45 студентов 4 курса в возрасте 20-22 лет.

Целью внедрения было изучение возможностей данных платформ для повышения эффективности обучения и вовлеченности студентов. Для активизации познавательной деятельности и закрепления теоретического материала использовались интерактивные задания, созданные в LearningApps. Для сбора информации об успеваемости, вовлеченности и обратной связи студентов применялись Google Формы. Полученные данные анализировались и визуализировались в виде графиков и диаграмм для оценки эффективности использования платформ и выявления проблемных зон. Длительность использования платформ составила 3 месяца (1 семестр). В ходе работы оценивались преимущества и недостатки использования LearningApps и Google Форм в образовательном процессе по спортивно-педагогическим дисциплинам.

Результаты исследования и их обсуждение. Визуальная аналитика представляет собой интерактивный анализ данных через графики, диаграммы и карты, позволяющий выявлять закономерности, тренды и принимать обоснованные решения. В отличие от простой визуализации, она предполагает активное взаимодействие с данными: фильтрацию, детализацию, сравнение. Для спортивно-пед. дисциплин это особенно актуально в связи с необходимостью обработки больших объемов информации, таких как результаты тренировок, показатели здоровья и успеваемость.

Хотя существуют мощные инструменты для визуальной аналитики, такие как Tableau или Power BI, их сложность может быть препятствием для непрофессионалов. В образовательной среде более целесообразно использовать доступные платформы, такие как LearningApps и Google Формы. Они не требуют специальных навыков, но позволяют создавать интерактивные задания, собирать данные и визуализировать результаты.

Основные преимущества использования визуальной аналитики в спорте и педагогике:

- оперативность: возможность оперативной корректировки тренировочных планов или методик обучения на основе актуальных данных.

- наглядность: упрощение сложных концепций для студентов посредством графиков и диаграмм.
- анализ взаимосвязей: выявление взаимосвязей между различными факторами, например, влияние посещаемости занятий на успехи в соревнованиях.
- профилактика травм: моделирование нагрузок для выявления потенциальных рисков травматизма.

Внедрение визуальной аналитики способствует индивидуализации обучения, повышению мотивации студентов, снижению травматизма и улучшению спортивных результатов. Однако, существуют и определенные вызовы, такие как необходимость обучения пользователей, проблемы с качеством данных, риски ошибочной интерпретации и этические вопросы, связанные с защитой персональной информации.

LearningApps и Google Формы представляют собой оптимальное решение, сочетающее простоту использования и эффективность в сборе данных, визуализации прогресса и вовлечении студентов.

Ниже представлены рисунки 1–3, которые иллюстрируют практическое применение визуальной аналитики в спортивно-пед. дисциплинах.

Рисунок 1 иллюстрирует структуру учебного материала по дисциплине «Организация и экономика физической культуры и спорта (ФиС)». На схеме показаны две части дисциплины, каждая из которых отмечена галочками (✓) в столбцах «часть 1» и «часть 2». Суммарный балл (2) указывает на завершенность модулей. Рисунок демонстрирует организацию учебного процесса и контроль выполнения заданий через визуальное отображение прогресса.

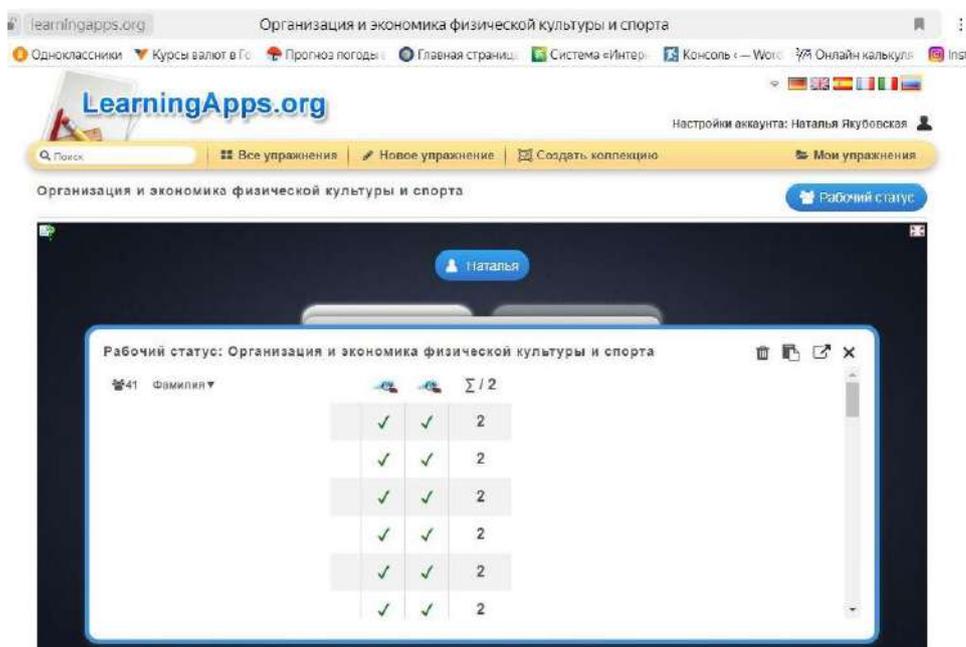


Рисунок 1 – Блок-схема структуры учебного материала по дисциплине «Организация и экономика физической культуры и спорта»

Рисунок 2 отображает интерфейс сервиса с акцентом на отрицательные моменты LearningApps: стоимость; указание на необходимость подписки для

доступа к расширенным функциям; сложность интерфейса: примеры элементов, требующих обучения (например, настройка заданий); ограниченная кастомизация: примеры шаблонов, которые нельзя адаптировать под специфические задачи. Рисунок демонстрирует проблемы использования платформы в образовательном контексте.

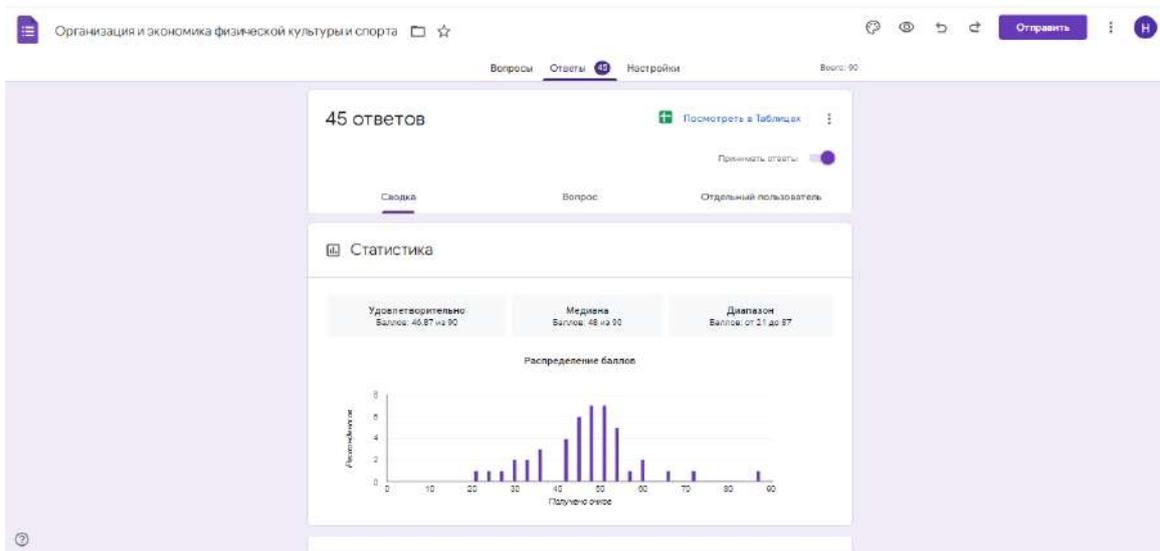


Рисунок 2 – Скриншот результатов функционального тестирования веб-страницы сервиса

Рисунок 3 показывает интерфейс сервиса с результатами тестирования в привязанной таблице (например, Google Sheets). На схеме выделены: ограниченная визуализация: простые графики или таблицы без детализации; экспорт данных: примеры кнопок для переноса информации в другие программы; проблемы с анонимностью: Указание на настройки конфиденциальности (например, опция «Сохранить ответы анонимно»)

Рисунок раскрывает ограничения Google Форм и необходимость дополнительных инструментов для глубокого анализа.

The screenshot shows a Google Sheet interface with a table of test results. The table has columns labeled with letters from C to AE. The first row (row 1) contains a header with various dropdown menus and icons. The subsequent rows (rows 2-13) contain numerical data and text descriptions. For example, row 2 shows '87 / 90' and 'част. совая спец. физ. культуры и спорта'. The interface includes a toolbar at the top with various icons for editing and viewing, and a footer with the text 'Страница 1 из 1' and 'Количество: 46'.

Рисунок 3 – Скриншот страницы сервиса, отображающей результаты функционального тестирования в таблице результатов

Отрицательные моменты LearningApps: стоимость (может потребоваться подписка), сложность в освоении (для некоторых пользователей интерфейс может показаться сложным), ограниченная кастомизация.

Отрицательные стороны Google Формы: ограниченные возможности визуализации, нужна дополнительная обработка данных, проблемы с анонимностью.

Выводы:

1. Визуальная аналитика на основе **LearningApps** и **Google Форм** повышает эффективность обучения за счет: интерактивности и наглядности, оперативной обратной связи, мотивации студентов к саморазвитию.

2. Методика доказала свою применимость в условиях факультета физической культуры.

3. Рекомендуются внедрение инструментов визуальной аналитики в программы подготовки педагогов спортивного профиля.

Разработанная методика может быть использована: в учебных курсах по дисциплинам «Теория и методика физической культуры», «Информационные технологии в спорте»; для мониторинга физической подготовки студентов в рамках НИР; в системе повышения квалификации преподавателей.

Перспективы: исследование междисциплинарного потенциала визуальной аналитики (спорт + ИТ + педагогика).

1. Матвеева, Н. Влияние тенденций визуализации образовательной информации в сфере высшего образования на студентов в Российской Федерации / Н. Матвеева, Л. Дорел, И. Косарев, Ф. Сабирова // Front. Educ. – 2023. – №8:1190150. – doi: 10.3389/educ.2023.1190150.

2. Уранова, В. В. Роль визуализации учебной информации в условиях образовательного процесса у студентов медико-биологического профиля по дисциплине «Аналитическая химия» / В. В. Уранова, О. В. Близняк, М. В. Мажитова, Р. Р. Исякаева // Russian Journal of Education and Psychology 2022, Vol. 13, № 6. – 9–44.

Научное издание

ОБРАЗОВАНИЕ В ЭПОХУ ТРАНСФОРМАЦИИ: ВЫЗОВЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

Материалы Республиканского научного семинара
с международным участием

7 апреля 2025 года

В авторской редакции

Компьютерная верстка *И. Ю. Подчиненко*

Подписано в печать 03.09.2025. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л.10,01. Уч.-изд. л. 10,92. Тираж 25 экз. Заказ 101.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя, распространителя
печатных изданий
№ 1/153 от 24.01.2014.
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.