



Минпросвещения России
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АМУРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Вестник научного общества
студентов, аспирантов и молодых ученых

Выпуск 4

2025

Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2025. – № 4. – 112 с. –
Текст : электронный.

eISSN 2782-411X

Периодический электронный сборник научных работ выходит 4 раза в год. Издается с 2006 г.
Сборник содержит статьи по естественным, психолого-педагогическим, социальным и гуманитарным наукам.

Адресован преподавателям, аспирантам, магистрантам и студентам вузов.

Главный редактор – Сафонова Екатерина Валерьевна, к.б.н.

Ответственный секретарь редакции – Прошукало Валентина Владимировна, главный редактор
издательства АмГПГУ

Редакционная коллегия:

Научное направление «Психолого-педагогические науки»:

к.п.н., доц. Анкудинова Е.В.

к.пс.н., доц. Липунова О.В.

к.б.н., доц. Попова И.А.

к.пс.н., доц. Шмакова В.А.

Научное направление «Филологические науки»:

к.филол.н., доц. Авдеенко И.А.

к.филол.н., доц. Красноперова Ю.В.

Научное направление «Естественные науки»:

к.б.н., доц. Чернявская Н.М.

Научное направление «Социальные науки»:

д.э.н., доц. Ершова Т.Б.

к.и.н., доц. Иванова Е.Ю.

Научное направление «Физико-математические и технические науки»:

к.ф.-м.н., доц. Анисимов А.Н.

к.т.н., доц. Логинов В.Н.

Научное издание

Дата публикации: 30.12.2025

Издательство: АмГПГУ

681000, Хабаровский кр., г. Комсомольск-на-Амуре, ул. Кирова, д.17, корп. 2.

e-mail: izdat@amgpgu.ru

тел.: +7(4217)244441 доб. 86

© Коллектив авторов, 2025.

© АмГПГУ, 2025.

Содержание

Анкудинова М.А. МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ ДЛЯ УСТНОЙ ПРАКТИКИ РЕЧИ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА В ФОРМАТЕ СОСТАВЛЕНИЯ ДИАЛОГОВ (НА ТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ: ПРАЗДНИК).....	4
Григорьева Я.А. ВОССТАНОВИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ ПОСЛЕ РАЗРЫВА ПЕРЕДНЕЙ КРЕСТООБРАЗНОЙ СВЯЗКИ У ФУТБОЛИСТОВ	10
Грудинин В.-В.В. СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЭТАПЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ВЫВИХА ПЛЕВОГО СУСТАВА	16
Ефремкин А.А., Шумейко А.А. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ШКОЛЬНИКОВ С ПРОБЛЕМАМИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ.....	21
Кузнецова А.А. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА	37
Купряшкина О.В., Минка И.Н. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	46
Левашко В.В. ПРОФИЛАКТИКА СКОЛИОЗА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	51
Макарова А.А. ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ В РАННЕМ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ПРИ ТРАВМАХ КОСТЕЙ ТАЗА.....	57
Наськина А.А., Захарова Н.В., Булавенко О.А. РОЛЬ ШКОЛЬНОГО ТРУДОВОГО (ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО) ОБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ БУДУЩИХ ИНЖЕНЕРНЫХ КАДРОВ РОССИИ.....	67
Парамонов В.Г., Щелкунова М.Е., Щелкунов Е.Б. ВЫБОР ИНСТРУМЕНТА ДЛЯ СОЗДАНИЯ АНИМАЦИИ	72
Прима С.В. ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВУЮ СФЕРУ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ ...	80
Прима С.В. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ	87
Ушакова Е.Б. МУЛЬТИПЛИКАЦИОННЫЕ СТУДИИ В СОВРЕМЕННОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ: АКТУАЛЬНОСТЬ, СОВРЕМЕННЫЕ МОДЕЛИ.....	92
Ушакова Е.Б., Бадикова И.К. ОРГАНИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА И РОДИТЕЛЕЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АНИМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОО.....	103
Фетисенко Н.О., Захарова Н.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА УРОКАХ ТРУДА (ТЕХНОЛОГИИ).....	108

Научная статья
УДК 811.111: 378

МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ ДЛЯ УСТНОЙ ПРАКТИКИ РЕЧИ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА В ФОРМАТЕ СОСТАВЛЕНИЯ ДИАЛОГОВ (НА ТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ: ПРАЗДНИК)

Анкудинова Мария Андреевна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Комсомольск-на-Амуре, Россия, mari_gm@mail.ru

Аннотация. Данная статья предлагает методические разработки для устной практики речи английского языка в формате составления диалогов на тематических занятиях: Праздник. Прилагаются ряд диалогов и игр, с лексическим содержанием, направленным на ситуации общения в рамках обучения устным навыкам общения на занятиях по английскому языку. Данные диалоги дают студентам возможность в игровой форме расширить лексический запас, получить практику использования новых выражений и слов, а также отработать ряд стандартных фраз и выражений в рамках тематического занятия: Праздник.

Ключевые слова: диалоги, устная речь, английский язык, языковые игры

В рамках изучения иностранного языка (здесь – английского) одним из важнейших навыков является умение разговаривать в формате живого общения. Формулировать свои мысли в логичные и понятные для собеседника предложения является основным навыком, необходимым для составления диалогов. На втором месте по важности в данном случае находится обратное умение понять фразы вашего собеседника и продолжить диалог, сохранив линию повествования. Данные навыки нуждаются в постоянной отработке для формирования полноценной компетенции.

Ключом для организации подобного устного общения на уроках иностранного языка является выбор правильной тематики. Верная тема поможет студентам поделиться информацией, вынуждая их подбирать слова и фразы на изучаемом языке. Стандартными темами для обсуждения являются: «Приветствие», «Как дела», «Погода», «Выходные» и многие другие. В данной статье мы предлагаем к обсуждению тему: «Праздник» – под это определение мы включаем как календарные праздники, так и дни рождения, годовщины и тому подобные личные даты. Мы предлагаем вам ознакомиться с разработанными нами примерами диалогов и игр, которые позволяют провести практику устного общения на английском языке. Данные диалоги дают студентам возможность в игровой форме расширить лексический запас, получить практику использования новых слов и отработать ряд стандартных для темы «Праздник» фраз и выражений.

Диалоги будут представлены на английском языке, далее будет указан их перевод на русский язык. Мы предлагаем вам не выдавать студентам перевод сразу, позволив ученикам на занятии сделать его самостоятельно в режиме общения. В дальнейшем данные диалоги
© Анкудинова М.А., 2025.

можно задать в качестве самостоятельной работы или домашнего задания: 1) прочитать по интонациям, 2) выучить наизусть или 3) самостоятельно написать похожий вариант.

Диалог №1

Диалог для двух основных участников и двух дополнительных (по одной фразе).

Диалог освещает тематику празднования 8 марта.

- Good morning, everybody! How did you all spend the eighth of March?
- (female voice) With respect to the International Women's day – as we should!
- (male voice) By buying lots of incredibly expensive flowers!
- (female voice) No, you didn't!
- (male voice) Yes, I did...?
- (female voice) I mean, you didn't pay any respect!
- (male voice) But what are the flowers for?...
- (female voice) Exactly!
- (confused male voice) I think I don't understand.
- (female voice) That's right! You don't!
- (confused male voice) I am completely lost here. Somebody, please, help me.
- (female voice) I would ab-so-lu-tely love to educate you on the importance of the International Women's day! So, to start with, many years ago...
- (confused male voice) Just what did I do to get here?
- (third voice) You didn't seem to get some cake, that's for sure!

Перевод Диалога №1

- Доброе утро всем! Как вы провели восьмое марта?
- (женский голос) С уважением к Международному женскому дню — как и положено!
- (мужской голос) Купив кучу невероятно дорогих цветов!
- (женский голос) Нет, не купил!
- (мужской голос) Да, купил...?
- (женский голос) Я имела в виду, что ты не провел его как положено!
- (мужской голос) Но я же купил цветы?...
- (женский голос) Вот именно!
- (растерянный мужской голос) Я, кажется, совсем ничего не понимаю.
- (женский голос) Верно! Ты просто не понимаешь!
- (растерянный мужской голос) Я совершенно запутался. Кто-нибудь, пожалуйста,

помогите мне.

- (женский голос) Я с огромным удовольствием расскажу тебе о важности Международного женского дня! Итак, начнём с того, что много лет назад...

- (растерянный мужской голос) Что же я сделал, чтобы оказаться здесь?
- (третий голос) Похоже, ты не купил торт! [1,2]

Диалог №2

Диалог для группы студентов (5-7 человек). Диалог освещает тематику празднования Дня Рождения.

- (teacher) Let's start today by mentioning someone very special!
- (students) Oh no, did we all fail the test?
- (teacher) No!... I don't mean that you've done something special.
- (whispers) Nononono!
- (student) Only one of us has passed? It cannot be!
- (teacher) It actually cannot, but I'm not talki....
- Was it you (name1)
- (name1) No, I haven't studied even for a minute. What about (name2)?
- (name2) I fell asleep I swear! My list was empty! It could be (name3) though.
- (name3) No, it couldn't! Way to throw me under the bus (name2).
- (name2) I'm sorry, I just got carried away. Please, forgive me. It's my birthday today and

I'm truly sorry!

- (teacher) As I was saying... Happy Birthday (name2)!
- (students) Happy Birthday (name2)!
- (students) Long live and prosper!
- (name1) ... but who passed the test?
- (teacher, laughing) How would I know if I have yet to grade them.

Перевод диалога №2

- (учитель) Давайте начнём занятие с того, что упомянем кого-то очень особенного!
- (ученики) О нет, мы все провалили тест?
- (учитель) Нет!... Я не говорила, что вы сделали что-то особенное...
- (шепотом) Нет-нет-нет!
- (ученик) Только один из нас сдал? Не может быть!
- (учитель) На самом деле не может, я не говорю...
- Это ты все верно сделала (имя 1)?
- (имя 1) Нет, я и минуты не училась. Может это (имя 2)?
- (имя 2) Я уснула, клянусь! Мой список был пуст! А что если это (имя 3).
- (имя 3) Нет, это не я! Вот так ты меня подставляешь значит! (имя 2).
- (имя 2) Прости, я на эмоциях. Пожалуйста, прости меня. Сегодня мой день рождения,

и я искренне сожалею!

- (учитель) Как я уже говорила... С Днём рождения, (имя 2)!
- (ученики) С Днём рождения, (имя 2)!
- (ученики) Долгих лет жизни и процветания!
- (имя 1) ...но кто сдал тест?
- (учитель, смеясь) Откуда мне знать, если я ещё не смотрела ваши работы? [1,2]

Диалог №3

Данный диалог рассчитан на большое количество участников (до 15 человек), вы можете распределить фразы между всеми вашими учениками. Желательно, чтобы при ответе на вопрос о планах студенты давали свои ответы. Дополнительную сложность можно задать, попросив студентов использовать определённое количество слов или специально выбранные слова, которые они могут дать друг другу, выбрать из списка или любым другим образом. Например, tangerines, Father Frost, skiing, presents, Christmas tree etc. Бонусные очки можно выделять за самые оригинальные ответы.

- Holidays are coming!
- Yes, they are! (cheering noises)
- Guys, do you have any awesome plans?
- I'm going home! I will be sleeping and eating tangerines.
- I'm watching movies! Everything that has Father Frost is good for me.
- I'm cooking food!
- I'm eating food!
- I'm playing games all days long!
- I'm meeting my friends! We will be skiing.
- I'm going to the sea where it's actually nice and warm! But I still will have a Christmas tree.
- ...
- (teacher) I'm so glad upcoming exams are your number one priority.
- (students) Well... (silenced)
- (student1) Happy New Years, here's to New Us!

Перевод диалога №3

- Праздники приближаются!
- Да, приближаются! (радостные возгласы)
- Ребята, у вас есть какие-нибудь крутые планы?
- Я еду домой! Буду спать и есть мандарины.
- Я смотрю фильмы! Всё, что связано с Дедом Морозом, меня устроит.
- Я буду готовить еду!
- Я буду еду есть!

- Я буду целыми днями играть в игры!
- Я встречаюсь с друзьями! Мы будем кататься на лыжах.
- Я еду на море, где действительно тепло и приятно! Но у меня всё равно будет праздничная ёлка.

- ...

- (учитель) Я так рада, что предстоящие экзамены у вас на первом месте.

- (ученики) Ну... (молчание)

- (ученик 1) С Новым годом, с новыми нами! [1,2]

На примере данного диалога также можно выполнить несколько дополнительных заданий:

1) попросить студентов придумать и описать любые подарки, которые они могут подарить своим близким, друзьям или одноклассникам. В рамках учебного занятия также можно сыграть в «Тайного Санту». Суть данной игры выбрать распределить учеников в аудитории для вручения подарка друг другу, случайным образом или по выбору учителя. Попросить каждого написать, что они хотели бы получить на праздник на русском языке. Можно разрешить писать названия и наименования, либо только направление. Например, новый набор форм для выпекания кексов или хобби: Кулинария. После чего ученики будут по очереди «дарить» друг другу подарки. Второй вариант этой же игры, не давать ученикам выбирать подарки, а распределить карточки с подарками А и карточки с подарками В. Во втором случае ученикам придётся на слух понять и выбрать, где их подарок.

2) В конце занятия также можно проверить память студентов. Нужно попросить их вспомнить, какие у кого были планы на праздники. Победит тот, кто сможет назвать больше всего правильных ответов на английском языке.

Во всех приведённых здесь примерах диалогов были фразы, имеющие отношение к праздникам, обсуждению особенностей и традиций, подарков и прочих праздничных элементов. Подобные языковые моменты помогут выстроить общение на иностранном языке, в качестве дополнительного задания вы можете попросить студентов придумать как можно больше вариантов стандартных фраз.

1) В первой секции речь пойдет о всевозможных праздниках.

- Happy Birthday.

- С днем рождения!

- Happy Easter.

- С праздником Пасхи!

- Happy anniversary.

- С годовщиной!

- Merry Christmas!
- Счастливого Рождества!

Список можно продолжать различными праздниками всех стран мира.

2) Во второй секции можно попросить студентов составить лексические карты по любому празднику. Выдав каждому ученику по своему празднику можно сравнить и выявить универсальные слова и фразы, а также найти особенности конкретных праздничных дней. Например, cards, gifts или presents будут у многих, а Easter Hunt встретится только один раз.

Данная игра может быть отличной разминкой, при этом дополнительное задание настроит студентов на более высокий уровень внимательности. Во время урока у учеников есть больше возможностей отработать непосредственно устные навыки необходимые при изучении иностранного языка.

Подобные устные разминки в целом позволят студентам привыкнуть к работе с другом, настроить на работу в усиленном режиме, помогают устранить психолингвистические барьеры, показав, что не смотря на то, что устное общение на иностранном языке в рамках учебного занятия отличается от общения в свободном формате на родном языке, оно также может быть позитивным и продуктивным. С образовательной точки зрения вы сможете отработать новые фразы и выражения, подтолкнув студентов к их использованию в процессе изучения иностранного языка [3,4].

Список источников

1. Falla, P. Oxford Russian Dictionary (fourth edition) / P. Falla, M. Wheeler, B. Unbegaun. - New York : Oxford University Press, 2007. – 1322 p. – Текст: непосредственный
2. Орфоэпический словарь русского языка: произношение, ударение, грамматические формы / С.Н. Борунова, В.Л. Воронцова, Н.А. Еськова; Под ред. Р.И. Аванесова. - 4-е изд., стер. - М., 1988. – 702 с. – Текст: непосредственный
3. Павлова, Л.П. Формирование иноязычной лексической компетенции у студентов экономического вуза / Л.П. Павлова. - Текст : непосредственный // Инновационные образовательные технологии. – 2011. – №2. – С. 44-50.
4. Щеглова, Н.В. Формирование коммуникативной компетенции в процессе обучения иностранным языкам / Н.В. Щеглова. - Текст : непосредственный // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2011. – № 4. – С. 105-107.

Статья поступила в редакцию 22.12.2025;
одобрена после рецензирования 29.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 615.825:616-001.7

ВОССТАНОВИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ ПОСЛЕ РАЗРЫВА ПЕРЕДНЕЙ КРЕСТООБРАЗНОЙ СВЯЗКИ У ФУТБОЛИСТОВ

Григорьева Яна Алексеевна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, grigorevayana1709@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена комплексному анализу процесса физической реабилитации футболистов после разрыва передней крестообразной связки. Рассматриваются эпидемиологические данные, механизмы травмирования, а также подходы к лечению, где особое внимание уделяется критической роли грамотно выстроенной реабилитации, составляющей 60-70% успеха. В статье освещаются ключевые этапы реабилитации. Отмечается, что успех восстановления напрямую зависит от комплексного и поэтапного подхода к процессу реабилитации.

Ключевые слова: разрыв передней крестообразной связки, физическая реабилитация, спортивная травма, коленный сустав, артроскопическая пластика, нейромышечный контроль, баланс, операция, спортивная медицина

Разрыв передней крестообразной связки (ПКС) – это одна из наиболее серьезных травм, с которой может столкнуться футболист. От того, насколько правильно будет выстроен процесс восстановления, часто зависит вся его дальнейшая спортивная карьера. Всем известно, что футбол – это игра на скоростные качества, резкие маневры и постоянную смену направления. Именно эти элементы и становятся основной причиной травмы. В своей работе мы пытаемся разобраться, как должен выглядеть процесс физической реабилитации, позволяющий спортсмену не просто вернуться на игровое поле, но и делать это без риска повторной травматизации. Целью данной статьи является анализ и структура ключевых этапов и методов физической реабилитации футболистов после разрыва ПКС.

Эпидемиология и механизм травмы ПКС

Исследования показывают, что разрыв ПКС встречается примерно в 4 случаях на 1000 человек, уступая по частоте лишь повреждениям мениска. Что особенно интересно – у женщин-футболисток риск получить такую травму в несколько раз выше. Специалисты связывают это с целым рядом причин: от анатомических особенностей до уровня нейромышечного контроля, а некоторые также предполагают влияние гормонального фона [1].

Наиболее типичные сценарии травматизма связок в футболе включают:

- Резкую смену направления при беге («финт»);
- Внезапную остановку после быстрого рывка;
- Неудачное приземление после прыжка в борьбе за верховой мяч;
- Прямой удар в колено, особенно при зафиксированной ноге.

Подходы к лечению и роль реабилитации

Следует понимать, что лечение разрыва ПКС – это не всегда операция. Иногда, при частичных разрывах и стабильном суставе, выбирают консервативную тактику. Однако для профессионального футболиста, чья деятельность связана с экстремальными нагрузками, операция – артроскопическая пластика связки – является практически безальтернативным вариантом. Важно подчеркивать, что даже блестяще проведенная операция – это лишь половина дела. По мнению многих реабилитологов, успех на 60-70% зависит от последующей, грамотно выстроенной реабилитации.

Этапы физической реабилитации

Реабилитацию нельзя представлять как нечто однородное. Это длительный путь, который делится на несколько логических этапов, где каждый решает свои конкретные задачи.

I этап (Ранний послеоперационный: 1-6 неделя).

Здесь главное – не навредить. Задачи лечебной физической культуры (ЛФК): снижение боли и отека, восстановление амплитуды движений в суставе, функций конечности, силы мышц (особенно четырехглавой). На этом этапе рекомендуются изометрические упражнения, щадящая механотерапия и идеомоторные упражнения, холод. Нога при этом фиксируется ортезом.

II этап (Формирование невромускульного контроля: 6-12 неделя).

Когда острые последствия операции позади, начинается самая ответственная работа. На этом этапе мы должны не просто восстановить движения, а научить сустав снова правильно работать. Рекомендуются: упражнения на велотренажере, упражнения в бассейне, где тело весит меньше, упражнения из облегченных условий, и самые простые силовые упражнения. Идеомоторные упражнения для восстановления нейромышечной регуляции [4]. Тренировка чувства равновесия: сначала просто стоять на одной ноге, потом на нестабильной платформе. Это фундамент для будущих сложных движений. Продолжительность реабилитации данного этапа составляет 4-8 недель.

Таблица 1 – Примерный комплекс физических упражнений рекомендуемый при разрыве передней крестообразной связки

Раздел	Содержание	Дозировка	Методические указания
1.Разминка (5-7 минут)	Велотренажёр – легкое вращение педалей без сопротивления или минимальное сопротивление	5-7 минут	Поддерживать ровный, комфортный темп. Следить за плавной и полной амплитудой

			движения коленного сустава без боли.
2.Нейромышечный контроль и баланс (15-20 минут)	<p>1.Стояние на оперированной ноге на твердой поверхности</p> <p>2.Стояние на оперированной ноге на нестабильной поверхности (балансирующая подушка, сложенное полотенце и т.д.)</p> <p>3.Дотягивания на одной ноге. Стоя на оперированной ноге, свободной ногой касаться пола в разных направлениях (вперед, в сторону, назад), сохраняя равновесие.</p> <p>4.Баланс на платформе BOSU. Легкие приседания на двух ногах на BOSU, затем на одной ноге.</p>	<p>1. 3 подхода по 30-60 секунд</p> <p>2. 3 подхода по 30-60 секунд</p> <p>3. 3 подхода по 8-12 касаний в каждом направлении</p> <p>4. 3 подхода по 10-12 повторений</p>	<p>1.Начинать с опоры рукой, затем без опоры. Колено оперированной ноги слегка согнуто. Фокус на стабильности таза и корпуса.</p> <p>2.Начинать с опорой. Прогрессия: закрыть глаза (только после уверенной стабильности с открытыми глазами).</p> <p>3.Колено оперированной ноги слегка согнуто. Движения медленные, контролируемые. Следить за тем, чтобы колено не «заваливалось» внутрь.</p> <p>4.Контроль стабильности колена. Избегать глубоких приседаний.</p>
3.Функциональная сила и динамическая стабильность (20-25 минут)	1.Приседания с собственным весом, опускание до угла 45-60 градусов в коленях.	1. 3 подхода по 12-15 повторений	1.Следить, чтобы колени не выходили за проекцию пальцев ног. Вес распределен

	<p>2.Приседания у стены. Удержание положения приседа со спиной, прижатой к стене, угол в коленях 45-60 градусов.</p> <p>3.Выпады вперед, назад, в сторону (контролируемые).</p> <p>4.Ягодичный мостик. Лежа на спине, согнуть ноги в коленях, поднять таз, опираясь на стопы и лопатки. Прогрессия: на одной ноге.</p> <p>5.Отведение бедра с резинкой А) Лежа на боку, ноги согнуты, поднимать верхнее колено. Б) Шаги вбок с эластичной лентой вокруг колен.</p>	<p>2. 3 подхода по 30-60 секунд</p> <p>3. 3 подхода по 8-10 повторений на каждую ногу</p> <p>4. 3 подхода по 15-20 повторений</p> <p>5.А) 3 подхода по 15-20 раз Б) 3 подзода по 10-15 шагов в каждую сторону</p>	<p>на пятках. Корпус прямой. Медленно и подконтрольно.</p> <p>2. Колени не выходят за проекцию пальцев ног. Фокус на активации квадрицепсов и ягодичных мышц.</p> <p>3.Медленный темп. Спина ровная.</p> <p>4. Активация ягодичных мышц и задней поверхности бедра, что очень важно для защиты ПКС.</p> <p>5. Укрепление средних и малых ягодичных мышц – ключевых для стабилизации таза и колена.</p>
<p>4.Ранние функциональные упражнения (5-7 минут)</p>	<p>1.Легкие прыжки на двух ногах вперед, назад, в стороны, на месте.</p> <p>2.Легкие удары по мячу. Медленные,</p>	<p>1. 3 подхода по 10-15 прыжков</p> <p>2. 3 подхода по 10-15 ударов</p>	<p>1.Мягкое приземление. Фокус на контроле колена. Без резких движений.</p> <p>2.Начинать с очень низкой</p>

	<p>контролируемые удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы о стену.</p> <p>3. Введение мяча по прямой линии внешней стороной стопы.</p>	<p>3. 3 подхода по 10 метров</p>	<p>интенсивности.</p> <p>Акцент на контакт с мячом и контроль опорной ноги. Без сильных замахов.</p> <p>3. Акцент на мягкие касания, контроль мяча, без ускорений и резких изменений направления.</p>
<p>5. Заминка и растяжка (5 минут)</p>	<p>1. Статическая растяжка задней поверхности бедра, икроножных и ягодичных мышц.</p> <p>2. Расслабляющее дыхание. Глубокие вдохи и выдохи.</p>	<p>1. по 20-30 секунд на каждую мышцу, 2-3 раза</p> <p>2. 1 минута</p>	<p>1. Выполнять плавно, без рывков, до ощущения легкого натяжения. Избегать переразгибания колена и боли.</p> <p>2. Помогает успокоить нервную систему и восстановиться.</p>

III этап - восстановительный (Интеграция спортивных нагрузок: 4-6 месяцев).

Задачи АФК: подготовить ногу к бегу, прыжкам и резким движениям. В программу занятий добавляются бег с изменением направления, прыжки (сначала на месте, потом в длину), более серьезные силовые упражнения с отягощениями. Очень важно постоянно сравнивать показатели больной и здоровой ноги, стремясь к тому, чтобы разница в силе не превышала 10-15%.

IV этап (Возвращение в спорт: 6-9 месяцев и позднее).

Финальный и самый психологически сложный этап, на котором реабилитация перетекает в обычные тренировочные занятия. Футболист начинает работать с мячом, отрабатывать удары, входить в групповые упражнения. Решение о полном возвращении принимается врачом и тренером на основе объективных тестов (например, серии прыжков) и, что не менее важно, готовности самого спортсмена.

Профилактика рецидивов

Следует заметить, что после такой травмы риск получить ее снова довольно высок. Поэтому, современный подход требует, чтобы профилактика стала неотъемлемой частью тренировочного процесса даже после возвращения в строй [2, 5]. С этой целью рекомендуются специальные разминки, упражнения на правильную технику приземления после прыжков и торможения. То есть, необходимо заново обучить спортсмена двигаться безопасно.

Таким образом, реабилитация после разрыва ПКС – не просто набор упражнений, а целостная, логически выстроенная система, которая требует от специалиста глубоких знаний, а от спортсмена – терпения и дисциплины. Ключ к успеху – не в том, чтобы побыстрее пройти все этапы, а в том, чтобы качественно отработать каждый из них, создавая надежный запас прочности. Только так можно вернуть футболисту уверенность в своем теле и позволить ему снова играть на высоком уровне, не оглядываясь на старую травму. Думается, что дальнейшие изыскания в этой области должны быть направлены на персонализацию реабилитационных программ и поиск более точных критериев готовности к нагрузкам.

Список источников

1. Еремин, Д. Н. Физическая реабилитация футболистов с разрывом передней крестообразной связки / Д. Н. Еремин, Е. О. Архипенкова. – Текст: электронный // StudNet. — 2020. — № 3 (10). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-reabilitatsiya-futbolistov-s-razryvom-peredney-krestoobraznoy-svyazki>
2. Добрынина, Л. А. Физическая реабилитация спортсменов после пластики передней крестообразной связки в период восстановления / Л. А. Добрынина. – Текст: электронный // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2019. — № 2 (168). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-reabilitatsiya-sportsmenov-posle-plastiki-peredney-krestoobraznoy-svyazki-v-period-vosstanovleniya>
3. Мирошкина, А. В. Средства реабилитации спортсменов после повреждения передней крестообразной связки / А. В. Мирошкина, А. С. Попков. - URL: <https://sowaru.com/wp-content/uploads/2022/04/statya-miroshkina-a.v.-popkov-a.s..docx?ysclid=mjqc4u6s36789902982>. – Текст: электронный
4. Валеев, Н. М. Проприоцептивная тренировка в процессе физической реабилитации футболистов после артроскопической аутопластики передней крестообразной связки / Н. М. Валеев, М. И. Гершбург, Н. Л. Иванова, Х. Мохаммед. – Текст: непосредственный // ЛФК и массаж. — 2012. — № 5. – С. 26-32. - EDN: OYVJVJR
5. Арьков, В. В. Реабилитация спортсменов после артроскопической реконструкции передней крестообразной связки / В. В. Арьков, О. Н. Миленин. – Текст: непосредственный // Травматология и ортопедия России. — 2005. — Спец. выпуск. — С. 25.

Статья поступила в редакцию 28.11.2025;
одобрена после рецензирования 11.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 615.825:616-001.6

СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЭТАПЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ВЫВИХА ПЛЕЧЕВОГО СУСТАВА

Грудинин Вадим-Виктор Васильевич

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, vadim14535@yandex.ru

Аннотация. В данной статье представлено описание вывиха плечевого сустава, статистика получения травм, также указаны методики ЛФК для восстановления в процессе реабилитации.

Ключевые слова: вывих плечевого сустава, лечебная физическая культура

Вывих плечевого сустава - это полное смещение головки плечевой кости относительно суставной впадины. Состояние, при котором головка плечевой кости находится вне плечевого сустава в соответствии с S43.0-10 (Международная классификация болезней). Этиологическими факторами вывиха плеча могут быть резкие вращения руки с амплитудой более физиологической нормы, удары в область плеча, поражение тканей сустава при туберкулезе, остеомиелите, опухолях, остеохондропатии и др.

Вывих плечевого сустава (ВПС) классифицируют :

По направлению вывиха

- Передний вывих. Самый распространенный из-за анатомических особенностей сустава. Головка плечевой кости смещается вперед и вниз, уходя из суставной впадины.
- Задний вывих. Встречается реже, вызван травмами, когда плечо подвергается прямому удару или перенапряжению. Головка плечевой кости смещается назад.
- Нижний вывих. Очень редкий тип, когда головка плечевой кости смещается в нижнем направлении. Связан с сильными травмами, такими как падение на вытянутую руку.
- Верхний вывих. Самый редкий тип вывиха, когда головка плечевой кости смещается вверх от суставной впадины. Обычно связан с тяжелыми травмами плеча.

По степени вывиха:

- Полный вывих. Характеризуется полной потерей контакта между головкой плечевой кости и суставной впадиной. Это наиболее тяжелый случай, требующий немедленного и квалифицированного вмешательства.
- Частичный (подвывих). Головка плечевой кости частично выходит из суставной впадины, но сохраняет некоторый контакт. Может быть менее болезненным, чем полный вывих, но требует не менее тщательной диагностики и лечения.

По наличию сопутствующих повреждений:

- Неосложненный вывих. Не сопровождается повреждением нервов, сосудов или других структур. Прогноз для полного восстановления при адекватном лечении обычно благоприятный.

- Осложненный вывих. Сопровождается повреждением мягких тканей, нервов, сосудов, а также переломами костей. Требуется более сложное лечение и может иметь менее благоприятный прогноз.

По травматическому механизму:

- Травматический вывих. Возникает вследствие прямого или непрямого механического повреждения плечевого сустава.

- Нетравматический (патологический) вывих. Возникает при наличии патологических процессов в суставе, таких как воспалительные заболевания, дисплазия или слабость связочного аппарата [3].

Возможными осложнениями являются травмы, связанные с травмами плеча (нарушением целостности плечевого сустава), это травма Сакса-Хилла, ротационный перелом манжеты или повреждение подмышечного нерва. Диагноз подтверждается рентгеновскими снимками. (рисунок 1-4) [1].

Более 50% пациентов, получивших травмы плеча страдают от вывиха плечевого сустава. Наиболее распространенным типом расслабления суставов является движение плечом (до 85%). Эти травмы регистрируются с 8,2 до 23,9 случая на 100 тысяч населения они встречаются как пожилых, так и молодых [4].



Рисунок 1 – Здоровый плечевой сустав



Рисунок 2 –Передний вывих плечевого сустава



Рисунок 3 – Задний вывих плечевого сустава



Рисунок 4 – Нижний вывих плечевого сустава

Симптомы вывиха плечевого сустава включают:

- Острая и сильная боль в области плеча, которая может распространяться на плечо и конечность и усиливаться при движении;
- Отек и гематома в месте травмы;
- Изменение формы плеча, иногда выраженное;
- Чувство дискомфорта, как будто плечо выходит из-под захвата;
- Напряжение мышц окружающих сустав;
- Слабость в руке, вплоть до затруднения удержания предметов;
- Покалывание или онемение в руке при повреждении нерва [5].

К эффективным методам физической реабилитации при вывихе плечевого сустава выступает лечебная физическая культура (ЛФК).

Примерный комплекс физических упражнений при вывихе плечевого сустава, носит рекомендательный характер.

Так, например, команда авторов медицинского центра «XXI Век» предлагает комплекс, состоящий из следующих упражнений:

- «Маятник». Круговые движения туловищем. выполняются по часовой стрелке и против часовой стрелки, наклоняясь вперед на 90 градусов, 5-6 повторении.
- Растяжка мышц плеча и туловища. Руки подняты над головой, не сгибать в локтевых суставах, потянуться вверх. — 6-8 раз
- Вращение корпуса вокруг своей оси. Руки расположены за спиной и касаются другой стороны тела, 5-6 повторении.
- Согните запястье. Поднимите руку одним правым локтем и удерживайте ее в этом положении в течение 10 секунд.
- Разведите руки в стороны. Отделите правый локоть от тела и удерживайте его в этом положении в течение 10 секунд.
- Изометрические упражнения. Эти упражнения включают сокращение и расслабление мышц без движения конечности в суставах. Например, рука лежит на поверхности стола, согнутая в локтевом суставе. Человеку предлагают напрячь мышцы плеча с последующим расслаблением [2].

Авторы физкультурно-оздоровительной спортивно-развивающей студии «Равновесие» предлагают следующие физические упражнения:

- Приподнимите и опустите поврежденное плечо, сидя 7-10 раз, не снимая повязки.
- В положении сидя выполните круговые движения руками вправо и влево по 8-12 раз за раз. В том же положении выполните круговые движения локтевыми суставами в одну и другую сторону, не смещая плечевого сустава, 8-12 раз.
- Стоя. Выполните повороты головы влево и вправо 8 - 12 раз.
- В том же положении голова поворачивается в стороны, вперед и назад 8-10 раз.
- В любом положении сожмите пальцы в кулак и разожмите их до 8-10 раз [6].

Таким образом, вывих плечевого сустава – травма, нарушающая функциональность сустава и руки в целом, существенно ограничивающая ее деятельность. Из описанных выше комплексов физических упражнений видно, что все они направлены на решение следующих задач:

- Уменьшения боли и отека при вывихе.
- Восстановление мышечной силы
- Профилактика и борьба (при необходимости) с тугоподвижностью сустава.
- Восстановление нарушенных функции сустава и конечности.

Список источников

1. Вывих плеча. - Текст: электронный // Википедия : [сайт]. - URL - https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%8B%D0%B2%D0%B8%D1%85_%D0%BF%D0%B%D0%B5%D1%87%D0%B0 (дата обращения: 27.11.2025)
2. ЛФК после травмы плечевого сустава. - Текст: электронный // Медицинский центр «XXI Век» : [сайт]. – URL: <https://rc.mc21.ru/articles/lfk-posle-travmy-plechevogo-sustava/> (дата обращения: 27.11.2025)
3. Вывих плечевого сустава. - Текст: электронный // Медицинский центр «XXI Век» : [сайт]. – URL: <https://mc21.ru/articles/vyвих-plechevogo-sustava/> (дата обращения: 27.11.2025)
4. Огибенин В.А. Вывих плеча: симптомы и лечение / В.А. Огибенин. - Текст: электронный // Медицинский центр ЦАМ : [сайт]. – URL: <https://aviamed.ru/articles/vyвих-plecha-simptomu-i-lechenie/> (дата обращения: 27.11.2025)
5. Петров П.И. Вывих плеча - симптомы и лечение / П.И. Петров. - Текст: электронный // проболезни : [сайт]. – URL - <https://probolezny.ru/vyвих-plecha/> (дата обращения: 27.11.2025)
6. Упражнения ЛФК для восстановления после вывиха плеча. - Текст: электронный // Физкультурно-оздоровительная спортивно-развивающая студия «Равновесие» : [сайт]. – URL: https://www.sport-ravnovesie.ru/advice/uprazhneniya-lfk-dlya-vozstanovleniya-posle-vyвихa-plecha.html?sphrase_id=68766 (дата обращения: 27.11.2025)

Статья поступила в редакцию 08.12.2025;
одобрена после рецензирования 19.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 796/799

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ШКОЛЬНИКОВ С ПРОБЛЕМАМИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Ефремкин Александр Александрович^{1,2}, Шумейко Александр Александрович²

¹МБОУ «Центр образования Вектор», Владивосток, Россия, judo-54@yandex.ru

²Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия

Аннотация. В статье рассмотрены особенности принципа индивидуального подхода. Охарактеризована цель его применения как реализация потенциальных возможностей старших подростков для удовлетворения собственных физических потребностей на занятиях физической культурой и спортом. Представлен сравнительно-сопоставительный анализ применения принципов индивидуализации и индивидуального подхода в физическом воспитании старших подростков. Приведены результаты диагностического исследования, направленного на развитие мотивации занятий физической культурой и спортом, изучение особенностей применения индивидуальных форм работы на уроках физической культуры в Центре образования «Вектор» г. Владивостока.

Ключевые слова: принцип индивидуального подхода, школьники с девиантным поведением, основные организационные формы, занятия по физическому воспитанию

Серьезную обеспокоенность в настоящее время вызывают выраженные изменения в состоянии здоровья детей. Результаты научных исследований свидетельствуют, что уже в дошкольном возрасте здоровых детей становится все меньше. Наблюдается высокий процент физиологической незрелости (более 60%), которая становится причиной роста (до 70%) функциональных и (до 50%) хронических заболеваний. Каждый второй школьник имеет морфофункциональную патологию; 42% – хронические заболевания. Лишь шесть-восемь процентов выпускников средних школ признаны здоровыми [3, 8, 15, 16].

Анализ научной литературы по проблеме исследования показывает достаточно широкий разброс в определении содержания понятий «индивидуальный подход» и «индивидуализация обучения» российскими педагогами и психологами (Л.И. Акимов [1]; М.К. Акимова [2]; Е.С. Рабунский [13]; В.В. Зайцева [5]; А.Х. Каримов [17]; М.Д. Миронова [10]; О.В. Буховцева, К.М. Тузикова [4] и др.).

Профессор А.А. Кирсанов в докторской диссертации (А.А. Кирсанов, 1983) индивидуализацию рассматривает как развивающуюся и динамически функционирующую систему, которая охватывает все виды учебной деятельности. Его эмпирические исследования базируются на индивидуализации при формировании научных понятий и воспитании творческой активности [7; 12, с. 123-128].

Российский исследователь Е.С. Рабунский считает, что «...Индивидуальный подход к школьникам в обучении – это дидактическое положение, одно из двух взаимосвязанных
© Ефремкин А.А., Шумейко А.А., 2025.

сторон принципа коллективного характера обучения и учёта индивидуальных особенностей учащихся. Индивидуальный подход к школьникам в обучении предполагает – при безусловном единстве основного содержания общего образования – отбор и варьирование элементов учебного материала, методов обучения, наглядных и технических средств, его разумное сочетание общеклассных, групповых и индивидуальных форм его организации с учетом особенностей каждого ученика в целях оптимального содействия всестороннему, гармоничному развитию его личности [14, с. 12.].

Эстонский ученый-исследователь Инге Эриховна Унт в своей научной монографии «Индивидуализация и дифференциация обучения» в первой главе «Педагогические и психологические основы индивидуализации обучения» при раскрытии понятия индивидуализации и дифференциации обучения подчеркивала, что «индивидуализация – это учет в процессе обучения индивидуальных особенностей учащихся во всех его формах и методах, независимо от того, какие особенности и в какой мере учитываются» [17, с. 6].

Ю.В. Орлова в диссертации «Индивидуально-дифференцированный подход к учащимся при формировании лексических понятий» [11], опираясь на исследования российских педагогов и психологов (Л.П. Аристова, А.А. Бударный, И.Д. Бутузов, Д.В. Вилькеев, В.И. Загвязинский, А.А. Кирсанов, А.Н. Конев, М.М. Левина, М.И. Махмутов, Н.М. Шахмаев) пояснила, что вышеуказанными учеными доказано, что в условиях классно-урочной системы индивидуальный подход к учащимся наиболее оптимально реализуется при осуществлении дифференциации обучения.

Нами была предпринята попытка представить в виде таблицы сравнение терминов «индивидуализация обучения» и «индивидуальный подход в обучении», часто встречающихся в педагогической теории и практике (табл. 1).

Таблица 1 – Сравнительный анализ терминов «Индивидуализация обучения» и «Индивидуальный подход в обучении»

Толкование термина «Индивидуализация обучения»	Толкование термина «Индивидуальный подход в обучении»
<p>- организация учебного процесса с учётом индивидуальных особенностей учащихся. Осуществляется в условиях коллективной учебной работы в рамках общих задач и содержания обучения. Позволяет создать оптимальные условия для реализации потенциальных возможностей каждого ученика. И.о. направлена на преодоление несоответствия между уровнем учебной деятельности, который задают программы, и реальными возможностями каждого школьника. Учёт особенностей учащихся носит комплексный характер и осуществляется на каждом этапе обучения. Средствами И.о. могут выступать индивидуальные и групповые задания; формы организации классной учебной работы: фронтальная, групповая, индивидуальная.</p>	<p>- осуществление педагогического процесса с учётом индивидуальных особенностей учащихся (темперамента и характера, способностей, мотивов и интересов, и др.), в значительной степени влияющих на их поведение в различных жизненных ситуациях. Суть И.п. составляет гибкое использование педагогом различных форм и методов воспитания с целью достижения оптимальных результатов воспитательного процесса. <i>Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь. – М., 2002. С. 106.</i></p>

<p>Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь. – М., 2002. С. 104.</p>	
<p>- организация учебного процесса с учетом индивидуальных психологических особенностей учащихся; позволяет создать оптимальные условия для реализации потенциальных возможностей каждого обучающегося. В практике обучения нередко ориентируются на средний <u>уровень обученности</u>, способностей к учению, поэтому не каждый учащийся может реализовать свои потенциальные возможности. И. о. направлена на преодоление несоответствия между уровнем учебной деятельности, который задается программой, и реальными возможностями каждого ученика. Э. Г. Азимов, А. Н. Шукин. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам). – М.: Издательство ИКАР, 2009.</p>	<p>- принцип педагогики; подход к обучаемому с учётом конкретных индивидуальных его особенностей. Учёт личностных особенностей поднимает индивидуальный подход до уровня личностно-деятельностного подхода как принципа педагогики и методики. Э. Г. Азимов, А. Н. Шукин. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам). – М.: Издательство ИКАР, 2009.</p>
<p>- организация учебного процесса с учётом индивидуальных особенностей учащихся; позволяет создать оптимальные условия для реализации потенциальных возможностей каждого ученика. И. о. осуществляется в условиях коллективной учебной работы в рамках общих задач и содержания обучения. Российская педагогическая энциклопедия / Под ред. В. Г. Панова. – М.: «Большая Российская Энциклопедия», 1993</p>	<p>- осуществление педагогического процесса с учётом индивидуальных особенностей учащихся (темперамента и характера, способностей и склонностей, мотивов и интересов, и др.), в значительной степени влияющих на их поведение в различных жизненных ситуациях. Суть И.п. составляет гибкое использование педагогом различных форм и методов воспитательного воздействия с целью достижения оптимальных результатов учебно-воспитательного процесса по отношению к каждому ребёнку. И.п. может применяться для поощрения или подавления тех или иных особенностей поведения и свойств личности конкретного ребёнка. Российская педагогическая энциклопедия / Под ред. В. Г. Панова. – М.: «Большая Российская Энциклопедия», 1993.</p>
<p>- комплекс педагогических и психологических приемов воздействия на учащегося, которые реализуют его потребность ощущать себя в центре внимания; один из дидактических принципов, предусматривающий такую организацию учебного процесса, при которой учитываются индивидуальные особенности учащихся, их <u>социальный</u> и учебный <u>опыт</u>, а также уровень интеллектуального развития, познавательные интересы, <u>социальный статус</u>, режим жизнедеятельности и др. факторы, оказывающие <u>влияние</u> на успешность обучения. Профессиональное образование. Словарь. Ключевые понятия, термины, актуальная лексика / С.М. Вишнякова. – М.: НМЦ СПО, 1999.</p>	<p>- (англ. <i>individual approach</i>) – важный психолого-педагогический принцип, согласно которому в учебно-воспитательной работе с детьми учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка. И. п. в воспитании необходим в 2 отношениях: 1) он обеспечивает индивидуальное своеобразие в развитии детей, дает возможность максимального развития всех имеющихся у ребенка способностей; 2) без учета индивидуальных особенностей ребенка педагогическое воздействие может оказать на него совсем не то влияние, на которое оно было рассчитано. Сущность И. п. в воспитании заключается в том, что общие цели воспитания конкретизируются в соответствии не только с возрастными, но и с индивидуальными особенностями. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.</p>
<p>- один из компонентов педагогического принципа природосообразности, учитывающий возрастные и индивидуальные особенности учащихся, их интересы, склонности, способности. М.Ю. Олешков, В.М. Уваров. Современный образовательный процесс: основные понятия и термины. – М.: Компания Спутник+, 2006.</p>	<p>- это дидактическое положение, одно из двух взаимосвязанных сторон принципа коллективного характера обучения и учёта индивидуальных особенностей учащихся. Рабунский Е.С. Индивидуальный подход в процессе обучения школьников : (На основе анализа их самостоят. учеб. деятельности) / Е.С. Рабунский. – М.: Педагогика, 1975. – 182 с.</p>

Следует уточнить, что подобное толкование требует ответа на следующие вопросы:

- а) какие индивидуальные особенности необходимо учитывать в процессе обучения и
- б) идентичны ли они для учащихся разных возрастных групп?

Как известно, индивидуальных особенностей у личности чрезвычайно много и никакая их совокупность не может быть достаточной. Вместе с тем, на практике необходимо учитывать только те особенности, которые наиболее востребованы и значимы в процессе обучения.

Воспитание физических качеств является не менее существенной стороной физического воспитания. Целенаправленное управление развитием силы, быстроты, выносливости и т.д. затрагивает комплекс естественных психофизиологических свойств организма и, тем самым, обуславливает количественные и качественные изменения его функциональных возможностей.

Цель исследования заключалась в применении на практике индивидуального подхода к организации педагогического процесса по физическому воспитанию девиантных подростков.

Термин «индивидуальный подход» обозначает дидактический принцип обучения и воспитания как один из важнейших принципов в общей и специальной педагогике. Как правомерно считают исследователи этого феномена, его сущность заключается в учете индивидуальных особенностей учащихся в учебном процессе с целью активного управления ходом развития их умственных и физических возможностей и предполагает всестороннее изучение учащихся и разработку соответствующих мер педагогического воздействия с учётом выявленных особенностей (М.А. Данилов, Ю.К. Бабанский, И.Я. Лернер, Д.О. Лордкипанидзе, А.М. Матюшкин, М.И. Махмутов, М.Н. Скаткин, В.Ф. Шаталов, Б.П. Есипов и др.).

В русле нашего исследования следует подчеркнуть, что дидактика решает основные задачи: отвечает на вопросы, зачем, чему и как необходимо обучать; описывает и объясняет процесс и условия обучения; исследует сущность, закономерности и принципы обучения в связи с воспитанием и образованием учащихся, их творческой самореализацией и развитием способностей;

Таким образом, школьному педагогу, в том числе учителю физической культуры, спортивному тренеру, руководителю спортивной секции или кружка необходимо знать индивидуальные особенности обучающихся и основные принципы изучения индивидуальных особенностей для того, чтобы организовывать работу с этими подростками, выстраивать индивидуальный стиль общения и особый подход к ним.

В соответствии с **Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования**, утверждённым приказом Министерства образования и науки

РФ от 17.05.2012 №413 (с изменениями и дополнениями от 27.12.2023 № 1028) целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Педагогический коллектив школы должен понимать и осознавать, что применение в условиях образовательной организации личностно-деятельностного подхода, согласно которому личность каждого школьника представляет собой индивидуальную неповторимость, проявляющуюся и развивающуюся при создании определенных условий в деятельности, в ходе коллективной и индивидуальной формах учебной работы и является для них одной из важнейших задач. Во-вторых, личность подростка должна выступать не только в виде объекта педагогического воздействия, но и одновременно в роли субъекта обучения, активно участвующего в процессе овладения учебной информацией, формирования необходимых умений и навыков.

Эффективность усвоения школьниками учебного материала, прочность полученных знаний, уровень развития ребенка в целом, зависят не только от деятельности учителя, но и от возможностей и способностей самих учащихся. Перед педагогом стоит задача – создать такие психолого-педагогические и дидактические условия, при которых стало бы возможным использование потенциала каждого ребенка в процессе обучения. Решение данной задачи связано с применением индивидуальных форм работы, в том числе на уроках физической культуры.

Учёными в области анатомии и физиологии доказано, что двигательная активность школьников при переходе из класса в класс уменьшается. Поэтому очень важно обеспечить детям в соответствии с их возрастными особенностями и состоянием здоровья достаточный объем суточной двигательной деятельности.

На наш взгляд, использование индивидуального подхода в процессе физического воспитания позволит решить основную цель педагогического процесса по физической культуре – формирование личности, выработку таких нравственных позиций, установок в отношении обучения предстоящей профессии, как активность, самостоятельность, инициативность, которые обеспечат способность и готовность старшеклассника к дальнейшему жизненному пути.

Еще одной формой является физкультурно-оздоровительные мероприятия. К ним относится общая утренняя гимнастика, способствующая организованному началу учебного дня, улучшению настроения, повышению работоспособности школьников на уроках [2].

Исследователь Ирина Анатольевна Чаленко в своем пособии «Современные уроки физкультуры в начальной школе» описывает сценарии спортивно-оздоровительных мероприятий для внеклассной работы, в том числе «Праздник спортивный», эстафета, игры спортивные, представила режим дня младшего подростка, описав его психолого-педагогические особенности [19].

Цель таких форм – выявлять детей, имеющих способности к занятию определенными видами спорта; удовлетворять интересы школьников к занятиям массовыми видами спорта; обеспечивать здоровый, активный отдых. Перечисленные формы будут наиболее эффективны при использовании принципа индивидуализации. Индивидуализация заключается в осуществлении персонального подхода к каждому учащемуся в процессе обучения и воспитания [19].

В настоящее время многие дети имеют либо освобождение от занятий по физической культуре, либо ограничения в физической нагрузке. Организуя работу с такими детьми на уроках физкультуры, педагог использует индивидуальные формы работы. Такие формы позволяют школьнику ощутить свою значимость, удовлетворить потребности в физическом развитии, усвоить знания в индивидуальном темпе и объеме.

Индивидуальный подход на уроках тесно связан с методикой проведения занятий. Поэтому учителю физической культуры, важно проектировать свою работу, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей, и проводить обучение так, чтобы приобретение знаний, умений и навыков стало для них потребностью, приносило радость и внутреннее удовлетворение [1; 2; 4; 6].

Многие школьники по состоянию здоровья отнесены к подготовительной медицинской группе и нуждаются в постоянном контроле. Следует отметить, что к индивидуальным формам работы со школьниками, освобожденными от занятий физкультурой, относятся [9]:

- работа с учебниками по предмету на уроке;
- составление индивидуального комплекса утренней гимнастики;
- работа с карточками;
- выборочный контроль;
- блиц-контроль.

Интерес к физической культуре и спорту представляет специфическую характеристику направленности личности, определяющую осознанное устойчивое активное отношение к деятельности в области физической культуры и спорта для удовлетворения личностно-значимых потребностей. На возникновение, развитие и формирование интереса к физической культуре и спорту оказывают существенное влияние, с одной стороны, внутренние,

природные склонности и способности, с другой – ряд внешних факторов, образующих социальную ситуацию развития [10, с. 47-53].

Взаимодействие внутренних и внешних факторов осуществляется через включение школьников в различные виды физкультурно-спортивной деятельности, которая приводит к эмоциональному переживанию чувства удовлетворения от процесса и достигаемых результатов занятий физической культурой и спортом [20, с. 324-327].

В последнее десятилетие личностными факторами возникновения и развития мотивации занятий физической культурой и спортом выступают мотивы:

1 внутренние процессуальные мотивы:

- двигательная активность,
- стремление к соревнованию,
- потребность в предельных физических усилиях;

2 внутренние результативные мотивы:

- испытание собственных физических и психологических возможностей,
- стремление стать сильным и здоровым,
- совершенствование физических способностей,
- социальное самоутверждение,
- достижение успеха в спорте,
- подготовка к профессиональной деятельности;

3 внешние по отношению к данному виду деятельности мотивы:

- долженствования,
- избегания наказания,
- поощрения).

Приводим собственный анализ индивидуального подхода на занятиях физкультурой в МБОУ «Центр образования Вектор» города Владивостока Приморского края. Нами была разработана форма для учителей физической культуры и педагогов в качестве инструмента индивидуального подхода к школьникам на учебных занятиях физкультурой и спортивных секциях (рисунок 1). Форма представляет собой бланк, содержащий перечень вопросов, на которые школьники должны дать ответы («Билет юного спортсмена»). Вопросы направлены на изучение особенностей здоровья и образа жизни обучающихся. Этот бланк должен заполнить каждый школьник, что предоставляет возможность учителю физической культуры или тренеру составить общую картину его здоровья, предпочтений в выборе видов спорта на занятиях физкультурой.

БИЛЕТ ЮНОГО СПОРТСМЕНА	
Дата заполнения	_____
Класс	_____
Фамилия И. О.	_____
Дата рождения	_____
Пол	_____
Адрес проживания	_____
Телефон	_____
Режим питания	_____
Болезни, операции, травмы	_____
Занимался видами спорта	_____
Рост	_____
Вес	_____
Желает заниматься видами спорта	_____

Рисунок 1 – Форма «Билет юного спортсмена»

Опрос подростков проводится с целью сбора информации для учителя физкультуры и тренера. Изучив и проанализировав полученную в ходе опроса школьников информацию, он сможет определить, основываясь на данных о поле, пищевом режиме, перенесенных старшим подростком болезнях, травмах, операциях, наличии вредных привычек, весе, росте и др., более эффективный подход к обучающимся на занятиях физической культурой и спортом. В соответствии с индивидуальными характеристиками здоровья, в том числе лишним весом, проблемами с легкими и др., учитель, тренер составляет индивидуальную программу занятий для каждого подростка, в том числе и с девиантным поведением.

Также важно получить от школьника правдивую информацию об употреблении им алкоголя и табака. Немаловажно учитывать условия проживания подростка в семье, возможную его подработку в сети быстрого питания, сервиса и т.п., которые он испытывает вне школы, играют значительную роль в его выносливости.

Большинство участников опроса (64%, или 29 школьников) уверены, что имеющихся на сегодняшний день спортивных секций и кружков достаточно («легкая атлетика», «американский футбол», «баскетбол», «настольный теннис», «бадминтон», «дзюдо», «дартс», «шахматы», «шашки»), В то же время 29% респондентов (13 человек) сочли количество таких секций и кружков недостаточным, а 3 подростка (7%) затруднились ответить на этот вопрос (рисунок 2).

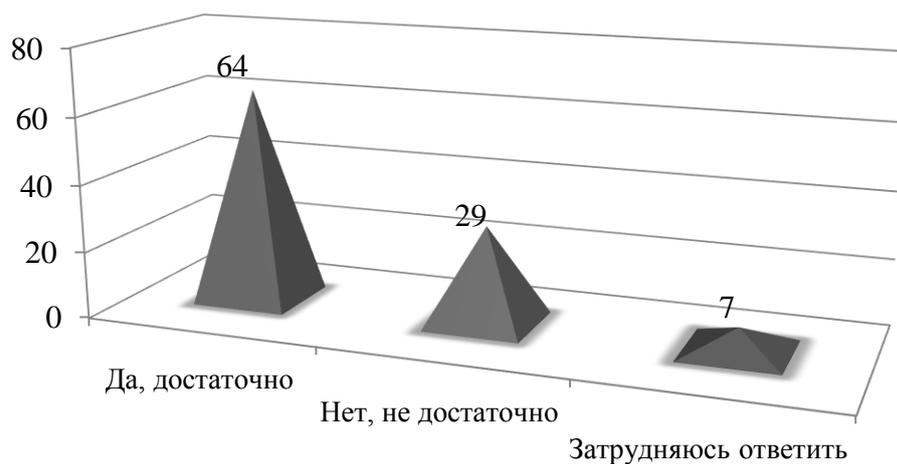


Рисунок 2 – Распределение ответов на первый вопрос анкеты о достаточности или недостаточности спортивных секций и кружков в школе, %

Распределение 45 ответов школьников на вопрос анкеты о предпочтительном выборе школьниками спортивных секций и кружков в МБОУ города Владивостока представлено на рисунке 3.

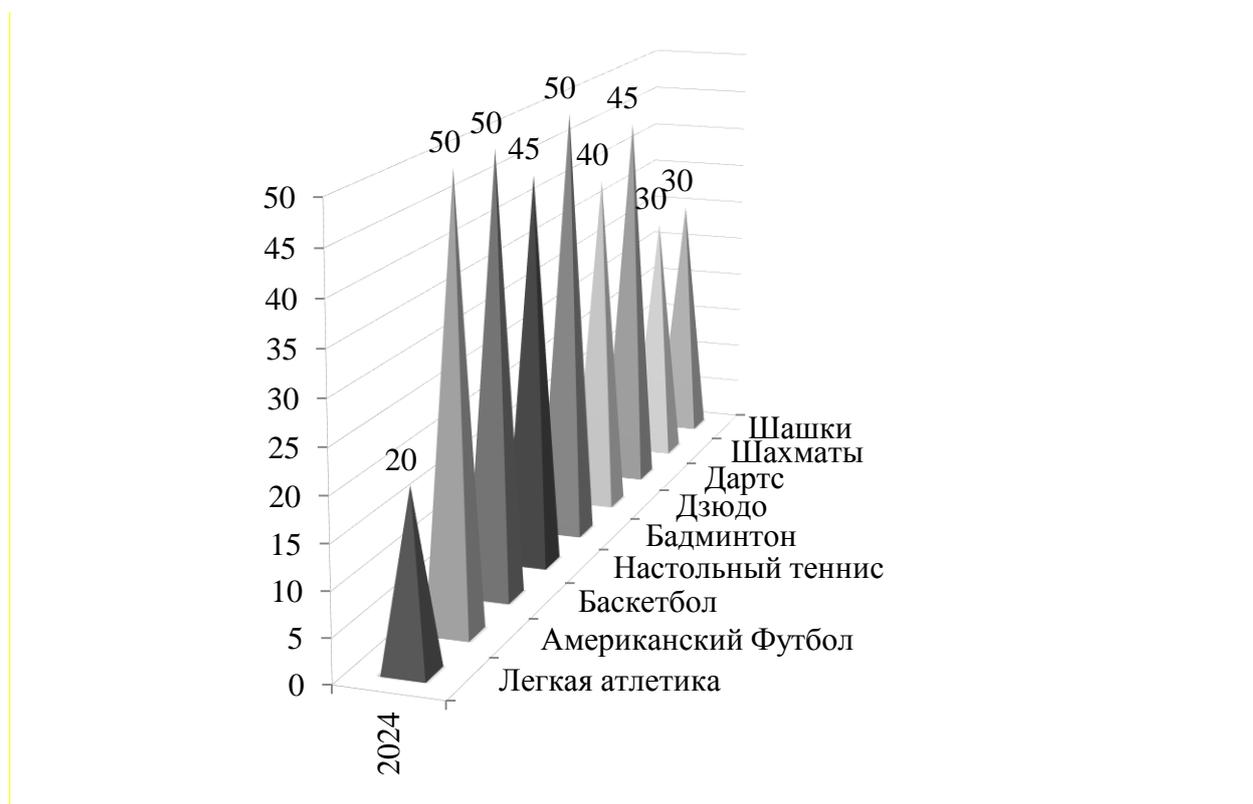


Рис. 3. Распределение ответов школьников на пятый вопрос анкеты о предпочтительном выборе школьниками спортивных секций и кружков, %

В данном случае особый интерес среди школьников вызвали американский футбол и баскетбол (по 50%, или по 22 человек). На втором месте по популярности оказались «дартс» и «настольный теннис» (45%, или по 20 человек), на третьем – «дзюдо» (40% – 18 чел.).

Меньше всего внимания со стороны респондентов привлекла «легкая атлетика» (20%, или 9 чел.).

Далее нами использовалась анкета, при помощи которой, можно было выявить отношение школьников к уроку физической культуры и спорта. Составление вопросов анкеты осуществлялось с целью определения уровня интереса учащихся к уроку физической культуры и спорту.

Первый блок вопросов (1-4) – общие, направленные на выяснения отношения учащихся к уроку физической культуры, к занятиям спортом, к участию в спортивных соревнованиях. Так же эти вопросы позволили выявить занятость учащихся в спортивных секциях и определить тех, кто занимается физическими упражнениями вне школы.

Следующий блок вопросов (5-8) направлены на выяснение отношения учащихся к уроку физической культуры: к поручениям учителя, нарушению дисциплины со стороны одноклассников, так и на то, чтобы выяснить считают ли они урок физической культуры таким же важным, как и остальные уроки.

Анкета

1. Как ты относишься к физической культуре и спорту?
2. Как ты оцениваешь уроки физической культуры?
3. Оцени влияние занятий физическими упражнениями на твою учебную деятельность в школе.
4. Участвуешь ли ты в спортивной подготовке и сдаче ГТО?
5. Какую форму физкультурных занятий или участие в спортивных секциях и кружках ты предпочитаешь?
6. Выполнение каких упражнений тебе доставляет наибольшее удовольствие?
7. Какой уровень твоей физической подготовки тебя устраивает?
8. Назови новые физические упражнения, которые ты выполнял бы с удовольствием?

Главная наша задача состояла в проведении анкетирования на предмет мотивации школьников к урокам физической культуры:

1. Каково Ваше отношение к урокам физической культуры?
2. Почему Вы посещаете уроки физической культуры?
3. Кто и что, на Ваш взгляд может повлиять на формирование интереса к занятиям физической культурой?
4. Что не устраивает Вас или Ваших одноклассников на уроках физической культуры или на занятиях в спортивных секциях и кружках?
5. Почему на уроке неинтересно?

Можно выделить следующие причины падения интереса учащихся к уроку физической культуры: скучные, повторяющиеся задания, много групповых упражнений, высокие нормативы, соревнования и другие способы определения победителей, низкий уровень активности на уроках, плохое оборудование и т.д.

Школьная практика свидетельствует, что перед учителем физической культуры стоит задача обеспечить высокий уровень активности учащихся на занятиях, разнообразить средства и методы проведения урока, используя для формирования двигательных умений и навыков, развития физических качеств разнообразные и меняющиеся физические упражнения. К сожалению, школьные программы по физическому воспитанию составлены таким образом, что ежегодно применяется один перечень видов спорта, что снижает интерес школьников к занятиям физической культурой (таблица 2).

Таблица 2 – Проявление интереса школьников к уроку физической культуры в МБОУ «Центр образования Вектор» города Владивостока

Интерес к уроку физической культуры	7 классы	9 классы	10 классы
Потребности в двигательной активности: ритм жизни	60%	47%	25%
Во всём нужна сноровка – закалка, тренировка	51%	49%	37%
Правильная осанка и дыхание – успех твоего роста	57%	53%	24%
Проверить свои силы и возможности через спортивные соревнования	53%	44%	21%

Нами в период весеннего и осеннего сезона измерялся контрольный уровень физической подготовленности школьников по следующим направлениям: прыжок в длину толчком двумя с места (см), подтягивания на перекладине (кол-во раз), бег 30 метров (сек), челночный бег 3 x 10 м, наклоны туловища вперёд из положения сидя (см), 6 минутный бег (м), исходя из перечня нормативов ГТО.

Можно привести пример работы учителя физической культуры, тренера секции дзюдо Валентина Павловича Р. Учитывая возрастные, типовые и индивидуальные особенности детей, он проводит обучение так, чтобы приобретение знаний, умений и навыков стало для детей всех уровней потребностью, приносило радость и внутреннее удовлетворение. Он считает, что добиться этого, ему поможет использование индивидуально-личностного

подхода к каждому подростку, что очень важно для повышения их успеваемости и мотивации к занятиям физкультурой и спортом.

Цель, которую поставил Валентин Павлович Р. перед собой – это развитие физических качеств с учетом индивидуальных особенностей обучающихся с проблемами девиантного поведения.

Основные задачи:

1. Выявить проблемы и пути их решения.
2. Определить уровень обученности и индивидуальные особенности старших школьников.
3. Подобрать методику для проведения занятий с учетом индивидуальных особенностей подростков.
4. Применить данную методику на практике с возможной корректировкой, исходя из результатов тестирования.
5. Дать оценку эффективности использования индивидуального подхода на уроках физической культуры.

Естественно, возникает вопрос: как привлечь подростка (особенно с девиантным поведением) к занятию спортом? В первую очередь, необходимо сделать уроки физической культуры интересными и познавательными. Добиться этого можно – лишь тщательно подготавливаясь к каждому уроку и индивидуально подходя к каждому обучающемуся. Учителю физической культуры необходимо планировать работу, учитывая возрастные, и индивидуальные особенности детей, и проводить обучение так, чтобы оно стало для них потребностью и приносило внутреннее удовлетворение.

В своей спортивно-педагогической работе вышеназванный учитель использует несколько методов организации деятельности учащихся на уроке физической культуры. Это:

1. Когда при фронтальном способе упражнения выполняются всеми учащимися класса или группы (команды) одновременно по звучанию судейского свистка. Этот способ применяется при выполнении строевых, общеразвивающих упражнений, а также упражнений в ходьбе, беге и т.п.; в этом способе для каждого учащегося подбирается своя дозировка упражнения
2. При использовании группового способа упражнения выполняются одновременно несколькими группами учащихся; в этом случае каждая группа комплектуется по схожим уровням физической подготовки, но и в группах есть индивидуальные задания, которые предусматривают и повышенные, и пониженные уровни заданий.
3. Индивидуальный способ, при котором отдельные ученики, получив задание, самостоятельно выполняют его. Обычно такие задания дают отстающим в овладении тем или

иным упражнением или, наоборот, сильнейшим, которые занимаются в спортивной секции, и имеют более высокий уровень физической подготовки. В этом случае учителю приходится контролировать выполнение заданий.

Доказано, что индивидуальный подход к учащимся осуществляется и при фронтальном, поточном, групповом методах. Например, при челночном беге, в зависимости от подготовки школьникам предлагаются различные места старта, но при общем финише, после первого забега ученики сами корректируют длину своей дистанции, добиваясь того чтобы упражнение выполнялось в полную силу и стремятся чтобы финиш был вместе с сильными учениками.

При дозировании заданий по трудности вышеназванный учитель использует три способа:

1. Указывает степень трудности, и педагог выбирает для каждого ученика посильный вариант.
2. Указывает степень трудности, но учащиеся сами (индивидуально) выбирают себе задания.
3. Ученики сами оценивают трудность и выбирают себе задание.

Когда школьники достаточно хорошо освоили материал, учитель строит занятия в группах в основной части урока по методу круговой тренировки. Это позволяет ему повысить эффективность урока, а также дает учителю возможность видеть работу всех учащихся, контролировать их действия, давать консультации и своевременно оказывать индивидуальную помощь.

В результате использования данной технологии вырос уровень общей физической подготовленности учащихся, а также повысился интерес к подвижным и спортивным играм, дети стали активно участвовать в спортивных соревнованиях.

К примеру, Р. Валентином Павловичем были проведены специальные тесты на выявление уровня силовых способностей, для чего обучающиеся обеих групп выполняли подтягивания на перекладине в висе. Силу рук и грудных мышц выявляли с помощью сгибания-разгибания рук в упоре лежа на спортивных ковриках. Силу мышц брюшного пресса выявили с помощью упражнения подъема туловища из положения лежа. Для определения скоростно-силовых способностей были выполнены прыжки в длину с места.

Таким образом, результаты диагностического исследования показали, что большинству старшеклассников интересно посещать уроки физкультуры, они огорчаются, если их по каким-то причинам отменяют. Данный интерес обусловлен в основном тем обстоятельством, что педагог в своей работе использует индивидуальные формы работы, что позволяет задействовать всех учащихся, даже тех, кто освобожден от уроков физической культуры.

Резюмируя вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что в индивидуальном подходе нуждается каждый ребёнок, ибо это непереносимое условие и предпосылка формирования гармонично и всесторонне развитой личности. Индивидуальный подход требует изучения личности учащихся, выявления их особенностей. Осуществление индивидуального подхода позволяет достичь отличных результатов в обучении и воспитании. При индивидуализации обучения каждый ученик получает максимальные по его способностям знания, стремится к систематическим занятиям физической культурой. Наилучший результат получается тогда, когда опираешься на успех ученика. В каждом ребёнке есть способности. Задача учителя их найти и развить в соответствии с возможностями.

Индивидуальный подход учителя или тренера к старшим подросткам с проблемами девиантного поведения позволяет создать условия для улучшения системы физического воспитания в школе.

Список источников

1. Акимов, Л.И. Эффективность индивидуального подхода, осуществляемого на уроках физического воспитания путем комплексного руководства: автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.03 / Л.И. Акимов. – Л., 1962. – 18 с. – Текст: непосредственный.
2. Акимова, М.К. Индивидуальность учащегося и индивидуальный подход / М.К. Акимова, В. Т. Козлова. – М. : Знание, 1992. – Текст: непосредственный.
3. Бацина, О.Н. Формирование культуры здоровья девушек старшеклассниц в системе физического воспитания: автореф. дис...канд. пед. наук : 13.00.04 / О.Н. Бацина, – Малаховка, 2007. – С.5-9. – Текст: непосредственный.
4. Буховцева, О.В. Принцип индивидуализации в физическом воспитании школьников / О.В. Буховцева, К.М. Тузикова. – Текст: электронный // Постулат. – 2017. – №11. – ISSN 2414-4487. – URL: <https://e-postulat.ru/index.php/Postulat/article/view/912>
5. Зайцева В.В. Методология индивидуального подхода в оздоровительной физической культуре на основе современных информационных технологий: автореф. дис. д-ра пед. наук / В.В. Зайцева. – М., 2005. – 47 с. – Текст: непосредственный.
6. Каримов, А.Х. Индивидуальный подход на занятиях по физической культуре / А.Х. Каримов. – Текст : электронный // Молодой ученый. – 2016. – № 7 (111). – С. 633-634. – URL: <https://moluch.ru/archive/111/26948>
7. Кирсанов, А.А. Индивидуальный подход к учащимся в обучении : учебное пособие / А.А. Кирсанов. – Казань: Изд-во КГПИ, 1978. – 112 с. – Текст: непосредственный.
8. Комков, А.Г. Здоровье и поведение российских школьников. Отчет -2003: Национальные региональные особенности / А.Г. Комков Л.И. Лубышева, А.В. Малинин, В.Н. Утенко. – СПб.: НИИФК, 2004. – С. 57-61. – Текст: непосредственный.

9. Кузнецов, В.С. Физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: НЦ ЭНАС, 2013. – 159 с. – Текст: непосредственный.
10. Миронова, М.Д. Индивидуальный подход и модульное обучение: проблемы теории и практики / М.Д. Миронова. – М.: Библио-Глобус, 2016. – 172 с. – ISBN: 978-5-9909097-6-2 – doi: 10.18334/9785990909762. – Текст: непосредственный.
11. Орлова, Ю.В. Индивидуально-дифференцированный подход к учащимся при формировании лексических понятий : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. – Текст : электронный // Юлия Владимировна Орлова. – Казань, 2001. – 267 с. – URL: <https://www.dissercat.com/content/individualno-differentsirovannyi-podkhod-k-uchashchimsya-pri-formirovanii-leksicheskikh-pony>
12. Осипов, П.Н. А.А. Кирсанов как исследователь проблемы индивидуализации обучения / П.Н. Осипов. – Текст : электронный // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2023. – № 4. – С.123-128. – URL: <https://medbiosci.ru/1812-0547/article/view/261565/240328>
13. Рабунский, Е.С. Индивидуальный подход в процессе обучения школьников: (На основе анализа их самостоят. учеб. деятельности) / Е.С. Рабунский. – М.: Педагогика, 1975. – 182 с. – Текст: непосредственный.
14. Рабунский, Е.С. Теория и практика реализации индивидуального подхода к школьникам в обучении : автореферат дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01 / Е.С. Рабунский; Моск. гос. пед. ин-т им. В. И. Ленина. – Москва, 1989. – 32 с. – Текст: непосредственный.
15. Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта приоритетное направление социальной политики государства / П.А. Рожков. – Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 1. – С. 2-8.
16. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: учеб. пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – С. 143-169. – Текст: непосредственный.
17. Унт, И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения / Инге Унт. – Москва : Педагогика, 1990. – 188,[3] с. – Текст: непосредственный.
18. Физическое развитие и здоровье подростка // Физическая культура в школе. – 2014. – №5. – С. 14-20.
19. Чаленко, И.А. Современные уроки физкультуры в начальной школе : методический материал / И.А. Чаленко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 255 с. – Текст: непосредственный.

20. Юречко, О.В. Физическое развитие и физическая подготовленность в системе мониторинга состояния физического здоровья школьников / О.В. Юречко. – Текст: непосредственный // Фундаментальные исследования. – 2012. – № 3-2. – С. 324-327.

Статья поступила в редакцию 18.12.2025;
одобрена после рецензирования 26.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 373

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Кузнецова Анна Алексеевна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, fet22@list.ru.

Аннотация. В статье рассматриваются ключевые психолого-педагогические условия, необходимые для эффективного развития творческого потенциала учащихся на уроках изобразительного искусства. Анализируются роль педагога, значение эмоциональной атмосферы, методы стимулирования воображения и подходы к организации учебной деятельности.

Ключевые слова: творческие способности, изобразительное искусство, психолого-педагогические условия, креативность, художественное образование, развивающая среда, мотивация

Урок изобразительного искусства в современной школе – это не просто учебный час, отведённый для обучения рисованию. Это уникальное пространство, где формируется творческая личность, способная к нестандартному мышлению, эмоциональному самовыражению и эстетическому восприятию мира. Однако сам по себе предмет не гарантирует раскрытия творческого потенциала. Для этого необходимо целенаправленное создание специальных психолого-педагогических условий, которые составляют основу эффективной работы педагога.

Задача учителя ИЗО - создать среду, где эти качества могут быть востребованы и развиты.

Психолого-педагогические условия развития творческих способностей учащихся - это составные части или конкретные характеристики среды, внешние факторы и обстоятельства, под влиянием которых происходит процесс формирования и развития личности учащегося

Тему психолого-педагогических условий развития творческих способностей учащихся 5-х классов изучали разные учёные, среди них:

Степанова Любовь Владимировна - автор диссертации на тему «Развитие творческой самостоятельности учащихся 5–6 классов в процессе домашней учебной работы» (Якутск, 1999).

О. С. Михайлова - автор научной статьи «Педагогические условия творческой самореализации учащихся 5–7-х классов на уроках изобразительного искусства». В работе выявлены оптимальные педагогические условия, способствующие развитию способностей личности подростка к самореализации [8].

А. В. Князева - автор выпускной квалификационной работы магистра «Развитие творческих способностей у учащихся пятых классов на уроках изобразительного искусства в условиях инклюзии» [6].

И. И. Соколов, П. А. Знаменский, Е. Н. Горячкин, С. И. Иванов - известные советские методисты, которые уделяли внимание развитию творческих способностей как составной части проблемы развития мышления учащихся в процессе обучения [4].

Г. С. Альтшуллер, Д. Б. Богоявленская, А. М. Матюшкин, А. А. Мелик-Пашаев, С. Л. Рубинштейн - отечественные учёные, которые рассматривали влияние деятельности на раскрытие творческого потенциала [2].

А. Анастаси, Дж. Гилфорд, Э. П. Торренс - зарубежные учёные, которые обращались к проблеме креативности в своих исследованиях [13].

А. О. Ашанин считает, что психолого-педагогические условия в образовании - это комплекс мер, направленный на развитие субъектных качеств личности и их гармонизацию. При этом важно учитывать индивидуальные особенности каждого школьника и использовать наиболее эффективные приёмы и методы работы в различных условиях учебно-воспитательного процесса [1].

По мнению В. П. Беспалько и Ю. Г. Татур [3], психолого-педагогические условия представляют собой определённые факторы, созданные в образовательной среде для эффективного обучения и развития личности, такие как квалификация и профессионализм педагогов, доступность и качество учебных материалов, организация пространственной среды, социальная и психологическая атмосфера. Создание оптимальных психолого-педагогических условий является ключевым фактором для успешного обучения и развития личности в образовательном процессе.

По мнению Ю. Я. Веретельникова [5] отмечает, что психолого-педагогические условия - это количественные и качественные характеристики процессов и явлений в образовательной среде, которые определяют как качество организации деятельности обучающегося, так и его целевую направленность.

Н. В. Журавская, А. В. Круглый, А. В. Лысенко, А. О. Малыхин отмечают, что психолого-педагогические условия - это условия, обеспечивающие педагогическое воздействие педагога на обучающегося, призванное повысить эффективность образовательного процесса. При этом условия направлены на развитие личности субъектов педагогического процесса (педагога, воспитанника и других участников) [14].

По мнению Ч. И. Низамова и С. Г. Добротворской [9], педагогические условия делятся на три типа: организационные, психолого-педагогические и дидактические.

Организационно-педагогические условия - это совокупность факторов, которые позволяющих решить образовательные задачи. К ним относят, например, материальные возможности образовательного учреждения, организационные формы и взаимодействие между обучающим и обучающимися. Главная функция таких условий - управление процессуальным аспектом педагогического процесса [14].

Психолого-педагогические условия - это условия, обеспечивающие педагогическое воздействие педагога на обучающегося, призванные повысить эффективность образовательного процесса. Такие условия направлены на развитие личностного аспекта педагогической системы, то есть связаны с преобразованием конкретных характеристик личности [14].

Дидактические условия - это целенаправленный отбор содержания, методов и организационных форм обучения для достижения образовательных задач. Основная функция таких условий — компоновка содержания и его реализация в определённой форме с применением эффективных методов, приёмов и средств [14].

Хмелькова О. В. [15] выделяет следующие компоненты психолого-педагогических условий:

Выявление и учёт индивидуальных особенностей ребёнка. Коррекционно-развивающая направленность всего образовательного процесса.

Применение современных образовательных технологий. Создание комфортного социально-психологического климата.

Здоровьесберегающие условия: сохранение физического и психического здоровья, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм, профилактика перегрузок обучающихся.

Специализированные условия: учёт особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья, дифференциация и индивидуализация обучения, комплексное коррекционно-развивающее воздействие.

Когнитивный компонент: положительное отношение к учебному процессу, продуктивность деятельности, объём личностных, предметных и метапредметных результатов обучения.

Поведенческий (межличностный) компонент: соответствие поведения ролевым ожиданиям общества, отсутствие конфликтов, социально одобряемая активность, степень интеграции личности с коллективом.

Дидактический компонент: деятельность в системе «ученик - учитель», стиль педагогической деятельности, профессиональная этика и т. д.

Требования [14] к психолого-педагогическим условиям в образовательном процессе следующие:

Признание и защита человеческого достоинства ребенка взрослыми, а также развитие и укрепление его позитивного самовосприятия себя, веры в свои силы и таланты.

Использование форм и методов работы, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.

Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.

Содействие взрослых в формировании у детей позитивных взаимоотношений и сотрудничества в различных занятиях.

Содействие развитию самостоятельности и инициативности детей в их собственных видах деятельности. Предоставление детям свободы выбора материалов, занятий, партнеров и способов коммуникации.

Защита детей от всех форм физического и психического насилия.

Содействие родителям (опекунам) в обеспечении благополучия детей, включая заботу об их здоровье и участие в образовательном процессе.

Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности.

Профессиональное развитие педагогов, направленное на повышение уровня их компетентности, совершенствование профессионализма, в особенности мастерства мотивирования ребёнка к деятельности.

Создание условий для детей с особыми образовательными потребностями (например, для детей с ОВЗ) - психолого-педагогическое сопровождение, организация инклюзивного образования.

Развитие творческих способностей - это комплексный процесс, требующий создания специальной среды. Психолого-педагогические условия - это именно те "кирпичики", из которых строится эта среда.

Выделяют следующие ключевые психолого-педагогические условия для развития творческих способностей [4]:

1. Благоприятный социально-психологический климат:

- Атмосфера доверия и психологической безопасности: отсутствие страха перед ошибкой, осуждением или насмешкой.

- Принятие и поддержка индивидуальности: уважение к уникальности каждого ученика, его точки зрения и способа выражения.

- Поощрение интеллектуального риска: создание ситуаций, где ценится не только правильный, но и оригинальный ответ, даже если он не вполне точен.

2. Содержательные и процессуальные условия, связанные с содержанием образования и организацией учебного процесса:

1) Проблематизация и создание "открытых" заданий: учебные задания должны быть сформулированы как проблемы, не имеющие единственно верного решения (так называемые задачи с открытым концом).

2) Использование эвристических методов и технологий: внедрение в практику конкретных методов активизации творческого мышления, такие как:

- мозговой штурм (А. Осборн);
- синектика (У. Гордон) – поиск аналогий;
- ТРИЗ - (теория решения изобретательских задач), Г.С. Альтшуллера - система для развития технического творчества;

- метод проектов.

3) Интеграция знаний и междисциплинарность: создание условий, при которых ученик видит связи между разными предметами и может переносить знания из одной области в другую.

3. Мотивационно-личностные условия - эти условия направлены на внутренний мир ученика.

- Формирование внутренней мотивации: смещение акцента с внешних наград (оценки, похвала) на интерес, любознательность и удовольствие от самого процесса творчества.

- Развитие познавательной самостоятельности: предоставление свободы в выборе тем, способов работы и решений.

- Ориентация на процесс, а не только на результат: ценность заключается не только в конечном продукте, но и в тех умственных усилиях, гипотезах и открытиях, которые были сделаны по пути.

4. Организационно-педагогические условия, касаются организации образовательной среды.

- Обогащённая предметно-пространственная среда: наличие разнообразных материалов, инструментов, информационных ресурсов, которые стимулируют исследовательскую и творческую активность.

- Гибкость и вариативность учебных программ: возможность включать в программу темы и проекты, инициированные самими учениками.

- Демократический стиль педагогического общения: учитель выступает в роли фасилитатора, наставника, который помогает, а не диктует.

5. Диагностико-коррекционные условия.

1) Использование креативных критериев оценки: оценка работ должна учитывать не только правильность, но и такие параметры, как:

- беглость (количество идей);
- гибкость (разнообразие идей);
- оригинальность (уникальность идеи);
- разработанность (детализация идеи).

2) Рефлексия творческого процесса: обучение учащихся анализировать свои собственные творческие возможности.

Вывод: Создание психолого-педагогических условий для развития творческих способностей — это целостная система, где атмосфера доверия, грамотно выстроенная деятельность, гибкая организация процесса и ориентация на индивидуальность сливаются воедино. Только в такой среде творческий потенциал личности может раскрыться в полной мере.

Специфика предмета изобразительного искусства несёт в себе возможности самореализации. Самореализация в процессе восприятия искусства или в процессе художественного творчества создаёт условия для реализации в чувственно-эмоциональной сфере, как бы погружая в мир художественных образов, созданных при помощи воображения и фантазии.

Большую часть времени на уроках изобразительного искусства уделяется практической работе с применением различных материалов и художественных техник. Это даёт возможность экспериментировать, предоставляется свободу выбора, что способствует художественно-психологическому раскрепощению ученика, высвобождая скрытые возможности фантазии.

Применение нетрадиционных техник рисования на уроках изобразительного искусства помогает развить творческие способности учеников, расширить их внутренний мир и индивидуальность. В процессе выполнения заданий ученики создают новые, оригинальные образы, идеи, представления, которые затем воплощаются в произведении. Нетрадиционные методы позволяют детям быть смелее на уроке, не бояться делать ошибки, экспериментировать, познавать материалы и творить. Ученики могут без особого труда создать свои собственные шедевры, а значит, у них появляется уверенность в своих силах и желание заниматься дальше. Ученики учатся работать с разнообразным материалом,

развивают чувство композиции, ритма, колорита, световосприятия, фактурности и объёмности.

Использование нетрадиционных техник способствует обучению представлять и изображать внутренний мир.

Применение индивидуального подхода на занятиях изобразительного искусства позволяет учитывать личностные особенности каждого ребёнка, так как процесс творческой самореализации обусловлен ими.

Применение коллективной деятельности на занятиях изобразительного искусства по принципу игры, сказки, драматизации, сотворчества и т. д. способствует самореализации каждого учащегося в соответствии с его эмоционально-ценностными установками. Коллективная деятельность даёт возможность проявить себя, закрепить знания и умения, приобретённые ранее на уроках, а также способствовать развитию своего творчества. Коллективное творчество развивает у детей навыки сотрудничества, планирования и достижения общих целей, а также способствует формированию взаимопонимания и уважительного отношения к результатам труда других. Общий положительный результат даёт стимул для дальнейшего творчества и уверенность в своих силах. Работа в группах создаёт условия для развития интеллектуальных способностей детей и подростков [15].

По мнению исследователя Е. Л. Мельниковой [7], при работе в группах возможно создание проблемных ситуаций, что способствует развитию интеллектуальных способностей и эстетическому развитию школьников.

Применение рефлексии на уроках изобразительного искусства для оценки собственной деятельности, своих возможностей и способностей, учащихся выступает основанием для развития личностной полноценности и компетентности.

По Л. Б. Рыловой [11], проблемно-познавательная деятельность учащихся на уроках изобразительного искусства направлена на усвоение приёмов изобразительной деятельности, способов создания художественного образа и познание методов художественного творчества.

Таким образом, к важнейшим педагогическим условиям самореализации личности подростка в процессе изобразительной деятельности мы относим сочетание индивидуальной и коллективной организации обучения на уроках изобразительного искусства, широкое использование проблемного метода обучения, использование нетрадиционных техник рисования, что помогает ученикам раскрыть свой внутренний потенциал и проявить индивидуальность.

Развитие творческих способностей на уроках изобразительного искусства – это сложный, многогранный процесс, требующий от педагога не только профессиональных

знаний, но и глубокой психолого-педагогической компетентности. Создание атмосферы психологического комфорта, предоставление свободы выбора, стимулирование воображения и позиция учителя-фасилитатора являются теми ключевыми условиями, которые превращают стандартный урок в мастерскую по раскрытию и возвращению творческого "Я" каждого ребёнка. В конечном счёте, цель таких уроков – не воспитать всех художниками, а помочь каждому ученику стать творцом своей жизни, способным видеть красоту, мыслить гибко и смело воплощать свои идеи в жизнь.

Список источников

1. Ашанин А. О. Формирование социально-профессиональной компетентности будущего специалиста в процессе интеграции обучения и воспитания: дис. ... канд. пед. наук: / А. О. Ашанин. - М.: Казань, 2015. - 163 с. - Текст: непосредственный.
2. Богоявленская Д. Б. Психология творческих способностей / Д. Б. Богоявленская. - М.: Академия, 2002. - Текст: непосредственный.
3. Беспалько В. П. Системно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса подготовки специалистов / В. П. Беспалько, Ю. Г. Татур. - М.: Высшая школа, 1989. - 144 с. - Текст: непосредственный.
4. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. - М.: Просвещение, 1991. - Текст: непосредственный.
5. Веретельникова Ю. Я. Модель психолого-педагогических условий развития гуманитарных ценностей профессиональной культуры у студентов медицинского вуза / Ю. Я. Веретельникова. - Текст: непосредственный // Научные проблемы гуманитарных исследований. - 2011. - Вып. 7. - С. 100–108.
6. Князевой А. В. Развитие творческих способностей у учащихся пятых классов на уроках изобразительного искусства в условиях инклюзии / А. В. Князевой. - М.: Тюмень, 2020. - Текст: непосредственный.
7. Мельникова Е. Л. Проблемный урок, или как открывать знания с учениками/ Е. Л. Мельникова. - М.: Пособие учителя, 2002. - 168 с. - Текст: непосредственный.
8. Михайлова О. С. творческой самореализации учащихся 5-7-х классов на уроках изобразительного искусства / О. С. Михайлова. - Известия РГПУ им. А. И. Герцена. - 2008. - №82-2. - Текст: непосредственный.
9. Низамова Ч. И. Анализ и уточнение дефиниции и классификационных групп педагогических условий / Ч. И. Низамова, С. Г. Добротворская. - Текст: электронный // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. - 2019. - №4. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-i-utochnenie-definititsii-i-klassifikatsionnyh-grupp-pedagogicheskikh-usloviy>.

10. Роджерс, К. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс. - М.: Эксмо-Пресс, 2001. - Текст: непосредственный.
11. Рылова Л. Б. Проблемное обучение на уроках изобразительного искусства в общеобразовательной школе / Л. Б. Рылова. - М., 1984. - Текст: непосредственный.
12. Смирнова, А. В. Психолого-педагогическое сопровождение в условиях реализации ФГОС / А. В. Смирнова. — Текст : электронный // Молодой ученый. — 2024. — № 45 (544). — С. 129-131. — URL: <https://moluch.ru/archive/544/118965>
13. Туник Е.Е. Диагностика креативности Тест: Торренса Е. / Е.Е. Туник. - СПб.: ИМАТОН, 1998. - 171 с. - Текст: непосредственный.
14. Токарева О. А. Психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, испытывающих трудности в освоении основных образовательных программ: дис. ... канд. психол. наук : 5.3.4 / О. А. Токарева. - Кемерово, 2022. - 224 с. - Текст: непосредственный.
15. Хмелькова О. В. Структурные компоненты адаптационной готовности и психолого педагогические условия ее формирования: динамический аспект / О. В. Хмелькова. - Текст: электронный // Мир науки. - 2017. - Т. 5. - № 5. - С. 60. — URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_32306056_38700082.pdf.

Статья поступила в редакцию 22.12.2025;
одобрена после рецензирования 29.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 378.172

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Купряшкина Ольга Владимировна², Минка Ирина Николаевна¹

^{1,2}Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия,

¹olenka.ggj@gmail.com, ²MinkaIrina@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматривается роль физической культуры в формировании здорового образа жизни студенческой молодежи в контексте реализации национальных целей Российской Федерации до 2036 года. Особое внимание уделено проблемам снижения уровня физической активности, факторам, влияющим на формирование мотивации к занятиям спортом, и возможным путям их решения. Представлены современные подходы к организации физического воспитания в вузах, проанализировано влияние регулярных занятий физической культурой на физическое и психическое состояние студентов. Сделан акцент на значении системного подхода, сочетающего образовательные, воспитательные и социальные меры по укреплению здоровья молодежи.

Ключевые слова: физическая культура, здоровый образ жизни, студенческая молодежь, мотивация, физическая активность, социализация, образование, здоровье

В современной России формирование и поддержание здоровья населения выделено в число первостепенных государственных задач. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» прямо указывает на приоритеты, связанные с сохранением населения, укреплением здоровья и повышением благополучия людей; реализация этих целей предполагает системные меры в сфере образования и здравоохранения, в том числе ориентированные на молодое поколение граждан Российской Федерации. В этом контексте особое значение приобретает роль физической культуры в вузовской среде как системообразующего фактора, способствующего формированию здоровых поведенческих моделей у студентов и их жизненных ценностей [1; 2].

Переход к цифровой экономике, массовая компьютеризация обучения, возрастание объема информации и стрессовые факторы сделали актуальной проблему дефицита двигательной активности детей и молодежи. У студентов, находящихся в стадии становления жизненных привычек и профессиональных навыков, заметно снижается уровень регулярной физической нагрузки: это проявляется в растущей частоте жалоб на утомляемость, ухудшение осанки, снижении выносливости и изменениях метаболических показателей, нарушении здоровья [3]. Государственные и ведомственные программы уделяют внимание вовлечению студентов в систематические занятия физкультурой и спортом, что подтверждается нормативно-организационными документами и постоянном мониторингом в образовании и

спорте; одновременно сохраняется потребность в повышении эффективности этих мер на уровне вузов, ссузов и юношеских коллективов.

Не секрет, что регулярная двигательная активность стимулирует иммунную систему организма и запускает комплекс адаптационных механизмов, имеющих выраженный оздоровительный эффект [2]. На физиологическом уровне систематические аэробные и силовые нагрузки улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, оксигенацию крови, укрепляют опорно-двигательный аппарат (формируют мышечный корсет, способствуют коррекции нарушений осанки и снижению болей в позвоночнике и суставах), нормализуют обмен веществ (повышают чувствительность тканей к инсулину, способствуют контролю массы тела). На нервно-психологическом уровне физическая активность стимулирует ряд нейрохимических процессов: высвобождение эндорфинов, снижение кортизола и улучшение регуляции вегетативной нервной системы, что вызывает устойчивое снижение тревожности, улучшение качества сна и повышение когнитивных работоспособностей (внимание, память, скорость обработки информации). Эти механизмы особенно важны для студентов в период экзаменов и интенсивной интеллектуальной нагрузки. Важно подчеркнуть, что физиологический эффект напрямую зависит от регулярности, адекватности нагрузки и учёта индивидуальных особенностей обучаемого: программы, ориентированные на постепенное наращивание объёма и интенсивности тренировок, обеспечивают безопасную и устойчивую адаптацию.

Следует также отметить воспитательную и социальную функцию физической культуры. Так, при системной организации занятий физической культурой у обучающихся формируются волевые качества, такие как: дисциплина, настойчивость, самоконтроль, навыки целеполагания и ответственности за собственное состояние здоровья [4]. Совместная деятельность в спортивных секциях и клубах укрепляет командные навыки, учит культурному взаимодействию, конкуренции и взаимоуважению. Эти навыки транслируются в профессиональную и гражданскую сферы жизни молодых людей: умение работать в команде, готовность нести ответственность за результат, способность проявлять лидерские качества — всё это формируется в том числе в спортивной практике. Поэтому преподавание физической культуры должно выходить за рамки простого освоения двигательных навыков и включать воспитательные компоненты, моделирующие ценности здорового образа жизни.

Анализ причин, низкой мотивации студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом, показывает многофакторность явлений и широту проблемы. К ключевым факторам относятся: высокая учебная нагрузка и дефицит времени; недостаточная доступность удобных и современных спортивных пространств; недостаток информации о доступных форматах занятий; приоритеты досуга, ориентированные на цифровые

развлечения; а также внутренние барьеры — низкая личная мотивация, негативный прошлый опыт и сомнения в эффективности занятий. Кроме того, социально-культурные стереотипы относительно спорта, не учитывающие эстетические и оздоровительные формы, снижают привлекательность физической культуры для части студентов. При этом, формирования устойчивой мотивации требуется не только инфраструктурное обеспечение, но и целенаправленная мотивационная работа, учитывающая возрастные, социальные и психологические особенности студенческой аудитории.

Современные формы организации занятий и их преимущества. За последние годы университетская практика расширила спектр форм физического воспитания, что повышает адаптивность программ под запросы современной молодёжи. Среди наиболее востребованных форм — фитнес-программы, йога, пилатес, функциональные тренировки, танцевальные направления, аэробика и игровые виды спорта. Каждое из представленных направлений имеет свои преимущества: йога и стретчинг ориентированы на гибкость, гармонизацию психоэмоционального состояния и профилактику стрессовых расстройств; пилатес укрепляет мышечный корсет и способствует коррекции осанки; функциональные тренировки развивают общую физическую подготовку, силу и координацию; танцевальные направления усиливают мотивационный компонент за счёт эстетического удовлетворения и социальной интеграции. Такое разнообразие форм дает студенту возможность выбирать занятия, соответствующие личным интересам, уровню физической подготовленности и целям, что повышает вероятность долговременной приверженности активному образу жизни и достижения ощутимых резервов в улучшении внешнего вида и здоровья.

Таблица 1 – Виды физических тренировок: формы, преимущества и целевая направленность

Форма занятий	Основное преимущество	Целевая направленность
Йога	Снижение тревожности, улучшение гибкости	Психоэмоциональная регуляция
Пилатес	Укрепление мышц кора, коррекция осанки	Профилактика болевых синдромов
Функциональные тренировки	Развитие выносливости и силы, улучшение внешнего вида	Общая физическая подготовка
Танцевальные программы	Повышение мотивации, социальная активность, развитие координационных способностей	Эстетическое и социальное развитие
Аэробика / фитнес	Улучшение работы сердца, контроль веса	Оздоровительная цель

Для устойчивого повышения физической активности студентов необходимы педагогические технологии, сочетающие образовательный и мотивационный компоненты. Рекомендованные подходы специалистов включают: персонализацию программ — предоставление выбора и адаптации нагрузки; внедрение модульно-элективных курсов, позволяющих студентам формировать индивидуальную траекторию физического развития;

использование технологий наставничества (старшие студенты, тренеры); организация регулярных массовых кампаний и фестивалей здоровья; интеграция элементов цифровой мотивации (мобильные приложения, челленджи, трекинг прогресса). Важным является формирование системы поощрений — как нематериальных (сертификаты, признание в вузе), так и институциональных (зачёты, зачётные баллы, спортивные стипендии), что позволяет связать академическую и спортивную мотивацию [3].

Инфраструктурные и организационные условия. Эффективное внедрение предложенных мер требует наличия современной инфраструктуры: хорошо оснащённых спортивных залов, открытых площадок, бассейнов и доступных зон для неформального движения (воркаут-зоны, беговые дорожки). Однако инфраструктура сама по себе недостаточна: важно обеспечить гибкий график работы объектов, доступность инвентаря, квалифицированный педагогический состав и систему сопровождения студентов с особыми потребностями. В организационном плане вузам целесообразно выстраивать сеть студенческих спортивных клубов, кооперировать усилия с муниципальными спортивными центрами и включать в программу мероприятий сотрудничество с работодателями и общественными организациями, ориентированными на популяризацию здорового образа жизни.

Важно подчеркнуть, что двигательная активность является эффективным средством профилактики эмоционального выгорания и психоэмоциональных расстройств [5]. Регулярные занятия физической культурой и спортом у работающего населения, скорому снижению уровня хронического стресса, способствуют восстановлению ресурсов после интенсивной умственной деятельности и повышают устойчивость к неблагоприятным внешним воздействиям. Так, наиболее полезными признаны занятия с сочетанием умеренной аэробной нагрузки и практик релаксации (например, йога, дыхательные техники), которые можно органично интегрировать в студенческий распорядок дня в периоды повышенной учебной нагрузки (сессии, контрольные).

На основе анализа теоретических и практических подходов можно предложить набор практических рекомендаций для обучающихся в вузах:

Модернизация учебных программ по физической культуре с введением модульно-элективных курсов и возможностей индивидуальной траектории.

Внедрение гибкого расписания занятий и продление часов работы спортивных объектов, создание окон в расписании занятий для студентов с плотным академическим графиком.

Организация регулярных массовых мероприятий (фестивали, пробеги, спортивные челленджи) и вовлечение в них общественных и студенческих лидеров.

Использование цифровых инструментов мотивации и мониторинга (приложения для отслеживания активности, соревнования в приложениях).

Поддержка студенческих спортивных клубов и создание системы наставничества.

Включение в систему оценивания и поощрений компонентов, стимулирующих физическую активность (зачёты, баллы, стипендии).

Индивидуальный подход к студентам с ограниченными возможностями здоровья: адаптивные программы и специальные условия занятий.

Таким образом, физическая культура — многоаспектный ресурс, формирующий не только состояние физического здоровья студентов, но и их личностные, волевые и социальные качества. Вузовская среда имеет все возможности для системного внедрения мер, обеспечивающих повышение уровня физической активности: от модернизации образовательного содержания до создания современной инфраструктуры и мотивационных механизмов. При успешном сочетании организационных, педагогических и мотивационных мер физическая культура может стать устойчивым компонентом студенческой жизни и одним из ключевых инструментов реализации национальных задач по укреплению здоровья и повышению благополучия молодёжи. Ответственность за это лежит не только на вузах, но и самих студентах: только через совместные усилия возможно сформировать поколение, способное рассматривать свое здоровье не только как личное, но и как национальное достояние.

Список источников

1. Байкова, А. А. Физическая культура и здоровье студента / А. А. Байкова. – М. : Академия, 2021. – 256 с. – Текст : непосредственный.
2. Гужаловский, А. А. Теория и методика физического воспитания / А. А. Гужаловский. – СПб : Питер, 2020. – 312 с. – Текст : непосредственный.
3. Козлов, В. И. Физическая культура и здоровый образ жизни / В. И. Козлов. – М. : Просвещение, 2019. – 280 с. – Текст : непосредственный.
4. Солодков, А. С. Физиология человека / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – М. : Спорт, 2022. – 544 с. – Текст : непосредственный.
5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года». – Текст : непосредственный // Собрание законодательства РФ. – 2024. – № 19. – Ст. 3501.

Статья поступила в редакцию 01.12.2025;
одобрена после рецензирования 12.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 378.172 + 796.012.6

ПРОФИЛАКТИКА СКОЛИОЗА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Левашко Виолетта Владиславовна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, violetta_levoshko@mail.ru

Аннотация. Профилактика сколиоза является важнейшей составляющей укрепления здоровья студентов и поддержания их физического развития. В рамках занятий физической культурой для этого используется комплекс мер, включающий развитие мышечного корсета, формирование правильной осанки и обучение навыкам безопасной двигательной активности. В статье рассмотрены основные причины сколиоза, его последствия для взрослых, а также методы профилактики, которые могут эффективно применяться в образовательном процессе.

Ключевые слова: сколиоз, асимметрия, физическая культура, профилактика, здоровье, осанка

Современные условия жизни, в которых студенты проводят значительное время за компьютерами, смартфонами и другой цифровой техникой, в сочетании с малой подвижностью и несбалансированным режимом дня, создают предпосылки для увеличения числа случаев сколиоза. Подобные воздействия негативно отражаются на состоянии опорно-двигательного аппарата и нередко дают первые проявления ещё в детстве.

Сколиоз представляет собой нарушение формы позвоночного столба, выраженное в боковом и фронтальном искривлении с постепенной ротацией позвонков. Угол деформации позволяет оценить степень заболевания: 1 степень — до 10°, 2 степень — до 30°, 3 степень — до 50°, а 4 степень — более 50°. Эта классификация используется для определения степени тяжести и выбора тактики коррекции [3].

Как правило, первые признаки сколиоза фиксируются в детстве или подростковом возрасте. Известно, что деформация позвоночника выявляется у 9% школьников, причём у 15–25% состояние имеет тенденцию к прогрессированию, а у части пациентов может приводить к выраженным, инвалидизирующим формам [1]. Несмотря на широкий круг исследований, точная первопричина сколиоза остаётся не до конца понятной. Чаще всего развитие заболевания связывают с комплексным действием наследственных факторов, гормональных изменений в период роста (особенно в возрасте 8–15 лет), а также влияния окружающей среды.

Распространённое мнение о том, что привычка сидеть согнувшись вызывает сколиоз, неверно — такая поза приводит скорее к функциональным нарушениям осанки, но не к истинной деформации. Среди причин, которые действительно могут способствовать формированию сколиоза, выделяют врождённые аномалии позвоночника (до 20% случаев), последствия травм, заболевания нервно-мышечного характера, а также системные нарушения соединительной ткани и обменных процессов, включая синдром Марфана или рахит [6].

На ранних стадиях проблема обычно протекает скрыто и не вызывает выраженного дискомфорта. По мере развития искривления становятся заметными внешние изменения. В подростковом возрасте даже минимальная асимметрия может восприниматься болезненно, а у людей старшего возраста выраженная деформация часто воспринимается как естественное возрастное проявление. Постепенная асимметрия нагрузки и наличие сопутствующих нарушений приводят к усилению деформации, а в тяжёлых случаях — к снижению качества жизни [2].

Таблица 1 — Количество людей, страдающих сколиозом

Возрастная группа	Мужчины, % от общего числа мужчин данного возраста	Женщины, % от общего числа женщин данного возраста
0–14 лет	13	19
15–34 года	2	3
35–44 года	7	8
45–54 года	12	18
55–64 года	23	32
65–74 года	30	47
75 лет и старше	38	55

По данным таблицы видно, что среди женщин процент заболеваемости выше практически во всех возрастных категориях. Это подчёркивает необходимость более внимательного отношения к профилактике нарушений осанки.

Сколиоз, сформировавшийся в подростковом возрасте, не исчезает при переходе во взрослую жизнь. Напротив, со временем он часто становится причиной серьёзных функциональных нарушений. Хроническая боль — наиболее распространённое последствие, возникающее из-за неравномерного распределения нагрузки на диски, мышцы и связки. Наиболее частые жалобы — боли в поясничном отделе, в области грудной клетки, а также боли в шее, которые могут сопровождаться головными болями [4].

Ограничение подвижности — ещё одно характерное следствие. Даже привычные действия, такие как наклоны, повороты корпуса или поднятие предметов, могут вызывать затруднения. Это негативно сказывается на трудовой деятельности и общем уровне физической активности.

При выраженном искривлении грудной клетки нарушается работа дыхательной системы: уменьшается объём лёгких, возникает одышка, повышается вероятность простудных заболеваний, включая бронхит или пневмонию [5]. Иногда деформация оказывает давление и на сердечно-сосудистую систему, приводя к нарушению кровообращения. Психологические трудности — ещё одна важная сторона проблемы: асимметрия плеч, лопаток или таза может провоцировать неуверенность и снижать самооценку.

В условиях образовательной организации именно преподаватель физической культуры может оказать значительное влияние на профилактику сколиоза. На занятиях важно использовать разнообразные методические подходы, направленные на укрепление мышц спины, развитие гибкости, устойчивости и координации движений. Особое значение имеет регулярность упражнений и постепенное повышение нагрузки [1].

Для формирования навыков правильной осанки рекомендуется комплекс с сочетанием силовых и растягивающих упражнений:

1. «Планка» — эффективное упражнение, укрепляющее мышцы кора и повышающее стабильность позвоночного столба;
2. растяжка грудных мышц — способствует открытию грудной клетки и уменьшению напряжённости плечевого пояса;
3. мостик для таза — развивает ягодичные мышцы и укрепляет поясничный отдел.



Отдельного внимания заслуживает упражнение «Кошечка», которое помогает мягко снять спазм с перенапряжённых мышечных групп и активизировать ослабленные области. Такое воздействие способствует выравниванию тонуса и может постепенно уменьшать выраженность искривления.

Рисунок 1 — Упражнение «Кошечка»

Также полезны:

1. «Поза ребёнка» — мягкое растяжение мышц спины;
2. «Замок» — укрепление мышц плечевого пояса;
3. «Супермен» — развитие глубоких мышц спины и улучшение контроля осанки.

Преподавателю необходимо следить за правильностью выполнения упражнений, объяснять технику и корректировать ошибки. Студентам важно напоминать, что правильная осанка должна соблюдаться не только на физкультуре, но и во время учёбы за партой или работы за компьютером. Наглядные примеры и демонстрации помогают студентам лучше понять технику и избежать ошибок [6].

У многих людей со сколиотической деформацией грудная клетка имеет уплощённую или слегка перекошенную форму, что ограничивает её подвижность и снижает эффективность дыхательных движений. В связи с этим дыхательная гимнастика рассматривается как обязательный элемент профилактики и коррекционно-развивающих мероприятий. Она помогает постепенно расширять объём грудной клетки, улучшать вентиляцию лёгких,

повышать устойчивость к физической нагрузке, а также способствует нормализации работы сердечно-сосудистой системы.

Регулярное выполнение дыхательных упражнений положительно влияет на общее состояние организма, так как:

1. улучшает структуру грудной клетки и способствует более правильному расположению позвоночника;
2. стабилизирует нервно-психическое состояние, снижая уровень мышечного и эмоционального напряжения;
3. усиливает кровообращение и лимфодренаж, что особенно важно при сниженной подвижности тканей;
4. нормализует дыхательную функцию, делая дыхание более глубоким и экономичным.

В комплекс дыхательных упражнений при сколиозе традиционно включают движения, выполняемые в положении лёжа, что позволяет снять избыточное напряжение с позвоночного столба и лучше контролировать технику. Наиболее распространёнными являются:

1. ИП — лёжа на спине, руки на затылке. Разведение локтей в стороны сопровождается глубоким вдохом, а сведение локтей — выдохом (3–4 раза). Такое движение помогает мягко активизировать грудной отдел и улучшить подвижность рёбер.
2. ИП — лёжа на спине. Попеременное сгибание ног к животу на выдохе и выпрямление на вдохе (3–5 раз) способствует синхронизации дыхания с движением и укреплению мышц передней брюшной стенки, которые участвуют в дыхательных циклах.
3. ИП — лёжа на спине, ноги согнуты в коленях. Приподнимание таза с лёгким прогибом в грудном отделе позвоночника (3–4 раза) усиливает участие дыхательных мышц, улучшает кровообращение в зоне пояснично-крестцового перехода и способствует формированию правильной биомеханики дыхания.
4. ИП — лёжа на спине. Вытягивание одной руки вверх и отведение другой в сторону на стороне выпуклости искривления выполняется на вдохе; опускание рук — на выдохе (4–5 раз). Упражнение направлено на выравнивание дыхательных объёмов справа и слева, что особенно важно при асимметрии грудной клетки.
5. ИП — лёжа на животе. Подъём туловища с попыткой мягко прогнуть грудной отдел позвоночника сопровождается вдохом; возвращение в исходное положение — выдохом (4 раза). Это упражнение способствует развитию экстензорных мышц спины и улучшает подвижность рёбер сзади.

Каждое из перечисленных упражнений выполняется медленно, с акцентом на правильную координацию дыхания и движений. В совокупности они помогают улучшить

функциональные возможности грудной клетки, повысить эффективность дыхания и дополнительно разгрузить позвоночник. Выполнять комплекс рекомендуется регулярно, постепенно увеличивая длительность и амплитуду движений, но только под контролем специалиста или после консультации с врачом-ортопедом.

К важным направлениям профилактики относят занятия лечебной физкультурой, плавание, регулярные пешие прогулки и, при необходимости, использование ортопедических корсетов. Лечебная физкультура позволяет целенаправленно укреплять мышцы спины, корректировать осанку и снижать проявления асимметрии. Плавание способствует равномерному развитию мышечного корсета, разгружает позвоночный столб и улучшает общую выносливость организма, что делает его одним из наиболее рекомендуемых видов активности при склонности к сколиозу. Регулярные прогулки помогают поддерживать умеренную двигательную активность, улучшать кровообращение и укреплять мышцы нижних конечностей и спины [2].

Дополнительно могут применяться физиотерапевтические методы, среди которых выделяется магнитотерапия, улучшающая местное кровообращение, уменьшающая болевые ощущения и способствующая восстановлению тканей. При выраженной деформации или риске её усиления могут назначаться специальные ортопедические корсеты, поддерживающие правильное положение позвоночника и снижающие нагрузку на его наиболее уязвимые участки.

Питание также играет значимую роль в профилактике сколиоза. В рационе должны присутствовать продукты, насыщенные кальцием и витамином D, так как они необходимы для укрепления костной ткани и поддержания нормального состояния суставов и позвоночника. Регулярное употребление таких продуктов способствует профилактике нарушений минерализации костей и снижает риск прогрессирования деформации [4].

Все лечебные и профилактические мероприятия рекомендуется проводить под контролем врача-ортопеда, который может оценить динамику состояния, подобрать подходящую методику и корректировать программу при необходимости [5].

С учётом рассмотренных причин возникновения сколиоза, его влияния на здоровье и возможностей коррекции можно отметить, что своевременная профилактика является ключевым условием сохранения правильной осанки и поддержания функционального состояния позвоночника у студентов. Регулярные занятия физической культурой, включающие укрепляющие и растягивающие упражнения, развитие дыхательной функции и формирование устойчивых двигательных навыков, позволяют существенно снизить риск прогрессирования деформаций. Использование методически обоснованных комплексов упражнений, контроль за техникой движений, а также формирование культуры правильной

осанки в повседневной деятельности создают основу для гармоничного физического развития обучающихся. В совокупности данные меры обеспечивают значимый профилактический эффект и способствуют улучшению качества жизни студентов.

Список источников

1. Аникина К. А. Значимость физической культуры при лечении и профилактике сколиоза. – Текст : электронный // CyberLeninka : научная электронная библиотека. – 2019. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/znachimost-fizicheskoy-kultury-pri-lechenii-i-profilaktike-skolioza/viewer> (дата обращения: 01.11.2025).

2. Булатова А. Д. Роль физической культуры в профилактике сколиоза среди студентов. – Текст : электронный // CyberLeninka : научная электронная библиотека. – 2021. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-fizicheskoy-kultury-v-profilaktike-skolioza-sredi-studentov> (дата обращения: 01.11.2025).

3. Дьяченко А. В. Причины возникновения сколиоза и влияние болезни на организм. – Текст : электронный // CyberLeninka : научная электронная библиотека. – 2018. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-vozniknoveniya-skolioza-i-vliyanie-bolezni-na-organizm-cheloveka/viewer> (дата обращения: 01.11.2025).

4. Коматина С. А. Профилактика сколиоза на занятиях физической культурой. – Текст : электронный // Pedopyt : образовательный портал. – 2023. – URL: <https://www.pedopyt.ru/categories/17/articles/4543> (дата обращения: 01.11.2025).

5. Накоренок Р. В. Занятия физической культурой у студентов со сколиозом. – Текст : электронный // Постулат : научный журнал. – 2022. – URL: <https://e-postulat.ru/index.php/Postulat/article/view/4432> (дата обращения: 01.11.2025).

6. Сбитнева О. А. Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья студентов со сколиозом. – Текст : электронный // CyberLeninka : научная электронная библиотека. – 2020. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-kak-sredstvo-sohraneniya-i-ukrepleniya-zdorovya-studentov-so-skoliozom> (дата обращения: 01.11.2025).

Статья поступила в редакцию 28.11.2025;
одобрена после рецензирования 12.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 615.825:616-001.5

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ В РАННЕМ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ПРИ ТРАВМАХ КОСТЕЙ ТАЗА

Макарова Александра Алексеевна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия makarovaaleksandra2520@gmail.com

Аннотация. В статье рассматриваются специфические особенности восстановительного процесса при переломах передней ости подвздошной кости таза. Также описаны ключевые периоды реабилитационного процесса. Предложены средства и методы реабилитации. Особое внимание уделено важности индивидуального подхода, соблюдения последовательности периодов восстановления.

Ключевые слова. Легкая атлетика, подвздошная кость, перелом, реабилитационный процесс, упражнения, физическая активность, лечебная физическая культура (ЛФК)

Легкая атлетика представляет собой олимпийскую спортивную дисциплину, объединяющую беговые упражнения, такие как ходьба, прыжковые элементы, многоборья. Данное спортивное направление объединяет различные дисциплинарные направления, включая спринтерские дистанции, спортивную ходьбу, технические дисциплины (метательные и прыжковые виды), многоборные комплексы, пробеги по шоссе и кроссовые преодоления пересеченной местности. Легкоатлетические дисциплины относятся к наиболее распространенным спортивным направлениям [4].

Спортсмены, занимающиеся легкой атлетикой, достаточно часто сталкиваются с повреждениями различной степени сложности и тяжести. Наиболее характерными для бегунов на короткие дистанции становятся растяжения мышц и частичные разрывы мышц бедра и голени, так же часто страдают связки голеностопного сустава. Кроме того, у атлетов нередко отмечают повреждения коленных суставов, могут страдать и плечевые суставы.

Легкая атлетика характеризуется значительной сложностью и многообразностью. В этом виде спорта должны быть сильными не только ноги, но так же спина, должна быть хорошая выносливость, координация и взрывная сила. Однако не всегда удается преодолеть дистанцию без повреждений. Легкая атлетика может приводить к серьезным травмам. В некоторых случаях полученная травма может исключить дальнейшую профессиональную деятельность в этом спортивном направлении. У легкоатлетов может произойти отрыв передней ости подвздошной кости таза. Учитывая серьезность такой травмы, необходимо уделять должное внимание реабилитации, что обеспечит скорое возвращение спортсмена к повседневной деятельности и тренировочному процессу.

Подвздошная кость – одна из самых крупных парных костей таза, которая вместе с лобковой и седалищной костями образует тазовую область [4]. Несмотря на то, что эта кость

очень крепкая, переломы подвздошной кости – это самое редкое явление, так как для этого нужно приложить значительные усилия.

По мнению специалистов, большинство спортивных повреждений в легкой атлетике можно избежать при условии соблюдения правил безопасности. Иногда спортсмены получают травмы в одних и тех же местах, что объясняется повышенной уязвимостью ранее поврежденного участка тела. По возможности следует фиксировать ранее травмированную область для предотвращения повторного повреждения.

Повреждения, возможные в легкой атлетике, достаточно разнообразны, например:

- ушибы мягких тканей;
- растяжение связок и мышц;
- надрывы мягких тканей;
- разрывы мягких тканей;
- вывихи и подвывихи суставов;
- открытые и закрытые переломы.

Среди наиболее тяжелых травм кости таза может произойти отрыв передней ости подвздошной кости таза. Это редкое, но очень серьезное повреждение. Реабилитационный процесс при таком переломе очень долгий и кропотливый. Важно последовательно выполнять все реабилитационные этапы для возможности возвращения к спортивной деятельности после перенесения тяжелой травмы. Не следует забывать, что после завершения реабилитационного этапа необходимо продолжать соблюдать рекомендации лечащего врача и реабилитолога.

Отрыв передней подвздошной кости наиболее распространен среди молодых спортсменов. При этом следует учитывать, что перелом тазовых костей влечет за собой серьезные последствия и продолжительное восстановление.

Перелом подвздошной кости часто сопровождается кровотечением, повреждением внутренних органов и шоковым состоянием. Не исключается вероятность летального исхода [5]. При подозрении на перелом таза необходимо экстренно вызвать скорую медицинскую помощь, которая обязана дежурить на крупных легкоатлетических соревнованиях. Не следует пытаться самостоятельно оказывать помощь пострадавшему при отсутствии соответствующих знаний, так как такие действия могут усугубить состояние. Важно предотвращать любые движения пострадавшего, поскольку это может навредить. Без присутствия медицинских работников не следует давать пострадавшему обезболивающие препараты.

Классификация тазовых переломов:

- I. Переломы отдельных костей без нарушения целостности тазового кольца
 - Отрывные переломы

- Передней верхней ости подвздошной кости
- Передней нижней ости подвздошной кости
- Седалищного бугра
- Перелом крестца и другие.

Рекомендации по профилактики таза в себя включают:

- хорошую разминку;
- подходящую одежду и удобную обувь;
- выполнение указаний тренера;
- соблюдение правильной техники упражнений;
- регулярную проверку в медицинском учреждении;
- соблюдение режима нагрузки и отдыха.

Также следует избегать чрезмерных нагрузок на организм при посещении нескольких тренировок в течение дня. Переутомление может привести к различным повреждениям в любом виде спорта.

Реабилитационный период включает в себя несколько последовательных этапов, которые должны выполняться на протяжении всего восстановительного процесса. Чем раньше начинается реабилитация, тем эффективнее предотвращается застой крови, тромбозы, пролежни и ускоряется регенерация тканей тазовых костей.

Реабилитационный процесс включает в себя три основных периода:

1. Ранний послеоперационный и иммобилизационный период;
2. Период активной реабилитации;
3. Завершающий период реабилитации [5].

На первом этапе необходимо соблюдать комплекс несложных правил, способствующих предотвращению осложнений, связанных с продолжительным постельным режимом:

- Постельный режим, в некоторых случаях допускается полусидячий режим. Частая смена положения тела, с помощью медицинского персонала или родственников – для профилактики пролежней.

- Дыхательная гимнастика. Дыхательные упражнения помогут снизить риск застойной пневмонии, улучшают перистальтику кишечника.

- Пассивные и изометрические упражнения. Допускается выполнение плавных движений в суставах рук, попытки расслабления и напряжения мышц бедер в горизонтальном положении (лежа на кровати).

Дополнительными средствами реабилитации, бывают:

- Физиотерапевтические процедуры: УВЧ-терапия, магнитное воздействие, лазерная терапия, направленные на нормализацию лимфатического и кровяного обращения и стимуляцию костеобразовательных процессов [5].

По мере заживления перелома рекомендуется обучение вставанию. Сначала стоит подниматься с использованием костылей или ходунков для исключения резкой нагрузки на поврежденную зону. Резкая нагрузка на поврежденное место может привести к ухудшению состояния больного.

На втором реабилитационном этапе следует уделять особое внимание упражнениям, которые помогут восстановить нарушенные функциональные возможности.

Комплексы лечебной гимнастики включают общеразвивающие упражнения, а также специализированные упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса и ног, повышения подвижность тазобедренных суставов. Кроме того, в программу занятий включают упражнения на координационные способности и равновесие.

- Упражнения на растяжку, постепенное восстановление полной амплитуды движений в тазобедренных и поясничных суставах;

- Массаж способствует устранению мышечного напряжения и стимулирует улучшение кровообращения [3].

Третий этап реабилитации направлен на максимальное восстановление подвижности и выносливости, в этом этапе применяются наиболее активные тренировки:

- Ходьба на короткие дистанции с постепенным увеличением расстояния и времени, а также с постепенным нарастанием темпа движений;

- В комплекс лечебной физической культуры (ЛФК), входят упражнения с отягощением и сопротивлением, где применяются эластичные ленты и гантели с минимальным весом;

- В этот период включают занятия на различных тренажерах, таких как велотренажер, эллиптический тренажер (тренажер с имитацией ходьбы), сначала с минимальной нагрузкой, с последующим увеличением нагрузки и темпа;

- К занятиям плаванием и акваэробикой, можно приступить после снятия ограничений [5].

На третьем реабилитационном этапе важно соблюдать постепенное увеличение нагрузок для исключения негативного воздействия на организм и предотвращения усугубления ранее полученной травмы. Все упражнения выполняются исключительно с разрешения лечащего врача и реабилитолога.

Комплекс упражнений для восстановления после травмы подвздошной кости таза (Табл. 1) состоит из нескольких периодов, каждый период имеет свой прогресс в реабилитации. Стоит строго соблюдать все периоды реабилитации и слушать рекомендации врача и

реабилитолога. Важно не стараться перепрыгнуть с одного этапа на другой, следует делать все постепенно. Не стоит заниматься самолечением и самореабилитацией.

Таблица 1 - Примерный комплекс упражнений для восстановления после травмы подвздошной кости таза

Исходное положение	Содержание упражнения	Дозировка упражнения	Методические указания
Ранний послеоперационный и иммобилизационный период			
И.п. лежа на спине (полусидя-только с разрешения врача)	Лежа на спине, руки опущены вдоль корпуса. Делается вдох (насколько возможно), задерживается дыхание, делается полный выдох.	30-60 сек.	Вдохи выполняются плавно, стараться вдохнуть максимально глубоко. Задерживать дыхание 2-3 секунды, постепенно можно увеличить до 7-8 секунд. Выдох делается не резкий, а плавный.
И.п. лежа на спине, руки вдоль тела	Аккуратные сгибания и разгибания коленей, без подъема таза	10 повторений 1 подход	Выполнять медленно, без резких движений, избегая боли, следить за положением таза, чтобы он не поднимался и не уходил в сторону.
И.п. полусидя на кровати, ноги прямые	Движение стопами и пальцами ног	5 повторений 2 подхода	Выполняется медленно, без резких движений. Стопы стараемся натянуть, пальцами тянемся к кровати. Натягиваем стопы насколько возможно.
Период активной реабилитации			
И.п. лежа на боку	Подъем ног в стороны небольшими амплитудами	12-15 повторений 2 подхода	Лежа на одном боку, поднимаем ногу насколько возможно, не стараемся поднять ее очень высоко. Следим за положением таза, стараемся не допускать боли в области тазобедренного сустава. Выполнять упражнение без резких движений, плавно

			поднимать и опускать ногу. Удерживать наверху 2-3 секунды.
И.п. лежа в бассейне	Раздвигание ног в стороны	12-15 раз 2 повторения	Лежа на спине, ноги вытянуты, руки вдоль корпуса. Раздвигаем ноги в стороны насколько возможно. Упражнение выполняется на 4 счета, на 4 раздвигаем и на 4 собираем ноги вместе. Выполняем без резких движений, следим за дыханием.
И.п. основная стойка, держась руками за спинку стула, кровати и т.п.	Наклоны туловища вперед, назад и в стороны.	8 повторений 1 подход (на каждую сторону)	Стойка ноги врозь, одна рука находится на опоре (спинка стула, кровати и т.п.), вторую руку можно поставить на пояс. Наклоны делаются вперед, назад, вправо и влево. К опоре стоим боком, одна рука находится на спинке стула, другая на поясе, выполняется наклон вперед, назад и вправо/лево, в зависимости от того, какая рука находится на опоре, наклон соответственно делается в противоположную сторону от опоры. Упражнение выполняется без резких движений, все делается плавно. Наклоняем корпус насколько возможно.
И.п. основная стойка, держась руками за	Махи ногами в сторону и вперед	10-12 повторений 2 подхода	Упражнение обязательно выполнять у опоры. Контролировать положение корпуса, не наклоняться сильно вперед, назад и в стороны.

спинку стула, кровати и т.п.			Выполнять упражнение насколько возможно, стараться не делать махи резко, чтобы не привести к болевым ощущениям. Отводить и приводить ногу без резких движений, чтобы не навредить. Можно контролировать по зеркалу отсутствие перекоса таза.
И.п. основная стойка, держась руками за спинку стула, кровати и т.п	Перенос веса тела с одной ноги на другую возле опоры.	2-3 мин	Упражнение обязательно выполняется у опоры. Встаем лицом к опоре, держимся двумя руками, стараемся сильно не наклонять корпус вперед, чтобы не завалиться на опору. Сначала можно попробовать с перекачиваний с пятки на носок. Перекачивания выполнять без резких движений, плавно. Не стоит высоко подниматься на носки, чтобы не упасть и навредить своему организму. После перекачиваний можно пробовать перенос тела с одной ноги на другую. Важно свободную ногу не поднимать высоко от пола, чтобы при шатании можно было ее подставить для более надежной опоры. Если выполнять упражнение тяжело, то стоит отложить его на какое-то время.
И.п. стоя с опорой на спинку стула	Подъем ноги в стороны с	10-12 повторений 2 подхода	Встаем рядом со стулом, один конец резинки цепляем за ножку стула, второй на ногу.

	сопротивлением (фитнесс резинка)		Аккуратно, без резких движений отводим ногу в сторону, не пытаемся сразу ногу поднимать высоко, лучше поднимать не сильно высоко, но без боли. Постепенно можно увеличивать сопротивление (для этого использовать разные фитнесс резинки с разными весами).
Завершающий период реабилитации			
И.п. лежа на груди/спине в бассейне	Работа ног, как при плавании кролем на груди/спине	10-15 повторений	Лежа на груди/спине в бассейне работаем ногами. Ноги работают поочередно от бедра. Упражнение начинается с бедра, затем сгибается в коленном суставе. Работа ног выполняется, как бы волнообразно. Стараться делать без резких движений. Со временем увеличивать темп.
И.п. основная стойка, руки на поясе	Прыжки на обеих ногах	12-15 повторений	Стойка ноги вместе, руки на поясе. Выполняются прыжковые упражнения, сначала можно выполнять прыжки без отрыва от пола, постепенно увеличивая расстояние от пола до стоп. Постепенно увеличивать до полного восстановления, по рекомендации врача/реабилитолога.
И.п. основная стойка, руки на поясе	Выпады вперед со сменой ног	Постепенно увеличивать длительность и интенсивность	Стойка ноги вместе, руки на пояс. Делаем выпад вперед одной ногой, далеко сразу не оставляем, чтобы можно было без помощи встать. Выпады поначалу делаем не глубокие,

			чтобы не допускать болевых ощущений. При смене ног не делаем резких движений. После выпада возвращаемся в исходное положение без резких движений. Стараемся выполнять все плавно, чтобы не навредить себе.
И.п. стойка на одной ноге	Упражнение на стабилизацию и баланс	30 – 60 сек 2-3 подхода	Стойка ноги вместе, руки на поясе. Немного сгибаем в коленном суставе одну ногу и за счет этого приподнимаем ее от пола. Стараемся удержать равновесие. Ногу, которую сгибаем сильно высоко от пола не поднимаем. Поднимаем и опускаем ногу плавно, не бросая ногу на пол, чтобы не происходила отдача в бедро.

После завершения всех реабилитационных этапов спортсмены могут вернуться к спортивной деятельности, но исключительно с разрешения врача. Не следует забывать, что перелом может повториться при недостаточно полном восстановлении. При получении врачебного разрешения на возвращение в спорт необходимо осторожно и постепенно возвращать нагрузки. Не рекомендуется начинать с беговых упражнения, лучше начать с интенсивной ходьбы, с постепенным увеличением темпа и дистанции. Затем постепенно возможен переход к беговым упражнениям, но сначала к легкому бегу со постепенным увеличением темпа, нагрузки и расстояния.

Таким образом, правильно организованные реабилитационные периоды способны восстановить двигательную активность и обеспечить возможность возвращения в спорт. Важно учитывать, что перенесенная травма была серьезная, и будет напоминать о себе на протяжении всей жизни. Но с помощью дозированных нагрузок возможно уменьшение болевых ощущений и возможность для продления своей спортивной карьеры. Необходимо помнить о регулярных консультациях с врачом и контроле собственного состояния, даже после завершения реабилитации.

Список источников

1. Ашмарин, Ю.А. Травматология: Учебник для студентов факультета физической культуры пед. Институтов по специальности 03.03 «Физическая Культура» / Ю.А. Ашмарин, А.Н. Виноградов, З.Н. Вяткина и др. - М.: Просвещение, 2019. – 312 с. – Текст: непосредственный.
2. Карта знаний «Лёгкая атлетика». — Текст: электронный // КАРТАСЛОВ.РУ — Карта слов и выражений русского языка: [сайт]. - URL: <https://kartaslov.ru/карта-знаний/Лёгкая+атлетика>. (Дата обращения 16.10.25).
3. Лядов, А. М. Реабилитация после перелома костей таза / А. М. Лядов. — Текст: электронный // Клиники Лядова: [сайт]. - URL: <https://lyadov-clinic.ru/info/reabilitaciya-posle-pereloma-kostey-taza> (Дата обращения 16.10.25)
4. Перелом подвздошной кости. — Текст: электронный // Медицинский центр «XXI век» : [сайт]. - URL: <https://mc21.ru/articles/perelom-podvzdosnoi-kosti> (Дата обращения 16.10.25).
5. Потапов, В.Л. Травма / В.Л. Потапов. — Тула: Тульский государственный университет, 2021. - URL: <http://medtsu.tula.ru/uml/travma/2-10.pdf> (Дата обращения 20.10.25). — Текст: электронный

Статья поступила в редакцию 02.12.2025;
одобрена после рецензирования 12.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 373.5

РОЛЬ ШКОЛЬНОГО ТРУДОВОГО (ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО) ОБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ БУДУЩИХ ИНЖЕНЕРНЫХ КАДРОВ РОССИИ

Наскина Арина Анатольевна¹, Захарова Наталья Владимировна², Булавенко Олег Анатольевич³

^{1,2,3}Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, ¹naskina88@mail.ru, ²yssta@mail.ru

Аннотация. В статье представлены ключевые аспекты развития технологического образования и его роль в формировании кадрового обеспечения промышленности России. Так же проанализирована структура и вектор направления школьного технологического образования на современном этапе. Автор рассматривает приоритетные пути технологического становления страны, основываясь на перечне критически важных отраслей и креативных индустрий.

Ключевые слова: инженерные кадры, технологическое образование, технологическая революция, урок Труда (Технологии), школа, технологическое творчество, преподавание технологии, отрасли экономики

В современном мире, где технологический прогресс определяет темпы развития экономики и общества, подготовка квалифицированных инженерных кадров приобретает стратегическое значение для России. Школьное трудовое (технологическое) образование играет ключевую роль в формировании фундаментальных знаний и навыков, необходимых будущим инженерам.

Одним из главных аспектов трудового (технологического) образования является развитие у школьников интереса к инженерным профессиям. Важно показать им, что инженер – это не просто человек, знающий формулы и умеющий строить графики. Это творческая личность, способная создавать новое, решать сложные проблемы и вносить вклад в развитие общества.

Инженерное образование сегодня - один из приоритетов государственной политики в образовательной сфере, отражающий необходимость технологического перевооружения российских производств, создания соответствующего кадрового обеспечения промышленности [1]. И, конечно же, система образования ныне сталкивается с важнейшей задачей - подготовкой инженерных кадров, необходимых для направлений научно-технологического роста, связанных с запуском национальных проектов технологического лидерства. Лишь высококвалифицированные специалисты способны разработать и внедрить инновационные решения, создавая уникальные технологии и используя современные методы проектирования в высоко технологичных отраслях экономики и креативных индустриях. Не менее важным является формирование инженерных компетенций среди представителей рабочих профессий, которым также необходимы актуальные знания о сложных

© Наскина А.А., Захарова Н.В., Булавенко О.А., 2025.

технологических процессах [2]. Технологическое развитие страны априори предполагает непрерывную технологическую подготовку кадров, которая начинается с технологического образования молодёжи в общеобразовательной школе в рамках образовательной области «Труд» (Технология) [3].

Конкурентоспособность государства на мировой арене, равно как и его экономическая независимость и технологический суверенитет, в значительной степени обусловлены уровнем профессиональной подготовки инженерно-технических кадров. Способность страны самостоятельно создавать и выпускать стратегически важные продукты и инновации является фундаментом ее экономической самостоятельности. Высокая квалификация инженерных работников способствует уменьшению зависимости от зарубежных поставок, активизирует развитие национальной промышленности и обеспечивает стабильный подъем экономики.

Технологическая революция XXI века, связанная с интенсивным развитием и использованием нанотехнологий, робототехники, биотехнологий и др., требует формирования в нашей стране научно-технологического потенциала, адекватного современным требованиям мирового технологического развития. В связи с этим, школа не должна стоять в стороне, ведь ее задача - обеспечить необходимую трудовую (технологическую) подготовку обучаемых и создать все условия для выявления и развития технических способностей и выбора каждым школьником будущей профессии с учетом его склонностей и возможностей [5].

Сегодня государство намерено активно содействовать модернизации учебных программ, укреплению связей между образовательными учреждениями и предприятиями, а также повышению престижа инженерных специальностей. Только системный подход позволит обеспечить экономику квалифицированными кадрами и создать прочный фундамент для дальнейшего развития. Все вышесказанное, в результате, трансформируется в преобразование школьного урока труда (технологии).

Вектор государственной политики последних лет в части изменения структуры образовательного процесса школьного урока труда (технологии), основывается на приоритетных направлениях технологического развития России, перечне критически важных и сквозных технологий, а также региональных особенностях развития экономики.

В настоящее время продолжается реализация федерального проекта «Передовые инженерные школы». Это специальные структурные подразделения, которые создаются на базе вузов с участием высокотехнологичных компаний. В 2024 году их количество было увеличено с 30 до 50. По поручению Президента России Владимира Путина к обучению в них привлекаются и талантливые школьники, рассматривающие для себя получение инженерного образования. Во всех передовых инженерных школах ведутся разработки, которые применяются в реальном секторе экономики [4].

Урок трудового обучения переживает трансформацию, становясь не просто местом освоения базовых навыков, но и площадкой для развития творческого мышления, конструкторских способностей и формирования проектного подхода. В школьное технологическое образование интегрированы элементы робототехники, 3D-моделирования, программирования. Это позволяет заинтересовать школьников и подготовить их к вызовам цифровой экономики. В процессе обучения технологии приоритетной задачей является развитие интереса к техническому творчеству и деятельности. Учителя технологии обязаны быть навигирующими фигурами в сфере новейших технологических достижений, сочетая в себе педагогическую компетентность и прикладные умения в разнообразных дисциплинах. Предоставление доступа к программам повышения квалификации, платформам для обмена опытом с индустриальными партнерами и вовлечение в научно-исследовательские семинары является критически важным.

Выделим структуру и направления трудового (технологического) образования в общеобразовательной школе:

1. Технологическое образование (уроки труда (технологии));
2. Кружки (объединения) технического творчества;
3. Формирование логического, математического, пространственного мышления (физика, математика, черчение);
4. Внеурочная деятельность по труду (технологии);
5. Профильные технологические классы.
6. Конкурсы профессионального мастерства WordSkills;
7. Клубы робототехники, технопарки;
8. Инженерные классы, кванториумы [3].

Трудовое (технологическое) образование является составной частью инженерного образования, под которым подразумевается целенаправленное формирование определенных знаний и умений, а также комплексная подготовка и воспитание специалистов в области техники и технологии к инновационной инженерной деятельности за счет соответствующего содержания и методов обучения [3].

Нельзя не отметить, что в настоящий момент внедрение элементов инженерного образования способствует более высокой мотивации учащихся школ к обучению и успешному выбору карьеры в будущем.

Трудовое (технологическое) образование играет ключевую роль в профессиональном становлении ребенка, предоставляя ему возможность не только освоить базовые навыки и знания в области технологий, но и осознанно подойти к выбору будущей профессии. Это не

только способ подготовить ребенка к работе в сфере технологий, но и мощный инструмент, помогающий развить необходимые навыки и получить практический опыт.

Во-первых, трудовое (технологическое) образование расширяет горизонты ребенка, знакомя его с разнообразием профессий, связанных с технологиями. Инженерия, программирование, дизайн, робототехника – это лишь малая часть направлений, которые становятся доступными для изучения. Получая представление об этих сферах, ребенок может понять, что ему интересно, а что нет, и на основе этого сделать более осознанный выбор.

Во-вторых, трудовое (технологическое) образование формирует у ребенка навыки, необходимые для успешной карьеры в любой отрасли. Критическое мышление, умение решать проблемы, креативность, работа в команде – все это развивается в процессе обучения и позволяет ребенку адаптироваться к быстро меняющимся требованиям рынка труда.

В-третьих, трудовое (технологическое) образование позволяет ребенку попробовать себя в разных ролях. Проекты, соревнования, стажировки – все это дает возможность применить полученные знания на практике, понять, какие задачи ему интересны, а какие вызывают затруднения. Такой опыт позволяет ученику понять свои сильные и слабые стороны и сделать более осознанный выбор профессии.

Современные подходы к преподаванию урока труда (технологии) ориентированы на проектную деятельность, исследовательскую работу и применение информационных технологий. Учащиеся вовлекаются в создание реальных продуктов и решений, что способствует развитию творческого мышления, умения работать в команде и самостоятельно принимать решения. Интеграция технологии с другими образовательными областями, такими как математика, физика, химия и информатика, позволяет сформировать у школьников целостное представление о взаимосвязи науки и техники, а также о роли технологий в решении актуальных проблем общества.

Таким образом, школьное трудовое (технологическое) образование способствует подготовке высококвалифицированных специалистов, способных разрабатывать и внедрять инновационные решения в высокотехнологичных отраслях экономики.

Развитие школьного трудового (технологического) образования – это инвестиция в будущее России. Чем больше молодых людей выберут инженерные профессии, тем сильнее будет наша страна в технологическом и экономическом плане. Для этого необходимо создавать условия, чтобы у каждого школьника была возможность раскрыть свой инженерный потенциал, независимо от места проживания и социально-экономического положения семьи.

Список источников

1. История развития технического образования в России. – Текст : электронный // Студенческий научный форум – 2017: [сайт]. – 2017. – URL:

обращения: 10.05.2025).

2. Князева В.В. Роль консорциума по развитию школьного инженерно-технологического образования в подготовке кадров для экономики и обеспечения технологического лидерства России / В.В. Князева, А.В. Вольтов. – Текст : непосредственный // Инженерное образование. – 2025. - № 1. – С. 4-20.

3. Кокорева Н.В. Современные концепции и проблемы технологического образования школьников / Н.В.Кокорева – Текст : электронный // Современное технологическое образование материалы II Регионального научно-практического семинара «Современное технологическое образование» (Комсомольск-на-Амуре, 14 декабря 2017 г.). – Комсомольск-на-Амуре: АмГПГУ, 2017. – URL: <http://www.amgpgu.ru/activity/scinsce/benefits/3441/36718551/?id=8>

4. Минобрнауки России развивает инженерное образование для достижения технологического суверенитета. – Текст : электронный // Министерство науки и высшего образования Российской Федерации: [сайт]. – 2024. - URL: <https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/novosti-ministerstva/79575/> (Дата обращения: 10.05.2025).

5. Мухатаева Д.Ш. Технологическое образование в школе как одна из составляющих инженерного образования / Д.Ш. Мухатаева. – Текст: непосредственный // Научно-практический журнал Аллея Науки. – 2023. - № 3. - С. 78.

Статья поступила в редакцию 29.08.2025;
одобрена после рецензирования 29.09.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 004.928

ВЫБОР ИНСТРУМЕНТА ДЛЯ СОЗДАНИЯ АНИМАЦИИ

Парамонов Влад Геннадьевич¹, Щелкунова Марина Евгеньевна², Щелкунов Евгений Борисович³

^{1,2,3} Комсомольский-на-Амуре государственный университет, Комсомольск-на-Амуре, Россия
¹ vlad.geremonov@bk.ru, ² shchelkunova.me@email.knastu.ru, ³ schelkunov.eb@email.knastu.ru

Аннотация. Статья посвящена сравнению программных инструментов для создания анимации. Цель работы – путем сравнительного анализа существующих на рынке специализированных приложений определить возможность их использования для различных сфер применения. В рамках исследования рассмотрены популярные инструменты для работы с анимацией, включая программы для 2D- и 3D-анимации. Проведён анализ их ключевых характеристик: скорости рендеринга, возможностей масштабирования проектов, интеграции с графическими и видеомонтажными редакторами. В результате исследования определены преимущества и недостатки каждого инструмента в контексте поставленной задачи.

Ключевые слова: программное обеспечение, анимация, 2D-анимация, 3D-анимация, рендеринг

В настоящее время компьютерная анимация приобрела высокую популярность во многих сферах деятельности (реклама, образование, наука, развлечения и других) как средство улучшения восприятия визуальной информации [1 – 5]. При высоком спросе на анимационные проекты возрастает потребность в доступном и простом в использовании специализированном программном обеспечении (ПО). На сегодняшний день разработчиками ПО создано большое количество приложений, предназначенных для создания или обработки анимации. Начиная пользователь зачастую теряется при поиске подходящей программы для интересующей его сферы деятельности.

Цель работы – путем сравнительного анализа существующих на рынке специализированных приложений для создания анимации определить возможность их использования для различных сфер применения.

Для сравнения были выбраны следующие инструменты работы с 2D-анимацией и 3D-анимацией: Adobe After Effects, Moho Animation, Pencil2D, Blender, Houdini (рисунок 1). Все перечисленные программные продукты доступны на рынке ПО. Сравнение проводилось по следующим критериям:

- совместимость с другими программными продуктами – возможность интеграции результата с графическими и видеомонтажными редакторами не только после создания анимации, но и на любом этапе процесса создания;
- функциональность – набор предоставляемых возможностей для пользователя;
- среда применения – сферы медиа, где может применяться программа;

- степень погружённости пользователя – сложность освоения программы для пользователя.

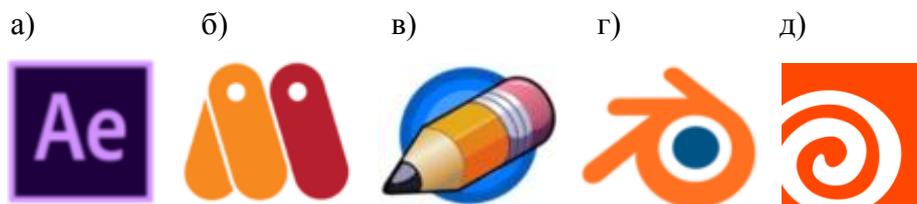


Рисунок 1 – Логотипы инструментов для работы с анимацией:

а – Adobe After Effects; б – Moho Animation; в – Pencil2D; г – Blender; д – Houdini

Pencil2D – это бесплатное и открытое программное обеспечение для создания 2D-анимации в растровом и векторном форматах (рисунок 2). Оно подходит для начинающих и любителей, предлагает простой интерфейс и основные инструменты для рисования, анимации и редактирования кадров. ПО Pencil2D направлено на обучение и создание небольших проектов для образовательных целей. ПО Pencil2D поддерживает форматы PNG, JPEG, SVG, GIF и AVI, что позволяет импортировать анимации в видеоредакторы, например, DaVinci Resolve, Adobe Premiere, или графические редакторы GIMP, Adobe Photoshop. ПО Pencil2D устанавливается на такие платформы, как Windows, macOS и Linux. В данной программе можно рисовать (растр/вектор), покадрово анимировать модели и сцены, создавать несколько слоёв сцены.

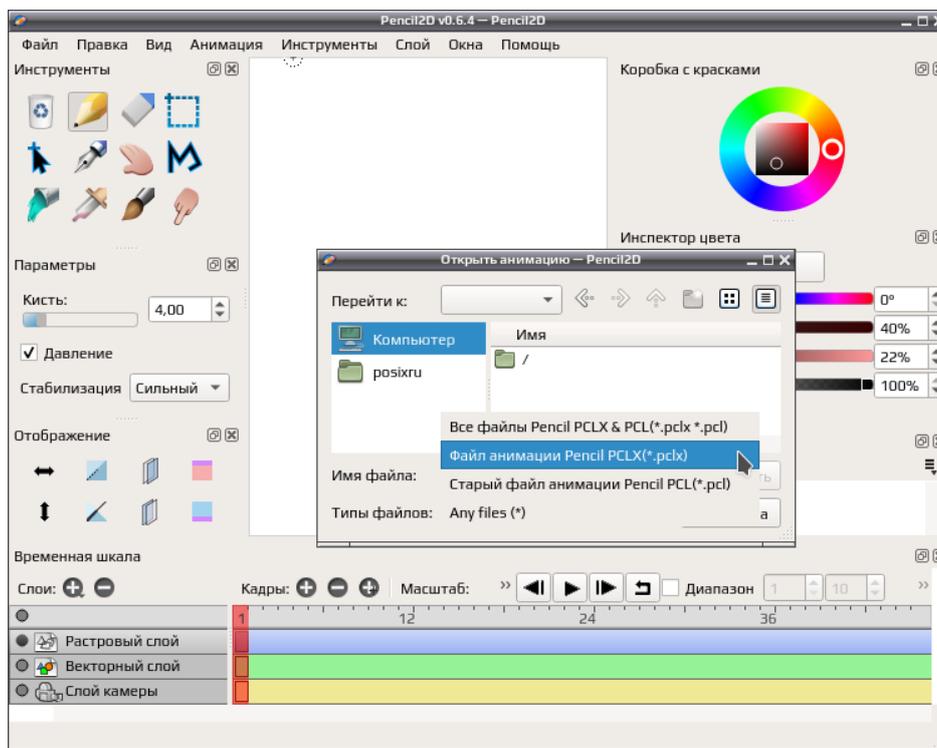


Рисунок 2 – Интерфейс редактора Pencil2D [6]

Главным недостатком программы является то, что она не **подходит** для профессиональной анимации, то есть для создания рекламы, мультфильмов и игр. Также к недостаткам программы можно отнести отсутствие возможности прямой интеграции с профессиональными анимационными программами такими как, Toon Boom Harmony, Adobe Animate; невозможность экспорта в форматы с поддержкой слоёв PSD, EXR. В программе нет сложных функций таких, как скелетная анимация, автоматическая интерполяция кадров.

MoHo Animation – профессиональная программа для 2D-анимации, разработанная Lost Marble (ранее Smith Micro) (рисунок 3). Она сочетает в себе векторную и скелетную анимацию, автоматическую интерполяцию кадров и продвинутые инструменты для создания мультфильмов, рекламы и игровой графики. Поддерживает PSD-слои ПО Adobe Photoshop, форматы SVG, PNG, JPEG, а также видеоформаты MP4, MOV, AVI. Анимацию можно дорабатывать в ПО Adobe After Effects, Adobe Premiere Pro, DaVinci Resolve.

Есть базовые функции интеграции 2D-анимации с 3D-сценами, что позволяет переносить файлы в такие программы, как Blender. Инструменты программы: скелетная анимация – автоматическое движение персонажей через кости; плавная интерполяция между ключевыми кадрами; векторные и растровые инструменты – гибкое рисование, кисти, заливки; эффекты и маски – размытие, свечение, деформация слоёв; полная интеграция с графическими планшетами. Программа широко применяется в аниме индустрии, хотя инструментарий и позволяет его использование и в крупных проектах, рекламе или кино, но доступной информации о его применении в таких проектах нет.

Интерфейс MoHo Animation сложнее, чем в ПО Pencil2D, из-за чего требуется большее время на ее освоение.

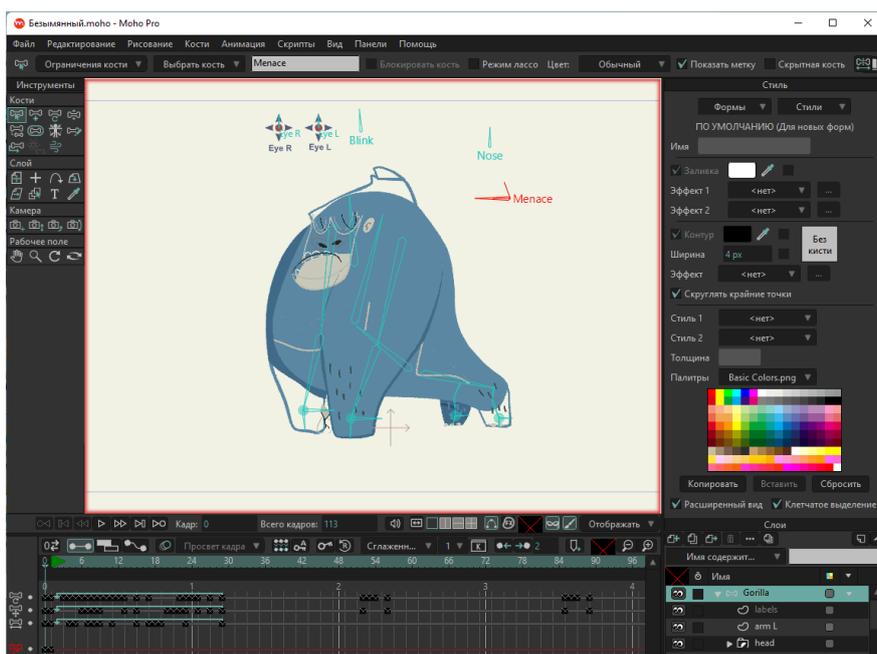


Рисунок 3 – Интерфейс программы MoHo Animation [7]

Adobe After Effects – профессиональная программа для создания 2D-анимации, интерактивного контента и мультимедийных проектов (рисунок 4). Поддерживает векторную и растровую графику, анимацию по ключевым кадрам, скелетную анимацию и экспорт в различные форматы, включая HTML5 Canvas, WebGL, видео и гейм-ассеты. Имеется интеграция со всеми приложениями Adobe, в мультимедийные форматы: SWF (для веба), MP4, MOV, GIF, SVG, анимационные спрайты, поддержка 3D-элементов, базовый 3D-трансформ, совместимость с 3D-редакторами через экспорт в последовательности изображений.

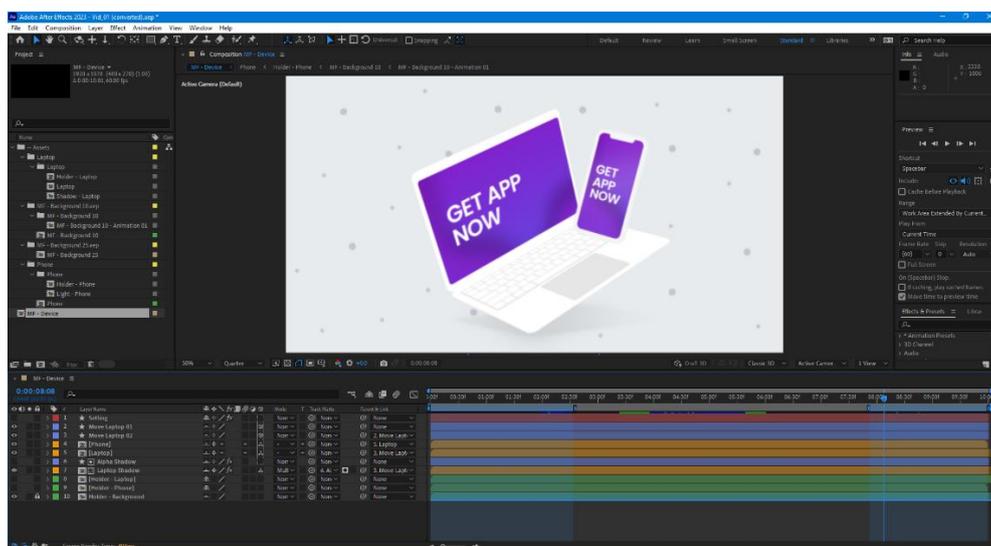


Рисунок 4 – Интерфейс программы Adobe After Effects [8]

Adobe After Effects – одна из сложнейших программ для освоения. Однако, в интернете доступно много обучающих статей и видеороликов.

Чаще всего проекты, созданные в данной программе, применяются в рекламе, в интерактивных презентациях компаний и игровых ассетов.

Blender – это бесплатный и открытый 3D-редактор для моделирования, анимации, визуализации, постобработки (рисунок 5). Поддерживает полный цикл производства 3D-контента – от концепта до финального рендера. Программа поддерживает следующие форматы: FBX, OBJ, STL, Alembic, USD, Collada, PNG, JPEG, EXR, MP4, AVI. Имеется полная совместимость с ПО Autodesk Maya, Autodesk 3ds Max, Cinema 4D.

Программа очень требовательна к системе – чем сложнее проект, тем больше требуется технических мощностей процессора с видеокартой, из-за чего программа не подходит для слабых персональных компьютеров, и в особенности для систем без поддержки графического редактора, встроенных в видеокарту.

Программа имеет следующий инструментарий: моделирование полигонов, скульптинг, ретопология, скелетная анимация, симуляция тканей, жидкости, частиц, дыма, волос, рендеринг, встроенный редактор видеомонтажа, а также возможность автоматизации сцен

через язык python. Однако большое обилие функций сказывается на сложности освоения программы.

Работы, выполненные в Blender, можно увидеть в современных сериалах и играх, в более серьезных работах используются узко направленные инструменты.



Рисунок 5 – Интерфейс редактора Blender [9]

Houdini – это инструмент, специализирующийся на процедурном моделировании, сложных симуляциях и VFX (визуальных эффектах) (рисунок 6). Программа используется в кино, в частности для создания с помощью графики реалистичного изображения воды, огня или дыма. По заверению пользователей, для успешного использования ПО необходимо понимание физики, математики. Минимальный срок освоения – один год. Функциональность ПО построена на процедурном моделировании и симуляции объекта, а также на настройке анимации, как в ПО Blender, но более гибко настраиваемой.

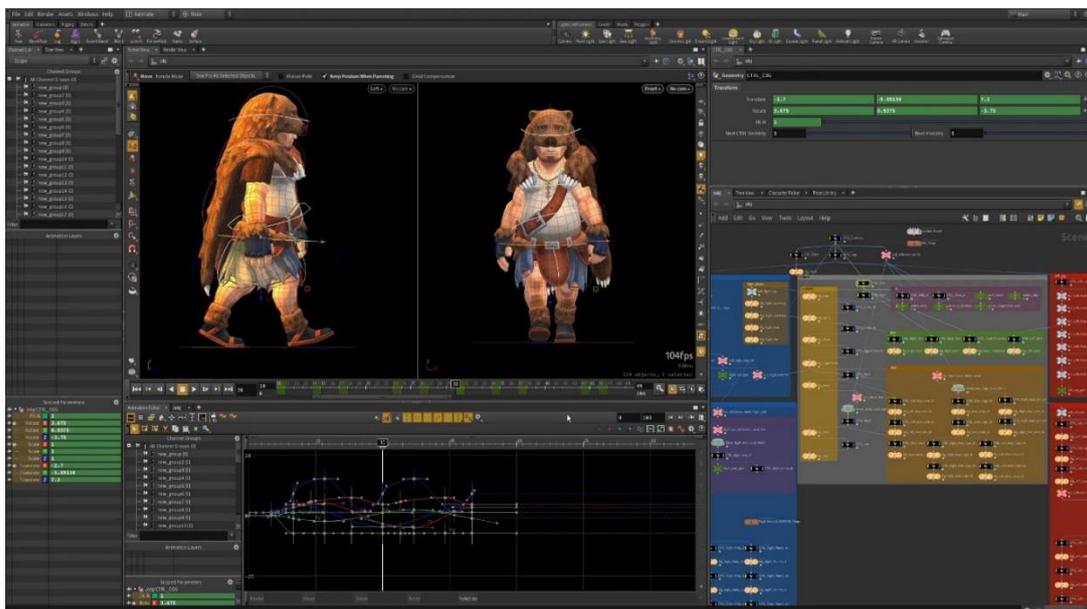


Рисунок 6 – Интерфейс программы Houdini [9]

Результаты сравнения рассматриваемых программ сведены в таблицу 1.

Таблица 1 – Сравнительная таблица программных инструментов

Наименование	Совместимость с программами	Функциональность	Сфера применения	Степень погружённости пользователя
Pencil2D	Форматы: PNG, JPEG, SVG (вектор), GIF и AVI. Видеоредакторы: DaVinci Resolve, Adobe Premiere. Графические редакторы: GIMP, Photoshop	Рисование растр/вектор, покадровая анимация, слои	Обучение	Низкий порог вхождения
Moho Animation	Форматы: PSD, SVG, PNG, JPEG, MP4, MOV, AVI Видеоредакторы: After Effects, Premiere Pro, DaVinci Resolve. Графические редакторы: GIMP, Adobe Photoshop, Blender	Скелетная анимация, интерполяция между кадрами, рисование растр/вектор, эффекты и маски, поддержка графических планшетов	Аниме сериалы	Порог вхождения средний сложности – от 1 до 3 месяцев.
Adobe After Effects	Форматы: PSD, SVG, PNG, JPEG, MP4, MOV, AVI. Видеоредакторы: Adobe After Effects, Adobe Premiere Pro, DaVinci Resolve. Графические редакторы: GIMP, Adobe Photoshop, Blender. Интеграция с Adobe Creative Cloud	Скелетная анимация, интерполяция между кадрами, рисование растр/вектор, эффекты и маски, поддержка графических планшетов. Работа с аудио и видео. Поддержка JavaScript	Интерактивные презентации, веб-анимации	Порог вхождения тяжёлый – от 3 до 6 месяцев
Blender	Форматы: PSD, SVG, PNG, JPEG, MP4, MOV, AVI, FBX, OBJ, STL,	Симуляции объектов, скелетная анимация, инверсная	Сериалы, игры	Порог вхождения тяжёлый – от 3 до 6 месяцев

	Alembic, USD, Collada. Видеоредакторы: Adobe After Effects, DaVinci Resolve	кинематика, моделирование, видеомонтаж, рендеринг		
Houdini	Форматы: Alembic, USD, FBX, OpenEXR, PNG, VDB. Видеоредакторы: Nuke, DaVinci Resolve	Процедурное моделирование, симуляция объектов, рендеринг, скелетная анимация	Кинематограф	Порог вхождения тяжёлый – от 1 до 2 лет

В таблице видно, что наиболее функциональной из рассматриваемых программ для 2D-анимации является ПО Adobe After Effects. Данное ПО имеет более широкую сферу применения, но вместе с тем и наиболее тяжёлый порог вхождения.

Рассматриваемые программы для 3D-анимации предназначены для симуляции объектов и физических явлений, создающих эффект присутствия в кино и компьютерных играх, при создании проектов виртуальной реальности, где требуется высоко реалистичное изображение: кинематограф, компьютерные игры и другое.

В ходе исследования были сделаны следующие выводы, если программы похожи по функциональности, то можно выбрать исходя из популярности программы, так как это облегчит не только поиск работы в сфере анимационного дизайна, но и упростит поиск информации для совершенствования овладением программой. Однако, если программа отличается определённой спецификой, нужно рассматривать сферу деятельности, в которой планируется ее применять, иначе программный инструмент может не подходить под поставленные задачи.

Список источников

1. Хасухаджиева, Л. А. Обзор существующих разработок для создания анимационных роликов и их сравнительный анализ / Л. А. Хасухаджиева, Н. А. Моисеенко. – DOI 10.34708/GSTOU.2021.95.28.002. – Текст: непосредственный // Вестник ГГНТУ. Технические науки. – 2021. – Т. 17, № 2(24). – С. 11-17. – EDN OFPLUU.

2. Морозов С. А. Анимация дизайн как инструмент межкультурной коммуникации / С. А. Морозов, Синьюй Чжан // Наука. Искусство. Культура. - 2023. - №2 (38). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/animationnyy-dizayn-kak-instrument-mezhkulturnoy-kommunikatsii> (дата обращения: 03.09.2025).

3. Абарникова, Е.Б. Парадигма цифрового образования и использование цифровых образовательных технологий в учебном процессе / Е.Б. Абарникова, В.С. Кортун. – DOI

10.17084/20764359-2023-69-67. – Текст: непосредственный // Ученые записки Комсомольского-на-Амуре государственного технического университета. – 2023. – № 5(69). – С. 67-75. – EDN ZGWWGA.

4. Ларченко, Ю.Г. Онлайн-курс как технология адаптивного обучения в электронной образовательной среде университета / Ю.Г. Ларченко. – Текст: непосредственный // Ученые записки Комсомольского-на-Амуре государственного технического университета. – 2024. – № 6(78). – С. 100-104. – EDN MWYPSB.

5. Чжан С. Дизайн в движении: методы анимационного проектирования / С. Чжан. - DOI: 10.34670/AR.2023.27.96.022. – Текст: непосредственный // Культура и цивилизация. - 2022. - Том 12. № 5А. - С. 785-793.

6. Pencil2D. – Текст: электронный // ZenWay - Linux сегодня! : сайт о Linux. – Раздел сайта «Аудио и видео ПО», подраздел «Графика». – URL: <https://zenway.ru/page/pencil2d> (дата обращения: 11.11.2025).

7. Moho Pro 14. – Текст: электронный // DIAKOV.net : сайт по программному обеспечению. – Раздел сайта «Программы», подраздел «Мультимедиа». – URL: <https://diakov.net/15560-moho-pro-143-build-20241125.html> (дата обращения: 11.11.2025).

8. Начинающим дизайнерам: 9 программ для создания анимации. – Текст: электронный // Практикум. Блог : сайт об ИТ-профессиях. – Раздел сайта «Дизайн». – URL: <https://practicum.yandex.ru/blog/top-programm-dlya-sozdaniya-animatsii/> (дата обращения: 11.11.2025).

9. 9 лучших программ для анимации для новичков и профессионалов // Filmora : сайт для разработчиков видео. – Раздел сайта «Программное обеспечение для редактирования видео». – URL: <https://filmora.wondershare.com/animated-video/best-free-animation-software-for-windows-and-mac.html> (дата обращения: 11.11.2025).

Статья поступила в редакцию 06.11.2025;
одобрена после рецензирования 18.11.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 376

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВУЮ СФЕРУ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ

Прима Светлана Владимировна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, spr1ma@yandex.ru

Аннотация. В статье описано исследование влияния занятий физической культуры на эмоционально-волевою сферу у детей дошкольного возраста с нарушениями речи. Приведены результаты экспериментального исследования, которое показало эффективность занятий физической культуры на развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: нарушения речи, дошкольный возраст, эмоционально-волевая сфера, тревожность, агрессия, саморегуляция, психическое здоровье, психогимнастика, пальчиковая гимнастик, асаны, игры

Современный стандарт дошкольного образования на первое место выдвигает задачу охраны и укрепления физического и психического здоровья детей. В дошкольных учреждения создаются условия для интегрирования в образовательный процесс как традиционных, так и инновационных подходов к физическому воспитанию и оздоровлению детей дошкольного возраста [11].

ФГОС дошкольного образования должны быть направлены на разностороннее развитие детей дошкольного возраста, должно быть пронизано заботой о физическом, психическом здоровье ребенка и его эмоциональном благополучии.

Впервые термин «психическое здоровье» был введен Всемирной организацией здравоохранения.

И.В. Дубровина отметила, что понятие «психическое здоровье» принято рассматривать как состояние душевного благополучия, отсутствие болезненных психических проявлений [7].

Опираясь на исследования Л.В. Тарабакиной [9] мы рассматриваем эмоционально-волевое здоровье ребенка старшего дошкольного возраста как показатель психического здоровья, как обобщенное положительное, комфортное эмоционально-волевое состояние детей, которое представляет собой стабильность эмоциональных реакций и отношений ребенка при взаимодействии с окружающей действительностью, позволяет ему успешно адаптироваться в социуме. В противном случае проявляются признаки эмоционального неблагополучия, которые выражаются в ярко выраженной тревожности и наличии страхов, превышающих возрастную норму, в неадекватной или неустойчивой самооценке.

Особое место физической культуры как одного из важнейших средств всестороннего развития дошкольника в отечественной педагогике общепризнано (А.В. Кенеман, Н.В. Полтавцева, Э.Я. Степаненкова) [10].

Многочисленные научные исследования посвящены проблемам физкультурно-оздоровительной работы с детьми, особенностям методики физического воспитания в детском саду (Е.Н. Вавилова, Ю.Ф. Змановский, Л.В. Карманова, С.Я. Лайзане, Н.Ф. Потехина, Л.М. Пензулаева и др.). Антонов Ю.Е. разработал социально-оздоровительную технологию, включающую авторскую программу, исследовательские методики, методические разработки [4]. Н.В. Горбунова исследовала здоровьесберегающую деятельность в современной системе образования [3]. Т.А. Бизина изучала использование инновационных технологий в физкультурно-оздоровительной работе с детьми старшего дошкольного возраста с речевыми нарушениями [2]. А.Г. Пискунова изучала особенности развития эмоционально-волевой сферы детей с общим недоразвитием речи [6].

Методы двигательной коррекции (психогимнастика, йога, асаны, игры с правилами) давно зарекомендовали себя как эффективный инструмент преодоления психологических проблем. Цель их внедрения – восстановление или формирование у ребенка контакта с собственным телом, снятие телесных напряжений, улучшение психического самочувствия [8].

В условиях неполноценной речевой деятельности нарушается развитие детей. Речь, не являясь врожденной способностью, формируется в ходе индивидуального развития параллельно с когнитивным и эмоциональным созреванием личности. Она выступает основным инструментом для вербализации мыслей и чувств, а ее развитие непосредственно связано с качественной трансформацией психических процессов, обеспечивающей переход к более осознанному и обобщенному восприятию окружающей действительности. Вместе с тем, онтогенез речевой деятельности зачастую характеризуется наличием различных нарушений и отклонений от нормативного пути. Многочисленные исследования (Л.С. Волкова, Г.В. Чиркина, Т.Б. Филичева и др.) свидетельствуют о том, что у детей наряду с речевыми дефектами наблюдается комплекс сопутствующих проблем в эмоционально-волевой сфере: повышенная тревожность, эмоциональная лабильность, импульсивность или, напротив, ригидность, низкий уровень самоконтроля и произвольности, трудности в коммуникации и социальном взаимодействии. Эти особенности усугубляют речевой дефект, создают серьезные препятствия для установления полноценных контактов со сверстниками и взрослыми и в конечном итоге затрудняют социализацию.

Целью нашего исследования стало изучение влияния физической культуры на эмоционально-волевою сферу у детей дошкольного возраста с речевыми нарушениями.

В исследовании приняли участие дети с тяжелыми речевыми нарушениями, а именно: общее недоразвитие речи 1 и 2 степени, заикание, алалия, дизартрия. Всего было обследовано 12 детей в возрасте с 6 до 7 лет. Дети обучаются в дошкольном образовательном учреждении РЖД лицей № 21 г. Комсомольск-на-Амуре.

Для исследования волевой сферы мы использовали методику диагностики саморегуляции У.В. Ульенкова. Исследование эмоциональной сферы проводилось с помощью двух методик: теста тревожности Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен и проективного теста «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич. Проявлением агрессии мы считали изображенные в рисунках следующие элементы: зубы, клешни, большой рот, панцирь, большой размер животного, рот с зубами, широко расставленные руки. За признаки тревожности мы принимали сильное нажатие карандаша, штриховку, много затемнений в рисунке, прерывистая линия контура, большие глаза, прорисованная радужка.

На констатирующем этапе эксперимента мы выявили, что дети с речевыми нарушениями имеют низкий уровень саморегуляции и высокий уровень тревожности.

Нами была разработана коррекционно-развивающая программа с элементами физической культуры, направленная на преодоление эмоциональных проблем и развитие волевой регуляции у детей дошкольного возраста с нарушениями речи.

Программа рассчитана на шесть месяцев и направлена на решение следующих задач: в области эмоциональной сферы – снизить уровень тревожности, мышечного напряжения и немотивированной агрессии с помощью релаксационных и дыхательных техник; в области волевой сферы – сформировать навыки произвольной регуляции поведения и контроля над импульсивными реакциями, в том числе агрессивными.

В коррекционно-развивающей программе были использованы: 1. дыхательные техники («Задуй свечу», «Снежинка», «Дышим как мишка»); 2. телесно-ориентированные методы и техники, которые направлены на снятие мышечных зажимов, осознание тела и снижение тревожности; 3. психогимнастика (этюды на выражение и распознавание эмоций: «Радость», «Грусть», «Страж», «Удивление», коммуникативные этюды: «Передай взгляд», «Зеркало», этюды на снятие напряжения: «Шалтай-Болтай», «Сосулька», «Тряпичная кукла») [12]; 4. техники мышечной релаксации [5]; 5. пальчиковая гимнастика, которая развивает внимание, память, волевой контроль над мелкой моторикой [1]; 6. асаны, формирующие координацию и способность чувствовать свое тело и контролировать его («Дерево», «Поза эмбриона»); 7. игры с правилами, развивающие навыки саморегуляции, например: «Стоп игра», кооперативные игры, коммуникативные игры: «Слепой и поводырь», «Крокодил».

На контрольном этапе эксперимента мы повторно провели диагностику и посчитали различия в показателях на констатирующем и контрольном этапах эксперимента с помощью критерия Вилкоксона (таблица 1).

Таблица 1 – Данные по методикам на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Показатели по методикам	Констатирующий этап	Контрольный этап	T-Вилконсона Уровень значимости
Уровень тревожности по методике Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен	52	38	0,00
Агрессия по рисунку «Несуществующее животное»	1,5	1,4	35,00
Тревога и страх по рисунку «Несуществующее животное»	2,22	1,7	91,00
Саморегуляция по методике Ульяновова У.В.	1,5	3,2	21,00

Характеризуя полученные данные, следует отметить наличие значимых изменений по исследуемым параметрам после проведения коррекционно-развивающей программы. По методике Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен был обнаружен значительный сдвиг в уровне тревожности, по методике «Несуществующее животное» – в уровне агрессивности, а по методике У.В. Ульяновой – в уровне саморегуляции. Статистический анализ подтвердил, что у детей с нарушениями речи после экспериментального воздействия уровень тревожности достоверно снизился ($T=0,00$ при $p=0,05$). Также было зафиксировано статистически значимое снижение уровня агрессии ($T=35,00$ при $p=0,05$). Уровень саморегуляции, напротив, значимо повысился ($T=21,00$ при $p=0,05$).

Далее мы проанализировали изменения в распределении детей по группам, продемонстрировавших высокий, средний и низкий уровни тревожности по методике Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен, а также уровни саморегуляции по методике У.В. Ульяновой (таблица 2).

На констатирующем этапе высокий уровень тревожности был выявлен у 66,7% детей, а на контрольном – ни у одного ребенка (0%). Количество детей со средним уровнем тревожности увеличилось с 33,3% до 100%. Что касается саморегуляции, то высокий уровень на констатирующем этапе был отмечен лишь у 8,3% детей, а на контрольном этапе – у 83,3%.

Таблица 2 – Распределение результатов обследования детей по уровням тревожности и саморегуляции

Параметры	Высокий уровень		Средний уровень			Низкий уровень		
Эмоциональная сфера	Критерий Фишера		Критерий Фишера			Критерий Фишера		
Уровень тревожности по методике Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен	До экс.	После	До	После	До	После	До	После
	66.6%	0%	33.3%	100%	4,68 (p=0,01)		0%	0%
Волевая сфера								
Уровень саморегуляции по методике У.В.Ульенкова	8.3%	83,3%	4,20 (p=0,01)	33.3%	16,6%	2,62 (p=0,01)	58.8%	0%

Для статистической оценки достоверности этих изменений был применен критерий Фишера. Анализ выявил статистически значимые различия по трем показателям. Количество детей со средним уровнем тревожности значительно повысилось ($\varphi=4,68$, $p\leq 0,01$), значительно выросло количество детей с высоким уровнем саморегуляции ($\varphi=4,20$, $p\leq 0,01$), и достоверно снизился процент детей, имеющих средний уровень саморегуляции ($\varphi=2,62$, $p\leq 0,01$).

Таким образом, наше исследование показало достаточную эффективность воздействия средств физической культуры на эмоционально-волевую сферу детей дошкольного возраста с нарушениями речи. Физическая культура играет значительную роль в данном процессе, способствуя улучшению моторики, координации движений, развитию самоконтроля и уверенности в себе. Активные физические нагрузки помогают снять напряжение и стресс, улучшают настроение и снижают тревожность. Регулярная двигательная активность способствует выработке эндорфинов («гормонов счастья»), которые положительно влияют на общее самочувствие и эмоциональное благополучие ребёнка.

Проведенное исследование позволяет наметить пути дальнейшей педагогической работы по укреплению эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста в различных видах двигательной деятельности.

Список источников

1. Анищенкова, Е.С. Пальчиковая гимнастика: пособие для родителей и педагогов / Е.С. Анищенкова. - Москва: АСТ: Астрель, 2022. – 61 с.: ил. - ISBN 5-17-038366-5. – Текст: непосредственный.
2. Бизина, Т.А. Использование инновационных технологий в физкультурно-оздоровительной работе с детьми старшего дошкольного возраста с речевыми нарушениями / Т.А. Бизина, Л.И. Австриевских. – Текст: электронный // Вопросы педагогики. – 2021. – № 10-2. – С. 66-68. – URL: EDN VQNLMTV.
3. Горбунова, Н.В. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в современной системе дошкольного образования / Н.В. Горбунова. – Текст: электронный // Проектирование и реализация здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. – Ялта: Гуманитарно-педагогическая академия (филиал) ФГАОУ ВО Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского, 2022. – С. 7-96. – URL: EDN OJYFDU.
4. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века: пособие для исследователей и практических работников / авт.-сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. - Москва: АРКТИ, 2000. - 88 с. - (Развитие и воспитание дошкольника). - ISBN 589415-088-4. – Текст: непосредственный.
5. Иванова, Т.А. Йога для детей. Парциальная программа для детей дошкольного возраста / Т.А. Иванова. - Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2023. – 192 с. – ISBN 9785906750143. – Текст: непосредственный.
6. Пискунова, А.Г. Изучение особенностей развития эмоционально-волевой сферы детей с общим недоразвитием речи / А.Г. Пискунова, Т.В. Канайкина. – Текст: электронный // XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего: сб. статей Международной научно-практической конференции, Пенза, 20 января 2022 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2022. – С. 116-118. - URL: EDN OTGCPY.
7. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы: методическое пособие для детских практических психологов учреждений образования / под ред. И.В. Дубровиной. - 4-е изд. - Екатеринбург: Деловая книга, 2000.- С. 32. - (Руководство практического психолога). – Текст: непосредственный.
8. Семенович, А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте: метод замещающего онтогенеза: учебное пособие / А.В. Семенович. – 12-е изд. - Москва: Генезис, 2025. – 474 с. – Текст: непосредственный.
9. Тарабакин, Л.В. Эмоциональное здоровье школьника в образовательном пространстве: специальность 19.00.07 «Педагогическая психология»: автореферат

диссертации...доктора психологических наук / Тарабкина Людмила Владимировна; Московский педагогический гос. ун-т. - Москва, 2000. - 40 с. – Текст: непосредственный.

10. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с. – ISBN 5-7695-2540-1. – Текст: непосредственный.

11. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие / авт. – сост. М.В. Куликова, Л.В. Руднева. – Тула: ТППО, 2021 г. - С.4. – Текст: непосредственный.

12. Чистякова, М.И. Психогимнастика / М.И. Чистякова; под ред. М.И. Буяновой. - Москва: Просвещение, 1990. – 128 с. - ISBN 5-09-002823-0. – Текст: непосредственный.

Статья поступила в редакцию 17.11.2025;
одобрена после рецензирования 03.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 376

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ

Прима Светлана Владимировна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, spr1ma@yandex.ru

Аннотация. Описано исследование особенностей эмоционально-волевой сферы у детей дошкольного возраста с нарушениями речи. Исследование показало, что дети с речевыми нарушениями имеют низкий уровень саморегуляции и средний уровень тревожности.

Ключевые слова: нарушения речи, дошкольный возраст, эмоционально-волевая сфера, тревожность, агрессия, саморегуляция

В современном мире растет количество детей, у которых проявляются серьезные отклонения в развитии речи. Это негативно сказывается на становлении психики ребенка, обуславливает задержку в развитии познавательных процессов, вызывает коммуникационные сложности. Дети с отклонениями в речевом развитии могут страдать из-за пониженной самооценки, у них регистрируется формирование тревожности, стеснительности или агрессии [1].

В развитии ребенка именно эмоционально-волевая сфера играет одну из самых важных ролей. Особенно значимым становится развитие эмоционально-волевой сферы в период обучения в начальной школе.

О.А. Халифаева и др. исследуя детей с ОНР, обнаружили, что у них познавательная, эмоционально-волевая сферы нарушены в большей степени, чем у детей без нарушений в речевом развитии [5].

У детей с ТНР заметны отклонения в эмоционально-волевой сфере, им свойственна частая смена настроения, низкая мотивация, неуверенность в себе, раздражительность и агрессия. Подобные нарушения выражаются в затрудненном формировании саморегуляции и самоконтроля [2].

Е.С. Тихонова отмечает, что эмоциональная сфера дошкольников с ОНР характеризуется повышенной тревожностью, которая проявляется в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-взрослый» [4]. Согласно исследованию В.Г. Колягиной для детей дошкольного возраста с ОНР характерны, как возрастные, так и специфические страхи [3].

Проявление страхов у рассматриваемой группы детей характеризуется интенсивностью и устойчивостью переживаний, а также эмоциональной фиксацией на специфических страхах. И.Ю. Кондратенко выявил, что дети с нарушениями в развитии речи испытывают сильные

затруднения в передаче мимическими средствами своих эмоций. Они не способны адекватно выражать эмоционально-смысловое содержание высказывания.

Целью нашего исследования стало изучение эмоционально-волевой сферы дошкольников с речевыми нарушениями.

Испытуемыми выступили дети, имеющие тяжелые речевые нарушения, а именно: общее недоразвитие речи 1 и 2 степени, заикание, алалия, дизартрия. Всего было обследовано 12 детей в возрасте с 6 до 7 лет. Дети обучаются в дошкольном образовательном учреждении РЖД лицей № 21 г. Комсомольск-на-Амуре.

Для исследования волевой сферы мы использовали методику диагностики саморегуляции У.В. Ульенкова.

Исследование эмоциональной сферы проводилось с помощью двух методик: теста тревожности Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен и проективного теста «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич. Проявлением агрессии мы считали изображенные в рисунках следующие элементы: зубы, клешни, большой рот, панцирь, большой размер животного, рот с зубами, широко расставленные руки. За признаки тревожности мы принимали сильное нажатие карандаша, штриховку, много затемнений в рисунке, прерывистая линия контура, большие глаза, прорисованная радужка.

Данные по обследованию детей представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики эмоционально-волевой сферы детей

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональная сфера			
Уровень тревожности по методике Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен	16.6%	66.8%	16.6%
Уровень тревожности По методика «Несуществующее животное»	33.3%	33.3%	33.3%
Уровень агрессивности по методике «Несуществующее животное» Агрессия	16.6%	33.3%	50%
Волевая сфера			
Уровень саморегуляции по методике У.В. Ульенкова	25.5%	33.3%	58.8%

Согласно результатам методики Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен, у большинства детей (66,8%) был выявлен средний уровень тревожности, в то время как высокий и низкий уровни отмечаются у 16,6% испытуемых.

По методике «Несуществующее животное» по 33,3% детей имеют высокий, средний и низкий уровни тревоги.

Исследование агрессивности детей с ТНР выявило, что 16.6 % детей имеют высокий уровень агрессивности, средний уровень имеют 33.3% детей, а низкий уровень – 50% дошкольников.

В таблице 2 представлен качественный анализ данных по методике «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Таблица 2 – Качественный анализ данных по методике «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен

Рисунок	Выбор веселого лица	Выбор грустного лица	Критерий Фишера
1. Игра с младшим ребенком	8 (66.66%)	4 (33.33%)	1,67 (p=0,05)
2. Ребенок на прогулке с мамой и малышом	6 (50%)	6 (50%)	
3. Объект агрессии (замахиваются на ребенка табуретом)	2 (16.66%)	10 (83.33%)	3,57 (p=0,01)
4. Одевание	9 (75%)	3 (25%)	2,56 (p=0.01)
5. Игра со старшим ребенком	11 (91.66%)	1 (8.33%)	4,83 (p=0,01)
6. Укладывание спать в одиночестве	2 (16.66%)	10 (83.33%)	3,57 (p=0,01)
7. Умывание	10 (83.33%)	2 (16.66%)	3,57 (p=0.01)
8. Выговор взрослым	2 (16.66%)	10 (83.33%)	3,57 (p=0.01)
9. Игнорирование (взрослый играет с малышом)	3 (25%)	9 (75%)	2,56 (p=0.01)
10. Агрессивность (конфликт со сверстником)	0	12 (100%)	
11. Собираение игрушек	6 (50%)	6 (50%)	
12. Изоляция (сверстники не играют с ребенком)	3 (25%)	9 (75%)	2,56 (p=0,01)
13. Ребенок с родителями	11 (91,66%)	1 (8,33%)	4,83 (p=0,01)
14. Еда в одиночестве	10 (83,33%)	2 (16,66%)	3,57 (p=0,01)

Во время проведения теста каждый ответ ребенка подвергался качественному анализу для выявления его эмоциональных переживаний в разных ситуациях.

Мы провели статистический анализ различий с помощью критерия Фишера в частоте встречаемости ответов на картинки с разными жизненными ситуациями. Было выявлено, что в ряде ситуаций значимо преобладал выбор веселого лица. К ним относятся: игра с младшим ($\varphi=1,67$, $p\leq 0,05$) и старшим ($\varphi=4,83$, $p\leq 0,01$) ребенком, одевание ($\varphi=2,56$, $p\leq 0,01$), умывание ($\varphi=3,57$, $p\leq 0,01$), прием пищи в одиночестве ($\varphi=3,57$, $p\leq 0,01$) и ситуация совместного пребывания с родителями ($\varphi=4,83$, $p\leq 0,01$). В других ситуациях статистически значимо чаще выбиралось грустное лицо. Это наблюдалось в условиях агрессии со стороны сверстника ($\varphi=3,57$, $p\leq 0,01$), отхода ко сну в одиночестве ($\varphi=3,57$, $p\leq 0,01$), выговора от взрослого ($\varphi=3,57$, $p\leq 0,01$), игнорирования сверстниками ($\varphi=2,56$, $p\leq 0,01$) и ситуации, когда внимание взрослого переключено на другого ребенка ($\varphi=2,56$, $p\leq 0,01$).

Следовательно, у детей с речевыми нарушениями чаще всего тревога повышается в ситуациях агрессии со стороны сверстников, укладывания спать в одиночестве, получение замечания от родителя, игнорирование взрослым, игры с младшим ребенком, конфликта со сверстником и в ситуации, когда сверстники не играют с ребенком.

В рисунках, где изображены повседневные действия, уровень тревожности существенно ниже, чем в ситуациях, связанных с отношениями между детьми или между ребенком и взрослым.

Изучение волевой сферы показало, что большинство детей имеет низкий уровень саморегуляции (58,8%). В эмоциональной сфере был выявлен средний уровень тревожности (66,8%), а наибольший процент детей (50%) продемонстрировал низкий уровень агрессивности.

Таким образом, наше исследование показало, что дети с речевыми нарушениями имеют низкий уровень саморегуляции и средний уровень тревожности.

Следовательно, для данной категории детей ключевой задачей становится разработка эффективных методов и подходов, обеспечивающих успешность обучения и воспитания. Работа должна начинаться максимально рано и носить комплексный характер, будучи направленной не только на коррекцию речевых нарушений, но и на развитие эмоционально-волевой сферы.

Список источников

1. Васильева, А.А. Эмоционально-волевое развитие детей с общим недоразвитием речи / А.А. Васильева. – Текст: электронный // Наука и просвещение: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей II Международной научно-практической конференции. В 2 частях, Пенза, 30 мая 2020 года. Часть 1. – Пенза: Наука и просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2020. – С. 266-268. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42906207> (дата обращения 20.06.2025).

2. Захарова, М.А. Диагностика агрессивного поведения детей с тяжелыми нарушениями речи и задержкой психического развития / М.А. Захарова. – Текст: электронный // Молодой ученый. – 2020. – № 49 (339). – С. 515-517. – URL: <https://moluch.ru/archive/339/76078/> (дата обращения 18.06.2025).

3. Колягина, В.Г. Психология страхов дошкольников: монография / В.Г. Колягина. – Москва: Прометей, 2016. – 40 с. – ISBN 978-5-9907986-0-1. – Текст: электронный // IPR SMART: цифровой образовательный ресурс: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/58190.html> (дата обращения: 20.06.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Тихонова, Е.С. Особенности эмоциональной сферы детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи / Е.С. Тихонова. – Текст: непосредственный // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2009. – № 9. – С. 28-29.

5. Халифаева, О.А. Особенности поведения детей с нарушением речи / О.А. Халифаева. – Текст: электронный // Психология образования в XXI веке: теория и практика: материалы Международной научно-практической конференции, Волгоград, 14–16 сентября 2011 года. – Волгоград: Изд-во ВГСПУ Перемена, 2011. – URL: <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/education21/contents/54874> (дата обращения 20.06.2025).

Статья поступила в редакцию 15.10.2025;
одобрена после рецензирования 27.10.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 373.2

МУЛЬТИПЛИКАЦИОННЫЕ СТУДИИ В СОВРЕМЕННОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ: АКТУАЛЬНОСТЬ, СОВРЕМЕННЫЕ МОДЕЛИ

Ушакова Екатерина Брониславовна

Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, sinulj85@mail.ru

Аннотация. В статье проанализирована актуальность развития мультипликационной деятельности в дошкольном образовании в контексте требований ФГОС ДО и Федеральной образовательной программы. Рассмотрены современные модели мультстудий (от традиционных до цифровых), их место в системе STEAM-образования, а также педагогические условия эффективного внедрения. На основе результатов экспериментального исследования представлены практические рекомендации по организации мультипликационной деятельности в условиях ДОУ. Данная статья основана на результатах проведённого автором экспериментального исследования и предназначена как для научной аудитории, так и для практикующих педагогов, руководителей дошкольных учреждений и специалистов в области образования и педагогов, заинтересованных в инновационном подходе к развитию творческих способностей дошкольников.

Ключевые слова: мультипликационные студии, STEAM-образование, дошкольное образование, инновационные технологии, творческое развитие, методология внедрения, цифровая грамотность

Почему мультипликация актуальна для современного дошкольного образования?

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утверждён 17 октября 2013 г.) и вступившая в действие Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена 25 ноября 2022 г.) ставят перед педагогами задачу не просто передачи знаний, но развития компетенций XXI века [10. 11]. В первую очередь это касается креативности и творческого мышления как способности генерировать новые идеи и находить нестандартные решения. Критическое мышление, то есть анализ информации и обоснованное принятие решений, становится неотъемлемой частью образовательного процесса. Коммуникация и сотрудничество, включающие эффективное взаимодействие в группе, развиваются параллельно с содержанием образовательных областей. Наконец, цифровая грамотность и навыки работы с современными технологиями становятся не менее важными, чем традиционные компетенции.

Мультипликационная деятельность естественным образом интегрирует все эти компоненты, что делает её одним из перспективных направлений педагогической практики. При создании даже простого мультфильма ребёнок одновременно развивает креативное мышление (поиск новых идей), критическое мышление (анализ и исправление ошибок), навыки сотрудничества (работа в группе), и получает опыт взаимодействия с технологиями.

Исследования психологов, таких как Д.Б. Богоявленская [1], В.Н. Дружинин [5] и Я.А. Пономарёв [9], показывают, что креативность развивается наиболее интенсивно в возрасте пяти-семи лет. Это период, когда у ребёнка уже сформирована способность к абстрактному мышлению, но ещё сохранена высокая восприимчивость и отсутствуют жёсткие стереотипы. Это критическое окно для специального развития творческих способностей, которое при целенаправленной работе может привести к формированию стойких творческих навыков, сохраняющихся и во взрослой жизни [8].

Вместе с тем, многие дошкольные учреждения по-прежнему применяют традиционные методы развития креативности, которые ограничены в своём воздействии. Рисование, безусловно, развивает образное мышление, но слабо развивает разработанность идей, то есть способность доводить замыслы до логического завершения. Конструирование требует значительного пространства и материалов, что не всегда доступно, особенно в условиях малокомплектных учреждений. Оба метода мало способствуют развитию навыков работы в команде и практическому овладению цифровыми технологиями.

В последние пять-семь лет в образовательной среде наблюдается переход от изолированного преподавания STEAM-дисциплин, то есть Science (естественные науки), Technology (технология), Engineering (инженерия), Art (искусство) и Mathematics (математика), к интегрированным проектам, в которых различные знания и навыки применяются для решения реальных задач. Мультипликационный проект становится идеальным интегратором всех этих областей.

В контексте естественных наук мультипликационный проект позволяет детям глубже понять физику движения, особенности света и цвета. Технологический компонент реализуется через использование камер, компьютеров, специального программного обеспечения. Инженерный подход проявляется в конструировании декораций и проектировании структуры проекта. Художественный компонент охватывает эстетику, композицию и дизайн. Математический аспект включает геометрию, последовательность кадров и расчёты параметров анимации. Таким образом, один мультипликационный проект объединяет все пять направлений STEAM-образования, что делает его исключительно эффективным инструментом интегрированного обучения.

Рассмотрим типологию современных мультипликационных студий в ДОО, вслед П.О. Анофриковым, А.В. Гориной и Ю.С. Скрипник.

Мультипликационные студии в дошкольных учреждениях могут быть организованы на разных уровнях технического обеспечения. Это обстоятельство определяется как финансовыми возможностями учреждения, так и целями, которые перед собой ставит педагогический коллектив.

Традиционные студии с низким уровнем технического оснащения требуют минимальное оборудование: столы для работы, различные материалы (пластилин, бумага, ткань, игрушки), освещение и фотокамеру. В таких студиях используются техники пластилиновой анимации, когда фигурки из пластилина перемещаются на плоской поверхности и фотографируются на каждом этапе движения. Популярна также бумажная анимация с вырезанием и перемещением изображений на плоской поверхности. Предметная анимация позволяет использовать готовые объекты и игрушки, придавая им движение. Песочная анимация, когда рисунок создаётся песком на световом столе с последующей фотофиксацией, также относится к традиционным техникам. Главное преимущество традиционных студий состоит в низкой стоимости организации и в том, что такая деятельность естественно развивает мелкую моторику и тактильное восприятие материалов. Однако традиционные подходы имеют и ограничения: работа с высоким разрешением становится сложной, а создание анимации требует значительного времени, так как один кадр в секунду требует двадцати четырёх отдельных кадров для одной секунды видеоролика.

Комбинированные студии сочетают традиционные материалы с современными инструментами. Здесь используются планшеты для рисования, программное обеспечение для монтажа видео, проекторы для демонстрации работ. Такие студии позволяют реализовать цифровое рисование с использованием графических планшетов, комбинированную анимацию, когда физические объекты смешиваются с цифровыми элементами, видеомонтаж с добавлением эффектов и даже простое создание трёхмерных моделей. Комбинированный подход обеспечивает хороший баланс между традиционным творчеством и цифровыми технологиями, развивает навыки работы с компьютером и позволяет получить результат более высокого качества. К сожалению, такие студии требуют обучения педагогов работе с программным обеспечением и представляют среднюю стоимость оборудования.

Профессиональные студии с высоким уровнем технического обеспечения включают профессиональные камеры, специализированное программное обеспечение типа Maya или Blender, сложное студийное освещение и даже зелёный экран. В таких условиях возможна трёхмерная анимация с созданием цифровых моделей и их анимированием, использование систем захвата движения, профессиональный видеомонтаж и полное звуковое оформление проектов. Такие студии развивают самые современные навыки и подготавливают детей к возможной карьере в медиа-индустрии. Однако стоимость оборудования составляет от пятисот тысяч рублей до нескольких миллионов, что делает профессиональные студии недоступными для большинства учреждений. Кроме того, требуется очень высокий уровень подготовки педагогов.

Кроме технического оснащения, мультипликационные студии различаются по целям, которые они преследуют. Развивающие мультипликационные студии ориентированы прежде всего на развитие творческих способностей детей. В таких студиях фокус делается на процесс, а не на конечный продукт. Детям предоставляется свободный выбор темы и техники реализации, минимизируются требования к технической совершенности работы. Такой подход позволяет каждому ребёнку развиваться в своём темпе и максимально проявить индивидуальность.

Образовательные мультипликационные студии интегрируются в общий образовательный процесс дошкольного учреждения. Здесь мультипликационная деятельность напрямую связана с тематическим планом развития детей. Например, если в этом месяце изучается тема «Животные», то дети создают мультфильмы про животных, одновременно углубляя знания в этой области. Работа организуется в виде проектов, которые развивают не только креативность, но и конкретные знания в определённых областях.

Профессионально-ориентированные мультипликационные студии ставят своей целью обучение профессиональным навыкам и подготовку детей к возможной дальнейшей деятельности в сфере медиа и анимации. В таких студиях требуется высокое качество конечного продукта, дети часто участвуют в конкурсах и фестивалях, работают над долгосрочными проектами, требующими высокого уровня технического мастерства.

На сегодняшний день в России существует несколько удачных примеров организации мультипликационной деятельности в образовательных учреждениях. Одним из наиболее известных является мультипликационная студия при Российском государственном педагогическом университете имени А.И. Герцена в Санкт-Петербурге. Под руководством Ю.Е. Красного [7] разработана комплексная программа «Педагогика анимации», которая включает обучение студентов педагогического вуза методологии и практике мультипликационной деятельности, создание учебных фильмов в различных техниках, проведение мастер-классов для педагогов дошкольных учреждений и разработку методических рекомендаций для образовательных организаций. Эта модель чётко продемонстрировала, что системное внедрение мультипликационной деятельности требует подготовки педагогических кадров и наличия методического обеспечения. Без этих двух условий попытки внедрить такую деятельность в образовательные организации часто заканчиваются неудачей.

Второй значимый пример - проект «Мультстудия «Я творю мир», разработанный авторами Н.С. Муродходжаевой [8] и И.В. Амочаевой [8]. Эта структурированная программа предназначена для внедрения в дошкольные учреждения и предусматривает трёхмодульную организацию занятий, когда дети проходят несколько этапов от введения в анимацию к

созданию авторских проектов и постепенной профессионализации. Программа интегрируется с другими областями развития детей, такими как речевое развитие и познавательное развитие. Большое внимание уделяется работе с родителями и специалистами дошкольного учреждения. В программе включены элементы театрализации, которые делают работу более привлекательной для детей.

Третий направление развития - STEAM-лаборатории в инновационных дошкольных учреждениях Москвы и Санкт-Петербурга. В последние годы растёт число учреждений, которые организуют STEAM-лаборатории, где мультипликационная деятельность сочетается с робототехникой, трёхмерной печатью и конструированием. Такой интегрированный подход позволяет показать детям взаимосвязь различных знаний и навыков, развить навыки проектной деятельности и подготовить детей к современному рынку труда, который будет требовать комплексных умений.

На основе анализа успешных и неудачных попыток внедрения мультипликационных студий в дошкольные учреждения России выявлены факторы, способствующие успеху. Прежде всего, это специальное обучение педагогов, которое должно быть объёмом не менее тридцати шести-семидесяти двух часов и включать как теоретические, так и практические компоненты. Важно наличие методического сопровождения в виде готовых программ, конспектов занятий и видеоматериалов, на которые педагоги могут опираться при проведении своей работы. Естественно, необходимо материально-техническое обеспечение, хотя бы на базовом уровне. Постоянная поддержка администрации дошкольного учреждения критически важна для того, чтобы мультипликационная деятельность не воспринималась как развлечение, а включалась в образовательный процесс как полноценное направление развития. И, наконец, включение родителей в проектную деятельность способствует более глубокому развитию креативности и повышает мотивацию детей.

Однако существуют и типичные проблемы, с которыми сталкиваются учреждения, пытающиеся внедрить мультипликационные студии. Наиболее распространённая проблема - это нехватка подготовленных кадров. Педагоги часто не знают методики работы с анимацией, боятся технического оборудования и не уверены в своих способностях организовать такую деятельность. Ещё одна проблема - недостаточное финансирование, когда отсутствуют даже минимальные средства на приобретение оборудования и материалов. Отсутствие методического обеспечения означает, что педагоги вынуждены разрабатывать всё с нуля, что требует много времени и часто приводит к ошибкам. Противодействие руководства также является реальной проблемой, когда администрация рассматривает мультипликацию как развлечение, а не как серьёзное направление развития творческих способностей.

Недостаточная разработанность методик анимационных технологий для развития креативности дошкольников определила необходимость проведения специального исследования. С сентября 2024 г. в МДОУ детский сад №109 реализуется авторская программа «Мультстудия», направленная на формирование когнитивных (беглость, гибкость) и социально-эмоциональных (инициативность, сотрудничество) компонентов креативности.

На основе проведённого нами экспериментального исследования с участием пятидесяти детей в течение девяти месяцев мы выделили ключевые условия, необходимые для успешного внедрения и развития мультипликационной деятельности в дошкольном учреждении.

Первое и, пожалуй, самое важное условие - это системность в планировании. Мультипликационная деятельность не должна быть спорадическим мероприятием, а должна быть интегрирована в перспективный план развития дошкольного учреждения с чёткими целями, задачами и измеримыми показателями.

Первое методическое условие - это применение трёхуровневой модели развития креативности, которая показала высокую эффективность в нашем исследовании. Первый уровень, рассчитанный на первый-второй месяцы, фокусируется на развитии беглости и гибкости мышления. На этом уровне используются упражнения на генерирование идей, такие как «Необычное использование предметов», когда детям предлагается как можно больше способов использовать привычные предметы. Дети создают мини-мультфильмы в группах из трёх-пяти кадров, используя простые техники и материалы. Работы обсуждаются и анализируются с целью поддержать интерес и мотивацию. В нашем исследовании уже после этого этапа беглость мышления увеличилась на двадцать пять процентов, а гибкость возросла на тридцать процентов.

Второй уровень приходится на третий-пятый месяцы и фокусируется на развитии оригинальности. На этом уровне дети работают над индивидуальными проектами со своей собственной темой. Используются техники преодоления стереотипов, заимствованные из ТРИЗ и других теорий развития креативности. Детям предлагается разнообразие материалов и техник для воплощения их идей. Результаты нашего исследования показали, что оригинальность увеличилась на шестьдесят пять процентов на этом этапе, и ровно треть детей достигла высокого уровня развития креативности.

Третий уровень приходится на шестой-девятый месяцы и сосредоточен на развитии разработанности идей. На этом уровне дети создают полноценные сюжетные мультфильмы, включающие двадцать-тридцать кадров и более. Они развивают навыки композиции, работают с освещением, осваивают основы монтажа. Начинается работа со звуком, включая озвучивание диалогов и звуковое оформление. Проекты презентуются и обсуждаются, что

развивает рефлексивные навыки. Наиболее значительный результат был получен именно на этом уровне: разработанность увеличилась на сто восемьдесят процентов, что отражает значительное развитие способности доводить замыслы до логического завершения.

Второе методическое условие - интеграция мультипликационной деятельности с другими образовательными областями. При работе с речевым развитием дети озвучивают свои мультфильмы, сочиняют диалоги и описывают действия персонажей, что развивает речь и словарный запас. В контексте познавательного развития мультипликационная деятельность может быть использована для изучения природных явлений, исторических событий или научных концепций. Например, дети могут создать мультфильм о жизни бабочки, одновременно изучая её жизненный цикл. В социально-коммуникативном развитии групповые мультипликационные проекты способствуют развитию навыков сотрудничества, эмпатии и толерантности. Художественно-эстетическое развитие происходит через работу над цветом, композицией и дизайном мультфильма. Даже физическое развитие получает импульс, так как работа с материалами развивает мелкую моторику.

Наше исследование показало, что для эффективного развития каждого компонента креативности необходимы определённые условия. Для развития беглости, то есть способности генерировать большое количество идей, необходимо создавать среду без критики и оценок, когда дети не боятся высказывать даже самые необычные идеи. Групповые обсуждения и сессии «мозгового штурма» стимулируют генерирование идей в коллективе. Временные ограничения, когда детям даётся определённое время на выдвижение идей, стимулируют быстрое и интенсивное мышление. Варьирование материалов и техник показывает детям множество возможностей и вдохновляет на новые идеи.

Для развития гибкости, то есть способности переключаться между различными подходами и видеть альтернативные решения, важно предоставлять несколько вариантов реализации одной идеи. Работа с различными материалами (пластилин, бумага, ткань, предметы) показывает детям, что одна идея может быть выражена многими способами. Обсуждение альтернативных решений в группе обогащает представление каждого ребёнка. Переключение между техниками и стилями в течение одного занятия или одного проекта развивает гибкость мышления.

Для развития оригинальности, то есть способности находить уникальные и редко встречающиеся решения, необходимо отводить достаточно времени на размышление и творческий поиск. Важно активно поддерживать необычные и нестандартные идеи, показывая детям, что быть «непохожим» - это ценно и интересно. Демонстрация примеров творческого мышления, включая биографии известных мультипликаторов и анализ необычных

мультфильмов, вдохновляет детей на оригинальность. Необходимо помочь детям преодолеть страх быть «неправильным» в глазах взрослых и сверстников.

Для развития разработанности, то есть способности доводить идею до логического завершения, развивая её во всех деталях, необходимо структурирование процесса с помощью раскадрировки и предварительного планирования. Важна постоянная мотивация доводить работу до конца, поскольку дети часто теряют интерес на середине проекта. Обратная связь на каждом этапе работы помогает детям видеть результаты своих усилий и понимать, что нужно улучшить. Опыт успеха в завершении проектов создаёт позитивное отношение к сложной деятельности.

Внедрение мультипликационной студии в дошкольном учреждении требует планомерного подхода, разделённого на несколько этапов. На первый месяц приходится этап подготовки и планирования. На этом этапе необходимо определить конкретные цели и задачи для вашего учреждения. Нужно провести анализ имеющихся материальных ресурсов, кадровых возможностей и помещений. Важно подготовить помещение для работы, закупить необходимые материалы. Обязательным условием является информирование родителей и всех педагогов дошкольного учреждения о предстоящих изменениях в образовательной программе.

На второй и третий месяцы планируется этап обучения педагогов. Педагоги, которые будут проводить занятия по мультипликации, должны пройти курсы повышения квалификации продолжительностью минимум тридцать шесть часов. Эти курсы должны включать как теоретические знания о развитии креативности, так и практическую работу с различными техниками анимации. Важно, чтобы педагоги сами прошли весь процесс создания мультфильма, чтобы потом они могли аутентично и уверенно руководить детской деятельностью. Изучение методического материала и знакомство с программным обеспечением, если оно используется, также приходится на этот период.

На четвёртый и пятый месяцы приходится пилотный проект. На этом этапе проводится констатирующее диагностирование с использованием теста Торренса или других валидных методик оценки креативности. Программа апробируется, собирается обратная связь от детей и родителей, вносятся необходимые коррективы.

Шестой-одиннадцатый месяцы - это основной период реализации программы. На этом этапе проводятся систематические занятия по разработанному плану. Периодическое диагностирование проводится каждые два-три месяца, чтобы отслеживать прогресс. На основе результатов диагностирования вносятся коррективы в программу. Подготавливается промежуточная презентация результатов для администрации. Программа постепенно расширяется на другие группы дошкольного учреждения.

На двенадцатый месяц приходится итоговая оценка и планирование на следующий год. Проводится финальное диагностирование всех детей, участвовавших в программе. Результаты анализируются и сравниваются с исходными показателями. Организуется праздничная презентация достижений для родителей и администрации, где дети демонстрируют созданные мультфильмы. На основе полученных данных планируется развитие программы в следующем учебном году.

Неоценимую роль в развитии креативности дошкольников через мультипликацию играет семья. Наше исследование показало, что дети, получающие активную поддержку от своих родителей, добиваются на пятнадцать-двадцать процентов лучших результатов по всем показателям креативности. Это подчёркивает важность включения семьи в процесс развития творческих способностей ребёнка.

Для информирования и включения родителей рекомендуется проводить специальные встречи в начале года. На этих встречах можно организовать презентацию программы «Развитие креативности детей через мультипликацию», демонстрацию примеров работ детей из предыдущих лет, объяснение возрастных особенностей развития креативности. Практические мастер-классы проводятся один-два раза в месяц и позволяют родителям увидеть процесс работы и попробовать создать мультфильм всей семьёй. Это особенно ценно, так как дети видят, что их родители тоже могут быть творческими и не всё получается сразу. Домашние задания творческого характера могут включать генерирование идей для проектов, которые потом дети реализуют на занятиях. Сбор материалов и реквизита для проектов - это ещё один способ включить семью. Обсуждение и совместное планирование сюжетов сближает родителя и ребёнка и развивает критическое мышление. Выставки и презентации работ перед родителями, обсуждение творческого процесса и предоставление конструктивной обратной связи мотивируют как детей, так и родителей продолжать работу. Рекомендуется создание дома среды, поддерживающую творчество, а также проводить просвещение родителей по вопросам внедрения цифровых технологий.

Таким образом, мультипликационная деятельность представляет собой не просто развлечение для детей, а действенный инструмент развития креативности и ключевых компетенций XXI века. Наше экспериментальное исследование, в котором участвовало пятьдесят детей в течение девяти месяцев, доказало, что систематическое внедрение мультипликационных студий в дошкольных учреждениях приводит к статистически значимому увеличению всех компонентов креативности с уровнем значимости $p < 0,05$. Наибольшее развитие произошло в показателе разработанности идей. Наблюдалось повышение инициативности и самостоятельности детей, улучшение взаимодействия в группе.

Полученные результаты соответствуют требованиям как Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, так и Федеральной образовательной программы дошкольного образования. Результаты также подтверждают актуальность и целесообразность интеграции мультипликационной деятельности в образовательные программы дошкольных учреждений. Для руководителей дошкольных учреждений рекомендуется рассмотреть возможность внедрения мультипликационной деятельности как одного из инновационных направлений развития творческих способностей детей. Необходимо выделить финансирование для обучения педагогов и приобретения оборудования. Рекомендуется создавать условия для сетевого взаимодействия с другими учреждениями для обмена опытом и методическими материалами.

Для педагогов, заинтересованных в реализации мультипликационной деятельности, первым шагом должно быть прохождение специального обучения продолжительностью минимум тридцать шесть часов. Рекомендуется начинать с простых техник, таких как пластилиновая анимация, и постепенно переходить к более сложным методам. Применение предложенной трёхуровневой модели развития креативности показало высокую эффективность. Активное включение родителей в процесс значительно повышает результативность деятельности.

Для исследователей в области педагогики и психологии остаются актуальными вопросы долгосрочных эффектов мультипликационной деятельности на развитие креативности и других компетенций. Требуется дальнейшее изучение применимости методики для детей с особыми образовательными потребностями. Анализ влияния мультипликационной деятельности на социальные и коммуникативные компетенции детей также представляет научный интерес. Исследование различных техник анимации и их дифференцированного воздействия на компоненты креативности может помочь.

Список источников

1. Богоявленская Д.Б. Психология творческих способностей / Д.Б. Богоявленская. - Москва: Академия, 2002. - 320 с. – Текст: непосредственный.
2. Богоявленская Д.Б. Творчество: психологическая сущность и диагностика // Вопросы психологии / Д.Б. Богоявленская - Текст: электронный // Психология творчества и одаренности. - 2001. - № 5. - С. 23-25. – ISSN 0869-8503. – URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_9813.pdf (дата обращения 20.11.2025)
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - Москва: Просвещение, 1991. - 96 с. – Текст: непосредственный.
4. Веракса Н.Е. Дошкольная педагогика и психология / Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса. - Москва: Мозаика-Синтез, 2014. - 560 с. – Текст: непосредственный

5. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология : учебник для вузов / В.Н. Дружинин. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 386 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09236-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565013> (дата обращения 15.12.2025)

6. Комарова Т.С. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании / Т.С. Комарова, И. И. Комарова, А.В. Туликов. — Москва: Мозаика-Синтез, 2011. — 167 с. — Текст: непосредственный.

7. Красный Ю.Е. Педагогика анимации: онлайн-курс / Ю.Е. Красный. — Текст: электронный // РГПУ им. Герцена. — 2020. — URL: <https://herzen.ru/animaciya> (дата обращения: 18.07.2024).

8. Муродходжаева Н.С. Мультстудия «Я творю мир»: методические рекомендации по организации работы мультстудии в ДОУ / Н.С. Муродходжаева, И.В. Амочаева. - Москва: Сфера, 2018. - 96 с. — Текст: непосредственный.

9. Пономарев Я.А. Психология творчества / Я.А. Пономарев; АН СССР. Ин-т психологии. - Москва: Наука, 1976. - 303 с. ил. — Текст: непосредственный

10. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утверждён приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155. - М.: Просвещение, 2014. - 32 с. — Текст: непосредственный.

11. Федеральная образовательная программа дошкольного образования: утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028. - М.: Сфера, 2023. - 224 с. — Текст: непосредственный.

12. Юркевич В.С. Одарённый ребёнок: иллюзии и реальность / В.С. Юркевич. - Москва: Просвещение, 1996. - 136 с. — Текст: непосредственный

Статья поступила в редакцию 22.12.2025;
одобрена после рецензирования 29.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 373.2

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА И РОДИТЕЛЕЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АНИМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОО

Ушакова Екатерина Брониславовна, Бадикова Ирина Константиновна
Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, sinulj85@mail.ru

Аннотация. В статье проанализирована работа с родителями в процессе реализации проектов с использованием анимационных технологий в ДОО. На основе результатов экспериментального исследования представлены практические рекомендации по организации работы с ними. Данная статья основана на результатах проведённого автором экспериментального исследования и предназначена как для научной аудитории, так и для практикующих педагогов, руководителей дошкольных учреждений и специалистов в области образования и педагогов, заинтересованных в инновационном подходе к развитию креативности дошкольников.

Ключевые слова: креативность, дошкольное образование, инновационные технологии, творческое развитие, анимационные технологии, цифровая грамотность

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утверждён 17 октября 2013 г.) и вступившая в действие Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена 25 ноября 2022 г.) ставят перед педагогами задачу подготовки поколения адаптивного к изменяющимся условиям, в том числе через развитие креативности [11, 12].

Исследования психологов, таких как Д.Б. Богоявленская [1], В.Н. Дружинин [5] и Я.А. Пономарёв [9], показывают, что старший дошкольный возраст является сензитивным для развития креативности у детей [8]. Одним из современных подходов к развитию креативности в ДОО является использование анимационных технологий доступных для детской аудитории и их родителей.

На сегодняшний день в России существует несколько удачных примеров организации мультипликационной деятельности в образовательных учреждениях. Одним из наиболее известных является мультипликационная студия при Российском государственном педагогическом университете имени А.И. Герцена в Санкт-Петербурге. Под руководством Ю.Е. Красного [7] разработана комплексная программа «Педагогика анимации», проект «Мультстудия «Я творю мир», разработанный авторами Н.С. Муродходжаевой [8] и И.В. Амочаевой [8] и STEAM-лаборатории в инновационных дошкольных учреждениях Москвы и Санкт-Петербурга, где мультипликационная деятельность сочетается с робототехникой, трёхмерной печатью и конструированием. Такой интегрированный подход позволяет показать

детям взаимосвязь различных знаний и навыков, развить навыки проектной деятельности и подготовить детей к современному рынку труда, который будет требовать комплексных умений.

Недостаточная разработанность применения методик анимационных технологий для развития креативности дошкольников определила необходимость проведения нашего исследования. С сентября 2024 г. в МДОУ детский сад №109 была реализована авторская программа «Мультстудия», направленная на формирование когнитивных (беглость, гибкость) и социально-эмоциональных (инициативность, сотрудничество) компонентов креативности.

На основе проведённого нами экспериментального исследования с участием пятидесяти детей в течение девяти месяцев мы выделили ключевые условия, необходимые для успешного внедрения и развития мультипликационной деятельности в дошкольном учреждении, а также были рассмотрены условия работы с родителями воспитанников в данном направлении.

Неоценимую роль в развитии креативности дошкольников через мультипликацию играет семья. Наше исследование показало, что дети, получающие активную поддержку от своих родителей, добиваются на пятнадцать-двадцать процентов лучших результатов по всем показателям креативности. Это подчёркивает важность включения семьи в процесс развития творческих способностей ребёнка.

Для информирования и включения родителей рекомендуется проводить специальные встречи в начале года. На этих встречах можно организовать презентацию программы «Развитие креативности детей через мультипликацию», демонстрацию примеров работ детей из предыдущих лет, объяснение возрастных особенностей развития креативности. Практические мастер-классы проводятся один-два раза в месяц и позволяют родителям увидеть процесс работы и попробовать создать мультфильм всей семьёй. Это особенно ценно, так как дети видят, что их родители тоже могут быть творческими и не всё получается сразу.

Домашние задания творческого характера могут включать генерирование идей для проектов, которые потом дети реализуют на занятиях. Сбор материалов и реквизита для проектов - это ещё один способ включить семью. Обсуждение и совместное планирование сюжетов сближает родителя и ребёнка и развивает критическое мышление. Выставки и презентации работ перед родителями, обсуждение творческого процесса и предоставление конструктивной обратной связи мотивируют как детей, так и родителей продолжать работу.

Наблюдения показали, что дети из семей, где были доступны материалы для творчества, такие как пластилин, бумага, различные красители и предметы для конструирования, демонстрировали на двадцать пять-тридцать процентов выше показатели

беглости и гибкости мышления. Это говорит о важности создания дома поддерживающей творческую среды.

Рекомендации для родителей включают создание дома «творческого уголка», где материалы находятся в постоянном доступе для ребёнка. Предоставление возможности свободной игры с различными предметами, без заранее установленной цели, способствует развитию воображения. Поддержка «необычных» идей ребёнка, даже если они кажутся странными взрослому, критически важна для развития оригинальности мышления. Участие в совместном творчестве без критики и замечаний создаёт атмосферу принятия и поддержки. Помощь ребёнку в планировании проектов и доведении их до конца развивает разработанность и усидчивость.

При внедрении цифровых технологий в образовательный процесс дошкольного учреждения необходимо учитывать вопросы безопасности, конфиденциальности и здоровья детей. Поэтому проводились ликбезы для родителей по рациональному использованию экранного времени. Экранное время – это время, проводимое перед компьютером или планшетом, должно быть ограничено. Для детей пяти-шести лет рекомендуется не более одного-полутора часов экранного времени в неделю. Для детей шести-семи лет это может быть увеличено до двух часов в неделю. Обязательны частые перерывы каждые десять-пятнадцать минут для отдыха глаз и смены деятельности. Личные данные и конфиденциальность детей должны быть защищены. Для педагогов необходимо получить письменное согласие родителей на использование изображений и видеоматериалов с участием их ребёнка, поэтому велась разъяснительная работа. Публикация работ в интернет должна быть ограничена и только с явного согласия родителей. Дети должны быть обучены правилам безопасности в сети интернет и пониманию того, что любая информация, загруженная в интернет, может остаться там навсегда.

Таким образом, мультипликационная деятельность представляет собой не просто развлечение для детей, а действенный инструмент развития креативности и ключевых компетенций XXI века. Наше экспериментальное исследование, в котором участвовало пятьдесят детей в течение девяти месяцев, доказало, что систематическое внедрение мультипликационных студий в дошкольных учреждениях приводит к статистически значимому увеличению всех компонентов креативности с уровнем значимости $p < 0,05$. Наибольшее развитие произошло в показателе разработанности идей. Наблюдалось повышение инициативности и самостоятельности детей, улучшение взаимодействия в группе [10].

Таблица 1 - Динамика уровней креативности детей старшего дошкольного возраста по методике П. Торренса, экспериментальная группа

Компонент	ЭГ (M ± SD)	ЭГ (M ± SD)	t	p
	Констатирующий этап	Контрольный этап		
Беглость	18,2 ± 4,5	26,4 ± 4,5	3,24	p < 0,05
Гибкость	3,1 ± 3,5	4,2 ± 3,5	2,89	p < 0,05
Оригинальность	1,2 ± 4,0	1,7 ± 4,0	2,76	p < 0,05
Разработанность	1,5 ± 6,5	2,5 ± 6,5	3,41	p < 0,01

Полученные результаты соответствуют требованиям как Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, так и Федеральной образовательной программы дошкольного образования. Результаты также подтверждают актуальность и целесообразность интеграции мультипликационной деятельности в образовательные программы дошкольных учреждений. Для руководителей дошкольных учреждений рекомендуется рассмотреть возможность внедрения мультипликационной деятельности как одного из инновационных направлений развития творческих способностей детей. Рекомендуется создавать условия для сетевого взаимодействия с другими учреждениями для обмена опытом и методическими материалами. Для педагогов, заинтересованных в реализации мультипликационной деятельности, рекомендована специализированная подготовка. Активное включение родителей в процесс значительно повышает результативность деятельности.

Для исследователей в области педагогики и психологии остаются актуальными вопросы долгосрочных эффектов мультипликационной деятельности на развитие креативности и других компетенций. Требуется дальнейшее изучение применимости методики для детей с особыми образовательными потребностями. Данная статья раскрывает возможности организационной работы с родителями в процессе реализации программы развития креативности у детей старшего дошкольного возраста средствами анимационных технологий.

Список источников

1. Богоявленская Д.Б. Психология творческих способностей / Д.Б. Богоявленская. - Москва: Академия, 2002. - 320 с. – Текст: непосредственный.
2. Богоявленская Д.Б. Психология творчества и одаренности. Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 15-17 ноября 2021 года, г. Москва: в 3-х частях / Под ред. Д.Б. Богоявленской. – М.: Ассоциация

технических университетов, 2021. – 301 с. – Часть 1. – URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_9813.pdf (дата обращения 20.11.2025)

3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - Москва: Просвещение, 1991. - 96 с. – Текст: непосредственный.

4. Веракса Н.Е. Дошкольная педагогика и психология / Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса. - Москва: Мозаика-Синтез, 2014. - 560 с. – Текст: непосредственный

5. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология : учебник для вузов / В.Н. Дружинин. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 386 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09236-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565013> (дата обращения 15.12.2025)

6. Комарова Т.С. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании / Т.С. Комарова, И. И. Комарова, А.В. Туликов. – Москва: Мозаика-Синтез, 2011. – 167 с. – Текст: непосредственный.

7. Красный Ю.Е. Педагогика анимации: онлайн-курс / Ю.Е. Красный. – Текст: электронный // РГПУ им. Герцена. – 2020. - URL: <https://herzen.ru/animaciya> (дата обращения: 18.07.2024).

8. Муродходжаева Н.С. Мультистудия «Я творю мир»: методические рекомендации по организации работы мультистудии в ДОУ / Н.С. Муродходжаева, И.В. Амочаева. - Москва: Сфера, 2018. - 96 с. – Текст: непосредственный.

9. Пономарев Я.А. Психология творчества / Я.А. Пономарев; АН СССР. Ин-т психологии. - Москва: Наука, 1976. - 303 с. ил.; 22. – Текст: непосредственный

10. Торренс П. Теория и практика развития творческого мышления/ П. Торренс; пер. с англ. - Москва: Прогресс, 1972. - 240 с. - Текст: непосредственный.

11. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утверждён приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155. - М.: Просвещение, 2014. - 32 с. – Текст: непосредственный.

12. Федеральная образовательная программа дошкольного образования: утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028. - М.: Сфера, 2023. - 224 с. – Текст: непосредственный.

Статья поступила в редакцию 22.12.2025;
одобрена после рецензирования 29.12.2025;
принята к публикации 29.12.2025

Научная статья
УДК 372.8: 004.8

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА УРОКАХ ТРУДА (ТЕХНОЛОГИИ)

Фетисенко Надежда Олеговна, Захарова Наталья Владимировна
Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия, fet22@list.ru

Аннотация. В статье рассматривается применение искусственного интеллекта (ИИ) в образовании, в частности на уроках труда (технологии). Описываются возможности ИИ как инструмента для автоматизации рутинных задач, адаптации учебных материалов под индивидуальные потребности учеников и создания виртуальных сред для практики навыков. Подчеркивается важность обучения учителей работе с ИИ-инструментами и необходимость учёта этических, технических и методических аспектов их внедрения. Отмечается, что ИИ не может заменить учителя, но может стать мощным дополнением к традиционным методам обучения.

Ключевые слова: искусственный интеллект, нейросеть, творчество, творческая деятельность, учитель, эффективность, образование, учебный процесс

Искусственный интеллект заменит творческую деятельность учеников и учителя на уроке труда (технологии)? Но прежде, чем отвечать на этот вопрос. Ответим, что такое искусственный интеллект, а после вернёмся к этому вопросу.

Искусственный интеллект – это программа, которая при определенных, заданных требованиях выполняет свою роль и выдает интересные решения. Такие как идентифицировать речь, создавать картинки, писать текст, монтировать видео, создавать презентации и многое другое. Главное, что задаешь ему.

В основе искусственного интеллекта лежат алгоритмы, которые обрабатывают данные, обучаются на них и делают выводы. Он способен анализировать большие объёмы информации, выявлять закономерности и генерировать новые идеи на основе имеющихся данных.

Развитие его началось с простых систем, способных выполнять ограниченные задачи, и постепенно достигло уровня сложных алгоритмов, способных к обучению и адаптации. Сегодня он активно используется в различных областях, включая образование [1].

Искусственный интеллект может автоматизировать рутинные задачи, такие как генерация учебных материалов, схем и инструкций. Это даёт возможность педагогу сосредоточиться на более сложных аспектах обучения и взаимодействии с учениками.

Искусственный интеллект способен адаптировать материалы и задания под индивидуальные потребности каждого школьника, учитывая его уровень знаний и навыков. Это способствует более эффективному и познавательному обучению.

Также он может создавать виртуальные среды для практики навыков, что особенно полезно в области технологии. Ученики могут шлифовать навыки в безопасной и контролируемой среде, прежде чем применять их на практике.

Искусственный интеллект может генерировать чертежи, схемы и эскизы по текстовому описанию. Например, учитель может попросить ИИ создать чертёж простого изделия по описанию, адаптировав его под уровень класса. Он также может создавать пошаговые инструкции и технологические карты. Это помогает ученикам лучше понять последовательность операций и меры предосторожности [2].

Учителя должны быть обучены работе с ИИ-инструментами и понимать, как их использовать для улучшения образовательного процесса и потребностей. Это включает в себя изучение основных принципов работы ИИ и освоение методов его применения в обучении.

Необходимо выбрать подходящие ИИ-инструменты, которые соответствуют целям и задачам урока. Это может включать в себя генерацию чертежей, создание инструкций, симуляцию практических задач и т. д.

Использование ИИ поднимает вопросы конфиденциальности данных и этических аспектов их обработки. Необходимо обеспечить защиту персональных данных учеников и соблюдение их прав.

Внедрение его требует обновления технической инфраструктуры и обеспечения совместимости с существующими системами. Это может потребовать дополнительных инвестиций и ресурсов.

Существует риск зависимости от технологий и снижения навыков критического мышления и решения проблем у учеников. Поэтому важно сочетать использование ИИ с традиционными методами обучения.

В будущем ИИ может стать ещё более мощным инструментом для образования, включая разработку персонализированных учебных планов, создание интерактивных учебных материалов и автоматизацию оценки.

Важно то, что искусственный интеллект сам по себе не может заменить учителя и ученика — он лишь дополняет его, обогащая образовательный опыт, может стать мощным инструментом в его руках. Учителя будут играть ключевую роль в адаптации ИИ-инструментов под конкретные потребности учеников и обеспечении качественного взаимодействия с ними [3].

Ожидается, что ИИ будет всё более широко использоваться в образовании, включая уроки технологии. Это потребует от учителей освоения новых навыков и методов работы с ИИ-инструментами.

Использование ИИ на уроках технологии имеет потенциал для улучшения образовательного процесса и повышения эффективности обучения. Однако необходимо учитывать этические, технические и методические аспекты его внедрения. Важно сочетать использование ИИ с традиционными методами обучения и обеспечивать комплексное развитие учеников [4].

На отечественном рынке искусственного интеллекта есть несколько ведущих сервисов, которые выделяются благодаря своим особым фишкам и хорошим возможностям. YandexGPT который доступен в Алисе Pro и других продуктах Яндекса, показывает отличное владение русским языком и умение. Особенно эффективен при работе с задачами, требующими структурирования информации: составлении инструкций, разработке планов и выполнении расчетов. Благодаря интеграции с поисковой системой Яндекса, он может оперативно получать актуальные данные, что полезно для разработки технологических карт, учебных программ и ответов на вопросы учащихся. GigaChat от Сбера часто выдаёт более изобретательные ответы, отлично подходит для проведения мозговых штурмов и поиска нестандартных решений. Он также способен работать с кодом, что делает его ценным инструментом для уроков робототехники. Интеграция с Kandinsky позволяет генерировать изображения по текстовому описанию, расширяя возможности для создания новых проектов, творческих заданий и комплексных материалов, объединяющих текст и графику.

Вместо того чтобы ограничиваться одним сервисом, рекомендуется комбинировать различные нейросети, используя их сильные стороны: YandexGPT/GigaChat для работы с текстом и логическими задачами, а Kandinsky – для добавления визуального оформления [5].

И главное в работе с искусственным интеллектом, надо его проверять на достоверность. Так как может выдавать неточную или вообще неправильную информацию.

Для уроков труда (технологии) подходят, например, такие как адаптивные обучающие платформы — подстраиваются под уровень знаний и темп обучения каждого ученика.

Создание визуальных материалов — нейросети генерируют презентации, подборки изображений, инфографики и схемы по любой теме. Формулировать запрос к ИИ конкретно — указывать класс, тему, формат задания.

Одним из примеров его использования. Например, чтобы развить у школьников навыки проектирования и творческого мышления, познакомить их с возможностями искусственного интеллекта в создании идей и визуализации, показать, как можно использовать современные цифровые инструменты в технологии. В первую очередь, учащиеся выбирают предмет, который хотят создать или один для всех. И выбирают, например органайзер. Далее вводят запрос в программу генерации изображений. Например, создать эскиз органайзера в стиле эко-дизайн. Затем происходит обсуждение, какие эскизы понравились и почему. По мотивам

предложенных ИИ изображений учащиеся делают собственный чертеж на бумаге или в графической программе. Как удобнее или от возможности предоставленные ученикам. Берут доступные материалы, например, картон и создают модель изделия. После изготовления, презентуют органайзер. Как использовали ИИ, что доработали, какие решения принимали самостоятельно [6].

Что в итоге можно выдать по искусственному интеллекту, он полезен, безусловно, как дополнение. С его помощью можно ускорить рабочий процесс и увеличить производительность учителя. Также помогает в ситуациях творческого кризиса. Достаточно задать вопрос, и он предложит несколько идей. Запрашивать у искусственного интеллекта можно что угодно, все зависит от вашей фантазии. В любом случае он не может заменить полностью деятельность учителя и учеников. Им нужно пользоваться с умом и не злоупотреблять. Программ существует различное множество. Главное выбрать свою, а точнее несколько для удобства. И таким образом, освободить некоторые моменты на занятиях и создавать с детьми потрясающие работы и получать удовольствие от процесса изобретения.

Список источников

1. Павлов С. Н. Системы искусственного интеллекта: учеб. пособие. В 2-х частях / С. Н. Павлов. — Томск: Эль Контент, 2011. — Ч. 1. — 176 с. — Текст: непосредственный
2. Салиева О. К. Преимущества уроков с использованием информационных технологий / Салиева О. К., Шарипова Н. Р. — Текст: электронный // Образование и проблемы развития общества - 2021. - №4. - С. 97-102. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/preimuschestva-urokov-s-ispolzovaniem-informatsionnyh-tehnologiy/viewer>
3. Эсмурзаева Л.С. Роль искусственного интеллекта в образовании / Эсмурзаева Л.С., Тагирова Р.А. — Текст: электронный // Достижения науки и образования. — 2023. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-iskusstvennogo-intellekta-v-obrazovanii/viewer>
4. Жураева Н. М. Интеграция искусственного интеллекта в учебный процесс: перспективы и вызовы / Жураева Н. М. - Текст: электронный // Экономика и социум. — 2024. - №4. — С. 613-616. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/integratsiya-iskusstvennogo-intellekta-v-uchebnyu-protsess-perspektivy-i-vyzovy/viewer>
5. Смолин Д. В. Введение в искусственный интеллект: конспект лекций / Д. В. Смолин. — М.: ФИЗМАТЛИТ, 2004. — 208 с. — Текст: непосредственный
6. Симоненко В. Д. Технология 5-7 классы / В. Д. Симоненко, Н. В. Сеницына. — М.: Просвещение, 2023. — Текст: непосредственный
7. Чекурова А. Ю. Формирование функциональной грамотности у обучающихся в образовательной области «Технология» / А. Ю. Чекурова, Е. Е. Лыткина. - Текст: электронный

// Проблемы современного педагогического образования – 2023. – С. 639-642. - URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-funktsionalnoy-gramotnosti-u-obuchayuschih-sya-v-obrazovatelnoy-oblasti-tehnologiya>

8. Полат Е.С. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: Учеб. пособие для студ. пед. вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров / Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина, М.В. Моисеева, А.Е. Петров; Под ред. Е.С. Полат. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 224 с.

Статья поступила в редакцию 15.09.2025;
одобрена после рецензирования 13.10.2025;
принята к публикации 29.12.2025