

***ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И
ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОЙ
НАУКИ
(THEORETICAL AND PRACTICAL
ASPECTS OF THE
DEVELOPMENT OF MODERN
SCIENCE)***

***Материалы Международной
научно-практической конференции
30 сентября 2021 года
(г. София, Болгария)***

Материалы Международной (заочной)
научно-практической конференции
под общей редакцией **А.И. Вострецова**

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ
СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ
(THEORETICAL AND PRACTICAL
ASPECTS OF THE DEVELOPMENT
OF MODERN SCIENCE)**

научное (непериодическое) электронное издание

Теоретические и практические аспекты развития современной науки [Электронный ресурс] / Издателска Къща «СОРОС», Научно-издательский центр «Мир науки». – Электрон. текст. данн. (1,64 Мб.). – Нефтекамск: Научно-издательский центр «Мир науки», 2021. – 1 оптический компакт-диск (CD-ROM). – Систем. требования: PC с процессором не ниже 233 МГц., Microsoft Windows Server 2003/XP/Vista/7/8, не менее 128 МБ оперативной памяти; Adobe Acrobat Reader 10.1 или выше; дисковод CD-ROM 8х или выше; клавиатура, мышь. – Загл. с тит. экрана. – Электрон. текст подготовлен НИЦ «Мир науки».

© Издателска Къща «СОРОС», 2021

© Научно-издательский центр «Мир науки», 2021

СВЕДЕНИЯ ОБ ИЗДАНИИ

Классификационные индексы:

УДК 001

ББК 72

Т11

Составители: Научно-издательский центр «Мир науки»
А.И. Вострецов – гл. ред., отв. за выпуск

Аннотация: В сборнике представлены материалы Международной (заочной) научно-практической конференции «Теоретические и практические аспекты развития современной науки», где нашли свое отражение доклады студентов, магистрантов, аспирантов и научных сотрудников вузов Российской Федерации и Казахстана по техническим, экономическим, психологическим и другим наукам. Материалы сборника представляют интерес для всех интересующихся указанной проблематикой и могут быть использованы при выполнении научных работ и преподавании соответствующих дисциплин.

Сведения об издании по природе основной информации: текстовое электронное издание.

Системные требования: PC с процессором не ниже 233 МГц., Microsoft Windows Server 2003/XP/Vista/7/8, не менее 128 МБ оперативной памяти; Adobe Acrobat Reader 10.1 или выше; дисковод CD-ROM 8x или выше; клавиатура, мышь.

© Издательская Къща «СОРОС», 2021

© Научно-издательский центр «Мир науки», 2021

ПРОИЗВОДСТВЕННО-ТЕХНИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ

НАДВЫПУСКНЫЕ ДАННЫЕ:

Сведения о программном обеспечении, которое использовано при создании электронного издания: Adobe Acrobat Reader 10.1, Microsoft Office 2010.

Сведения о технической подготовке материалов для электронного издания: материалы электронного издания были предварительно вычитаны филологами и обработаны программными средствами Adobe Acrobat Reader 10.1 и Microsoft Office 2010.

Сведения о лицах, осуществлявших техническую обработку и подготовку: А.И. Вострецов.

ВЫПУСКНЫЕ ДАННЫЕ:

Дата подписания к использованию: 1 октября 2021 года.

Объем издания: 1,64 Мб.

Комплектация издания: 1 пластиковая коробка, 1 оптический компакт диск.

Наименование и контактные данные юридического лица, осуществившего запись на материальный носитель: Научно-издательский центр «Мир науки»

Адрес: Республика Башкортостан, г. Нефтекамск, улица Дорожная 15/294

Телефон: 8-937-333-86-86

СОДЕРЖАНИЕ

ХИМИЧЕСКИЕ НАУКИ

А.И. Хлопотинин Эффективный способ синтеза 1-(2-нитро-4-(трифторметил)фенил)-1,2,3,4-тетрагидрохинолина	7
--	---

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

Ю.С. Боровская, Е.С. Кадникова Основные свойства и условия хранения грузов	11
О.В. Внукова, Ю.Р. Царькова Преимущества и недостатки монолитной недвижимости	18
Е.Е. Дмитрик Сравнительный анализ программ автоматизированного проектирования в строительстве	23

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

Я.И. Бережной Мероприятия по совершенствованию сбытовой политики предприятия	29
И.В. Лейба, Е.С. Гинкул Развитие отрасли здравоохранения: зарубежный опыт и российская практика	33
Х.Л. Нальгиева Сущность и значение маркетинга на предприятии	43
Х.Л. Нальгиева Роль государства в экономической жизни общества	47

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Х.М. Балаева Важность самоконтроля при проведении самостоятельных физических занятий	51
М.Б. Гайсанов Понятие о системе физической культуры	55
М.Х. Гайтукиев Виды контроля при занятиях физической культурой	59
Р.У. Дендиева Мотивация учения в младшем школьном возрасте	63

Я.Н. Мазанова Особенности формирования познавательного интереса у детей 4-5 лет в условиях современной дошкольной образовательной организации	67
Х.М. Мартазанов, Л.С. Озиева Методические принципы физического воспитания	71
Л.С. Озиева, Б.А. Погоров Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов	75
Д.С. Тажигаева, Н.Б. Кабдуалиева, Ж.Б. Айтбаева Самоидентификация – отправная точка личностного роста обучающихся	79
С.С. Цороев Планирование объёма и интенсивности физических упражнений	86

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Л.Ю. Беленкова, М.Ю. Шулепов Социально-психологический тренинг как эффективная технология развития социального взаимодействия студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата	90
--	----

ХИМИЧЕСКИЕ НАУКИ

А.И. Хлопотинин,
аспирант 1 курса напр. «Химия»,
e-mail: **mouthleg547@gmail.com,**
науч. рук.: **Р.С. Бегунов,**
к.х.н., доц.,
ЯрГУ им. П.Г. Демидова,
г. Ярославль, Российская Федерация

ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ СИНТЕЗА 1-(2-НИТРО-4-(ТРИФТОРМЕТИЛ)ФЕНИЛ)-1,2,3,4-ТЕТРАГИДРОХИНОЛИНА

Аннотация: предложен новый эффективный способ синтеза 1-(2-нитро-4-(трифторметил)фенил)-1,2,3,4-тетрагидрохинолина с использованием ультразвуковой активации без использования катализаторов на основе тяжёлых металлов.

Ключевые слова: ароматическое нуклеофильное замещение, нитрогруппа, галогенарены, ультразвуковая активация

Производные 1,2,3,4-тетрагидрохинолина в последнее время вызывают особый интерес с синтетической точки зрения благодаря большому разнообразию путей их функционализации как по атому азота, так и ароматическому и алифатическому атомам углерода. Продукты таких превращений используются при разработке широкого ряда медицинских препаратов против лейшманиоза [1], бактерий [2], трипаносом [3] и рака [4,5]. Кроме того, они могут выступать в качестве НО-высвобождающих агентов, которые являются жизненно важными молекулами в человеческом организме, действующие против расстройств, вызывающих такие заболевания, как: гипертония, сердечно-сосудистые заболевания и инсулинорезистентность [6]. Большинство этих препаратов были разработаны за последнее десятилетие, поэтому в научно-технической литературе отмечается большое количество работ

по изучению биологических свойств новых производных тетрагидрохинолина (рис. 1).

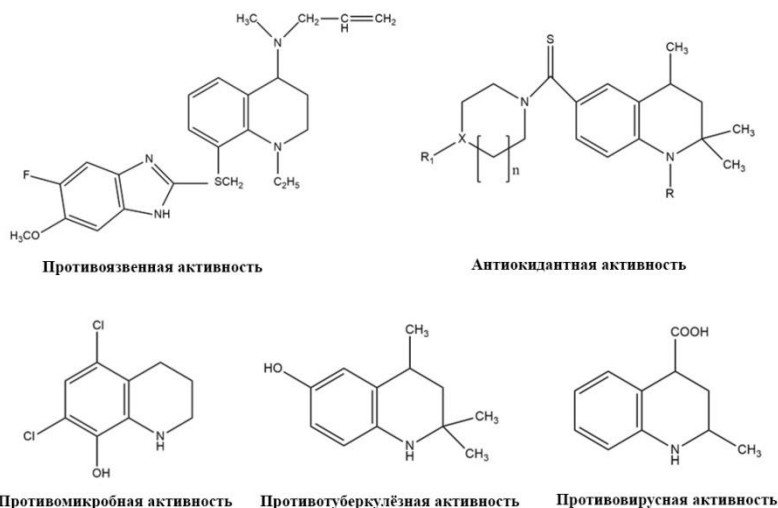


Рисунок 1 – Структуры и биологическая активность производных 1,2,3,4-тетрагидрохинолина

Анализ литературы показал большое количество работ, посвященных синтезу тетрагидрохинолинов и их производных. Известные способы синтеза производных тетрагидрохинолина основаны на классических реакциях нуклеофильного ароматического замещения с арилгалогенидами [7] или на реакциях, катализируемых переходными металлами, такими как медь или палладий: так называемые реакции сочетания [8,9].

Одним из широко используемых методов получения N-замещённых тетрагидрохинолинов является реакция $\text{S}_{\text{N}}\text{Ar}$. Недостатками известных способов синтеза являются использование солей тяжелых металлов, а также длительное время синтеза.

В настоящее время в литературе описан способ получения N-замещённого тетрагидрохинолина в среде этанола при 70 °C в течение 6 дней [10]. При этом отмечается образование побочных продуктов. Это объясняется, по-видимому, тем, что

тетрагидрохиолин быстрее вступает в реакцию окисления, нежели в реакцию S_NAr . Поэтому целью данной работы было сократить время синтеза, чтобы подавить образование побочных продуктов, и активировать протекание реакции S_NAr .

Одной из современных методик активации химических реакций является ультразвуковая активация. Химическое действие ультразвуковых волн связано с явлением кавитации. Кавитация – разрыв сплошности жидкости с образованием точек с высокой температурой и давлением.

Реакцию нуклеофильного ароматического замещения 1,2,3,4-тетрагидрохиолина с 2-нитро-4-(трифторметил)хлорбензолом проводили в ДМФА под действием ультразвука согласно схеме 1.

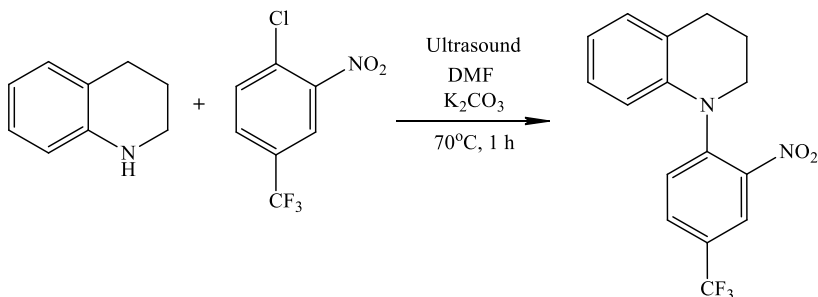


Схема 1

Синтез проводили при 70 °С в течение 1 часа. В качестве депротонирующего агента использовали K₂CO₃. За протеканием реакции следили по ТСХ. Полученные красные кристаллы сушили под вакуумом. Структура и чистота полученных полиядерных соединений была доказана с помощью ЯМР ¹H-спектроскопии, масс-спектрометрии высокого разрешения и элементного анализа.

Таким образом был разработан новый эффективный способ синтеза 1-(2-нитро-4-(трифторметил)фенил)-1,2,3,4-тетрагидрохиолина. Использование данной методики позволило значительно сократить время синтеза. Ультразвуковая активация намного эффективнее и экологичнее по сравнению с использованием катализаторов на основе

тяжёлых металлов. Полученный тетрагидрохинолин не содержал примесей посторонних веществ, что доказывает эффективность нового способа его получения.

Список использованных источников и литературы:

[1] George, TG; Johnsamuel, J.; Delfin, DA; Yakovich, A.; Mukherjee, M.; Phelps, MA; Dalton, JT; Sackett, DL; Kaiser, M.; Brun, R.; Werbovetz, KA; Bioorg. Med. Chem. 2006, 14, 5699.

[2] Ramana, MMV; Charma, MR; *J. Chem Pharm. Res.* 2013, 5, 122.

[3] Boiani, M.; Boiani, L.; Denicola, A.; Torres de Ortiz, S.; Serna, E.; InBilbao, NV; Sanabria, L.; Yaluff, G.; Nakayama, H.; Rojas de Arias, THE.; Vega, C.; Roland, M.; Gomez-Barrio, A.; Cerecetto, H.; Gonzalez, M.; *J. Med. Chem.* 2006, 49, 3215

[4] Khalaj, A.; Doroudi, AR; Ostad, SN; Khoshayand, MR; Babai, M.; Adibpour, N.; *Bioorg. Med. Chem. Letter* 2006, 16, 6034.

[5] Yang, J.; Wang, L. – J.; Liu, J. – J.; Zhong, L.; Zheng, R. – L.; Xu, Y.; Ji, P.; Zhang, C. – H.; Wang, W. – J.; Lin, X. – D.; Li, L. – L.; Wei, Y. – Q.; Yang, S. – Y.; *J. Med. Chem.* 2012, 55, 10685.

[6] Wade, CB; Mohanty, DK; Squattrito, PJ; Amato, NJ; Kirschbaum, K.; *Acta Crystallogr., Sect. C: Cryst. Structure Commun.* 2013, 69, 1383.

[7] Bunnett, JF; Zahler, RE; *Chem. Rev.* 1951, 49, 273.

[8] Huang, H.; Yan, X.; Zhu, W.; Liu, H.; Jiang, H.; Chen, K.; *J. Comb. Chem.* 2008, 10, 617; Yoshikai, N.; Nakamura, E. *Chem. Rev.* 2012, 112, 2339; Dhakshinamoorthy, A.; Asiri, AM; Garcia, H.; *Chem. Soc. Rev.* 2015, 44, 1922.

[9] Fischer, C.; Koenig, B.; Beilstein *J. Org. Chem.* 2011, 7, 59.

© А.И. Хлопотинин, 2021

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

Ю.С. Боровская,

старший преподаватель,

e-mail: borovskoivitalii@mail.ru,

Е.С. Кадникова,

старший преподаватель,

e-mail: kadnikova.e@mail.ru,

*ФГБОУ ВО «Сибирский государственный
университет водного транспорта»,*

г. Новосибирск, Российская Федерация

ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА И УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ ГРУЗОВ

Аннотация: данная статья содержит обзор основных свойств грузов, влияния этих свойств на сохранность перевозки и требования к условиям хранения.

Ключевые слова: свойства грузов (физические, химические и биологические свойства грузов), хранение грузов, склад.

Качество перевозок определяется в том числе и сохранностью грузов. Среди множества причин, приводящих к несохранным перевозкам, являются скрытые свойства грузов, а также учет не всех свойств груза. Под свойствами груза мы будем понимать основные характеристики грузов, проявляющиеся в обычных или неблагоприятных условиях хранения и перевозки. Свойства груза можно разделить на физические, химические и биологические (рисунок 1).

К физическим свойствам относят:

Гигроскопичность – способность вещества впитывать, удерживать и отдавать влагу воздуха; различают три группы гигроскопических грузов – капиллярно-пористые (уголь, руды, строительные грузы), коллоидные (каучук, желатин), капиллярно-пористые коллоидные (зерно, лесные и волокнистые, кожа, ткани).

Сыпучесть – способность зернистого материала при

наличии свободной поверхности пересыпаться под воздействием качки с одного борта на другой; по степени подвижности в условиях морской перевозки опасными в отношении смещения являются грузы, обладающие повышенной сыпучестью (пшеница, рожь, ячмень, мелкий уголь, железорудные окатыши, песок, гравий).

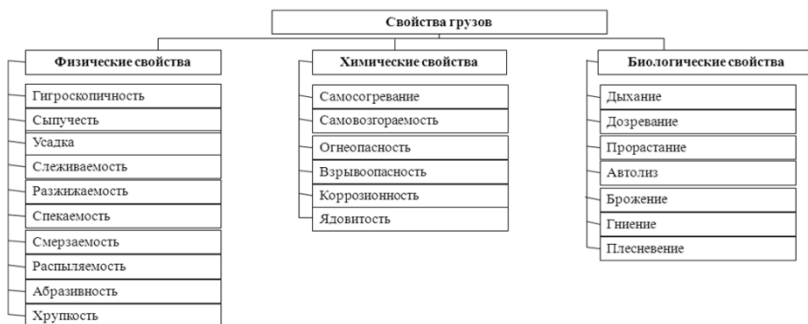


Рисунок 1 – Свойства грузов

Усадка – уплотнение вещества вследствие перераспределения его частиц в массе насыпи и сдвигания нижних слоев верхними (зерновые, уголь, соль).

Слеживаемость – свойство навалочного и насыпного грузов переходить в состояние слежалости, характеризующееся прочным сцеплением частиц груза, что приводит к потери им сыпучести (бокситы, марганцовые руды, суперфосфат, апатитовый концентрат, калийные и азотные удобрения, сульфат, селитра, соли).

Разжижаемость (тиксотропность) – свойство веществ с малыми размерами частиц (некоторые руды и рудные концентраты) при определенной влажности и под воздействием динамических нагрузок (качки, вибрации корпуса, ударов волн) переходить в разжиженное состояние.

Спекаемость – слипание частиц вещества при изменении температуры (перевозимые навалом тугоплавкие материалы – пек, гудрон, асфальт, а также агломераты руд).

Смерзаемость – свойство вещества превращаться в сплошную массу и терять сыпучесть при отрицательной

температуре (рыхлые, пористые, мелкозернистые руды – доломитовая мука, апатитовый и железорудный концентраты, серный колчедан и другие полезные ископаемые – мелкий уголь, щебень, гравий и т.д.).

Распыляемость – способность мельчайших частиц некоторых веществ, выведенных из состояния покоя, длительное время находиться во взвешенном состоянии и перемещаться под воздействием ветра (зерновые грузы, цемент, апатитовый и железорудный концентраты, мелкий уголь и др.).

Абразивность – истирающая способность некоторых насыпных и навалочных грузов, определяемая высокой твердостью и наличием острых режущих граней у частиц вещества (квасцы, бокситы, апатиты, кварциты).

Хрупкость – свойство вещества разрушаться при механическом воздействии без заметной пластической деформации (стекло, стеклянные изделия, аппаратура, облицовочная плитка, керамические изделия, шифер, кирпич).

II К химическим свойствам грузов относят:

Самосогревание – самопроизвольное повышение температуры вещества под воздействием внутренних (химических и биохимических) источников теплоты (зерновые, волокнистые вещества, жмых, каменные и бурые угли, торф, древесный уголь, сернистый колчедан, пирит, концентраты железа).

Самовозгораемость – способность вещества, склонного к самосогреванию, возгораться самопроизвольно при достижении критической температуры, вызывающей бурный процесс окисления (бурые, каменные газовые и жирные угли, волокнистые вещества, жмых, некоторые нефтепродукты).

Огнеопасность – способность вещества при воспламенении к самораспространяющемуся горению (почти все животного и растительного происхождения – нефть и нефтепродукты, каменный уголь, лесоматериалы).

Взрывоопасность – способность вещества вызывать физический (сжатый и сжиженные газы) или химический (взрывчатые вещества) взрыв.

Коррозионность – поверхностное разрушение твердых тел под воздействием физико-химических процессов в

определенных условиях внешней среды – при повышенной влажности и температуре, наличии окислителей (черные и некоторые цветные металлы – медь, свинец, а также изделия из них).

Ядовитость – способность вещества оказывать отравляющее воздействие на человека (при дыхании или внутреннем введении, через кожные покровы).

III Веществам растительного и животного происхождения в процессах перевозки и хранения присущи биологические свойства, которые могут быть вызваны как процессами, происходящими в самом продукте (дыхание, созревание, прорастанием, автолизом), так и жизнедеятельностью микроорганизмов, находящихся на поверхности и внутри продукта (брожением, гниением, плесневением).

Процессы, происходящие в самом продукте:

Дыхание – поглощение веществом кислорода воздуха, окисление углеводов, жиров и других составных частей с выделением теплоты, влаги, углекислого газа (свежие овощи, зерновые, плоды, яйца).

Созревание – интенсификация биохимических процессов в веществе при повышенной влажности, температуры, освещения (цитрусовые, зерновые, картофель, лук).

Прорастание – изменение химического состава продукта с потерей кондиционных показателей (картофель, зерновые, семена, лук, чеснок).

Автолиз – растворение тканей вещества при распаде белков, углеводов и жиров (сельдь, мясо, табак, чай).

Процессы, вызванные жизнедеятельностью микроорганизмов, находящихся на поверхности и внутри продукта:

Брожение – разложение углеводов под воздействием ферментов, вырабатываемых микроорганизмами (соки, молоко, овощи, спирты).

Гниение – распад белкового вещества под влиянием гнилостных бактерий (цитрусовые, овощи, зерновые).

Плесневение – разложение углеводов и жиров пищевых продуктов под воздействием плесневых грибов (фрукты, овощи, семена, зерно).

Указанные свойства и особенности различных веществ могут проявляться одновременно в виде тепло— или морозостойкости, вредности.

Теплостойкость – физическое, химическое и микробиологическое свойство веществ, характеризующее способность противостоять развитию микробиологических процессов или разрушениям и плавлению под воздействием высоких температур; теплостойкость некоторых продовольственных продуктов достигается вялением, солением, сушкой, пастеризацией, сублимацией и другими способами.

Морозостойкость – способность влажных продуктов или тары, содержащей жидкие продукты, выдерживать внутреннее давление льда, не разрушаясь и не теряя первоначальной формы, а также сохранять свои основные свойства при оттаивании; к неморозостойким грузам относятся ценные породы, консервы в стеклянных банках, напитки в бутылках, свежие фрукты, овощи.

Вредность – свойство вещества оказывать вредное воздействие на организм – раздражение дыхательных путей, слизистой оболочки и кожи, поражение легких, механические повреждения тканей, инфекционные и радиационные поражения (некоторые нефтепродукты, удобрения, смолы, радиоактивные, химические вещества).

Хранение грузов может осуществлять на складах оперативного и долгосрочного хранения. В зависимости от конструкции склады могут быть разделены на три группы: открытые, полужакрытые и закрытые. Свойства грузов определяют тип и условия складского помещения, пригодного для хранения.

На открытых площадках можно хранить грузы, которые не боятся воздействия агрессивных факторов внешней среды и действующими правилами перевозок грузов допускается их открытое хранение. В результате теплообмена с окружающим воздухом поверхность штабеля охлаждается ночью и нагревается днем. Ночью температура поверхности может быть ниже точки росы наружного воздуха. При этом неизбежна конденсация влаги на штабеля, поэтому даже в хорошую погоду штабеля грузов, боящихся подмочки, следует укрывать

брезентом. В зависимости от температуры и влажности окружающего воздуха изменяются температурно-влажностные поля внутри штабеля, что особенно опасно для гигроскопических грузов.

В полузакрытом складе роль навеса не ограничивается только защитой груза от прямых солнечных лучей и атмосферных осадков. Днем нагревается воздух под навесом над грузом, повышается влагосодержание воздуха, вечером и ночью навес охлаждается быстрее воздуха под навесом. Тем самым навес играет роль теплового экрана, предупреждающего конденсацию влаги на грузе. Навес должен быть достаточной ширины. Боковые стены полузакрытого склада возводят обычно с наветренной стороны для большей защиты груза и работающих людей от осадков и ветра.

На характер протекания тепловлажностных процессов при хранении грузов в неотапливаемом складе оказывают влияние устройство и материал ограждений склада, воздухообмен в результате естественной или принудительной вентиляции, климатические особенности месторасположения склада, наличие зданий и сооружений, режим работы склада и т.д. Решающее значение на теплообмен между штабелем груза и полом склада оказывают высота штабеля, площадь оснований штабелей и проходов между ними, вид подкладочного материала. Стены неотапливаемого склада подвергаются воздействию температуры и влажности наружного воздуха. Под влиянием перепада температур внутри и снаружи склада, давления ветра происходит перемещение влаги и воздуха через пористые материалы стен в сторону области пониженных давлений. Относительная влажность воздуха в складе может возрастать, и создается возможность увеличения массы груза. В портовых универсальных неотапливаемых складах практически единственным средством регулирования тепловлажностных процессов является вентиляция наружным необработанным воздухом.

Особое значение режим и интенсивность вентиляции имеют при большой разности температур груза в складе и наружного воздуха, что происходит при смене времени года. Поэтому весной и осенью следует чаще вентилировать склад,

чтобы постепенно выравнивать температуру в системе груз – склад – окружающая среда.

В металлическом складе груз хорошо защищен от атмосферных осадков, прямых солнечных лучей, но плохо защищен от тепловых воздействий. Днем стены и крыша склада нагреваются солнечными лучами до $+ 70^{\circ}\text{C}$. Теплота передается поверхности груза. Ночью температура ограждений падает, и при контакте с теплым и влажным складским воздухом на внутренних поверхностях ограждений происходит конденсация влаги. Интенсивная вентиляция склада днем усиливает влагоотдачу груза и ведет к его усыханию. Склад из пористых строительных материалов пропускает влагу внутрь или наружу. Необходим постоянный воздухообмен. Относительная влажность воздуха в складе зимой меньше, летом больше. Внутри склада относительная влажность воздуха растет от потолка к полу. Интенсивная вентиляция при большой разности температур воздуха снаружи и груза в складе (что наиболее вероятно весной и осенью) приводит к подмочке груза. Режим и вентиляция в этом случае должны быть направлены на постепенное выравнивание температур.

Все виды складов, их конструкции, строительные материалы, компоновка, расположение, оборудование, метод и технология эксплуатации вытекают из перечисленных свойств грузов и факторов хранения и подчиняются обеспечению указанных свойств в процессе эксплуатации.

Таким образом, мы делаем вывод, что свойства грузов определяют условия их хранения и размещения, влияют на тип тары, упаковки и подвижного состава и должны быть учтены в процессе проектирования логистической системы доставки груза. В противном случае представляется невозможным обеспечить сохранность товаров в процессе доставки.

Список использованных источников и литературы:

[1] Мостовой И.Ф. Эксплуатация портовых складов. Учеб. пособие для вузов. – М.: Транспорт, 1994. – 110 с.

© Ю.С. Боровская, Е.С. Кадникова, 2021

О.В. Внукова,
бакалавр 4 курса напр. «Строительство»,
e-mail: olvnuckova@yandex.ru,
Ю.Р. Царькова,
бакалавр 4 курса напр. «Строительство»,
e-mail: tsarkova10125@rambler.ru,
науч. рук.: **И.Л. Волкова,**
ст. преподаватель,
ФГБОУ ВО Орловский ГАУ,
г. Орёл, Российская Федерация

ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ МОНОЛИТНОЙ НЕДВИЖИМОСТИ

Аннотация: в данной статье рассматриваются преимущества и недостатки технологии монолитного строительства.

Ключевые слова: строительство, монолит, конструкция, опалубка, производство работ.

Монолитный дом представляет собой уникальную конструкцию, которая возводится особым методом. Весь каркас здания вместе с другими элементами и перекрытиями отливается при помощи бетона, при этом получается бесшовная конструкция. Такая методика лежит в основе строительства не только домов, но и дачных коттеджей. Эксперты уверены в том, что здания, возведенные таким способом, смогут прослужить сотню лет. Такая конструкция отлично переносит воздействие влаги, различных климатических факторов.

Несмотря на то, что при возведении стен используется бетон, в основе внутренней отделки и формирования различных элементов могут лежать другие материалы. На данный момент существует два типа:

1. Монолитно-каркасные. Особенность создания заключается в установке колонн, которые уже забетонированы. За счет их формируется общий костяк. Стены возводятся между столбами, которые заливаются бетоном. В основе производстве внутренних стен может лежать, как вспененный бетон, так и

панели стенового характера;

2. Монолитно-кирпичные сооружения. В основе возведения стен в этом случае лежит кладка из кирпича. Иногда может использоваться пустотелый кирпич. Данный материал может использоваться при внешних отделочных работах.

Особенностью возведения монолитного дома является тот факт, что все необходимые работы могут осуществляться на месте, материалы доставляются в указанное место. Для начала заливается фундамент, в роли которого чаще всего выступают бетонные плиты, в качестве увеличения прочности дополнительно можно использовать сваи забивного типа. После всего вышеперечисленного приступают к возведению стен из бетона. В качестве материалов для изготовления опалубки могут использоваться также различные элементы, чаще всего используют в дерево или алюминий, иногда встречается сталь. Каждый из этих материалов имеет свои особенности, преимущества и недостатки, которые оказывают влияние на ход строительства и окончательный результат всей работы. В последнее время особой популярностью пользуется полистирол.

Опалубка может носить съемный характер, благодаря этому ее можно снимать и передвигать в другое место. Такой вариант отличается своей экономичностью. Несъемный вариант опалубки чаще всего используется при возведении небольших сооружений, как правило, которые состоят из одного этажа. Есть опалубки, которые производятся промышленным методом. Такие элементы уже имеют готовый вариант конструкции, который невозможно изменить. Как правило, такой тип изготавливается заранее по индивидуальным требованиям клиентов.

Монолитный дом символизирует надежность, безопасность и качество. Чаще всего новостройки возводятся таким способом. Преимуществ у такой конструкции достаточно много. Из основных следует отметить такие, как:

1. быстрая скорость возведения;
2. долгий срок службы;
3. применение бесшовных конструкций позволяет добиться требуемой прочности и надежности;
4. сооружения обладают повышенной износостойкостью;

5. сооружения усаживаются равномерно;
6. отличная звуковая и шумовая изоляция;
7. возможно внесение различных изменений в конструкцию впоследствии;
8. при необходимости дом можно перепланировать;
9. для отделочных и внутренних работ необходимо небольшое количество материала.

Однако, следует понимать, что у данных конструкций, также, как и у множества других, есть свои недостатки. Из основных можно отметить следующие:

1. сложное строительство при плохих погодных и климатических условиях. плохие погодные условия могут повлиять на качество получаемого результата. это касается изменения состояния бетона, используемого материала, внутренней отделки и других моментов;

2. все строители должны обладать должным уровнем профессионализма и мастерства, без которых просто не получится добиться желаемого результата;

3. панельные дома могут собираться только на месте. этот момент можно отнести, как к преимуществам, так и недостаткам, так как здесь есть свои нюансы;

4. достаточно высокая стоимость использования данной технологии и всех материалов;

5. однако, все преимущества данной конструкции перебивают недостатки. Вот почему такой род конструкций быстро смог завоевать популярность.

Как монолитные дома, так и панельные, которые возводятся из бетона, могут реализовываться по различным технологиям. Уже готовые элементы конструкций используются при возведении панельных домов. Прочность готовой конструкции обеспечивается надежностью мест соединения, в которых есть стыки. Также данные соединения влияют на особенности звуковой и шумовой изоляции всего сооружения.

Производство домовых панелей имеет свои сложности. Они заключаются в архитектурном оформлении, планировке всех помещений и других моментах, которые также носят ограниченный характер. Примером конструкций подобного характера являются многоэтажные дома, которые строились в

конце 50-ых годов ушедшего тысячелетия. Панельные дома проигрывают монолитным в вопросах качества, надежности и долговечности.

При покупке недвижимости для жилья необходимо обращать внимание не только на ее стоимость, но и на месторасположение, развитие инфраструктуры. Нужно понимать, что при возведении сооружений могут использоваться различные технологии, каждая из которых имеет свои особенности.

Монолит – популярная технология сегодня, которая смогла доказать свое качество и эффективность, поэтому активно используется в наше время.

Список использованных источников и литературы:

[1] Царькова Ю.Р. Каркасно-монолитное строительство, плюсы и минусы / Ю.Р. Царькова, О.В. Внукова, И.Л. Волкова // Профессия инженер: Сборник материалов IX Молодежной научно-практической конференции, Орел, 12 мая 2021 года. – Орел: Орловский государственный аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2021. – С. 288-291.

[2] Прочность бетона / И.В. Царьков, М.В. Харин, Ю.В. Севостьянова, И.Л. Волкова // Физика и современные технологии в АПК: материалы XI Всероссийской молодежной конференции молодых ученых, студентов и школьников с международным участием, Орёл, 19 февраля 2020 года / Орловский государственный аграрный университет им. Н.В. Парахина. – Орёл: ООО Полиграфическая фирма «Картуш», 2020. – С. 126-130.

[3] Павленко, А.А. Бетон, свойства и характеристики / А.А. Павленко, И.Л. Волкова // Сборник статей студенческих научно-практических конференций факультета агротехники и энергообеспечения кафедры инженерной графики и механики, Орел, 22–25 мая 2017 года / МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РФ; ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.В.ПАРАХИНА». – Орел: Орловский государственный

аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2017. – С. 353-358.

[4] Харин М.В. Прочность, жесткость и устойчивость зданий / М.В. Харин, И.Л. Волкова // Сборник статей студенческих научно-практических конференций факультета агротехники и энергообеспечения кафедры инженерной графики и механики, Орел, 22–25 мая 2017 года / МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РФ; ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.В.ПАРАХИНА». – Орел: Орловский государственный аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2017. – С. 399-401.

[5] Карлов Р.П. Прочность бетона / Р.П. Карлов, И.Л. Волкова // Сборник статей студенческих научно-практических конференций факультета агротехники и энергообеспечения кафедры инженерной графики и механики, Орел, 22–25 мая 2017 года / МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РФ; ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.В.ПАРАХИНА». – Орел: Орловский государственный аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2017. – С. 338-342.

[6] Золотарев А.С. Прочность, жесткость и устойчивость элементов конструкций современных высотных зданий / А.С. Золотарев, И.Л. Волкова // Профессия инженер: Сборник материалов IX Молодежной научно-практической конференции, Орел, 12 мая 2021 года. – Орел: Орловский государственный аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2021. – С. 258-262.

© О.В. Внукова, Ю.Р. Царькова, 2021

*Е.Е. Дмитрик,
студент 3 курса напр. «Строительство»,
e-mail: dmitrikey@icloud.com,
науч. рук.: А.И. Буковцова,
к.т.н., доц.,
СТИ НИТУ «МИСиС»,
г. Старый Оскол, Российская Федерация*

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПРОГРАММ АВТОМАТИЗИРОВАННОГО ПРОЕКТИРОВАНИЯ В СТРОИТЕЛЬСТВЕ

Аннотация: в статье рассмотрены направления внедрения инноваций в строительстве, представлен сравнительный анализ современных промышленных программных продуктов, ориентированных на решение задач проектирования конструкций с целью удовлетворения профессиональных запросов специалистов в зависимости от целей и задач проведения проектных работ.

Ключевые слова: проектирование, программные продукты, проектные задачи

Рост требований к качеству и темпам строительства, усложнение технологий и применяемой техники в производстве работ, а также другие факторы вызывают увеличение объемов и усложнение задач в области автоматизации и проектирования объектов строительства.

Внедрение инноваций в области строительства является одним из приоритетных направлений государственной политики. Многие застройщики, заказчики, подрядчики и девелоперы осуществляют реализацию инвестиционных и инновационных программ в сфере управления строительными проектами, разработки новых технологий и применения новых строительных материалов [1].

Современные промышленные программные продукты, ориентированные на решение задач проектирования конструкций, условно можно разделить на три группы:

1. Вычислительные системы, которые предназначены

для анализа прочности конструкций.

2. Программы для проверок несущей способности элементов конструкций на соответствие действующим нормам проектирования.

3. Программы проектирования, которые позволяют выполнять формирование и выпуск рабочих чертежей, спецификаций и других материалов по проекту.

Для того чтобы из большого количества разнообразных систем автоматизированного проектирования выбрать оптимально удовлетворяющую профессиональным запросам специалистов необходимо провести сравнение и выработать рекомендации по выбору систем автоматизированного проектирования в строительстве в зависимости от целей и задач проведения проектных работ.

Выбор программных продуктов для сравнения осуществлялся на основании сложившейся практики использования специализированных программ проектирования и представлен в таблице 1 [2].

Хар-ки	AutoCAD	КОМПАС 3D V14	Revit
Функциональные возможности	Использование простых графических примитивов в области двумерного проектирования для получения сложных объектов, предоставление широких возможностей работы с объектами, возможность разбивать	Ассоциация с моделью (изменения в модели приводят к изменению изображения на чертеже); синхронизация данных в основной надписи чертежа с данными из трёхмерной модели), изменения в чертеже или модели	Возможность трехмерного моделирования элементов здания и плоского черчения элементов оформления, создания пользовательских объектов, организации совместной работы над проектом,

	чертеж на составные файлы, поддержка двумерного параметрического черчения; возможность динамической связи чертежа с реальными картографическими данными; управление трёхмерной печатью и поддержка облаков точек и др.	могут передаваться в спецификацию, наличие большого количества дополнительных библиотек к программам семейства, автоматизирующих различные специализированные задачи и др.	начиная от концепции и заканчивая выпуском рабочих чертежей и спецификаций.
Операционная система Microsoft Windows/Формат	+/- DWS DWF	+/- cdw, frw, m3d, a3d	+/- DGN,, DWG, DXF, IFC, SAT и SKP
Объем оперативной памяти	2 ГБ (рекомендуется 4 ГБ).	512 Мб	2 ГБ
Цена	75 020 руб./год	146 000 руб./1 год	107 656 руб./1 год
Достоинства	Очень большой интерфейс и количество опций. Программа для высококвалифицированных специалистов, работающих в	Простота в управлении, очень простой и удобный интерфейс, установлены различные библиотеки, с помощью ко-	Связь 2D и 3D видов + их связь с рабочей документацией, огромная база готовых объектов,

	проектных институтов, разрабатывающих проекты для жилых и промышленных домов различного назначения.	торых можно проектировать или чертить исполнительные схемы водопровода, газопровода, электрики. Очень удобный вывод на печать любых форматов. Удобство в выборе масштаба. В «Компас 3D» можно легко просматривать чертежи с программы AutoCAD.	создание аналитической модели, учёт арматуры в ЖБ конструкциях, расстановка арматуры в соответствии с расчётами, расчёт простых конструкций, полная связь со всеми продуктами Autodesk.
--	---	--	---

Постоянное усложнение проектных задач приводит к тому, что в настоящее время проектом может заниматься не один проектировщик, а группа или целый проектный коллектив. Только комплексная автоматизация процесса проектирования позволяет добиться максимальной эффективности при решении сложных проектных задач.

Наибольшее распространение в России имеет программный пакет AutoCAD, разработанный Autodesk более 20 лет назад. Программа автоматизированного проектирования обладает широким инструментарием и имеет возможности адаптации к требованиям пользователя. Именно поэтому разработчики программы продолжают развитие линейки продуктов, выпуская различные приложения для архитектурно-строительного проектирования Autodesk Architectural Desktop, которые ориентированы на профессиональных архитекторов и специалистов в области промышленного и гражданского

строительства. Совершенствование программы AutoCAD позволяют поддерживать все стадии проектирования. Инструменты программы позволяют проектировщику последовательно проходить все основные этапы проектирования, используя данные, заложенные на каждом из предыдущих этапов [3].

В итоге можно заключить, что в настоящее время произошел полный переход от чертежного проектирования к информационному моделированию зданий – Building Information Modeling (BIM). В настоящее время повсеместно применяется пакет прикладных программных продуктов, которые используются для создания чертежей, конструкторской и технологической документации, создания 3D-моделей. Кроме того, разработана STC-библиотека элементов, включающая более 5000 элементов инженерного оборудования, адаптированная к российским стандартам, используются и другие программные продукты, такие как AutoRevit, Digital Project, ArchiCAD, ArfaCAD, Allplan, Bentley Building, Tekla Structure.

Многофункциональный режим работы этих систем обеспечивает коллективный доступ к проекту, однако, растущий уровень требований к управлению проектами диктует необходимость постоянного развития автоматизированных систем управления проектами. Подготовка проектной документации требует сегодня не только обеспечение точности и полного соответствия различным нормативам, но и ставит задачи снижения себестоимости и сокращения сроков разработки. Настоящие требования к программам автоматизированного проектирования (САПР) должны обеспечивать легкое редактирование проекта и возможность сравнения различных вариантов и позволять обнаруживать и предупреждать различные ошибки в процессе проектирования.

Список использованных источников и литературы:

[1] Зуева О.А., Беляков Г.П. Инновационное проектирование в жилищном строительстве // Актуальные проблемы авиации и космонавтики. – 2015. – Т. 2. №11. – С. 221-223

[2] Шевко Н.Р. Применение IT-технологий в строительстве: сегодня и завтра // Вестник Казанского технологического университета. – 2014. – №17(11). – С. 317-321.

[3] Цветков А. Обзор средств САПР в архитектуре и строительстве [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://sapr.ru/article/8059>. Дата обращения: 28.07.2020 г.

© *Е.Е. Дмитрик, 2021*

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

Я.И. Бережной,
студент 2 курса напр. «Менеджмент»,
e-mail: nkuzmenkonkuzmenko@vilec.ru,
науч. рук.: **А.А. Галкин,**
к.э.н., доц.,
АНОО ВО «ВЭПИ»,
г. Воронеж, Российская Федерация

МЕРОПРИЯТИЯ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ СБЫТОВОЙ ПОЛИТИКИ ПРЕДПРИЯТИЯ

Аннотация: в статье обсуждаются способы совершенствования сбытовой политики предприятия.

Ключевые слова: конкурентная среда, маркетинговая политика, сбытовая политика, политика компании по сбыту продукции на внешние рынки.

Чтобы улучшить маркетинговую политику компании, иногда достаточно внести небольшие изменения или дополнения в маркетинговую политику, чтобы создать конкурентную среду.

Несмотря на то, что это небольшие изменения или дополнения, в то же время это непростой процесс. Лучшая конкурентная среда создает условия для распределения ресурсов, их эффективного использования, свободного движения факторов производства (а также потоков капитала) для развития деловой активности. Существование такой среды характерно для рыночной экономики – особого этапа в развитии общественного производства.

В современной российской экономике возникли различные формы конкуренции в разных секторах экономики. И все же реальные приоритеты российской экономической политики в развитии конкурентной среды явно захвачены крупными производителями. В связи со значительной долей крупного бизнеса особую роль приобретает политика компании по сбыту продукции на внешние рынки.

Политика компании по сбыту продукции на внешние рынки во многом определяет экономическую и социальную жизнь любой страны, практически любого пользователя.

Политика компании по сбыту продукции на экспортном рынке – это, по сути, сумма всех возможностей производителя создавать, производить и продавать продукты и услуги. Из-за угрозы перемещения с рынка необходимо множество возможностей, вынуждающих производителя регулярно участвовать в системе менеджмента качества и, в целом, расширять продажи своей продукции.

Проблемы сбытовой политики компании на рынке связаны с маркетинговой стратегией компании и влияют друг на друга, что увеличивает или снижает вероятность того и другого. Так, например, материалы для распространения несут ответственность за разработку и реализацию планов распространения, создание сетей розничных продавцов и продажу товаров на внутреннем и внешнем рынках в соответствии с маркетинговой стратегией компании и существующими национальными и международными правилами и положениями. отгрузка, а также ответственность за хранение товаров на грузовых складах, за счет снижения затрат на транспортировку в момент продажи, распределения товаров, прочтения и соблюдения требований, установленных покупателями в отношении доставки, распределения товаров, в разумных пределах. Организация системы распределения продукции, которая отвечает за обеспечение того, чтобы продукция находилась в нужном месте, в нужном количестве, в нужное время и с хорошим качеством, в надежной упаковке, которая выдерживает транспортировку, отгрузку и хранение во время централизованного хранения и сбора в точке продажи и т.д.

Оценка сбытовой политики компании на экспортном рынке начинается с определения цели исследования:

1. если необходимо определить положение данного товара среди аналогичных, то достаточно провести прямое сравнение между ними по наиболее важным параметрам;
2. если целью исследования является оценка перспектив продажи товаров на определенном рынке, то в анализе следует

использовать информацию, которая включает информацию о продуктах, которые будут выходить на рынок в будущем, а также информацию об изменениях в стандарты и законы, действующие в стране, и динамика пользователей.

Независимо от целей исследования, основой для оценки сбытовой политики компании на экспортном рынке является изучение рыночной конъюнктуры, которое следует проводить регулярно, как до разработки нового продукта, так и во время его внедрения. Задача – выбрать группу факторов, влияющих на формирование спроса в том или ином секторе рынка:

- учитываются изменения потребностей постоянных покупателей продукта;
- проанализировано направление развития такой разработки;
- учтены области потребления продукции;
- анализируется средний клиентский цикл [2].

Выше означает «полное исследование рынка».

В результате оценки маркетинговой политики компании на рынке можно рассмотреть следующие способы ее улучшения:

- 1) изменения в структуре, составе используемых материалов (сырье, полуфабрикаты), материалов или структуры продукта;
- 2) изменить макет товарной структуры;
- 3) изменения технологии производства, экспериментальной техники, системы контроля качества изготовления, хранения, упаковки, транспортировки, монтажа;
- 4) изменение товарных цен, цен на услуги, техническое обслуживание и ремонт, цен на запасные части;
- 5) изменить порядок продажи товаров на рынке;
- 6) изменение структуры и размера инвестиций в разработку, производство и сбыт товаров;
- 7) изменение структуры и уровня оснащенности предприятия при производстве товаров и оборудования, цен и структуры выбранных поставщиков;
- 8) изменение системы мотивации ритейлеров;
- 9) изменение структуры импорта и видов ввозимых товаров [2].

Таким образом, теоретические основы совершенствования маркетинговой политики компании на внешнем рынке находят сильное отражение в экономической литературе. При этом тема совершенствования сбытовой политики компании на экспортном рынке всегда актуальна для любого бизнеса.

Список использованных источников и литературы:

[1] Галкин А.А., Бородкина Т.А. Макроэкономические факторы внешней среды российских организаций, определяющие особенности их стратегического менеджмента / А.А. Галкин, Т.А. Бородкина; Воронеж, Вестник НГИЭИ, 2017 №7. – С. 65-72.

[2] Скоун Т. Управленческий учет / Т.Скоун. – М.: Аудит, ЮНИТИ, 2020. – С. 67.

[3] Котлер, Ф. Маркетинг менеджмент. Экспресс-курс. 2-е изд. / Пер. с англ. под ред. С.Г. Божук. / Ф.Котлер – СПб.: Питер, 2012. – 464 с.

© Я.И. Бережной, 2021

*И.В. Лейба,
магистрант 2 курса напр. «ГиМУ»,
Е.С. Гинкул,
магистрант 2 курса напр. «ГиМУ»,
науч. рук.: Т.В. Коротько,
ст. преп.,
КубГТУ,
г. Краснодар, Российская Федерация*

РАЗВИТИЕ ОТРАСЛИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ: ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ И РОССИЙСКАЯ ПРАКТИКА

Аннотация: в статье рассмотрены системы здравоохранения в России и в зарубежных странах. В данном ракурсе особый интерес представляет анализ современного состояния систем здравоохранения, их функционирование и особенности. Помимо этого в статье дана характеристика основных моделей развития систем здравоохранения в России и за рубежом.

Ключевые слова: здравоохранение, медицина, здоровье, модель, социальная политика.

Согласно статье 41 Конституции Российской Федерации – каждый гражданин нашей страны имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь [1]. Медицинская помощь в государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения оказывается гражданам бесплатно за счет средств соответствующего бюджета, страховых взносов, других поступлений.

Система здравоохранения является важнейшим компонентом государственной социальной политики и основывается на удовлетворении потребностей населения в получении своевременного и качественного лечения. Государство должно обеспечивать создание полноценных условий для здорового образа жизни человека и охраны его здоровья, что предопределяет устойчивость социально-экономического развития.

В течение последнего десятилетия в России вопросам

качества жизни населения уделяется особое внимание при реализации текущей государственной политики и планирования стратегического развития страны. Эта ситуация актуализирует вопросы повышения эффективности государственного управления в данной сфере, что требует применения адекватных методов оценки эффективности реализуемой политики, учитывающих региональную специфику и отечественный и зарубежный опыт в данной сфере.

Традиционно под здравоохранением в нашей стране понимался комплекс государственных, социальных, экономических и медицинских мер по охране и улучшению здоровья общества. Сегодня ситуация меняется – здравоохранение является сложной системой социально-экономических взаимоотношений и специфичной отраслью народного хозяйства. Вместе с тем, интерес к здоровью нации со стороны правительства растет и структурно усложняется. Одним из главных документов по обеспечению доступности медицинской помощи и повышению эффективности медицинских услуг, объемы, виды и качество которых должны соответствовать уровню заболеваемости и потребностям населения, передовым достижениям медицинской науки, разработана Государственная программа Российской Федерации – «Развитие здравоохранения», утвержденная постановлением Правительства РФ №1640 от 26 декабря 2017 года [2].

Государству необходимо осуществлять регулирование социально-экономических отношений в системе охраны здоровья населения. Объективная причина, которая вызывает необходимость осуществления активного государственного вмешательства в отрасль здравоохранения, состоит в осуществлении негативных «внешних эффектов» рынка. При нерегулируемом или недостаточно регулируемом со стороны государства рыночном механизме, могут возникнуть тяжелые социальные последствия.

Чтобы сгладить негативные эффекты рынка, должно быть задействовано государство, которое проявляет политическую волю, проводя активную социальную политику.

Для того чтобы достичь экономического существования отрасли, следует заняться усилением социальной роли

государства посредством управления расходами, направленными на здравоохранение. Главная задача здравоохранения состоит в том, чтобы сделать квалифицированную медицинскую помощь доступной гражданам страны.

В настоящее время в России законодательно закреплены, функционируют, взаимно дополняя друг друга, три системы здравоохранения: государственная, муниципальная и частная. Ранее, в советский период, действовала одна система здравоохранения – государственная.

К государственной системе здравоохранения относится уполномоченный федеральный орган исполнительной власти (министерство), на который возложены функции разработки и реализации государственной политики в области охраны здоровья граждан. Кроме того, к этой системе относятся другие органы управления здравоохранением: министерства здравоохранения республик в составе Российской Федерации, органы управления данной сферой автономных округов, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга, иными словами – всех субъектов РФ, а также Российская академия медицинских наук (РАМН).

К муниципальной системе здравоохранения относятся муниципальные органы управления здравоохранением и находящиеся в муниципальной собственности лечебно-профилактические и научно-исследовательские учреждения, фармацевтические предприятия, аптечные учреждения, учреждения судебно-медицинской экспертизы, образовательные учреждения, которые являются юридическими лицами и осуществляют свою деятельность в соответствии с законодательством РФ, нормативными правовыми актами субъектов РФ, федерального и региональных органов управления здравоохранением, а также органов местного самоуправления.

Финансирование деятельности предприятий, учреждений и организаций муниципальной системы здравоохранения осуществляется за счет бюджетов всех уровней, целевых фондов и иных источников.

К частной системе здравоохранения относятся

создаваемые юридическими и физическими лицами медицинские организации, фармацевтические организации и иные организации, осуществляющие деятельность в сфере охраны здоровья. Деятельность учреждений частной системы здравоохранения осуществляется в соответствии с законодательством РФ, нормативными правовыми актами субъектов РФ, федерального и региональных органов управления здравоохранением и органов местного самоуправления[3].

Состояние здоровья непосредственно определяется взаимоотношениями между государственной властью, здравоохранением и общественным и индивидуальным здоровьем. Характер этих взаимоотношений определяет как состояние общественного здоровья в целом, так и характер, и состояние системы здравоохранения.

Существует несколько моделей системы здравоохранения, они различаются формами и методами контроля объема и качества медицинской помощи, способами финансирования, механизмами стимулирования потребителей и поставщиков медицинских услуг. К таким моделям относятся:

- модель Бевериджа– Семашко (Россия, Италия, Великобритания);
- модель Бисмарка (Германия, Франция, Бельгия, Япония, Канада);
- частная модель (США, Израиль).

Государственная модель (бюджетная) известна как модель Бевериджа-Семашко. В странах с рыночной экономикой система бюджетного финансирования здравоохранения была сформирована и впервые применена в Великобритании в 1948 году, у ее истоков был английский ученый–экономист У. Беверидж. В СССР система бюджетного финансирования возникла еще в 1930-е гг., и называют по имени наркома здравоохранения Н.А. Семашко, который был ее создателем и идеологом.

В данной модели значительная роль принадлежит государству. Государство является главным покупателем и поставщиком медицинской помощи, обеспечивая удовлетворение большей части общественной потребности в

услугах здравоохранения. Основной канал финансирования – государственный бюджет. Система бюджетного финансирования здравоохранения базируется на принципе бесплатности. Государство жестко контролирует большинство аспектов рынка медицинских товаров и услуг, устанавливает правила допуска и доступа на рынок. Преимущества данной системы: бесплатность и общедоступность, плановость развития, профилактическая направленность, экономичность [5].

На сегодняшний день, система здравоохранения Российской Федерации, невзирая на ряд достижений прошлых лет, столкнулась с серьезными проблемами, которые будут выступать в качестве препятствия при решении поставленных задач, которые необходимы, чтобы улучшить здоровье населения, увеличить доступность и повысить качество медицинской помощи. Главные из них:

1) Недофинансирование государственной системы здравоохранения, как минимум в 1,5 раза. При недостаточном финансировании отсутствует достойная оплата труда медицинскому персоналу, население не обеспечивается нужным объемом бесплатных лекарств и медикаментов, не соблюдаются современные стандарты и методы лечения, больницы не обеспечены необходимым оборудованием и расходными материалами.

2) Структура медицинских кадров находится в дефиците и неоптимизированна.

3) Квалификация медицинских кадров находится на неудовлетворительном уровне, качество медицинской помощи низкое. Из-за недостаточной квалификации медицинских кадров неудовлетворительные показатели качества медицинской помощи, в сравнении с развитыми странами.

4) Отстают нормативы объемов медицинской помощи исходя из показателей Программы государственных гарантий бесплатной медицинской помощи по реальным потребностям населению РФ [3].

Если говорить о мировом опыте, то наиболее широко распространена немецкая модель здравоохранения – модель Бисмарка – страховая система здравоохранения. Она

характеризуется следующими признаками:

- финансирование процесса оказания медицинских услуг осуществляется за счет взносов в систему национального страхования;
- страхование производит публично-правовой орган самоуправления;
- страховой и общенациональный бюджеты строго разграничены между собой;
- работодатель не несет ответственности.

Данную систему применяют многие зарубежные страны, модель используется в странах Европейского союза, в частности в Германии, Франции, Австрии, Бельгии, Голландия, а так же в Японии и Канаде.

В Германии Фонды социального страхования являются финансовым фундаментом всей немецкой медицинской отрасли. Система функционирует на принципе взаимопомощи застрахованных, которая заключается в распределении нагрузки между всеми участниками системы за счет совместного финансирования страховых услуг. Выплата страховых взносов осуществляется совместно наемным работником и его работодателем, причем выплаты осуществляются в равных соотношениях [4]. Размер обязательного страхового взноса в фонд социального страхования не является фиксированным, он зависит от доходов и работника, и работодателя.

Для частной модели здравоохранения характерно оказание медицинских услуг преимущественно на платной основе, за счет частного страхования и личных средств граждан. Единая система государственного медицинского страхования отсутствует [5].

Несмотря на новые объективные ограничители здравоохранительной политики, связанные, в том числе, с обеспечением устойчивого финансирования, развитые страны продолжают демонстрировать свою приверженность принципам справедливости, социальной солидарности, сохраняя достаточно высокий уровень социальных гарантий. Также внедряют новые управленческие и инновационные технологии, которые позволяют снизить расходы на систему здравоохранения при сохранении её высокой доступности и эффективности.

Две глобальные тенденции мировых реформ включают контроль стоимости оказываемых услуг и повышение результативности системы здравоохранения, что связано с обеспечением её доступности. Реформы в ряде случаев представляют собой попытку сохранить лучшие элементы уже существующих систем, адаптируя подходы и механизмы, которые хорошо проявили себя в других странах [6].

Однако в мире действуют разнонаправленные тенденции: в то время как в развитых странах на повестке дня остро стоит проблема контроля за расходами и изучение возможностей их снижения, в развивающихся странах, наоборот, речь идёт о необходимости увеличения расходов на здравоохранение, чтобы обеспечить доступ населения к медицинской помощи [7].

Задача сдерживания роста расходов на здравоохранение поставлена в развитых государствах неслучайно. Темпы роста расходов на здравоохранение в странах ОЭСР (Организация экономического сотрудничества и развития) в 2020 гг., причём в странах с различными моделями, опережали темпы экономического роста, что привело к увеличению доли здравоохранения в ВВП.

Однако в настоящее время расходы, определяемые как доля ВВП, опять увеличиваются практически во всех странах ОЭСР, хотя и гораздо медленнее, и поэтому проблема не снята с повестки дня.

В условиях ограниченных возможностей серьёзного увеличения средств можно рассматривать вариант перераспределения ресурсов из других областей, однако возникает серьёзная проблема приоритетов государственной не только здравоохранительной, но и социально-экономической политики. Поиск способов оптимизации расходов идёт по нескольким направлениям. Прежде всего, это так называемый перенос затрат на сторону спроса (пациенты) или предложения (поставщики медицинских услуг). Широкое распространение получают системы подушевой оплаты при оказании амбулаторной помощи, а для финансирования стационаров используются такие методы:

1) установление твёрдого (статистического) бюджета (Франция). В таком бюджете доходы и расходы планируются

исходя из заданного объема реализации медицинских услуг. Исполнение бюджета контролируются по фактическим показателям. Статистический бюджет отражает факт полученного результата.

2) установление лимитов роста издержек (Бельгия, Германия, Нидерланды).

3) оплата по клинико-диагностическим группам (Австрия, Норвегия, Австралия) [8].

Целями развития здравоохранения в Российской Федерации являются увеличение численности населения, продолжительности жизни, продолжительности здоровой жизни, снижение уровня смертности и инвалидности населения, соблюдение прав граждан в сфере охраны здоровья и обеспечение связанных с этими правами государственных гарантий.

Среди основных направлений совершенствования организации здравоохранения в зарубежных странах и в России можно выделить следующие:

- использование механизмов нового государственного управления, задача которого – адаптация успешных управленческих технологий бизнеса для целей управления в общественном секторе;

- внедрение инновационных технологий, прежде всего информационных;

- бюджетирование, ориентированное на результат – подчёркивает важность определения измеряемых результатов, которые должны быть достигнуты за счёт бюджетных средств и тем самым обеспечивает больше прозрачности в процесс формирования бюджета и отчётности за достижение поставленных целей;

- новые методы оплаты труда врачей – акцент на оплату по результату, дополнительные платежи за достижение поставленных целей. Среди основных целей – профилактика (вакцинация, скрининг) и хронические заболевания;

- внедрение новых форм обслуживания пациентов (управление хроническими заболеваниями (астма, диабет), интегрированные системы обслуживания, управление болезнью.

Здравоохранение – важнейшая социальная сфера

общества. Социально– экономические и политические преобразования, происходящие в стране, оказывают огромное воздействие и на здравоохранение, и на экономику этой отрасли. Обеспечение системы здравоохранения необходимыми финансовыми ресурсами для оказания качественной и доступной медицинской помощи остается стратегической задачей государства, так как здоровье населения напрямую влияет на экономическое развитие.

Список использованных источников и литературы:

[1] Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) // СПС «Консультант Плюс».

[2] Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие здравоохранения»: Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 №1640 (действующая редакция). // СПС «Консультант Плюс».

[3] Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: Федеральный закон от 21 ноября 2011 №323 (действующая редакция). // СПС «Консультант Плюс».

[4] Дудник В.Ю. Модели развития системы здравоохранения мировой опыт (обзор литературы) // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – №3-1. – С. 60-64;

[5] Ильясова А.Р. Основы экономики здравоохранения: учебное пособие / А.Р.Ильясова. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2019. – 86 с.

[6] Коротько Т.В., Кужовник Е.В., Лепетюха И.А. Влияние глобализации на экономику России//Экономика и предпринимательство. 2020. №4 (117). С. 46-48.

[7] Коротько Т.В. Стратегический анализ занятости населения стран Ближнего Востока в XXI в. (на примере Турецкой Республики)//Пространственная и структурная трансформация экономики России: проблемы и перспективы. 2019. С. 338-344.

[8] Тумусов Ф.С. Современные тенденции в системе

здравоохранения Российской Федерации / [Ф.С. Тумусов, Д.А. Косенков]; Федерал. собрание РФ, Гос. Дума. – Москва: Издание Государственной Думы, 2019. – 81 с.

© *И.В. Лейба, Е.С. Гинкул, Т.В. Коротько, 2021*

*Х.Л. Нальгиева,
к.с.н., доцент,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

СУЩНОСТЬ И ЗНАЧЕНИЕ МАРКЕТИНГА НА ПРЕДПРИЯТИИ

Аннотация: маркетинг является одним из основных понятий современного бизнеса, в котором заняты миллионы профессионалов. Маркетинг рассматривается как деловая активность, посредством которой поток товаров и услуг направляется от производителя к потребителю. В настоящее время насчитывается около двух тысяч определений термина «маркетинг», каждое из которых охватывает ту или иную его сторону.

Ключевые слова: маркетинг, спрос, потребность, стратегия, принципы развития.

На макроуровне маркетинг выступает в роли инструмента формирования рыночного спроса. На микроуровне маркетинг выступает как инструмент встраивания предприятий в формируемую рыночную среду и, что особенно важно, является средством, обеспечивающим привлечение инвестиций. [1]

Сущность маркетинга раскрывают такие категории как нужда, потребность, спрос, товар, обмен, сделка, рынок.

Нужда – это ощущаемая нехватка чего-либо, чувство настоящей необходимости удовлетворения возникшей надобности в чем-либо.

Потребность – это нужда, принявшая специфическую форму в соответствии с экономическими, социальными, культурными, национальными и другими особенностям человека.

По мере развития общества растут и потребности его членов. Производители со своей стороны предпринимают целенаправленные действия для стимулирования желания обладать все новыми и новыми товарами. Потребности людей практически безграничны, а вот ресурсы для их удовлетворения

ограничены. Человек будет выбирать те товары, которые доставляют ему наибольшее удовлетворение в рамках его финансовых возможностей.

Спрос – это конкретная потребность, подкрепленная покупательной способностью. Спрос не является величиной постоянной неизменной. Человек выбирает товар, совокупность свойств которого обеспечивает ему наибольшее удовлетворение за данную цену, с учетом своих специфических потребностей и ресурсов. Таким образом, предприятия-изготовители и продавцы не создают потребности, они стараются повлиять на спрос, разрабатывая привлекательные, удобные в эксплуатации и доступные товары.

Они также стремятся сообщить о достоинствах своих продуктов потребителю, используя рекламу и другие способы передачи информации. Человеческие нужды, потребности, спрос предполагают существование товаров для их удовлетворения.

Товар – это все, что можно предложить на рынке для приобретения или потребления с целью удовлетворения определенных потребностей. Чем полнее соответствует товар нужде и потребности, тем большего успеха добьется производитель. Поэтому необходимо отыскать потребителей, выяснить их потребности, а затем создавать товар как можно полнее удовлетворяющий эти потребности.

Наличие у человека потребностей и наличие продуктов, способных их удовлетворять, еще не достаточно для того, чтобы можно было говорить о появлении маркетинга.

Маркетинг появляется в тот момент, когда люди решают удовлетворить нужды и потребности посредством обмена. Обмен – это акт приобретения некоего желаемого товара в обмен на нечто, предлагаемое другой стороне. [2]

Состоится он или нет, зависит от соглашения между сторонами и их готовности заключить сделку. Сделка – это торговая операция между двумя сторонами. Она предполагает наличие по меньшей мере двух ценностнозначимых объектов, соглашение об условиях, сроках и месте ее совершения. Понятие «сделка» связано с понятием «рынок».

Рынок образуют продавцы и все потенциальные

покупатели с определенными нуждами или потребностями, для удовлетворения которых они желают и способны принять участие в обмене.

Современная экономика состоит из множества рынков, это комплекс взаимодействующих рынков, объединенных процессом обмена. С точки зрения маркетинга – это рынок покупателя, где главным действующим лицом является покупатель и он выбирает продавца и его товар; и рынок продавца, где главным действующим лицом является продавец и у покупателя нет выбора.

Таким образом, он функционирует в соответствии с объективными экономическими законами, например, законом стоимости, законом спроса и предложения и др. Рынок покупателя существует в условиях, когда спрос меньше предложения. Рынок продавца, напротив – когда спрос превышает предложение, это рынок дефицита товаров и услуг.

Сущность маркетинга, его основополагающие положения обуславливают принципы маркетинга: ориентация на потребителя; комплексность; гибкость и адаптивность; концентрация усилий; нацеленность на перспективу; сочетание адаптивности с воздействием на потребителя; программно-целевой подход.

Основным принципом маркетинга является ориентация конечных результатов производства на реальные требования и пожелания потребителей. Здесь важно хорошее знание рыночной ситуации, конкурентов, поведения на рынке потребителя, при этом потребители недостаточно хорошо знают, чего именно они хотят. Поэтому одна из главных задач маркетинга – это понять, что желает потребитель [3].

Предприятие будет развиваться успешно при условии реализации этих принципов, но при этом необходимо иметь в виду, что они должны быть скоординированы по содержанию и по времени, т.е. необходимы комплексность и целевая ориентация.

Комплексность подразумевает системное использование маркетинга. Применение отдельных маркетинговых действий, как правило, не дает положительных результатов.

Успешная реализация принципов маркетинга, возможна

во взаимосвязи с функциями маркетинга, которые представляют собой совокупность видов деятельности, связанной с изучением рынка, развитием ассортимента, формированием каналов товародвижения на рынок, проведением рекламы, стимулирование продажи, а также с управлением и контролем.

Рыночная стратегия маркетинга отражает основное направление развития предприятия, призвана обеспечить достижение установленных целей маркетинговой деятельности и находит свою конкретизацию в системе задач маркетинга.

Цель маркетинга заключается в удовлетворении потребностей потребителей и получение за счет этого прибыли, а также достижение рыночного согласия между производителями и потребителями, продавцами и покупателями при обоюдной выгоде и в наилучших условиях. [3]

На современном этапе развития экономики успешное функционирование предприятий стало фактически невозможным без хорошо организованной комплексной маркетинговой деятельности.

Список использованных источников и литературы:

- [1] Котлер Ф. Основы маркетинга. – М., – 2013 – 656с.
- [2] Золотарев В.Н. Маркетинг: управление, планирование, анализ: учеб. пособие. / В.Н. Золотарев, Н.А. Анисимова. – Воронеж, 2014 – 136с.
- [3] Пичурин И.И. Основы маркетинга: теория и практика: учеб. пособие. / И.И. Пичурин, О.В. Обухов, Н.Д. Эриашвили. – М., 2014 – 383 с.

© Х.Л. Нальгиева, 2021

*Х.Л. Нальгиева,
к.с.н., доцент,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

РОЛЬ ГОСУДАРСТВА В ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЖИЗНИ ОБЩЕСТВА

Аннотация: в современной рыночной экономике существует немало социально-экономических проблем, неподвластных рынку и требующих государственного вмешательства. Ни сейчас, ни когда-либо прежде нет и не было ни одной страны, экономика которой функционировала бы только при помощи рыночного механизма. Наряду с рыночным механизмом всегда использовался и используется сейчас еще в большей степени механизм государственного регулирования экономики

Ключевые слова: государство, экономика, общество, система, рынок.

Механизм рыночной экономики не в состоянии охватить все сферы экономической системы и подчинить их функционирование своим законам. В экономике любой страны, как известно, имеются такие отрасли и сферы, которые или не могут развиваться по рыночным законам, или эффективность действия последних в таких сферах оказывается недостаточной.

Как свидетельствует мировой опыт, это относится к производству так называемых общественных товаров и услуг, к регулированию внешних эффектов. Как бы ни оценивалась проблема вмешательства государства в экономику, общепризнано, что функции по регулированию внешних эффектов и снабжению населения общественными товарами должно выполнять государство. [1]

Во всех развитых странах государство берет на себя развитие таких сфер, как национальная оборона, охрана общественного порядка, государственное управление и удовлетворение общественных потребностей в услугах этих отраслей. Государство берет на себя также строительство и

эксплуатацию многочисленных сетей коммуникаций, единой энергетической системы. Все в большей степени за счет средств государства начинают функционировать системы образования и здравоохранения, хотя результаты деятельности этих отраслей в полной мере нельзя отнести к общественным товарам, поскольку они сочетают в себе признаки как общественных, так и индивидуальных товаров и услуг.

Роль государства в удовлетворении потребностей в общественных товарах и Услугах отнюдь не сводится к тому, чтобы их обязательно производить в государственном секторе. Наряду с собственным производством государство может стимулировать их производство и на предприятиях частного сектора, закупая их у последних.

Поскольку основной недостаток государственного сектора экономики — это меньшая экономическая эффективность его предприятий по сравнению с предприятиями других секторов экономики, то поиски наиболее приемлемых организационно-хозяйственных форм его существования, а также экономического механизма функционирования предприятий этого сектора должны предусматривать если не полное устранение отмеченного недостатка (что, видимо, нереально), то хотя бы сведение его до возможного минимума.

При всем своеобразии экономического механизма функционирования предприятий данного сектора экономики в своей основе это должен быть рыночный механизм. Практика функционирования государственного сектора в странах с развитой рыночной экономикой свидетельствует, что эта задача решаема. Конечно, ее решение в условиях современной российской экономики сопряжено со значительными специфическими трудностями. Обусловлены они тем, что в России пока еще не сложился рыночный механизм, государственный сектор является не естественным продуктом длительного функционирования рыночной экономики, а формируется в процессе преобразования огосударственной экономической системы в смешанную систему рыночного характера. [2]

Отсутствие в России широкой основы развитого частного предпринимательства, ограниченность финансовых ресурсов

населения и предпринимательских структур, распад традиционных внутренних и внешних хозяйственных связей и резкое ухудшение стартовых условий перехода к социально ориентированной рыночной экономике обуславливают необходимость значительно более широких масштабов государственного сектора по сравнению с существующей мировой практикой. Последнее, безусловно, актуализирует и поиск наиболее приемлемых организационно-правовых форм функционирования государственного сектора.

Таким образом, государство прибегает к непосредственной предпринимательской деятельности для дополнения рыночной системы в тех сферах, где рынок оказывается неспособным обеспечить удовлетворение общественных потребностей.

В данном случае государство как бы заполняет свободные от рынка хозяйственные зоны. При всей важности этой функции в условиях перехода от огосударствленной к смешанной экономике его роль и значимость в ряду других экономических функций заметно уменьшаются. При этом экономическая деятельность государства переключается на выполнение функций по стабилизации экономики и по регулированию распределительных процессов. [2]

Стабилизационная функция государства. Она предполагает обеспечение сохранности рыночного механизма и условий его нормальной работы. Во всех странах с давними рыночными традициями это достигается путем осуществления комплекса мер по борьбе с монополизацией, поддержки конкуренции и обеспечение сохранности рыночного механизма; перераспределение доходов и материальных благ, направленное прежде всего на обеспечение социальных гарантий и защиту нуждающихся в ней различных общественных групп; регулирования распределения ресурсов для изменения структуры национального продукта; стабилизации экономики в условиях колебания экономической конъюнктуры, а также стимулирования экономического роста; предпринимательской деятельности.

Все эти функции, с одной стороны, направлены на поддержание и облегчение функционирования рыночной

экономики, а с другой – на корректировку и модификацию действий рыночной системы, включая нейтрализацию ее негативных сторон. Для опыта всех стран со смешанной экономикой присущи не только эти основные направления, характеризующие экономическую роль государства, но и то, что государство играет эту роль, включаясь в саму систему рыночного механизма, пользуясь его регуляторами, опираясь на его закономерности, а не игнорируя их.

Представленный перечень экономических функций государства свидетельствует, что его экономическая роль отнюдь не сводится к руководству государственным сектором экономики, т.е. к предпринимательской деятельности в рамках определенной группы предприятий, собственником которых оно является. Экономическая роль государства предполагает его деятельность по регулированию экономики в целом, всех его секторов как единой системы. [3]

Следовательно, разгосударствление и приватизация, как правило, означающие количественное сокращение государственного сектора экономики, может сопровождаться как ослаблением регуливающей роли государства, так и ее усилением и расширением выполняемых им экономических функций. Хотя вполне очевидно, что такая его функция, как предпринимательская деятельность, безусловно, ослабевает в процессе разгосударствления.

Список использованных источников и литературы:

[1] Борисов Е.Ф. Экономическая теория: Учебник. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт – Издат., 2009.

[2] Тарелкин А. Государство и рыночная экономика// Лаборатория книги, 2010.

[3] Камаев В.Д. Основы экономики: Учебное пособие для студенческих учреждений сред. профессион. образования. – М.: Гуманит. издательский центр «ВЛАДОС», 2009 г.

© Х.Л. Нальгиева, 2021

Х.М. Балаева,
*ст. преп.,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

ВАЖНОСТЬ САМОКОНТРОЛЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Аннотация: самоконтроль — это самостоятельные регулярные наблюдения занимающихся с помощью простых, доступных приемов за состоянием своего здоровья, физическим развитием, влиянием на организм занятий физическими упражнениями. Самоконтроль легко осуществляется в домашних условиях, и является существенным дополнением к врачебному контролю, но ни в коем случае не может его заменить.

Ключевые слова: самоконтроль, упражнения, занятия, динамика.

Самостоятельное систематическое использование средств физической культуры в повседневной жизни может привести организм к перегрузке (перетренировке). Нередко бывает, что молодые люди начинают усиленно наращивать двигательную активность, при этом забыв об основном принципе спортивной тренировки — постепенности.

Форсирование физической нагрузки без соблюдения методических приемов в ее наращивании может привести к срыву адаптационных процессов, нарушению функций и структуры ряда органов, в частности, сердечно-сосудистой системы. Чтобы избежать столь неприятных последствий каждый занимающийся должен вести самоконтроль. [1]

Показатели самоконтроля принято делить на субъективные и объективные.

Ведение дневника является субъективным показателем и обязательным условием самоконтроля. Для ведения дневника самоконтроля достаточно подготовить небольшую тетрадь, и

разграфить ее по показателям самоконтроля и датам. Одинаково важно для всех правильно оценивать отдельные показатели, лаконично фиксировать их в дневнике.

Самочувствие является субъективной оценкой состояния организма, важным показателем влияния физических упражнений и спортивных тренировок. Самочувствие отмечается отличное, хорошее, удовлетворительное или плохое. При плохом самочувствии фиксируется характер необычных ощущений.

Сон. Отмечается продолжительность и глубина сна, его нарушения (трудное засыпание, беспокойный сон, бессонница).

Аппетит отмечается хороший, удовлетворительный, пониженный, плохой. Различные отклонения в состоянии здоровья быстро отражаются на аппетите, поэтому его ухудшение, как правило, является результатом переутомления или заболевания.

Большое значение имеет умение самостоятельно контролировать и правильно оценивать свое состояние. Все оценки желательно проводить по пятибалльной системе. К объективным показателям самоконтроля относятся параметры, которые имеют количественную оценку и позволяют осуществлять контроль за различными функциональными системами, уровнем работоспособности и подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

Пульс является важным, простым и информативным показателем состояния организма. Частота пульса – интегральный показатель сдвигов в организме, он довольно точно представляет уровень физической нагрузки. Необходимо периодически проверять пульс во время или после определенных физических нагрузок. Для этого делают паузу, и в первые 10 сек. подсчитывают частоту пульса. Считается, что частота пульса в первые 10 сек. отдыха мало отличается от той, которой она была во время нагрузки, такая остановка при выполнении упражнений не вредна. [2]

Динамика частоты пульса позволяет судить об адекватности тренировочной нагрузки, уровне физических возможностей организма. При адаптации к физическим нагрузкам происходит благоприятная тенденция к снижению

ЧСС, за счет развития брадикардии. Если же обнаруживается тенденция к увеличению ЧСС, как в условиях покоя, то и во время выполнения двигательных действий необходимо снизить уровень тренировочной нагрузки и обратиться за консультацией к специалистам.

Каждый должен знать не только, какая частота пульса бывает у него после типичных упражнений, но и какова длительность восстановления его после нагрузки. Если, например, восстановление пульса до 120 ударов в минуту после определенного упражнения раньше происходило обычно за 1,5 мин., а потом удлинилось до 2-3 мин., то это должно насторожить. Необходимо выяснить у врача причину такого состояния сердечно-сосудистой системы (ССС).

Время же восстановления пульса является одним из показателей тренированности человека, занимающегося физической культурой или спортом. [3]

Для определения уровня функционального состояния сердечно-сосудистой системы используются также различные функциональные пробы (нагрузочные тесты). Остановимся лишь на наиболее приемлемой пробе – с 20 приседаний за 30 с., часто применяемой в практике физического воспитания.

Методика применения указанной пробы заключается в следующем. В состоянии покоя, в положении сидя, подсчитывается пульс в течении 10 с. Затем продельвается 20 приседаний за 30 с. (приседания глубокие, ритмичные, руки поднимаются до уровня плеч). После приседания сразу, в положении сидя, подсчитывается частота пульса в первые 10 с. Следует считать, что реакция подъема пульса на мышечную нагрузку (20 приседаний) в пределах до 12-14 ударов за 10 с. будет малой, т.е. хорошей, на 16-18 – средней (удовлетворительной) и выше 22-24 – большой (неудовлетворительной) – неблагоприятный признак.

Также регистрируется время восстановления пульса до исходного уровня. Если он восстановился быстрее 1 мин. – оценка “отлично”, до 2 мин. – “хорошо”, свыше 3 мин. – “плохо”, т.е. восстановление пульса должно произойти в течение 1-3 мин. Чем быстрее это произойдет, тем лучше функции ССС.

Ортостатическая проба. При изменении положения тела с горизонтального до вертикального, изменяются условия циркуляции крови, на которые сердечно-сосудистая система реагирует учащением пульса, что служит для оценки её адаптационной реакции. У обследуемого в положении лежа измеряется ЧСС (уд./мин.), после чего он спокойно встает.

В первые 15 с. после вставания снова измеряется ЧСС. По разнице между ЧСС лежа и стоя судят о реакции сердечно-сосудистой системы на небольшую нагрузку при изменении положения тела.

Если разница полученных результатов меньше 12 уд./мин. – реакция нормальная, если больше 18 уд./мин. – неудовлетворительная. Так, разница до 10 уд./мин. свидетельствует о хорошем физическом состоянии и тренированности. А разница более 20 уд./мин. свидетельствует о переутомлении или заболевании. [3]

Таким образом, самоконтроль позволяет своевременно предупредить возможные негативные влияния при нерациональном тренировочном режиме, заметить признаки переутомления, скорректировать объем и интенсивность тренировочных нагрузок с состоянием здоровья, степени адаптированности и существенно повысить эффективность оздоровительной тренировки.

Список использованных источников и литературы:

[1] Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье: учебное пособие / М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 139

[2] Пирогова Е.А. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. // Киев: Здоровье, 1986. 120 с.

[3] Готовцев П.И., Дубровский В.Н. Самоконтроль при занятиях физической культурой. – М. – 2000. – 287 с.

© Х.М. Балаева, 2021

*М.Б. Гайсанов,
ст. преп.,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

ПОНЯТИЕ О СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация: для реализации различных потребностей людей государство создает соответствующие системы, позволяющие удовлетворить определенные общественные и личные нужды. Так, для обучения и воспитания в стране функционирует система дошкольного, школьного общего образования; начального, среднего, высшего и после вузовского профессионального образования; для лечения людей существует система здравоохранения и т.д.

Ключевые слова: система, физическая культура, воспитание, цели развития.

Система физической культуры – это упорядоченная совокупность государственных органов, общественных организаций и граждан, осуществляющих деятельность в целях развития физической культуры и спорта в РФ. Как и в любой другой социальной системе (науке, экономике, политике и др.), в системе физической культуры можно выделить составные части (элементы) и их определенные взаимосвязи, взаимоотношения (структуру).

В качестве составных частей системы физической культуры можно выделить три функционально-автономных и качественно своеобразных блока: блок непосредственной реализации целей физической культуры, блок обеспечения и блок управления. [1]

Ядром системы физической культуры является непосредственная деятельность по использованию физической культуры по государственной и общественно-самодеятельной линии. Необходимо отметить, что каждая составная часть системы физической культуры тоже своего рода система, только более мелкая, подчиненная, и называется подсистемой.

Иначе говоря, все элементы системы могут выступать в

качестве систем и, наоборот, несколько систем вместе могут рассматриваться как одна система. В частности, можно говорить о системе управления физической культурой на федеральном и муниципальном уровнях, системе научно-методического обеспечения, системе физкультурно-оздоровительной и спортивно-рекреационной работы среди населения, системе подготовки спортсменов и т.д.

Система имеет свою структуру, а в отношении среды, окружающей ее, она имеет «вход» и «выход». Воздействия социальной среды на систему физической культуры называют входными, а ее реакцию на эти воздействия – выходными параметрами. Чтобы система физической культуры функционировала, она получает извне (на входе) соответствующие общественные ресурсы (людские, материальные, духовные).

Сама деятельность системы представляется как процесс преобразования общественных ресурсов. На выходе «продукция» системы поступает во внешнюю среду и используется другими общественными системами.

Стратегической целью системы физической культуры является формирование физической культуры человека как неотъемлемого компонента всесторонне развитой личности, характеризующегося деятельностью самоопределением к творческому освоению физкультурных ценностей.

Система физической культуры функционирует в тесной взаимосвязи с другими системами общества. Развиваясь под влиянием культуры, науки, экономики, политики, искусства, система физической культуры оказывает и обратное влияние на все сферы общественной деятельности. [2]

Стратегическая цель функционирования физической культуры как социально-педагогической системы конкретизируется в общих задачах, детализирующих ее содержание, которые необходимо решать с любым контингентом занимающихся, выделяя при этом задачи обучения, задачи физического развития и задачи воспитания личности.

К образовательным задачам относят:

– формирование и доведение до необходимой степени

совершенства разнообразных двигательных умений и навыков;

- овладение целостной системой знаний, необходимых для сознательного освоения двигательных умений и навыков, физического совершенствования и развития способностей к конструированию индивидуальных систем занятий физическими упражнениями для укрепления и сохранения здоровья и т.п.

Формирование умений и навыков развивает у человека способности к овладению двигательными действиями, необходимыми в трудовой, оборонной, рекреационной или спортивной деятельности. Чем большим багажом двигательных умений и навыков обладает человек, тем легче осваиваются им новые формы движений.

Приобретение знаний существенным образом влияет на повышение физкультурной грамотности, образованности, эрудиции, интеллектуализации личности в области физической культуры и позволяет использовать ее ценности в целях социализации и физического самосовершенствования на протяжении всей индивидуальной жизни.

Конкретное содержание образовательных задач на различных этапах возрастного развития воспитуемых зависит от приобретенного человеком двигательного опыта, логики перехода от сравнительно простых к более сложным умениям и навыкам, индивидуальных склонностей, особенностей предстоящей основной деятельности и других факторов. Закономерным при этом является постепенный переход от широкого общего физкультурного образования к углубленному совершенствованию избранных умений и навыков. [2]

Задачи физического развития включают:

- оптимальное развитие двигательных способностей: кондиционных и координационных;

- совершенствование телосложения и гармоническое физическое развитие;

- укрепление и сохранение здоровья, закаливание, восстановление работоспособности после болезней, травм;

- многолетнее сохранение высокого уровня работоспособности.

Оптимальная степень развития двигательных

способностей имеет большое значение для человека. Они являются главным комплексным фактором двигательных возможностей человека. От направленного их развития во многом зависит возможность приобретения совершенных двигательных навыков и общий уровень физической подготовленности.

На основе развития двигательных способностей решаются и определенные задачи по совершенствованию телосложения, в частности по целесообразному регулированию мышечных объемов, веса тела, формированию осанки, исправления плоскостопия и других недостатков телесного развития человека. Совершенные формы тела отражают в какой-то мере совершенство функций организма.

Правильное и гармоническое физическое развитие человека может быть обеспечено лишь при условии разносторонней физической подготовки. Гармоничность физического развития создает необходимые предпосылки для полноценного проявления функций всех органов и систем человеческого организма, положительно влияет на проявление и развитие физических способностей. [3]

При формировании физической культуры необходимо учитывать, что духовное и физическое начало в развитии человека составляют неразделимое целое и поэтому позволяют в ходе различных организационных форм физической культуры эффективно решать и эти задачи.

Список использованных источников и литературы:

- [1] Койпышева Е.А. Физическое воспитание: Курс лекций. – Иркутск: Изд-во ИрГТУ, 2006. – 121 с.
- [2] Барчуков И.С. Физическая культура. Учебное пособие для вузов. – М.: Юнити-Дана. 2003. – 254 с.
- [3] Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. // СПб.: Издательство «Лань», 2003. 160 с.

© М.Б. Гайсанов, 2021

*М.Х. Гайтукиев,
ассистент кафедры физвоспитания,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

ВИДЫ КОНТРОЛЯ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Аннотация: наблюдение за состоянием здоровья занимающихся физкультурой и спортом проводят путем систематических врачебных обследований, которые состоят из первичных обследований до начала занятий физическими упражнениями, повторных обследований для контроля за состоянием здоровья и дополнительных обследований перед спортивными соревнованиями, после перенесенных заболеваний или травм, длительных перерывов в занятиях физическими упражнениями.

Ключевые слова: контроль, физическая культура, занятия, педагогика.

В практике физической культуры осуществляется контроль за занимающимися. Контроль – это определенные формы проверки подготовленности занимающихся. Он классифицируется на врачебный и педагогический контроль.

Врачебный – систематические медицинские обследования (ежегодно, и по состоянию здоровья). Регулярные врачебные наблюдения за огромным количеством людей, занимающихся физической культурой и спортом предполагают решение следующих основных задач:

1. Содействие правильному проведению занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и пола, различных профессий и с различным состоянием здоровья; обеспечение высокой оздоровительной эффективности всей работы по физической культуре и спорту.

2. Определение состояния здоровья, физического развития и в соответствии с этим разработать рекомендации рациональных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки; содействие спортивному

совершенствованию.

3. Определение наиболее рациональных гигиенических условий физического воспитания, предупреждение и лечение предпатологических состояний и травм, занимающихся физической культурой и спортом. [1]

Исходя из результатов обследования врач, составляет заключение, в котором дает оценку физическому развитию, состоянию здоровья, функциональному состоянию и степени тренированности занимающегося; дает рекомендации относительно характера и режима тренировок; указывает на те или иные ограничения в занятиях, лечебно– профилактические мероприятия, срок повторного обследования.

Цель врачебных обследований – изучение состояния здоровья для решения вопроса о допуске к занятиям физической культурой и спортом и к участию в соревнованиях.

Повторные медицинские обследования, кроме того, должны выявлять эффективность воздействия физических упражнений на здоровье и физическое развитие занимающихся и при необходимости вносить коррективы в занятия физическими упражнениями.

Педагогический контроль – процесс получения информации о влиянии занятий физическими упражнениями и спортом на организм занимающихся с целью повышения эффективности учебно-тренировочного процесса.

Практическая реализация педагогического контроля осуществляется в системе специально реализуемых проверок, включаемых в содержание занятий по физическому воспитанию. Такие проверки позволяют вести систематический учет по двум наиболее важным направлениям:

- степень усвоения техники двигательных действий;
- уровень развития физических качеств.

Содержание педагогического контроля: контроль за посещаемостью занятий; контроль за тренировочными нагрузками; контроль за состоянием занимающихся; контроль за техникой упражнений; учет спортивных результатов; контроль за поведением во время соревнований.

Широко распространенными видами педагогического контроля за проведением занятий по физическому воспитанию

являются:

- 1) хронометрирование деятельности занимающихся на занятии;
- 2) определение физической нагрузки во время занятия;
- 3) контрольные испытания;
- 4) педагогические наблюдения за учебно-воспитательным процессом. [2]

Хронометрирование занятия. Одним из показателей эффективности занятия является его плотность. Различают общую (педагогическую) и двигательную (моторную) плотность занятия. Общей плотностью называется отношение педагогически оправданных затрат времени к продолжительности занятия. Двигательной плотностью принято считать отношение времени, использованного непосредственно на любую двигательную деятельность занимающихся во время занятия, к его общей продолжительности. В зависимости от этого все виды деятельности занимающихся бывают рациональными или нерациональными.

Педагогически оправданными затратами времени можно считать лишь те, которые необходимы для решения задач данного занятия и физического воспитания занимающихся. При оценке полученных данных следует иметь в виду, что общая плотность полноценного занятия должна приближаться к 100%. Что касается двигательной плотности, то в зависимости от типа занятия ее показатель может изменяться.

После упразднения государственной системы контроля за физической подготовленностью (системы ГТО) отсутствует механизм, позволяющий осуществлять мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физического здоровья, физической подготовленности студентов. В связи с этим у преподавателя физической культуры нет полной и объективной информации, позволяющей анализировать и контролировать процесс физического воспитания, определять неотложные и долгосрочные мероприятия по предупреждению и устранению негативных воздействий учебного процесса на физическое состояние обучающихся. Выход из создавшейся проблемы видится в организации и проведении мониторинга физического развития и

физической подготовленности студентов высших учебных заведений.

В настоящее время мониторинг как определенный вид научного исследования охватил различные сферы деятельности людей: экологию, социологию, психологию, политику, экономику, образование. Основная сфера практического применения мониторинга – это управление, а точнее, информационное обслуживание управления в различных областях деятельности.

Общероссийский мониторинг состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи (далее – мониторинг) представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи. [3]

Показатели физического развития и физической подготовленности, полученные при обследовании однородных групп молодежи необходимы для построения региональных нормативов их физического развития, физической подготовленности и для совершенствования системы здоровьесберегающих технологий при занятиях физической культурой. Изучение динамики показателей физического здоровья студентов позволяет внести корректировку в учебно-тренировочный процесс по физическому воспитанию молодежи в вузах.

Список использованных источников и литературы:

[1] Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: КноРус, 2010. – 368 с.

[2] Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика: монография / С.И. Изаак. – М.: Советский спорт, 2005. – 196 с.

[3] Максименко А.М. Теория и методика физической культуры. Учебник. М: изд. «Физическая культура», 2005. – 533 с.

© М.Х. Гайтукиев, 2021

*Р.У. Дендиева,
старший преподаватель кафедры МНО,
Чеченский государственный
педагогический университет,
г. Грозный, Российская Федерация*

МОТИВАЦИЯ УЧЕНИЯ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: отсутствие мотивации, значительный барьер на пути к успешному процессу обучения, который проявляется через чувства разочарования и раздражения испытывающими детьми, препятствует продуктивности и благополучию в долгосрочной перспективе. На мотивационный уровень обучения влияют несколько факторов, таких как способность верить в свои усилия, неосознанность ценности и характерности учебных задач.

Ключевые слова: учение, образование, мотивация, мотивы.

Современные тенденции в педагогической психологии обращают внимание не только на когнитивное развитие, но и на мотивацию и предпочтения обучающихся, как фундаментальные факторы, способствующие эффективному обучению и достижению результатов.

Если рассматривать мотивацию в качестве специфического процесса, в силу реализации которого происходят изменения в состояниях и отношениях личности, можно отметить, что в её основу положены определенные мотивы, в свою очередь выступающие в роли различных побуждений и причин, подталкивающие индивида к действиям и совершению тех или иных поступков. Кроме того, мотивы также могут рассматриваться в качестве особенного отношения школьника к предмету его деятельности, в качестве направленности к осуществлению указанной деятельности.

Мотивами также являются потребности и интересы человека, его устремления и эмоциональные факторы, сформировавшиеся в его сознании установки и идеалы. По этой

причине структура мотивов характеризуется своей достаточной сложностью, так как они предстают в роли динамично изменяющихся систем для производства анализа и оценки возможных альтернативных вариантов, выбора и принятия решений в каждой конкретной ситуации. [1]

Человек в ходе своей жизнедеятельности осуществляют непрерывный процесс познания, который формирует в свою очередь ключевую область его жизни:

- учебно-познавательные мотивы (направленность на использование различных способов, позволяющих получить знания, стремление к максимально тщательному изучению и усвоению конкретных учебных предметов);

- мотивы самообразования (направленность на то чтобы в течение жизни на постоянной основе приобретать различные дополнительные знания из разнообразных областей).

В зависимости от своего направления и содержания мотивы распределяются по следующим группам и могут быть социальными (социально-ценностными), познавательными, профессионально-ценностными, эстетическими, коммуникационными, статусно-позиционными, традиционно-историческими, утилитарно-практическими (меркантильными).

Таким образом, широкие познавательные мотивы, которые заключаются в том, чтобы обеспечить охват максимально обширного содержания, представляют собой не столь интенсивные мотивы в сравнении с учебно-познавательными, в свою очередь нацеленных на то, чтобы проявить самостоятельность в определённой конкретной области познания.

В некоторых случаях мотивы учения могут быть дифференцированы также по группам внешних и внутренних. Внешние мотивы определяют педагоги, члены семьи, сверстники и общественная система и они могут быть представлены в виде различных подсказок, намеков, требований, указаний, а в некоторых, исключительных ситуациях даже в форме принуждения. [2]

Они порой достаточно действенны, но при этом они одновременно провоцируют в большинстве случаев внутреннее сопротивление личности, и по этой причине назвать такие

мотивы гуманными возможным не представляется. Требуется создать такие условия, когда сам ученик захочет совершить что-либо и осуществить указанные действия на практике.

Несмотря на то, что внешняя мотивация первоначально может спровоцировать появление достаточной силы воли и активного вовлечения в процесс, она не поощряет настойчивость и формирует достаточно сложную задачу с точки зрения её поддержания продолжительный период времени. Кроме того, внешние мотивы устраняют возможность, благодаря которой школьники смогут осуществлять образовательную деятельность для себя самого в своё удовольствие и в своих интересах.

Именно по этой причине ключевую роль играют не сами мотивы обучения, выраженные в форме внешнего принуждения, а мотивы учения, в роли которых предстают внутренние побудительные силы. И вместе с этим и тот и другой тип мотивов находится на своей особой позиции в процессе обучения. Внутренняя мотивация может обусловить достижение более высоких показателей самостоятельная мотивации, а внешняя мотивация зачастую подразумевает под собой некоторые базовые импульсы, обеспечивающих вовлечение учеников в учебный процесс и обладают необходимыми потенциальными возможностями для поддержания мотивации в течение совокупного периода обучения [2].

Мотивы также могут быть дифференцированы по группам осознанных и неосознанных. Таким образом, отметим, что осознанные мотивы подразумевают под собой умения ученика дать подробные пояснения о причинах, подталкивающих его к совершению определенных действий, а также обеспечить дифференциацию подталкивающих его побуждений в зависимости от уровня их значимости.

Кроме того, мотивы могут быть дифференцированы по группам реальных, осознаваемых учениками и педагогами. Такого рода мотивы характеризуются тем, что они с объективной точки зрения обуславливают достижения ребенка в школе.

Наряду с ними можно выделить группу мнимых мотивов, которые могли бы оказать своё воздействие, если бы отмечалось

течение некоторых конкретных обстоятельств. В основе процесса дидактики при этом должны лежать реально существующие мотивы, которые будут формировать оптимальные условия для становления на указанной основе мотивов более высокого порядка, демонстрирующих высокий уровень своей интенсивности, рассматриваемых с точки зрения настоящего момента в качестве перспективных мотивов, развитие которых запланировано в последующем в плане самосовершенствования личности.

Наивысший уровень мотивации заключается в том, что основными его характеристиками является высокий показатель устойчивости мотивов, их иерархичность структурный состав, наличие у школьника навыка целеполагания, обладание им навыком прогноза последствий учёбы и используемой поведенческой модели, наличие умений борьбы со сложностями и препятствиями при проявлении стремления к достижению целей, постановка которых была осуществлена на начальном этапе. [3]

Учебный процесс характеризуется также тем, что в данном случае будет прослеживаться стремление ученика к тому, чтобы определить нестандартные способы решения задач, которые у него возникают в процессе учёбы, а также проявляется высокие показатели гибкости и мобильности способов действий, постепенное раскрытие творческого потенциала школьника, значительное повышение объема самообразования.

Список использованных источников и литературы:

[1] Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений // М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 192 с.

[2] Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: Пособие для учителя // М.: Просвещение – 1983 г.

[3] Кукушкин В.С., Болдырева–Варакина А.В. Педагогика начального образования // Под общ. Ред. В.С. Кукушкина // Москва: ИКЦ “МарТ” – 2005 г.

© П.У. Дендиева, 2021

*Я.Н. Мазанова,
студент 3 курса
спец. «Дошкольное образование»,
e-mail: mazayyanka@gmail.com,
науч. рук.: Е.В. Долинова,
преподаватель,
МГПУ им. М.Е. Евсевьева,
г. Саранск, Российская Федерация*

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА У ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Аннотация: в данной статье раскрыты особенности формирования познавательного интереса у детей 4–5 лет в дошкольных образовательных организациях; выделены и раскрыты условия эффективного формирования познавательного интереса у детей среднего дошкольного возраста.

Ключевые слова: познавательный интерес, средний дошкольный возраст, процесс формирования.

Дошкольная образовательная организация является первой ступенью непрерывной системы образования, поэтому проблема формирования у дошкольников познавательных интересов, охватывающая все стороны воспитательно-образовательного процесса является довольно значимой и крайне актуальной. Познавательный интерес, обладая мощными побудительными и регулятивными возможностями, способствует эффективному становлению ребенка как субъекта познавательной деятельности. Запросы современного общества требуют от педагогов развития в ребёнке стремлений к познанию, свободе и самовыражению [3, с. 15-19].

Формирование любознательности и познавательных интересов осуществляется в общей системе умственного воспитания в процессе непосредственно образовательной деятельности, в игре, в труде, в общении и не требует каких-

либо специальных занятий. Основное условие развития формирования познавательных интересов – широкое ознакомление детей с явлениями окружающей жизни и воспитание активного, заинтересованного отношения к ним.

Ребенок – природный исследователь окружающего мира. Мир открывается ребенку через опыт его личных ощущений, действий, переживаний. Чем больше ребенок видел, слышал и переживал, чем больше он знает, и усвоил, чем большим количеством элементов действительности он располагает в своем опыте, тем значительнее и продуктивнее при других равных условиях будет его познавательная деятельность. Для дошкольника 4-5 лет характерен повышенный интерес ко всему, что происходит вокруг. Ежедневно дети познают все новые и новые предметы и явления, стремятся узнать не только их названия, но и черты сходства, задумываются над простейшими причинами наблюдаемых явлений [2, с. 15].

Возникновение интереса обеспечивается наличием следующих условий:

а) наличие внешних условий, создающих возможность получать достаточные впечатления в той или иной области, осуществлять ту или иную деятельность;

б) накопление соответствующего опыта, делающего данную деятельность частично знакомой;

в) создание положительного отношения к данной деятельности (или к данному предмету), чтобы «обернуть» к ней ребенка, вызвать желание заниматься и обеспечить, таким образом, психологические предпосылки интереса.

Положительное отношение создается двумя путями: первый достигается формированием положительных эмоций (а затем и чувств) в отношении к объекту деятельности, к процессу деятельности, к лицам, с которыми ребенок имеет дело; это отношение формируется на основе выражения педагогом положительного отношения к ребенку и к деятельности, знакомства с прекрасными образцами деятельности, выражения веры в силы и возможности ребенка, одобрения, помощи и выражения положительного отношения к достигнутым результатам его деятельности. Большое значение имеет успех (при посильной, преодолимой трудности задания) и его

общественная оценка. Создать эмоциональное отношение легче в том случае, если новая деятельность хотя бы частично связана с прежними интересами. Второй путь лежит через формирование понимания смысла деятельности, ее личной и общественной значимости. Это понимание достигается при непосредственном образном рассказе о смысле деятельности, доступного объяснения и показа значимого результата [1, с. 35].

Интерес возникает лишь в ходе правильно организованной деятельности. Активная любознательность заставляет детей постоянно задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить, обсуждать различные вопросы. Но у них еще недостаточно развита произвольность, то есть способность заниматься тем, что им неинтересно, и поэтому их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре. Познавательный интерес ребенка отражается в его играх, рисунках, рассказах и других видах творческой деятельности. Успешная деятельность ребенка является стимулом развития познавательных интересов.

В среднем дошкольном возрасте выделяются четыре основных направления познавательного развития:

- знакомство с предметами и явлениями, находящимися за пределами непосредственного восприятия и опыта детей;
- установление связей и зависимостей между предметами, явлениями и событиями, приводящих к появлению в сознании ребёнка целостной системы представлений;
- удовлетворение первых проявлений избирательных интересов детей (именно с этого возраста целесообразно организовывать кружковую работу, занятия по интересам);
- формирование положительного отношения к окружающему миру.

Познавая различные объекты, события, явления ребёнок учится не только анализировать и сравнивать, но и делать выводы и выяснять закономерности, обобщать и конкретизировать, упорядочивать и классифицировать представления и понятия. У него появляется потребность утвердиться в своем отношении к окружающему миру путём созидания. Меняется характер общения ребенка со взрослыми:

значительное место начинают занимать личностные и познавательные контакты. Общаясь, ребенок приобретает новые знания, расширяет свой кругозор, уточняет личный опыт. Желание продлить общение, узнать мнение, суждение другого также побуждает ребенка задавать вопросы [4, с. 89].

Следовательно, особенности формирования познавательного интереса заключаются во внимательном рассматривании, самостоятельном поиске интересующей информации и стремлении узнать у взрослого, где, что и как растет, живет, существует. Дошкольник интересуется явлениями живой и неживой природы, проявляет инициативу, которая обнаруживается в наблюдении, стремлении разузнать, подойти, потрогать.

Таким образом, в процессе обучения и развития детей 4-5 лет познавательный интерес выступает в многозначной роли: и как средство живого, увлекающего ребенка обучения, и как сильный мотив, к интеллектуальному и длительному протеканию познавательной деятельности, и как предпосылки формирования готовности личности к непрерывному образованию.

Список использованных источников и литературы:

[1] Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте: психологическое исследование / Л.И. Божович. – Москва: Просвещение, 1968. – 325 с. – ISBN 978-5-91180-846-4. – Текст: непосредственный.

[2] Годовикова Д.Б. Как измерить детскую любознательность? / Д.Б. Годовикова. – Текст: непосредственный // Семья и школа. – 1985. – №10. – С. 15-19.

[3] Годовикова Д.Б. Как измерить детскую любознательность? / Д.Б. Годовикова. – Текст: непосредственный // Семья и школа. – 1985. – №10. – С. 15-19.

[4] Степанов О.А. Развитие игровой деятельности ребенка: Обзор программ дошкольного образования / О.А. Степанова. – Москва: Сфера, 2009. – 128 с. – ISBN 978-5-9949-0156-4. – Текст: непосредственный.

© Я.Н. Мазанова, 2021

*Х.М. Мартазанов,
к.ф.н., доцент,
Л.С. Озиева,
к.ф.н., доцент,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Аннотация: систематическое воздействие физических упражнений на организм человека может быть успешным в том случае, когда методика их применения (система средств и способов) согласуется с основными правилами, закономерностями процесса физического воспитания. Знание и соблюдение этих закономерностей, или, иначе, принципов, позволяет эффективно овладеть конкретным двигательным навыком и развить то или иное физическое качество. И наоборот, незнание принципов или их неумелое применение существенным образом тормозит успешность обучения движениям, затрудняет формирование физических качеств.

Ключевые слова: методические принципы, физическое воспитание, мотивация, логичность.

Основными принципами методики обучения и воспитания (методическими принципами), которыми необходимо руководствоваться в процессе построения занятий физическими упражнениями, являются принципы сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности, динамичности. [1]

Методические принципы физического воспитания совпадают с общедидактическими, и это оправдано, ибо физическое воспитание – один из видов педагогического процесса и на него распространяются общие принципы педагогики:

- сознательность и активность;
- наглядность;
- доступность;

- систематичность;
- динамичность.

Однако в сфере физического воспитания и, в частности, в области спортивной тренировки эти принципы конкретизируются и наполняются содержанием, отражающим специфику процесса.

Принцип сознательности и активности. Данный принцип предусматривает формирование осмысленного отношения (цели и задач) и устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями. Это обеспечивается определенной мотивацией. В качестве мотива может быть просто желание активно отдохнуть или получить хорошую оценку по физической культуре.

Мотивация нередко формируется по мере накопления личного положительного опыта регулярных занятий физическими упражнениями. Одновременно студентам, особенно I курса, следует пояснять, что путь к физическому совершенству – большой напряженный труд, где неизбежны утомительные, нередко однообразные упражнения и скучные задания, преодоление определенных индивидуальных трудностей.

Принцип наглядности. Наглядность – необходимая предпосылка освоения движения. В процессе учебно-тренировочных занятий главное – создать правильное представление, образ двигательного задания или отдельного элемента перед попыткой выполнить его. [2]

Непосредственная наглядность – это показ двигательного задания самим преподавателем или наиболее подготовленным студентом. Но ее можно дополнить и пособиями, и техническими средствами, и имитационными действиями с помощью предметов, и образными выражениями.

Принцип доступности. Этот принцип обязывает строго учитывать возрастные и половые особенности, уровень подготовленности, а также индивидуальные различия в физических и психических способностях занимающихся.

Доступность не означает отсутствие трудностей в учебно-тренировочном процессе, а предполагает посильную меру этих трудностей, которые могут быть успешно преодолены. В этом

процессе занимающийся – не пассивный субъект, а активно действующее лицо. Полное соответствие между возможностями и трудностями при мобилизации всех сил занимающегося и означает оптимальную меру доступности.

Конкретные данные о возможностях занимающихся преподаватель или тренер получает путем тестирования и систематического врачебного контроля. Вот почему в начале каждого учебного года в высшем учебном заведении программой по физической культуре предусмотрено тестирование студентов в основных упражнениях, характеризующих их физическую подготовленность.

Принцип систематичности – это прежде всего регулярность занятий, рациональное чередование нагрузок и отдыха.

Регулярность занятий предполагает рациональное чередование психофизических нагрузок и отдыха. Известно, что любая нагрузка имеет четыре фазы: расходование энергии, восстановление, сверхвосстановление, возвращение к исходному уровню (редукционная фаза). Именно то, что организм не просто возмещает рабочие траты, а компенсирует их с «избытком», создает основу отставленного эффекта выполненной работы. Данное положение и раскрывает суть совершенствования функциональных систем организма (повышение тренированности) при проведении систематических (регулярных) целенаправленных учебных занятий-тренировок.

Вот почему учебные занятия по физической культуре никогда не проводят в течение двух дней подряд – требуется период отдыха. [2]

Необходимо, однако, учитывать что если за тренировочным занятием последует слишком большой перерыв, то указанный эффект в той или иной мере постепенно утрачивается (редукционная фаза). Это относится прежде всего к уровню работоспособности (сформированные умения и навыки сохраняются в течение более длительного времени).

Стало быть, интервал отдыха должен заканчиваться раньше, чем наступает редукционная фаза. Это положение подчеркивает важность принципа систематичности и одной из его сторон – непрерывности учебно-тренировочного процесса.

Именно необходимостью соблюдать принцип систематичности объясняется программное зачетное требование по дисциплине «Физическая культура» – регулярное посещение всех занятий, предусмотренных учебным расписанием.

Принцип динамичности. Повышение уровня физической подготовленности предполагает постепенное и регулярное усиление тренирующих воздействий на организм, так как адаптационные процессы приводят к постепенному снижению эффективности применяемых упражнений.

В связи с этим необходимо своевременно увеличивать тренировочную нагрузку, обновлять средства подготовки, так как по мере приспособления к нагрузке уменьшаются вызываемые ею биологические сдвиги. Без обновления упражнений трудно овладеть широким кругом умений и навыком – координационной основой для освоения новых, более сложных двигательных заданий. [3]

Рассмотренные принципы отражают различные закономерности и стороны целостного процесса физического воспитания. Они составляют не сумму, а единство принципиальных методических положений, взаимно обусловленных и дополняющих друг друга. Отступление от одного из принципов может разладить весь сложный процесс физического воспитания и сделать безрезультативным большой труд преподавателя и студента.

Список использованных источников и литературы:

[1] Валеев Г.В. Основы теории и методики физического воспитания: Учебное пособие / отв. ред. Г.В. Валеева. – Уфа: Изд-во УГНТУ, 2000.

[2] Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Учебник. // М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

[3] Максименко А.М. Теория и методика физической культуры. Учебник. // М: изд. «Физическая культура», 2005. – 533 с.

© Х.М. Мартазанов, Л.С. Озиева, 2021

*Л.С. Озиева,
к.ф.н., доцент,
Б.А. Погоров,
ст. преп.,
Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕГУЛИРОВАНИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ

Аннотация: общие положения регулирования психоэмоционального а функционального состояния студентов посредством физических упражнений.. Для нормальной деятельности мозга нужно, чтобы к нему поступали импульсы от различных систем организма, массу которого наполовину составляют мышцы. Поэтому умственная работоспособность неотделима от общего состояния здоровья, от оптимального объема двигательной деятельности.

Ключевые слова: физическая культура, психоэмоциональное, функциональное состояние, мышечная нагрузка.

При умственной деятельности в коре головного мозга образуются замкнутые циклы возбуждения, отличающиеся большой устойчивостью.

Если, например, после прекращения физической деятельности человек почти сразу может отключиться от нее, то при умственной это почти невозможно. Напряженная умственная работа непосредственно перед отходом ко сну затрудняет засыпание, приводит к так называемым ситуационным сновидениям, когда человек даже во сне продолжает решать нерешенную задачу, думать о прочитанном или написанном. [1]

В таких условиях нервная система не получает необходимого отдыха. Негативная особенность напряженного умственного труда может быть несколько ослаблена физическими упражнениями, активизацией двигательной

деятельности. Установлена объективная связь уровня отдельных элементов интеллектуальной деятельности с уровнем двигательной активности (ДА) студентов.

Психофизиологическая сущность связи движений с умственной деятельностью характеризуется следующими закономерностями (и внешними проявлениями). В период напряженного умственного труда у людей обычно наблюдаются сосредоточенное выражение лица, сжатые губы, напряженная шея. Напряжение мышц тем сильнее, чем сложнее задача, которую приходится решать. Оказывается, импульсы, идущие от напряженной мускулатуры в центральную нервную систему, стимулируют деятельность головного мозга, помогают ему поддерживать нужный тонус. Но если этот процесс идет долго и монотонно, то кора головного мозга привыкает к этим раздражителям, начинается процесс торможения на данном участке мозга, и работоспособность снижается. Чтобы избавиться от монотонного напряжения, необходимы активные движения. Они «гасят» нервное возбуждение и освобождают мускулатуру от лишнего локального напряжения.

Работоспособность головного мозга поддерживается в течение длительных промежутков времени и оптимизируется в тех случаях, когда сокращение и напряжение различных мышечных групп ритмически чередуется с их последующим растяжением и расслаблением. Такой режим движений наблюдается во время ходьбы, бега, передвижения на лыжах, коньках, в других циклических упражнениях, выполняемых ритмично с умеренной интенсивностью. [2]

Оптимально дозированная мышечная нагрузка повышает общий эмоциональный тонус, создавая устойчивое бодрое настроение, которое служит благоприятным фоном для умственной деятельности и важным профилактическим средством против переутомления. Известный русский физиолог И.П. Павлов называл это «чувством мышечной радости». Принцип активного отдыха является основой организации восстановления работоспособности а закономерности использования средств физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния человека, естественно, распространяются и на достаточно напряженную

учебную работу студентов.

Установлено, что наиболее благоприятное воздействие на утомленных учебным трудом студентов во время экзаменов оказывают упражнения циклического характера умеренной интенсивности с пульсом до 120–140 удар/мин. Этот эффект тем выше, чем больше мышечных групп вовлекается в активную деятельность.

В то же время установлено, что мышечная деятельность, вызывающая резкое обострение эмоционального состояния (соревнования, единоборства, ответственные спортивные игры), ведет к угнетению умственной работоспособности. К тому же при участии в соревнованиях в период экзаменов студенты чаще всего показывают далеко не лучшие результаты. Таким образом, направленность занятий в экзаменационный период для основной массы студентов должна носить профилактический характер, а для студентов-спортсменов иметь поддерживающий уровень физической и спортивно-технической подготовленности.

Использование малых форм физической культуры в режиме учебного труда студентов. Среди разнообразных форм физической активности студентов утренняя гимнастика наименее сложна, но достаточно эффективна для ускоренного включения в учебно-трудовой день. Она помогает мобилизовать вегетативные функции, повысить работоспособность центральной нервной системы, создать определенный эмоциональный фон. [3]

Действенным и доступным видом физической активности в вузе является физкультурная пауза. Она призвана решать задачу обеспечения активного отдыха студентов и повышения их работоспособности в течение учебного дня. Физические упражнения подбираются так, чтобы активизировать работу систем организма, не принимавших участия в обеспечении учебно-трудовой деятельности.

Ввиду того, что рабочая поза у студентов отличается постоянным напряжением (сидят, наклонившись вперед), начинать и заканчивать цикл упражнений целесообразно энергичным потягиванием мышц-сгибателей за счет сокращения мышц-антагонистов. При продолжительной напряженной

умственной работе рекомендуется произвольное общее расслабление скелетных мышц, сочетаемое с ритмичным сокращением небольших по массе мышечных групп (например, сгибателей и разгибателей пальцев кисти, мимической мускулатуры лица и т.п.).

Особенности организации занятий по физическому воспитанию и спортивных тренировок в течение учебного года. Структура организации учебного процесса в вузе оказывает определенное воздействие на организм студента, изменяя его функциональное состояние и работоспособность. Это обстоятельство должно учитываться и при определении «места» учебных занятий по физической культуре, которые также оказывают влияние на изменение работоспособности студентов в течение дня, недели. [3]

Таким образом, оптимальное использование средств физической культуры в учебном процессе обеспечивает состояние высокой работоспособности студентов в учебно-трудовой деятельности: длительное сохранение работоспособности в учебном труде; ускоренную вработываемость; способность к ускоренному восстановлению работоспособности; эмоциональную и волевую устойчивость к «сбивающим» факторам; снижение «физиологической стоимости» учебного труда на единицу работы; успешное выполнение учебных требований и хорошую успеваемость; рациональное использование бюджета свободного времени для личностного и профессионального развития и др.

Список использованных источников и литературы:

[1] Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье: учебное пособие // М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 139 с.

[2] Физиология человека: Уч. Для медицинских ин-тов/Под ред. Г.И. Косицкого. М.: Медицина, 1985. – 544 с.

[3] Суворов Ю.А., Платонова В.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов // Учебно-методическое пособие – СПб: СПб ГУИТМО, 2006. – 90 с.

© Л.С. Озиева, Б.А. Погоров, 2021

Д.С. Тажигаева,
зав. кафедрой,
e-mail: tazhibaeva.ds@mail.ru,

Н.Б. Кабдуалиева,
профессор,
e-mail: knb.2008@mail.ru,

Ж.Б. Айтбаева,
профессор,
e-mail: jainab@mail.ru,
НАО «МУА»,

г. Нурсултан, Республика Казахстан

САМОИДЕНТИФИКАЦИЯ – ОТПРАВНАЯ ТОЧКА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация: данная статья посвящена самоидентификации, очень важному этапу личностного роста обучающихся. От корректного определения личностного своеобразия зависит форма и содержание жизненного сценария. Для адекватной идентификации себя предлагается использовать пирамиду логических уровней Дилтса. Пирамида Дилтса – многогранный и универсальный инструмент, позволяющий не только определить свою идентичность, но и разобраться в других сложных вопросах в иных сферах жизни, а также при прорабатывании психологических качеств личности..

Ключевые слова: самоидентификация, личностный рост, пирамида логических уровней, сценарий жизни.

Студенческая пора – это насыщенный событиями и очень запоминающийся период в жизни человека, когда помимо приобретения профессиональных навыков и умений молодые люди задумываются над проблемами своей социализации, находятся в поисках смысла жизни, приобретают новые ценностные ориентиры, бесценный опыт общения с людьми, учатся реализовывать себя в новых условиях жизни, формируют свою жизненную стратегию, которая в последующем будет определять качество их жизни.

Неподготовленность молодых людей к решению многих

вопросов, связанных с идентификацией себя, своей роли и значимости в жизни, определением цели, поиском причин происходящих событий приводят к тому, что обучающиеся находятся в определенной степени замешательства и потерянности, которое напоминает собой блуждание по закоулкам лабиринта с большим количеством коридоров. Неумение найти выход из запутанного пространства может сподвигнуть молодых людей к использованию уже «готовых» схем, взятых у родителей. В результате слепого, неосознанного копирования родительских установок, принципов и убеждений у молодого человека складывается судьба и формируются события, которые в общем и в целом повторяют этапы жизненного пути отца и матери.

Для того, чтобы найти выход из многокоридорного лабиринта, следует «подняться над ним» и увидеть выход. Данный «подъем» возможен только в состоянии осознанности, когда человек смотрит на свою жизнь как на проект, который можно конструировать и менять по своему желанию и разумению. Не каждый способен к осознанному подходу к своей жизни, так как состояние осознанности посещает человека всего 1% времени суток, остальное время люди живут и действуют на основе инстинктов и эмоций.

Осознанность появляется в момент, когда человек начинает смотреть на себя, свою жизнь и судьбу как бы со стороны, адекватно оценивая все плюсы и минусы своей реальности. При этом люди часто задают себе некоторые вопросы: «Кто есть Я? Для чего я здесь? Чего хочу от жизни? Какой я? Каковы мои сильные и слабые стороны личности? Куда я иду? В чем мое предназначение? ». Только осознав и поняв себя, учитывая свои потребности и желания, человек находит самый короткий путь к своему счастью. Достичь счастья иным путем просто невозможно.

Для адекватной самоидентификации очень важно уметь понимать свои мысли, чувства и желания; анализировать свои ошибки и делать выводы от полученного опыта; ставить свои цели и достигать их. Это позволит человеку сформировать свой личный взгляд на жизнь, выстроить свой сценарий, следуя которому люди получают от жизни все, чего хотели на

начальном этапе планирования своей жизни и судьбы.

Однако, самоидентификация – только начало большого пути, когда после определения своей идентичности необходимо пройти и другие этапы, позволяющие достичь любую поставленную цель. Эти этапы обязательно включают в себя гармонизацию внутреннего состояния, проработку психологических травм в прошлом, отношений с родителями, работу с ограничивающими убеждениями и т.д.

В случаях, когда самоидентификация проводится не полностью, неэффективно, то могут возникнуть проблемы. Например, низкая самооценка, неуверенность в себе возникают, когда человек не совсем четко понимает, какие позитивные черты характера, способности и качества у него имеются. Неадекватная самоидентификация приводит также к сложностям процесса выбора работы, спутника жизни, друзей, жизненной стратегии. Часто такие люди говорят, что «они запутались», не могут разобраться, что к чему, куда и зачем. Человек часто руководствуется тем, что решили за него другие люди. Один из популярных вопросов, которые они задают: «Что Вы решили насчет меня? Подскажите, что мне делать, я ничего не понимаю в своей жизни». Люди с низкой самооценкой не делают выводов из своих ошибок, не проводят ревизию своей идентичности и продолжают настойчиво наступать на одни и те же грабли. Так, человеку с неполноценно проведенной идентификацией на его жизненном пути с разной периодичностью встречаются персоны похожего типажа, у них неприятные события жизни повторяются с определенным временным перерывом. При этом человеку свойственно скорее обвинять других людей, не осознавая, что это они сами явились причиной притяжения негативно настроенных людей и отрицательно заряженных событий. Так, если человек считает, что он «неудачник», то, в соответствии с подобной идентификацией, он будет привлекать в свою жизнь людей и события, которые лишний раз будут подтверждать, что удача всегда проходит мимо этого индивидуума. Молодой человек с идентификацией «Я – жертва» будет во всех своих бедах и несчастиях обвинять других людей, государство, судьбу. Напротив, человек с позицией «Я – хозяин своей жизни и

судьбы» возьмет причинность на себя и будет нести ответственность за все, что с ним происходит.

Наряду с этим, может случиться и так, что человек с адекватной идентичностью может потерять ее в результате некоторых кризисных ситуаций (сотрудника сняли с должности; жену бросил муж; на работе сократили штаты и т.д.), и это может привести к потере смысла жизни, негативным эмоциям, чувству неудовлетворенности, истощению ресурсов и лишению возможности радоваться всем прелестям жизни. Лишь человек, который может восстановить свою прежнюю адекватную идентичность, выйдет победителем.

Как же проводится процесс самоидентификации? При определении идентичности применяются различные техники, приемы, инструменты, среди которых наиболее часто используется пирамида Дилтса. Помимо помощи в самоидентификации, данный инструмент помогает в решении многих жизненных проблем, найти ответы на мучительные вопросы, а также определиться со своим предназначением.

В соответствии с пирамидой Дилтса, для осознания своей идентичности необходимо оценить свое окружение, поведение, способности и навыки, ценности и убеждения. Более высоким, чем идентичность, уровнем является Миссия, где происходит определение своего предназначения. Если после проведения диагностики выявленная идентичность не устраивает, необходимо провести смену оценки самого себя, например, с позиции «Я – неудачник» на позиционирование «Я – успешный человек»; с идентичности «Я – бедный» перейти в идентичность «Я – богатый»; «Я – невезучий» поменять на «Я – удачливый» и т.д. Смена идентичности предполагает последующий этап, в котором надо «побыть» некоторое время в данном состоянии, «увидеть, услышать, почувствовать» себя в новом свете и уже с новой выстроенной парадигмой решить, каким образом следует достичь данного состояния. Для этого требуется идти в обратном направлении – от Миссии к окружению. Только поняв и осознав свою идентичность, можно ясно увидеть, какое окружение необходимо формировать, что и как нужно делать для приобретения данной идентичности, какие навыки и способности приобрести, с какими убеждениями поработать,

какие ценности поставить во главу угла, какую миссию выбрать.

Пример. У студента цель – стать высококлассным специалистом. Однако, у него проблема с успеваемостью. Он хочет понять, почему он не успевает в учебе, что мешает ему стать обучающимся с высоким уровнем знаний. Какие вопросы он себе задает для определения своего личностного своеобразия?

1. Уровень окружения. Кто и что окружает меня? Что происходит вокруг меня? Что я имею на данный момент? Какие оценки я имею?

2. Уровень действий. Что я делаю, чтобы моя успеваемость была низкой?

3. Уровень способностей. Какие способности у меня к учебе? Какими навыками я владею на данный момент?

4. Уровень ценностей и убеждений. Что является для меня ценным в учебе, в процессе приобретения знаний? Какие убеждения ограничивают меня в учебе?

5. Уровень самоидентификации. Как я могу назвать себя? Кто я, когда имею низкую успеваемость?

Обучающийся понимает, что его идентичность «Я – слабо успевающий студент» не поможет стать специалистом с высокой квалификацией. Именно на этом этапе он меняет идентичность на «Я – обучающийся с высоким уровнем знаний». Затем происходит переход на уровень Миссии.

6. Миссия (Видение). На этом этапе задаются масштабные вопросы. Что ценного и полезного я принесу себе, родителям, другим людям, стране, получив качественные знания? Как изменится моя жизнь и жизнь окружающих меня людей, когда я стану таким востребованным специалистом? Как достижение моей цели повлияет на все человечество? Студент-медик ответит на вопрос следующим образом: «Мой высокий уровень знаний и квалификация спасут жизнь и подарят здоровье тысячам людей, я буду счастлив оттого, что приношу пользу человечеству». Увидев себя на уровне Миссии достигнувшем свою цель, обучающийся разворачивается и уже с позиции своего Видения начинает идти в обратном направлении и по-новому оценивает свою идентичность. С вершины выполняемой Миссии что нового открылось в восприятии себя? Что можно

еще добавить в свою идентичность?

Далее обучающийся спускается на уровень ценностей и убеждений. Имея ясное видение, определившись с Миссией, четко разобравшись со своим личностным своеобразием, молодой человек по-новому воспринимает свои ценности и убеждения.

Проведя интеграцию «Миссия + идентичность + ценности и убеждения», обучающийся спускается на следующую ступень и определяется с тем, какие навыки и способности следует сохранить и развить, а какие нужно приобрести, чтобы уметь качественно усваивать знания.

Осознав свою миссию, поняв кто он, интегрировав в себя свои новые ценности и убеждения, навыки и способности, молодой человек оценивает свои действия. На этом уровне обучающийся осознает, какое у него должно быть теперь поведение, какие действия приведут его к получению знаний высокого качества?

На уровне окружения у обучающегося появляются элементы, которых не было ранее: хорошие и отличные оценки, успевающие студенты, отличники учебы, медали в олимпиадах, библиотека, наряду с основной дополнительная литература, книги и руководства по приобретению знаний, навыков и способностей, наставники, мастера и др.

В результате проведенной техники у обучающегося появляется четкое и ясное понимание себя, своей роли в жизни, ясная цель и четко выработанная стратегия достижения цели.

Таким образом, использование пирамиды Дилтса поможет обучающему решить проблемы не только с учебой, но и другими аспектами жизни: здоровье, финансы, отношения, личностный рост, эффективное достижение цели и др.

Список использованных источников и литературы:

[1] Калинин Д. 20 техник работы с Подсознанием. Судьба и я. – М.: «Автор», 2013. – 114 с.

[2] Мирцало А. Коучинг-техники: пирамида логических уровней Дилтса // [Электронный ресурс], 2015г. – URL:<https://www.b17.ru/article/39367/> (дата обращения 25.09.2021 г.). – Заглавие с экрана.

[3] Калинин Д. Нехорошее наследство // [Электронный ресурс], 2018 г. – URL: <https://www.b17.ru/article/126293/> (дата обращения 26.09.2021 г.). – Заглавие с экрана.

[4] Калинин Д. Для тех, кто выбирает счастье // [Электронный ресурс], 2018 г. – URL: <https://www.b17.ru/article/124287/> (дата обращения 26.09.21 г.). – Заглавие с экрана.

[5] Афонина Н. Пирамида логических уровней Роберта Дилтса. НЛП и коучинг // [Электронный ресурс], 2019 г. – URL: <https://youtu.be/xafw2cqQP7E> (дата обращения 20.08.2021 г.). – Заглавие с экрана.

[6] Ямашкина О. Логическая пирамида Роберта Дилтса для саморазвития // [Электронный ресурс], 2021 г. – URL: <https://youtu.be/wTB4HIdD-0c> (дата обращения 25.08.2021 г.). – Заглавие с экрана.

© Д.С. Тажибаева, Н.Б. Кабдуалиева, Ж.Б. Айтбаева, 2021

С.С. Цороев,
к.ф.н., ст. преп.,
*Ингушский государственный университет,
г. Магас, Российская Федерация*

ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЪЁМА И ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Аннотация: систематическое, соответствующее полу, возрасту и состоянию здоровья, использование физических нагрузок – один из обязательных факторов здорового режима жизни. Физические нагрузки представляют собой сочетание разнообразных двигательных действий, выполняемых в повседневной жизни, а также организованных или самостоятельных занятий физической культурой спортом, объединенных термином «двигательная активность».

Ключевые слова: планирование, объем, интенсивность, физические упражнения.

Перспективные планы самостоятельных занятий целесообразно разрабатывать на весь период обучения. В зависимости от состояния здоровья, медицинской группы, исходного уровня физической и спортивно технической подготовленности студенты могут планировать достижение различных результатов по годам обучения в вузе и в дальнейшей жизни и деятельности от контрольных тестов учебной программы до нормативов разрядной классификации.

Студентам всех учебных отделений при правильном планировании и поведении самостоятельных тренировочных занятий надо учитывать, что в период подготовки и сдачи зачетов и экзаменов интенсивность и объем самостоятельных тренировочных занятий следует несколько снижать, придавая им в отдельных случаях форму активного отдыха. [1]

Вопросу сочетания умственной и физической работы следует уделять повседневное внимание. Необходимо постоянно анализировать состояние организма по субъективным и объективным данным самоконтроля.

При многолетнем перспективном планировании

самостоятельных тренировочных занятий общая тренировочная нагрузка, изменяясь волнообразно с учетом умственного напряжения по учебным занятиям в течение года, должна с каждым годом иметь тенденцию к повышению. Только при этом условии будет происходить укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, а для занимающихся спортом – повышения состояния тренированности и уровня спортивных результатов.

В то же время планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом должно быть направлено на достижение единой цели, которая стоит перед студентами всех медицинских групп, – сохранить здоровье, поддерживать высокий уровень физической и умственной работоспособности.

Для осуществления управления процессом самостоятельных занятий, необходимо провести ряд мероприятий:

- определить цели самостоятельных занятий;
- определить индивидуальные особенности занимающегося;
- скорректировать планы занятий (перспективный, годичный, на семестр и микроцикл);
- определить и изменить содержание, организацию, методику и условия занятий, применяемые средства тренировки.

Все это необходимо, чтобы достичь наибольшей эффективности занятий в зависимости от результатов самоконтроля. Учет проделанной тренировочной работы позволяет анализировать ход тренировочного процесса. [2]

Постоянный самоконтроль и учёт проделанной тренировочной работы позволяет анализировать ход тренировочного процесса, вносить коррективы в планы.

Рекомендуется проводить предварительный, текущий и итоговый учет с записью в личный дневник самоконтроля.

Цель предварительного учета – зафиксировать данные исходного уровня подготовленности и тренированности занимающихся. Текущий учет позволяет анализировать показатели тренировочных занятий.

В ходе тренировочных занятий анализируются:

- количество проведенных тренировок в неделю, месяц, год;
- выполненный объем и интенсивность тренировочной работы;
- результаты участия в соревнованиях и выполнение отдельных тестов и норм разрядной классификации.

Анализ показателей текущего учета позволяет проверить правильность хода тренировочного процесса и вносить необходимые поправки в планы тренировочных занятий.

Итоговый учет осуществляется в конце периода занятий или в конце годовичного цикла тренировочных занятий. Он предполагает составить данные состояния здоровья и тренированности, а также данные объема тренировочной работы, выраженной во времени, которое затрачено на выполнение упражнений, и в количестве километров легкоатлетического бега, бега на лыжах и плавания различной интенсивности с результатами, показанными на спортивных соревнованиях. На основании этого сопоставления и анализа корректируются планы тренировочных занятий на следующий годовичный цикл. [2]

Результаты многих видов самоконтроля и учета при проведении самостоятельных тренировочных занятий могут быть представлены в виде количественных показателей: частоты сердечных сокращений, масса тела, тренировочные нагрузки, результаты выполнения тестов, спортивные результаты и др.

Количественные данные самоконтроля и учета полезно представлять в виде графика, тогда анализ показателей дневника самоконтроля, предварительного, текущего и итогового учета будет более наглядно отображать динамику состояния здоровья, уровня физической и спортивной подготовленности занимающихся, что облегчит повседневное управление процессом самостоятельной тренировки.

Методическое обеспечение производственной физической культуры требует учитывать не только физические, но и психические нагрузки – умственную и нервно-эмоциональную напряженность труда, которая характеризуется степенью включения в работу высшей нервной деятельности и психических процессов.

Чем большая нагрузка приходится на высшие отделы коры больших полушарий головного мозга, тем важнее переключить внимание работающих на другой вид деятельности.

Статистически доказано, что здоровый, физически подготовленный человек меньше подвержен случайным и профессиональным травмам в силу хорошей реакции, достаточных скоростно-силовых возможностей. У него более высокая устойчивость против заболеваний. [3]

Основная задача физических упражнений профилактической направленности – повысить устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов труда.

Список использованных источников и литературы:

[1] Коваленко В.А. Физическая культура: учебное пособие // под ред. В.А. Коваленко. – М.: АСВ, 2000.

[2] Быков В.И., Михайлова С.В., Никифорова С.А. Педагогическая технология физического самовоспитания учащейся молодежи // Теория и практика физической культуры. – 2006. – №8.

[3] Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. // СПб.: Издательство «Лань», 2003. – 160 с.

© С.С. Цороев, 2021

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Л.Ю. Беленкова,

к.психол.н., доц.,

М.Ю. Шулепов,

*магистрант 2 курса напр. «Психология»,
ФГБОУИ ВО «Московский государственный
гуманитарно-экономический университет»,
г. Москва, Российская Федерация*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Аннотация: данная статья посвящена оценке возможностей использования социально-психологического тренинга как эффективной технологии развития социального взаимодействия студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Определены положительные стороны социально-психологического тренинга и его значение в процессе организации социального взаимодействия при инклюзивном образовании.

Ключевые слова: социальное взаимодействие, студенты, нарушения опорно-двигательного аппарата, социально-психологический тренинг, технология развития.

В последнее время практическая психология в контексте деятельности по развитию социального взаимодействия приобретает все большее значение в жизни каждого современного человека. Для деятельности в сфере формирования социального общения активно используются групповые формы работы. Тренинги – это наиболее распространенный вид работы в данном направлении. Популярность тренингов продиктована тем, что они выступают как наиболее динамичная форма работы в сфере социального взаимодействия. При этом можно признать уникальность

тренинга по причине того, что в процессе групповой деятельности может быть обеспечена полная конфиденциальность и внутренняя открытость клиента [1]. По сути, в тренинге одновременно реализуется индивидуальный подход и групповая рефлексия.

В современном мире для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата обретение социального взаимодействия и умения построения социального взаимодействия является чрезвычайно важным, ведь от умения эффективно общаться зависят их взаимоотношения с другими людьми, которые не всегда воспринимают образ человека с ограниченными возможностями здоровья позитивно.

Необходимо понимать, что общение является одним из ведущих видов деятельности. При этом ему чаще всего отводится обслуживающая роль, что переводит его на вторые роли в современном обществе. Коммуникация может считаться успешностью при соблюдении определенных условий, которые представлены на рисунке 1.



Рисунок 1 – Условия успешности коммуникации [1]

Достижение данных условий для студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата возможно с помощью социально – психологического тренинга.

В наше время в отечественной практике социально-психологический тренинг имеет чрезвычайно широкое применение. Л. А. Петровская в 1982 представила серьезную научную работу, которая и рассмотрела основные теоретические и методические аспекты социально-психологического тренинга и его возможности [2].

Сейчас тренинг очень активно используется в психокоррекции, в психотерапии и в обучении. Следует отметить, что само понятие «тренинг» в литературе трактуется по-разному. Это зависит от сферы их использования. Вообще, термин «тренинг» ушло от английского и значит «обучать, воспитывать, тренировать» [3].

Тренинг – это комплекс действий и упражнений направленных на приобретение новых навыков и совершенствование и закрепление уже приобретенных.

В качестве наиболее полного определения тренинга можно представить следующее: «Тренинг – это совокупность психотерапевтических, психокоррекционных и обучающих методов, направленных на развитие навыков самопознания, саморегуляции, обучения и межличностного взаимодействия, коммуникативных и профессиональных умений» [4].

Тот факт, что в процессе групповой работы отдельный участник тренинга получает меньшее количество внимания, чем это происходит при индивидуальной работе, можно выделить существующие преимущества работы в тренинге. Представим их.

– Тренинг позволяет повысить возможности психодиагностических процедур. Это происходит по той причине, что индивидуальная работа гарантирует получение информации именно со слов клиента. А в процессе тренингового занятия происходит воспроизведение жизни клиента, ситуаций в миниатюре. Именно в такой ситуации возможно полное и естественное открытие личности клиента. Принуждения психолога в данном случае не происходит [2].

– В процессе тренингового занятия у участников группы повышается уровень открытости. Пример других людей выступает как причина того, чтобы другие участники начинали понимать свои проблемы, разбираться в них. Это очень важный

фактор для студента, который имеет заболевание опорно-двигательного аппарата.

– Также следует заметить, что сама атмосфера тренинга, не зависимо от ее типа – психотерапевтическая, так как участник тренинга видит, что он не один с такой проблемой, что эта проблема распространена. Сам факт этого уменьшает переживания. По сути, в дальнейшем это может стать основой для веры в себя.

– В процессе тренинговых занятий появляется ситуация, когда все участники воспринимаются для клиента как «Группа поддержки», в дальнейшем переводя своим отношения и в реальную жизнь [5].

Во все времена и во всех сферах жизни огромное значение придавалось и придается коммуникативным способностям каждого человека (личности). И именно посредством использования возможностей социально-психологического тренинга возможно скорректировать направление и влияние на клиента в области разработки коммуникативных умений и навыков на уровне межличностного взаимодействия, получения эмпатии и т.д. Социально-психологический тренинг – самый перспективный метод психолого-педагогической проработки проблем в построении социального взаимодействия, особенно для студентов, которые имеют проблемы с опорно-двигательным аппаратом..

Следует заметить, что социально-психологический тренинг является важным компонентом в работе со студентами с заболеваниями опорно-двигательного аппарата, ведь для них работа по социальному взаимодействию очень важна, позволяя влиться в коллектив студентов, который не всегда позитивно относится к ним.

Необходимо понимать, что для формирования навыков позитивного социального взаимодействия, как и при любой другой деятельности, необходимо длительно осваивать, приобретать и вырабатывать навыки. Однако это обозначает еще и тот факт, что при специальной организованном обучении и воздействии возможно приобретение навыков социального взаимодействия на высоком уровне. В наше время это не так и трудно, ведь вместе с традиционными лекциями чрезвычайно

широко используются тренинги общения [4].

Социальное взаимодействие – необходимое условие функционирования человека в обществе. Оно выступает как фактор социального развития. Без общения человек не может жить, работать, удовлетворять свои потребности, так как это условие развития личности. Так как каждый человек – это личность, индивидуальность, и для того, чтобы уметь адекватно воспринимать и понимать его отношение, нужно проявлять наблюдательность, и к самому человеку, и к форме выражения этих отношений. Для этого нужно иметь определенные знания, навыки, умения и постоянно углублять их. Для того, чтобы взаимодействие было успешным, у личности должны быть сформированы такие психологические качества, как способность к эмпатии, саморефлексии, идентификации, и тому подобное. К сожалению, не очень большому количеству людей в современном обществе присущи эти качества. Это как правило приводит к конфликтам и недоразумениям. В результате этого страдают личностная сфера человека, а самое главное – это физическое и психологическое здоровье самой личности. Именно решением этих проблем занимается социально-психологический тренинг. Тренинг помогает человеку овладеть определенными знаниями и навыками в сфере взаимоотношений между людьми, а также тренинг дает возможность сформировать те важные психологические качества, которые нужны для этого. Это позволит человеку быть свободным, избегать и успешно разрешать конфликты, а главное сохранять свое здоровье и здоровье окружающих. И именно поэтому применение тренинга настолько актуально при работе со студентами, которые имеют заболевания опорно-двигательного аппарата [6].

Можно сделать вывод, что социальное взаимодействие – является необходимым условием существования человека, это один из важнейших факторов социального развития личности, что особенно важно для студентов, имеющих проблемы с опорно-двигательным аппаратом. Для того чтобы взаимодействие было успешным, у них было бы целесообразно сформировать такие психологические качества, как способность к эмпатии, саморефлексии, идентификации, и тому подобное.

Именно социально-психологический тренинг формирует у студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата эти качества и учит, и помогает эффективно взаимодействовать с окружающими людьми.

Существует большая потребность в проведении социально – психологических тренингов в современном обществе, в частности про студентов с заболеваниями, которых не всегда принимает группа. Для этого необходимо проводить просветительские мероприятия, которые направлены на объяснение людям, что такое социально-психологический тренинг и чем он занимается.

Список использованных источников и литературы:

[1] Апанасюк Л.А. Тренинг выстраивания стратегии социально-культурного взаимодействия в преодолении ксенофобии среди студентов-мигрантов // Социосфера. 2013. №1. С. 110-111.

[2] Марков А.П., Петровский И.В., Егорова Е.В., Долматов А.В., Апевалова З.В., Прокопеня Г.В., Петрова И.С., Титова Д.Ю., Бавина П.А., Балакирева Э.В., Сулейманов М.С. Развитие толерантности как условие позитивного социального взаимодействия студентов в поликультурной среде // Коллективная монография / Санкт-Петербург, 2012. С.11.

[3] Михальчи Е.В., Михальчи Е.Е. Формирование навыков социального взаимодействия у студентов с овз и инвалидностью // Инклюзия в образовании. 2017. Т. 2. №4 (8). С. 92-107.

[4] Недорезова В.Л. Формирование социальной компетентности студентов в условиях межкультурного взаимодействия в образовательной среде гуманитарного ВУЗА: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет. Комсомольск-на-Амуре, 2009. С.65.

[5] Осянин А.Н. Интегрированность студентов в практики социального взаимодействия // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2008. №2 (10). С. 181.

[6] Савва Л.И., Солдатченко А.Л. Социальное

взаимодействие как структурный компонент социальной зрелости студента ВУЗА // Современная высшая школа: инновационный аспект. 2015. №4. С. 147-153.

© Л.Ю. Беленкова, М.Ю. Шулепов, 2021