



**Теория и практика
современной науки**
№10(112) октябрь 2024

ISSN 2412-9682

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

«Теория и практика современной науки»

<http://www.modern-j.ru>

ISSN 2412-9682

Свидетельство о регистрации средства массовой коммуникации
Эл № 61970 от 02.06.2015г.

Выпуск № 10(112) октябрь, 2024.

Журнал размещается на сайте Научной электронной библиотеки
на основании договора 435-06/2015 от 25.06.2015

© Институт управления и социально-экономического развития, 2024

Редакционный совет:

Абдуллаева З.Ш., доктор философии (PhD) по физико-математическим наукам,

Азимова С.Б., доктор медицинских наук, доцент,

Айтмуратова У.Ж., PhD экономических наук,

Ахмеджонов Д.Г., доктор технических наук, доцент,

Ахраров Б.С., доктор философии по педагогическим наукам,

Бердиев У.Т., кандидат технических наук, профессор,

Боймуродов А.Х., доктор философии по педагогическим наукам (PhD),

Вестов Ф. А., кандидат юридических наук, профессор,

Давлетмуратова В.Б., кандидат биологических наук, доцент,

Джуманова А.Б., кандидат экономических наук, доцент,

Есемуратова Р.Х., доктор философии по биологическим наукам (PhD),

Жугинисов Т.И., доктор биологических наук, профессор,

Жуманов З.Э., доктор философии по медицинских наукам (PhD), доцент,

Зарайский А.А., доктор филологических наук, профессор,

Камалов А.Ф., доктор философии по педагогическим наукам (PhD),

Кидирбаев Б.Ю., доктор философии по архитектурным наукам (PhD), доцент,

Кидирбаева А.Ю., доктор философии по биологическим наукам (PhD),

Кадирова З.З., доктор философии по филологическим наукам (PhD),

Краснова Г.М., доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент

Курбаниязов Б.Т., доктор философии по биологическим наукам (PhD),

Курбанова А.И., кандидат биологических наук, доцент,

Мадрахимов У.С., доктор фил.(PhD) по физ.-математическим наукам, доцент,

Мамадиярова Д.У., доктор философии по психологическим наукам (PhD),

Мамбеталиев К.А., доктор философии по филологическим наукам (PhD),

Маткаримова Д.С., доктор медицинских наук, доцент,

Мирзабеков М.С., доктор философии по техническим наукам (PhD), доцент,

Мухаммадиев К.Б., доктор философии педагогических наук (PhD), доцент,

Назарова Н.Б., кандидат медицинских наук,

Неъматов Б.И., доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент,
Отахонова Б.И., доктор философии по техническим наукам (PhD),
Палванов Б.Ю., доктор философии по технических наукам (PhD),
Постюшков А.В., доктор экономических наук, профессор,
Рахимбаева Д.А., кандидат философских наук, доцент,
Саитова А.К., кандидат биологических наук, доцент,
Салиева М.Х., кандидат медицинских наук, доцент,
Смирнова Т.В., доктор социологических наук, профессор,
Султанов Т.М., доктор философии по педагогическим наукам (PhD),
Талипджанов А.И., кандидат педагогических наук, профессор,
Глеубергенов Р.Ш., кандидат экономических наук,
Тягунова Л.А., кандидат философских наук,
Федорова Ю.В., доктор экономических наук, профессор,
Хидоятова З.Ш., кандидат биологических наук, доцент,
Хожиева Ш.Х., доктор философии по филологическим наукам (PhD), доцент,
Худайбердиев М.Х., доктор технических наук, профессор,
Худайбергенов Я.К., доктор философии физико-математических наук,
Шошин С.В., кандидат юридических наук,
Эгамбердиев Н.А., доктор философии по техническим наукам,
Эрназаров Г.Н., доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент

ОСНОВНОЙ РАЗДЕЛ

УДК 00-004.942

Goyipov U. G.

PhD

O'rmonov M.N.

o'qituvchi

Namangan muhandislik-qurilish institute

AVTOMATLASHTIRILGAN TIZIMLARINI LOYIHALASHDA TINKERCAD DASTURIDAN FOYDALANISH

Annotatsiya: Ushbu maqolada avtomatlashtirish tizimlarini loyihalashda Tinkercad dasturidan foydalanish imkoniyatlari ko'rib chiqiladi. Tinkercad – bu onlayn vosita bo'lib, u orqali foydalanuvchilar elektron sxemalar va mikrokontroller asosidagi loyihalarni yaratishi, sinovdan o'tkazishi va modellashtirishi mumkin. Mazkur maqolada Tinkercad dasturining funksional imkoniyatlari, uning yordamida avtomatlashtirish tizimlarini loyihalash jarayonlari va amaliyotda qo'llanilishi tahlil qilinadi. Tinkercaddan foydalanish nafaqat avtomatlashtirish sohasida dastlabki bilimlarni egallash, balki o'quv jarayonida amaliy ko'nikmalarni shakllantirish uchun ham samarali usul ekanligi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: Tinkercad, robototexnika, sun'iy intellekt, avtomatlashtirilgan tizimlar, Arduino, elektron sxema

Goyipov U. G.

PhD

Woodrow M.N.

teacher

Namangan engineering and Construction institute

USING TINKERCAD SOFTWARE IN DESIGNING AUTOMATED SYSTEMS

Abstract: This article examines the possibilities of using Tinkercad software in the design of automation systems. Tinkercad is an online tool that allows users to create, test, and model electronic circuits and microcontroller-based projects. This article analyzes the functional capabilities of the Tinkercad program, the processes of designing automation systems with its help, and its practical use. It is emphasized that using Tinkercad is an effective way not only to acquire basic knowledge in the field of automation, but also to form practical skills in the educational process.

Keywords: Tinkercad, robotics, artificial intelligence, automated systems, Arduino, electronic circuit

Kirish. Zamonaviy ishlab chiqarish va sanoatda texnologik jarayonlarni samarali loyihalash va sinovdan o'tkazish muhim ahamiyatga ega. Bunday jarayonlarda muhandislar va texnologlar ilg'or vositalardan foydalanishlari kerak. Ushbu maqolada Tinkercad dasturining texnologik jarayonlarni loyihalash va sinovdan o'tkazishda qanday foydali bo'lishi, uning afzalliklari va qo'llanish sohalari haqida batafsil to'xtalib o'tamiz.

Tinkercad – Autodesk tomonidan ishlab chiqilgan bepul onlayn loyihalash platformasi bo'lib, undan foydalanuvchilar 3D modellar, elektron sxemalar va Arduino dasturlash kabi funksiyalarni amalga oshirishda foydalanishlari mumkin. Bu dastur yangi boshlovchilar va professionallar uchun ham samarali vosita bo'lib, u orqali oddiy va murakkab texnologik jarayonlarni modellashtirish va loyihalash oson.

Usullar. Avtomatlashtirish tizimlarini loyihalashda loyihalashda tinkercad'ning afzalliklari:

1. **Interaktiv muvofiqlik.** Tinkercad foydalanuvchilarga real vaqt rejimida texnologik jarayonlarni loyihalash imkonini beradi. Sensorlar, aktuatorlar, motorlar va mikroprotessorlar kabi elektron komponentlar o'zaro bog'lanib, aniq funksiyalarni bajarishi uchun dasturlash va sinovlar o'tkaziladi.
2. **Arzon va tejamkor muhit.** Tinkercad dasturi virtual muhitda ishlagani sababli real jihozlar va komponentlarga katta sarmoya kiritish shart emas. Muhandislar va tadqiqotchilar sinovdan o'tkazish jarayonini dasturiy ta'minot orqali amalga oshirishi mumkin, bu esa vaqt va mablag'larni tejaydi.
3. **Keng funktsionallik.** Tinkercad yordamida nafaqat oddiy elektron sxemalar, balki murakkab texnologik tizimlarni ham loyihalashtirish mumkin. Misol uchun, zavodlardagi avtomatlashtirilgan boshqaruv tizimlari, maishiy qurilmalarning boshqaruv modullari va robotik tizimlarni virtual muhitda yaratish mumkin.
4. **Dasturlashga moslashuvchanlik.** Tinkercad'dagi Arduino modulidan foydalangan holda turli dasturlar yaratish va sinovdan o'tkazish mumkin. Bu dasturiy kodlarni real hayotdagi texnologik tizimlarga tatbiq etish va ularning ishlash samaradorligini baholash imkoniyatini beradi.

Loyihalashda Tinkercad'ni qo'llash sohalari:

1. **Avtomatlashtirish tizimlari.** Zavodlar va ishlab chiqarish liniyalari avtomatlashtirilgan jarayonlar yordamida ishlaydi. Tinkercad'da sensorlar va aktuatorlar yordamida turli jarayonlarni boshqarish tizimlarini loyihalashtirish mumkin. Masalan, harorat sensori yordamida avtomatik sovutish tizimini boshqarish yoki robotik qo'lining harakatini dasturlash.
2. **Energiya ta'minoti tizimlari.** Tinkercad'da turli energiya ta'minoti tizimlarini modellashtirish va ularda sodir bo'ladigan jarayonlarni tahlil qilish mumkin. Misol uchun, quyosh panellari yoki shamol turbinalarini boshqaruvchi tizimlarni yaratish va sinovdan o'tkazish orqali ularning samaradorligini aniqlash mumkin.
3. **Robototexnika.** Robotlarni loyihalash jarayonida ham Tinkercad muhim o'rin tutadi. Foydalanuvchilar robotning harakatini boshqaruvchi elektron sxemalarni yaratib, ular qanday ishlashini dasturlashadi. Masalan, robot qo'lining motorlarini

servo motorlar yordamida harakatlantirish yoki uning harakatini har xil sensorlar orqali boshqarish mumkin.

4. Maishiy qurilmalarni loyihalash. Tinkercad yordamida maishiy texnikani loyihalash mumkin. Bu jarayonda oddiy qurilmalardan tortib murakkab tizimlargacha (masalan, aqlli uy tizimlari) dasturlash va sinovdan o'tkazish oson. Masalan, chiroqlarni sensorlar orqali avtomatik yoqish va o'chirish tizimini yaratish va ularni dasturlash.

Tinkercad yordamida loyihalash bosqichlari:

1. **Boshlang'ich Loyihalash.** Tinkercad foydalanuvchilarga oson tushunarli interfeys bilan ta'minlangan. Talabalar va muhandislar o'z loyihalarini boshidan yaratishni boshlaydilar. Avvalo, kerakli komponentlarni tanlab, sxemalarni o'rnatish va ulanishlarni amalga oshirish zarur.
2. **Dasturlash va sinovdan o'tkazish.** Elektron sxemalar va texnologik jarayonlar Arduino modulida dasturlanadi. Dasturlash jarayonida har bir elementning o'z funksiyasi belgilanib, dastur ishlashi sinovdan o'tkaziladi.
3. **Tahlil va tuzatishlar.** Loyihalash va dasturlash tugallangach, sinov natijalarini tahlil qilish lozim. Tizimdagi kamchiliklarni tuzatish va ularni optimallashtirish uchun qayta dasturlash amalga oshiriladi.

Xulosa. Tinkercad bugungi kunda texnologik jarayonlarni loyihalash va sinovdan o'tkazish uchun eng qulay va samarali vositalardan biridir. Uning interaktiv muhiti, dasturlash imkoniyatlari va arzonligi tufayli talabalar, muhandislar va tadqiqotchilar ushbu platformani texnologik tizimlarni rivojlantirishda keng qo'llamoqdalar. Texnologik jarayonlarni Tinkercad orqali loyihalash kelajakda yangi texnologiyalarning rivojlanishiga hissa qo'shib, vaqt va mablag'ni tejashda yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bo'ronova Gulnora Yodgorovna. Virtual robototexnika. O'quv qo'llanma / G.Y. Bo'ronova. Buxoro: "Sadriddin Salim Buxoriy" Durdoni, 2023, 140 b.
2. Kumar, A., & Bansal, J. (2019). "Machine learning techniques for predicting agricultural yield: A review." *International Journal of Computer Applications*, 182(7), 17-22.

*Берестина К.А.
Ученица 9 «Г» класса
Научный руководитель: Кинзябулатов А.Ф
учитель
МАОУ «Школа № 1 имени В.И. Муравленко»
г. Муравленко*

ДИСБАЛАНС МЕЖДУ РЫНКОМ ТРУДА И РЫНКОМ ОБРАЗОВАНИЯ

***Аннотация:** В современных экономических условиях наблюдается устойчивый дисбаланс между рынком труда и рынком образования. Данная проблема проявляется в несоответствии между квалификациями, которые предоставляет система образования, и потребностями работодателей, что приводит к дефициту рабочей силы в определённых отраслях и избытку специалистов в других.*

***Ключевые слова:** рынок труда, трудовые ресурсы, образование.*

*Berestina K.A.
A student of the 9th grade
Scientific supervisor: Kinzyabulатов A.F.
teacher
MAOU «V.I. Muravlenko School No. 1»,
Muravlenko*

THE IMBALANCE BETWEEN THE LABOR MARKET AND THE EDUCATION MARKET

***Abstract:** In modern economic conditions, there is a steady imbalance between the labor market and the education market. This problem manifests itself in the discrepancy between the qualifications provided by the education system and the needs of employers, which leads to a shortage of labor in certain industries and an excess of specialists in others.*

***Keywords:** labor market, labor resources, education.*

В Российской Федерации на протяжении последних лет принимаются меры и усилия по повышению конкурентоспособности отечественной экономики и переходу ее на инновационный тип развития. Для осуществления инновационной деятельности необходимы не просто трудовые ресурсы, а высококвалифицированные специалисты, способные превращать НИОКР в конкурентоспособную наукоемкую продукцию, востребованную на рынке. Применение инновационных технологий в свою очередь позволяют повысить

производительность труда, который является важнейшим устойчивым источником экономического роста в долгосрочном периоде. В связи с этим в последние годы в Российской Федерации существенное значение начали уделять анализу рынка труда, который находится в неоднозначном положении и характеризуется различного рода дисбалансами.

Дисбаланс на рынке труда — сложное социально-экономическое явление, характеризующее эффективность использования трудового потенциала региона. Следует отметить, что рынок редко находится в состоянии равновесия и причин у этого много, рассмотрим самые основные. В первую очередь, следует выделить такое явление как жесткость заработной платы, т.е. как мы видели ранее, минимальная заработная плата может быть установлена очень строго по требованию профсоюза. Есть еще один отрицательный момент, это внутренние рынки труда, его суть заключается в том, что некоторые предприятия сформировали свой собственный рынок труда, более или менее изолированный от внешнего влияния. Они нанимают неквалифицированных или недостаточно квалифицированных работников и готовили их к работе в собственных учебных центрах. Это связано с тем, что учебные центры готовят работников только для своей компании, а когда работники меняют компанию, им приходится начинать с самой низкой должности. Трудно перевести работника из одной компании в другую, если спрос на рабочую силу уменьшается в компании, где работник проходил обучение, и увеличивается в соседней компании.

Профессии, которые несколько лет назад не пользовались особым спросом, становятся все более важными. В частности, это IT-специалисты, фрилансеры из разных сфер, робототехники, разработчик имплантов, HR-специалисты, рекрутеры и др.[1]. Кроме того, на рынок труда влияние окажут технологические изменения. Происходят преобразования в существующей структуре рынка, предприятий и отраслей, в результате чего меняются и требования компетенциям и подготовке работников. Также такие демографические тенденции как старением населения, низкий уровень рождаемости в развитых странах, рост заболеваемости населения приводит к сокращению трудоспособного населения. Решение проблемы дефицита в трудовых ресурсах возможно прибытием трудовых мигрантов или же посредством создания автоматизированных и роботизированных комплексов, призванных максимально сократить ручной рутинный труд. Но на сегодняшний день масштабы автоматизации и роботизации производственных процессов в России крайне малы: на 10 тыс. работников предприятий в 2017 году приходится 1 промышленный робот. Однако по мере развития технологий и обновления производственных мощностей, данный процесс неизбежен и должен сопровождаться изменением качественных характеристик и профессиональной структуры трудовых ресурсов. Так, согласно «Атласу новых профессий», до 2030 года исчезнут около 57 профессий, при этом появятся более 186 новых. К вымирающим профессиям, которые в скором времени уйдут в прошлое относят документоведов, бухгалтеров, тур агентов,

риелторов, экскурсоводов, почтальонов и даже штурманов. В современных условиях российская экономика обладает рядом особенностей, которые в том числе сказываются и на рынке труда. Так, экономика Российской Федерации продолжает носить преимущественно сырьевой характер - в структуре экспорта доля минеральных продуктов составляет 64,9 %. В результате в отечественной экономике высокой остается доля государственных компаний, которые представлены крупными монопольными и сырьевыми предприятиями. По данным Федеральной службы финансового надзора, в 2018 году теневая доля в общем объеме ВВП России превысила 20 трлн. рублей, или около 20% ее ВВП. Сумма была рассчитана с учетом незаконного или неправильно заявленного импорта, криминальных элементов, скрытых доходов корпораций и неофициальной заработной платы рабочих, выплачиваемых в обход налогового законодательства. Четверть от суммы составляют «черные» зарплаты и доходы от преступных предприятий. Современная мировая экономика, характеризуется развитием цифровых технологий и интенсивных методов развития. Для России еще рано говорить о переходе на цифровую, инновационную экономику, но все же сдвиги в данном направлении имеются, что, естественно, оказывает влияние на рынок труда. Так, наблюдается постепенный рост валовых внутренних затрат на развитие цифровой экономики России (в 2019 г. - 3,7%). В Российской Федерации также идет массовое обновление компьютерной техники, повышается доступность информационно-коммуникационных технологий, развитие нанотехнологий и др. Однако экстенсивных методов в отечественной экономике остается достаточно большое количество. С сентября 2021 году в школах проходит переход на новый ФГОС третьего поколения, который отличается тем, что в них сделан акцент на развитие метапредметных и личностных навыков.

В качестве рекомендаций по регулированию профессиональной структуры спроса и предложения рабочей силы на рынке труда предложены следующие меры: – проведение профессиональной ориентации учащихся школ, направленной на повышение престижа рабочих профессий; – планирование численности приема в учебные заведения после проведения подробного анализа профессиональных рынков труда; – корректировка учебных планов и программ в соответствии с требованиями работодателей к будущему специалисту для занятия вполне определенного рабочего места, разработка образовательных программ «под заказ» с учетом текущего и перспективного спроса на рабочую силу. В процессе восстановления системы образования и реагирования рынка труда необходимо учитывать важность экономических параметров. Проблема профессиональной подготовки искажает структуру профессиональной подготовки, при этом остается много нерешенных фундаментальных вопросов, таких как диверсификация экономики, рыночная конкуренция, регулирование заработной платы, финансирование образования и науки. Сигналы с рынка труда, по-видимому, определяют образовательные стратегии населения, в том числе предпочтения

тех или иных специальностей. Поэтому реализация требований к структуре и качеству подготовки специалистов и рабочих должна идти рука об руку с системными преобразованиями экономики.

Использованные источники:

1. Рынок труда. Статистика Евразийского экономического союза. Евразийская экономическая комиссия. – Москва, 2023. – 169 с.
2. Труд и занятость в России. 2021: Стат.сб./Росстат М., 2021. – 177 с
3. Шувалов Н. Рынок труда в России [Электронный ресурс] // Visasam.ru.- URL: <https://visasam.ru/russia/rabotavrf/rynok-truda-v-rossii.html> (дата обращения: 01.10.2024)

*Бибич А.Ю.
воспитатель
МБДОУ ЦРР Детский сад № 6 «Березка»
г. Красный Сулин, Ростовская область*

**СИСТЕМА РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ГОТОВНОСТИ К
СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ 6-ГО ЖИЗНИ В
ПРОЦЕССЕ КОЛЛЕКТИВНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО
ТВОРЧЕСТВА**

***Аннотация:** В статье рассматривается теоретический аспект проблемы формирования готовности к совместной деятельности детей старшего дошкольного возраста в процессе коллективного художественного творчества, представлены результаты оценки готовности к совместным видам деятельности, описаны методы и приемы работы с детьми в дошкольной образовательной организации.*

***Ключевые слова:** дети шестого года жизни, совместная деятельность, коллективное художественное творчество.*

***Bibich A.Y.**
teacher Kindergarten N 6 «Berezka»,
the city of Krasny Sulin, Rostov region*

**SYSTEM OF WORK ON FORMING READINESS FOR JOINT
ACTIVITIES OF CHILDREN OF THE 6TH AGE IN THE PROCESS OF
COLLECTIVE ARTISTIC CREATIVITY**

***Abstract:** The article examines the theoretical aspect of the problem of forming readiness for joint activities of older preschool children in the process of collective artistic creativity, presents the results of assessing readiness for joint activities, describes methods and techniques of working with children in a preschool educational organization.*

***Keywords:** children of the sixth year of life, joint activities, collective artistic creativity.*

Современные подходы к дошкольному образованию (введение ФОП ДО, Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года, расширение спектра дополнительных образовательных услуг, оказываемых в ДОУ, обновления содержания и технологий дошкольного образования, внесение изменений в развивающую среду и др.), подчеркивают важность процесса формирования готовности к совместной деятельности у дошкольников.

Анализ исследований известных ученых (Н.А. Ветлугина, Т.Н. Казакова, А.А. Грибовская, И.А. Лыкова и др.) показывает, что у старших

дошкольников наблюдается значительный интерес к общению и взаимодействию со сверстниками и взрослыми, окружающим миром. В работах Е.Е. Кравцовой, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина подчёркивается, что первое самостоятельное взаимодействие со сверстниками начинается у детей в дошкольном возрасте, когда они начинают посещать детский сад. Благодаря тому, что дети проводят много времени вместе, они начинают образовывать свои собственные группы, которые основаны на взаимной симпатии и интересах. Вместе им приходится решать различные задачи и распределять роли в играх и других активностях. Важность умения работать в команде, сотрудничать, конкурировать и взаимодействовать с другими детьми оказывает значительное влияние на социализацию ребенка в будущем.

В настоящее время многие дети испытывают трудности в осуществлении совместной деятельности и общении со сверстниками. Они часто проявляют не внимание к другим людям, их поступкам и желаниям. Это обусловлено недостаточным пониманием правил сотрудничества и отсутствием опыта в эффективных стратегиях поведения в интерактивных ситуациях (Е.И. Тихеева, О.С. Ушакова, Л.И. Новикова и др.).

У современных детей часто возникают трудности в общении со сверстниками и взрослыми. По словам, А. Горячиной, М.И. Лисиной, это связано со следующими проблемами [3]:

- зависимость от гаджетов (дети дошкольного возраста много проводят времени за мониторами компьютеров, планшетов, и, как следствие - ухудшение навыков общения в реальной жизни);

- перегруженность расписания ребенка (большое количество дополнительных занятий - сокращение времени на общение с друзьями, отсутствие времени на игровые виды деятельности);

- неумение разрешать конфликтные ситуации в детском коллективе (отсутствие стратегии предотвращения конфликтов - недопонимание среди сверстников, нежелание уступать, выслушивать другую точку зрения);

- недостаток внимания (дети могут быть слишком сфокусированы на себе и своих потребностях, не обращают должного внимания на эмоции и потребности других людей);

- отсутствие навыков социального взаимодействия (неопытность в общении, дети не имеют достаточного опыта работы в команде и совместных проектах, что затрудняет успешное общение со сверстниками).

Очевидно, что сотрудничество со сверстниками играет ключевую роль в развитии дошкольника, помогает совершенствованию социальных навыков, развивает навыки общения, дети учатся вместе решать проблемы, у них формируются коммуникативные навыки и творческое мышление. Сотрудничество со сверстниками также способствует развитию самостоятельности, уверенности в себе и умению работать в коллективе. Дети учатся адаптироваться к разным обстоятельствам, находить компромиссы и пути решения, учитывать интересы всех участников группы. Сотрудничество

со сверстниками играет важную роль в подготовке детей к будущей школьной деятельности.

Одной из целей, предусмотренных Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.13 №1155) является стимулирование готовности детей к совместной деятельности со сверстниками, развитие способности к взаимодействию с самими собой, другими детьми, взрослыми и окружающим миром что подчеркивает актуальность проводимого нами исследования. [4]

Проблемам совместной деятельности посвящены исследования Л.С. Выготского, В.С. Мухиной, Л.И. Уманского и др. Самая подробная теория деятельности изложена в работах А.Н. Леонтьева, А.Р. Малер, Е.А. Стребелевой и др. Проблема вовлечения дошкольников в совместную деятельность со сверстниками исследовалась в рамках организации разнообразных видов детской деятельности (Т.М. Годовикова, Т.И. Зубкова, Т.А. Репина). Вопросы совместной деятельности детей в музыкальном творчестве занимались Н.А. Ветлугина, А.Г. Гогоберидзе, В.А. Деркунская; в творческой деятельности - Т.Г. Казакова, Т.С. Комарова, Н.П. Сакулина; игровой - Л.А. Венгер, Н.Я. Михайленко, Н.А. Короткова и др. Авторы в своих исследованиях подчеркивают, что коллективное творчество позволяет участникам проявить свои таланты и способности, способствует укреплению позитивных взаимоотношений между детьми, способствует формированию дружеских связей и коллективного духа в детской группе. В процессе совместной творческой деятельности дети общаются между собой, учатся находить общий язык и договариваться, чтобы добиться результатов, развивают навыки работы в коллективе, понимая, что успех достигается благодаря усилиям каждого участника. Дети учатся делиться ответственностью за общие дела и за результаты своей работы. Кроме этого, коллективная творческая деятельность позволяет детям узнавать друг о друге больше (интересы, способности, характеры, особенности, потребности, ценности и др.) [1; 2].

Анализ исследований позволил нам сформулировать цель исследования: организация педагогических условий, стимулирующих формирование готовности к совместной деятельности у детей 6-го года жизни. В ходе констатирующего этапа эксперимента были определены критерии оценки готовности к совместной деятельности у детей 6-го года жизни (мотивационно-когнитивный, эмоционально-ценностный, деятельностно-практический), подобраны диагностические методики оценки. Количественный анализ результатов эксперимента позволил сделать следующие выводы: высокий уровень готовности к совместной деятельности выявлен у 25% процентов дошкольников, средний – 50% испытуемых, низкий у 25% детей экспериментальной группы. В ходе формирующего этап эксперимента были подобраны игровые методы и приемы, способствующие развитию навыков сотрудничества дошкольников в совместных видах

деятельности, интереса дошкольника к сверстнику по общению, сплочению детского коллектива; разработан перспективный план по формированию готовности к совместной деятельности детей 6-го жизни в процессе коллективного художественного творчества на учебный год. Количественный анализ результатов контрольного эксперимента позволил сделать следующие выводы: высокий уровень готовности к совместной деятельности выявлен у 65% процентов дошкольников, средний – 35% испытуемых, низкий у 0% детей экспериментальной группы. Качественный анализ показ, наличие у дошкольников экспериментальной группы представлений о совместной деятельности, вариантах поведения в разных видах деятельности; представлений о сверстнике как партнере по совместным видам деятельности; интерес к сверстникам по совместным видам деятельности; желания сотрудничать; владение навыками ведения диалога; согласовывания действий в процессе взаимодействия, бесконфликтности в процессе совместных видов деятельности.

Использованные источники:

1. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. — М.: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2005. — 512 с.
2. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: /Под ред. А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцевой. — СПб.: Питер, 2013. — 464 с
3. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка / Под редакцией Рузской А.Г - М.: Издательство «Институт практической психологи», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. — 384с.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс] / Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 г. Москва // Российская газета «RG.RU». – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> (режим доступа 09.10.2024).

Бисев М. А.
студент группы № 315, 3 курс
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный
университет гражданской авиации имени А.А. Новикова»
Дементьев К. Н.
преподаватель
заведующий кафедры физической и психологической подготовки

ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМ У СТУДЕНТОВ

Аннотация: Данная статья направлена на исследование эффективности методик по профилактике травм у студентов. В статье рассматриваются различные подходы и программы, используемые для предотвращения травм, анализируются факторы, которые влияют на эффективность данных мероприятий и формулируются рекомендации по данному виду профилактики.

Ключевые слова: методики по профилактике травм, студенты, студенческая жизнь, активность, спорт, безопасность.

Bisev M. A.
Student, group No. 315, 3rd year.
St. Petersburg State University of Civil Aviation named after A.A. Novikov
Teacher: Konstantin N.D.
Head of the Department
of Physical and Psychological Training.

EFFECTIVENESS OF THE METHOD OF INJURY PREVENTION IN STUDENTS

Abstract: This article is aimed at investigating the effectiveness of methods for the prevention of injuries in students. The article discusses various approaches and programs used to prevent injuries, analyzes the factors that affect the effectiveness of these measures and formulates recommendations for this type of prevention.

Key words: injury prevention techniques, students, student life, activity, sports, safety.

Введение

Важной частью здоровья студентов в университетах и средних учебных заведениях является профилактика травм. Если рассматривать в целом, то студенческая жизнь довольно часто связана со спортом: различными

физическими нагрузками и активностями, участием в соревнованиях и общественной жизни учебного заведения. В связи с этим, увеличивается риск получения различных травм и повреждений, которые могут отрицательно повлиять на здоровье и жизнь студента. Исходя из этого, эффективная профилактика травм имеет ключевое значение в жизни студента, влияющая на его благополучие и успеваемость в целом.

Цель и задачи:

Цель данного исследования выступает изучение методик по профилактике травм у студентов с точки зрения эффективности, а также оценка их влияния на снижение риска получения этих травм. Для достижения поставленной цели были выделены следующие задачи:

1. Изучить существующие методики и программы по профилактике травм у студентов.
2. Изучить факторы, которые влияют на эффективность профилактики, а именно образовательную среду, физическую и студенческую активность.
3. Сформулировать основные рекомендации для профилактики, исходя из факторов и существующих методик.

Актуальность темы:

Данная тема имеет высокую актуальность на сегодняшний день, поскольку обеспечение безопасной среды для обучения студентов, является ключевым фактором по работе со студентами для учебных заведений. Получение различных травм, полученных в студенческие годы, могут повлечь за собой серьезные последствия, как и для физического здоровья студента, так и психологического, что также может привести к ухудшению успеваемости в учебном процессе. Изучение и понимание эффективности различных методик профилактики травм учебными заведениями, понизит риск получения повреждений у студентов, обеспечив безопасность и комфортную среду для студенческой жизни.

В первую очередь, стоит предоставить небольшой обзор рассмотреть различные типы травм у студентов, с которыми они сталкиваются чаще всего:

- В-первую очередь, это спортивные травмы. Различного рода повреждения связок, суставов и мышц, переломы и вывихи за счет участия в активных видах спорта при учебных заведениях.
- Во-вторых, это травмы, полученные в результате несчастных случаев в учебном заведении. Такие как: ушибы и падения, травмы, полученные в трудовых или лабораторных кабинетах. Так, по В.В. Ткачевой «поскольку современные студенты придерживаются подобного малоподвижного образа жизни, то, находясь даже в обычной, казалось бы, безобидной сидячей позе, всю основную нагрузку берут на себя мышцы шеи и туловища» [3]

- В-третьих, стоит отметить травмы, которые получены из-за стресса или высоких требований от преподавательского состава.

- Также, по О.А. Сбитневой «В жизни современных студентов большое количество времени отнимает работа с компьютером, в связи с этим резко падает физическая активность. Значимость физической культуры и ежедневных занятий спортом возрастает многократно». [2]

Данная классификация и понимание типов травм, которым подвержены студенты, может направить на рассмотрение эффективных методик профилактики по предотвращению таких травм.

В различных образовательных учреждениях можно наблюдать, как разрабатываются и применяются как раз таки различные методы и программы по предотвращению травм и обеспечению безопасной учебной среды. Это касается различного рода образовательных программ и информирования, например, проведение тренингов и семинаров, донесение информации с помощью различных рекомендаций по предотвращению травм.

Помимо этого, активно продвигаются и разрабатываются программы физической подготовки, которые направлены на постановление правильной техники выполнения не травмоопасных упражнений. И исходя из этого, на роль преподавателей ставят квалифицированных тренеров по физической культуре. Также наблюдается тенденция по обеспечению безопасной инфраструктуры в рамках учебного заведения, а именно в спортивных залах, аудиториях и компьютерах классах, также это касается и противоскользящих покрытий, правильного освещения. По Н.Д. Алексеевой «наиболее часто травмы возникают у обучающихся первого курса в первом полугодии, на основании чего можно предположить, что травматизм возникает не вследствие неправильно примененных средств и методов со стороны преподавателей». [1]

Также стоит отметить роль психологической поддержки и подобного консультирования для студентов, которые могут испытывать стресс или напряжение, приводящие, в свою очередь, к повышению получения травм.

Обзор всех перечисленных методик по профилактике говорит о следующем: многообразие подходов со стороны учебных заведений, ведет к уменьшению травм у студентов.

Стоит также рассмотреть факторы, которые влияют на эффективность данных методик:

1. Методики, подобранные под особенности студентов. А именно учет как возрастных показателей, так и культурных и социальных особенностей студентов.

2. Вовлечение и привлечение внимания студентов. Активное участие и самоотдача являются ключевыми факторами в достижении успешной реализации профилактики.

3. Регулярность и комплексность. Это касается разных сфер, которые в совокупности дают общий результат, например, проведение профилактики через образовательные программы, спорт, различные мероприятия. [4]

4. Активное взаимодействие учебного заведения со студентами. Это касается получения обратной связи, оценки профилактики, корректировок программы.

Все факторы, которые были перечислены выше, являются важными для обеспечения наиболее эффективного результата профилактики травм у студентов. Исходя из этого, стоит выделить несколько рекомендаций.

Во-первых, это касается исследований и анализа данных. Это необходимо для того, чтобы понять основные причины, факторы времени и места возникновения травмоопасных ситуаций. Поскольку различные анализы помогут выявить особо рискованные для студентов ситуации. [5]

Во-вторых, внедрение и использование современных технологий, которые, в свою очередь, могут помочь для мониторинга, эффективного взаимодействия и коммуникации между студентами и образовательным учреждением.

В-третьих, использование оценки, анализа и обратной связи. Это касается использованием различных показателей и статистики, коммуникации для решения проблемных моментов, для внесения необходимых изменений в программе профилактики.

Таким образом, профилактика травм среди студентов различных учебных заведений имеет важную роль для обеспечения их безопасности. В этой статье были рассмотрены основные типы травм, факторы и различные методы профилактики. Стоит отметить, что исследование различного рода профилактик, данных, статистик, технологий, все это влияет на повышения качества студенческой жизни и уменьшения травматических ситуаций в рамках учебного заведения.

Использованные источники:

1. Алексеева Надежда Дмитриевна, Зиновьев Николай Алексеевич, Зиновьев Алексей Николаевич, Святченко Петр Борисович. "Профилактика травматизма у студентов-первокурсников на занятиях по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»" Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта, № 3 (181), 2020, С. 12-15. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-travmatizma-u-studentov-pervokursnikov-na-zanyatiyah-po-distsipline-elektivnyy-kurs-po-fizicheskoy-kulture-i-sportu> (дата обращения: 30.11.2023).

2. Сбитнева, О.А. Физическая культура как профилактическое средство профессиональных заболеваний и спортивного травматизма / О.А. Сбитнева // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – № 5-1. – С. 91–94. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-kak-profilakticheskoe-sredstvo-professionalnyh-zabolevaniy-i-sportivnogo-travmatizma> (дата обращения: 30.11.2023).

3. Ткачева Виктория Валерьевна, Савельев Михаил Юрьевич. "Эффективность специально подобранных упражнений на профилактику остеохондроза у студентов" Наука-2020, № 9 (54), 2021, С. 19-23. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/effektivnost-spetsialno-podobrannyh-uprazhneniy-na-profilaktiku-osteohondroza-u-studentov> (дата обращения: 30.11.2023).

4. "Evaluation of the amplitude exercises use for the sports injuries prevention in basketball" Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, vol. 15, no. 3 (eng), 2020, pp. 19-22. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/evaluation-of-the-amplitude-exercises-use-for-the-sports-injuries-prevention-in-basketball> (дата обращения: 30.11.2023).

5. Vũ Thanh Hòa. "Actual status of educating accident prevention skills to preschoolers at school in the mountainous region of Quang Ninh Province, Vietnam" Sciences of Europe, no. 57-3 (57), 2020, pp. 20-22. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/actual-status-of-educating-accident-prevention-skills-to-preschoolers-at-school-in-the-mountainous-region-of-qu-ng-ninh-province> (дата обращения: 30.11.2023).

*Бутвари Ж.О.
студент
кафедры прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ», 3 курс
Белгород, Россия*
*Научный руководитель: Зайцева Т. В.
доцент
кафедры прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ»
Белгород, Россия*

СОЗДАНИЕ ЭКСПЕРТНОЙ СИСТЕМЫ НА БАЗЕ ЭКСПЕРТНОЙ ОБОЛОЧКИ ESWIN: ПРИМЕНЕНИЕ В ВЫБОРЕ АВТОМОБИЛЯ

Аннотация: Статья посвящена освоению технологии и методики построения экспертных систем на примере разработки системы для выбора автомобиля при покупке. Рассматривается возможность применения экспертных систем для анализа характеристик автомобилей и выбора оптимального варианта в зависимости от предпочтений пользователя. Описан процесс составления базы знаний, включающей набор фреймов и правил, на основе экспертной оболочки EsWin. Представлено практическое применение технологии для автоматизации выбора автомобиля с учетом различных параметров, таких как тип двигателя, тип кузова, и др.

Ключевые слова: фрейм, правило, база знаний, выбор автомобиля.

*Butwari J.O.
Student
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelSU", 3rd year
Belgorod, Russia*
*Scientific supervisor: Zaitseva T. V.
Associate Professor
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelGU",
Belgorod, Russia*

CREATION OF AN EXPERT SYSTEM BASED ON THE ESWIN EXPERT SHELL: APPLICATION IN CHOOSING A CAR

Abstract: *The article is devoted to the development of technology and methods for building expert systems using the example of an expert system for car selection when purchasing. The possibility of applying expert systems to analyze car characteristics and choose the best option based on user preferences is considered. The process of compiling a knowledge base, including a set of frames and rules, based on the EsWin expert shell is described. Practical use of the technology is demonstrated for automating the car selection process, considering various parameters like engine type, body type, etc.*

Keywords: *frame, rule, knowledge base, car selection.*

С развитием технологий экспертные системы все чаще находят применение в самых разнообразных сферах, включая промышленность, медицину и коммерцию. Одним из таких направлений является помощь в выборе товара, например, автомобиля, что особенно актуально в условиях разнообразия моделей и комплектаций. В данной статье рассматривается процесс разработки экспертной системы для автоматизации выбора автомобиля, что значительно упрощает анализ характеристик транспортных средств и помогает потенциальному покупателю принять взвешенное решение.

ESWin v. 1.0 — это программа, позволяющая строить и работать с экспертными системами, основанными на правилах и фреймах. Она поддерживает использование лингвистических переменных и решает задачи с помощью метода обратного логического вывода. В контексте выбора автомобиля, это позволяет системе анализировать различные характеристики машин, такие как тип двигателя (бензиновый, дизельный, электрический), объем двигателя, расход топлива, цена и прочие параметры, которые важны для покупателя.

База знаний в системе разделена на постоянные и переменные компоненты. Переменная часть, или база данных, включает факты, полученные в процессе логического вывода, которые могут изменяться в зависимости от ввода данных пользователем. Постоянная база знаний содержит набор правил и фреймов, которые описывают характеристики и особенности различных моделей автомобилей.

База знаний создается с использованием текстовых файлов форматов *.klb и *.dtb. Файл с расширением *.klb содержит фреймы и правила-продукции, которые описывают возможные характеристики автомобилей и их взаимосвязь. Например, правило может гласить: "Если предпочтителен низкий расход топлива, то предлагается автомобиль с гибридным двигателем".

Фреймы представляют собой структуры данных, содержащие такие параметры, как марка автомобиля, тип двигателя, стоимость, и другие

характеристики. В процессе работы системы пользователь вводит свои предпочтения, и на основе этого система с помощью метода обратного вывода выдает список подходящих моделей.

```
Frame=Цель
Parent:
  Выбрать машину: ()
EndF

Frame=Исходные данные
Parent:
  Бренд [Выберите марку машины]: (Toyota; BMW; Audi; Mercedes-Benz; Lada; Ford; Honda; Nissan; Volkswagen; Hyundai)
  Модель [Выберите модель машины]: (Rav4; 3 Series; A4; C-Class; Xray; Granta; Vesta; Focus; Civic; Altima; Jetta; Sonata)
EndF

Frame=Параметры
Parent:
  Тип кузова [Выберите тип кузова]: (Седан; Хэтчбек; Внедорожник; Универсал)
  Привод [Тип привода]: (Передний; Задний; Полный)
EndF

Frame=Дополнительные параметры
Parent:
  Цвет [Выберите цвет]: (Белый; Черный; Синий; Серый; Красный)
  Количество дверей [Количество дверей]: (2; 4; 5)
  Коробка передач [Тип коробки передач]: (Механика; Автомат; Робот)
EndF
```

Рисунок 1 – Фреймы

Файл с расширением *.dtb создается программой автоматически в ходе работы системы и содержит факты, полученные в процессе логического вывода. Например, после анализа предпочтений пользователя могут быть записаны данные о наиболее подходящих моделях с учетом указанных параметров.

Экспертная система на базе ESWin может существенно облегчить процесс выбора автомобиля. Пользователь вводит свои требования, такие как:

- Тип двигателя (бензиновый, дизельный, гибридный, электрический),
- Тип кузова,
- Предпочитаемая марка,
- Требуемая коробка передач.

Система, используя заранее заданные фреймы и правила, анализирует данные и предлагает пользователю список автомобилей, соответствующих его критериям. Например, если пользователь укажет, что важен низкий расход топлива и гибридный двигатель, система предложит модели с соответствующими характеристиками.

```

Rule 1
=(Исходные данные.Бренд; Toyota) 100
=(Исходные данные.Модель; Rav4) 100
=(Параметры.Тип кузова; Седан) 100
=(Параметры.Привод; Передний) 100
=(Дополнительные параметры.Цвет; Белый) 100
Do
ms(Цель.Выбрать машину; Вы выбрали Toyota Rav4 Белого цвета с передним приводом) 100
EndR

Rule 2
=(Исходные данные.Бренд; BMW) 100
=(Исходные данные.Модель; 3 Series) 100
=(Параметры.Тип кузова; Седан) 100
=(Параметры.Привод; Задний) 100
=(Дополнительные параметры.Коробка передач; Автомат) 100
Do
ms(Цель.Выбрать машину; Вы выбрали BMW 3 Series с автоматической коробкой передач и задним приводом) 100
EndR

Rule 3
=(Исходные данные.Бренд; Audi) 100
=(Исходные данные.Модель; A4) 100
=(Параметры.Тип кузова; Седан) 100
=(Параметры.Привод; Полный) 100
=(Дополнительные параметры.Цвет; Черный) 100
Do
ms(Цель.Выбрать машину; Вы выбрали Audi A4 Черного цвета с полным приводом) 100
EndR

```

Рисунок 2 – Правила

Кроме того, система может предоставлять информацию о дополнительных характеристиках, таких как наличие системы безопасности, уровень экологичности, стоимость обслуживания и страховки, что также помогает пользователю принять окончательное решение.

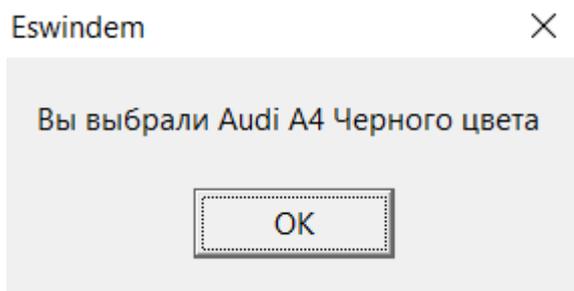


Рисунок 3 – Результат работы программа

Экспертные системы на базе оболочки ESWin обладают большим потенциалом для использования в различных сферах, включая процесс выбора автомобилей. Преимущество такой системы заключается в автоматизации сложных процессов принятия решений, что помогает пользователям экономить время и выбирать наиболее подходящий товар. В будущем возможна интеграция экспертных систем с реальными базами данных автосалонов для предоставления актуальной информации о наличии автомобилей и их стоимости.

Использованные источники:

1. Журнал "Информационные технологии и системы" — Статьи по созданию экспертных систем и применению технологий для автоматизации процессов принятия решений, 2023.
2. ESWin Documentation — Официальная документация программного обеспечения ESWin v. 1.0, предоставляющая подробную информацию о возможностях системы для работы с экспертными оболочками, 2022.
3. И.А. Баранов, С.Н. Петров. "Экспертные системы и базы знаний" — Учебное пособие по проектированию и созданию экспертных систем с

использованием фреймов и правил, Издательство МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2021.

4. В.Г. Андреев. "Применение экспертных систем в торговле" — Исследование автоматизированных систем для поддержки выбора товаров и услуг, Издательство "Альфа", 2020.
5. База данных Авто.ру — Актуальные данные о характеристиках автомобилей для построения базы знаний в экспертной системе выбора автомобиля, 2023.
6. Kotonya, G., Sommerville, I. "Requirements Engineering: Processes and Techniques" — Книга о методах проектирования программных систем, включая разработку экспертных систем, Addison-Wesley, 1998.

Воронцов И.Р.
студент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ», 4 курс
Белгород, Россия
Казанцев Н.А.
студент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ», 4 курс
Белгород, Россия
Научный руководитель:
Зайцева Т.В.
доцент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ»
Белгород, Россия

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ В УПРАВЛЕНИИ ПРЕДПРИЯТИЯМИ

Аннотация: Статья посвящена роли интеллектуальных информационных систем (ИИС) в управлении предприятиями. Рассматриваются основные функции ИИС, их преимущества для повышения эффективности управления и примеры применения в различных отраслях.

Ключевые слова: интеллектуальные информационные системы, управление предприятием, автоматизация, анализ данных.

Vorontsov I.R.
Student
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelSU", 4rd year
Belgorod, Russia
Kasantsev N.A.
Student
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelSU", 4rd year
Belgorod, Russia
Scientific supervisor : Zaitseva T. V.

*Associate Professor
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelGU"
Belgorod, Russia*

INTELLIGENT INFORMATION SYSTEMS IN ENTERPRISE MANAGEMENT

Abstract: *The article focuses on the role of intelligent information systems (IIS) in enterprise management. It discusses the fundamental functions of IIS, their advantages for enhancing management efficiency, and examples of applications across different industries.*

Keywords: *intelligent information systems, enterprise management, automation, data analysis.*

Интеллектуальные информационные системы (ИИС) представляют собой комплексные решения, которые используются для сбора, хранения, обработки и анализа данных в различных сферах деятельности предприятий. Их применение становится все более актуальным в условиях стремительного развития технологий и увеличения объемов информации, с которыми сталкиваются компании.

Основные функции ИИС включают сбор данных из различных источников — внутренних (например, системы учета, CRM) и внешних (социальные сети, рынки, экономические индикаторы). Эти системы обеспечивают надежное хранение данных, часто используя облачные технологии, что позволяет безопасно управлять большими объемами информации и обеспечивать к ней доступ с разных устройств. ИИС применяют алгоритмы и методы обработки информации для извлечения значимых данных из большого массива, включая фильтрацию, агрегацию и сортировку.

Основное назначение ИИС — анализ данных для выявления трендов и закономерностей, с использованием статистических методов и современных технологий, таких как машинное обучение, для создания прогностических моделей. Также они часто включают инструменты визуализации, позволяющие представлять результаты анализа в понятном и наглядном виде, что помогает пользователям легко интерпретировать данные и принимать решения.

Преимущества применения ИИС включают улучшение качества решений, так как руководители могут принимать более обоснованные решения, опираясь на фактические данные и глубокий анализ, что снижает вероятность ошибок, связанных с интуитивными решениями. Автоматизация рутинных задач, таких как составление отчетов или учет запасов, позволяет

освободить время сотрудников для более важных и творческих задач. ИИС способны предсказывать тенденции и выявлять потенциальные риски, что важно в условиях высокой неопределенности на рынке. Например, система может уведомить о падении спроса на определенный товар. В ритейле ИИС позволяют анализировать поведение клиентов и предлагать им персонализированные рекомендации, что повышает уровень удовлетворенности и лояльности. Кроме того, оптимизация бизнес-процессов с помощью ИИС может привести к значительному снижению затрат — как операционных, так и временных.

Примеры применения включают производственный сектор, где ИИС могут использоваться для мониторинга работы оборудования, предсказывая потенциальные поломки и минимизируя время простоя, а также в управлении качеством, собирая данные о дефектах. В ритейле ИИС анализируют данные о покупках и предпочтениях клиентов, помогают управлять запасами и предсказывают тренды. В финансовой сфере банки используют ИИС для кредитного анализа, выявления мошеннических операций и управления портфелем активов, что позволяет минимизировать риски и повышать прибыль.

Будущее ИИС связано с интеграцией технологий искусственного интеллекта и машинного обучения, которые значительно расширяют возможности этих систем. Эти технологии позволяют ИИС не просто обрабатывать информацию, но и адаптироваться к новым данным, обучаясь на основе предыдущих результатов, что ведет к улучшению точности прогнозов и более эффективному управлению ресурсами. Интеллектуальные информационные системы стали важными инструментами для управления современными предприятиями, помогая не только в анализе и обработке данных, но и в стратегическом планировании и повышении конкурентоспособности компаний. На фоне быстро меняющегося бизнес-ландшафта применение ИИС становится необходимым для достижения успеха.

В заключение, интеллектуальные информационные системы играют ключевую роль в управлении предприятиями, обеспечивая высокую степень автоматизации и аналитики. Их применение способствует повышению конкурентоспособности и адаптивности компаний в современных экономических условиях.

Использованные источники:

- 1) Советов, Б.Я. Интеллектуальные системы и технологии: Учебник / Б.Я. Советов. - М.: Академия, 2017. - 192 с.
- 2) Антамошин, А.Н. Интеллектуальные системы управления организационно-техническими системами / А.Н. Антамошин, О.В. Близнова, А.В. Бобов и др. - М.: ГЛТ, 2016. - 160 с.
- 3) Буреш, О.В. Интеллектуальные информационные системы управления социально-экономическими объектами / О.В. Буреш, М.А. Жук. - М.: Красанд,

2012. - 192 с.

4) Финн, В.К. Интеллектуальные системы и общество / В.К. Финн. - М.: КомКнига, 2007. - 352 с.

*Галушкина Е.А.
студент магистратуры 3 курса
Астраханский государственный Университет
г. Астрахань
Харитонов А.Н., к.ю.н, доцент
кафедра государственно-правовых дисциплин
и международного права
Астраханский государственный Университет*

СТАНОВЛЕНИЕ ИНСТИТУТА ВИНОВНОГО ВМЕНЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННОМ УГОЛОВНОМ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ

Аннотация: Данная статья посвящена становлению института виновного вменения в отечественном уголовном законодательстве. Начиная с первых законодательных актов мы по всюду встречаемся с периодом так называемого физического вменения: не различалось умышленное и неосторожное причинение вреда, к ним приравнивались и случайные повреждения. Но постепенно на смену этого взгляда является иной: к фактическому вменению присоединяется как его дополнение вменение моральное.

Ключевые слова: преступление, наказание, вина, умысел, психическое состояние

*Galushkina E.A.
3rd year undergraduate
Astrakhan State University
Kharitonova A.N.
PhD in Law
Associate Professor of the
Department of Public Law and International Law
Astrakhan State University*

THE ESTABLISHMENT OF THE INSTITUTION OF CULPABLE IMPUTATION IN DOMESTIC CRIMINAL LEGISLATION

Annotation. This article is devoted to the formation of the institution of culpable imputation in the domestic criminal legislation. Starting from the first legislative acts, we everywhere encounter a period of so-called physical imputation: intentional and careless harm was not distinguished, accidental damage was equated with them. But gradually, this view is replaced by another: a moral imputation is added to the actual imputation as its complement.

Keywords: crime, punishment, guilt, intent, mental state

Тема представленной статьи весьма актуальна т. к. в институт вины своими корнями уходит в далекое прошлое, так в древнейшем праве мы по всюду встречаемся с периодом так называемого физического вменения: не различалось умышленное и неосторожное причинение вреда, к ним приравнивались и случайные повреждения. Но постепенно на смену этого взгляда является иной: к фактическому вменению присоединяется как его дополнение вменение моральное. Во внешнем вреде ищут проявления внутренней виновности действующего. В нашем праве первые зачатки вменения внутреннего встречаются еще в Русской Правде, различавшей, например, убийство злоумышленное, в разбое от убийства «на пиру явлено», в ссоре.¹ Еще сильнее выдвигается этот внутренний элемент в эпоху уставных грамот и судебников: по уставной книге разбойного приказа в случае учинения убийства указывается обвиняемого пытаться: каким обычаем учинялось убийство, умышленьем или пьяным делом, не умышленьем, и сообразно этому устанавливается ответственность.² Соборное Уложение подробно останавливается на различии видов виновности, хотя даже и оно не могло отрешиться от укоренившегося принципа объективного вменения, относя, например, нередко к вине неосторожной и случайное причинения вреда; да и в позднейшем праве мы найдем несомненные следы ответственности за факт, а не выразившуюся в нем преступную волю.³ Воинский Устав Петра I 1715 года впервые в российском праве сформировал важное условие юридической ответственности - учет психического состояния привлекаемого к ответственности лица. В отношении «умалишенных» стало применяться более легкое наказание или полное освобождение их от ответственности и наказания (арт. 195)⁴ в зависимости от совершенного преступления. Это оказало огромное влияние на дальнейшее развитие института виновности. При назначении наказания непосредственное внимание уделяется психическому отношению лица к совершаемому им противоправному деянию и последствиям этих деяний. Оценивается способность правонарушителя обладать свободой воли, понимаемой как способность самостоятельно выбирать линию социально значимого поведения. Виновным в полной мере может признаваться только вменяемое, деликтоспособное лицо, т.е. способное отдавать отчет своим действиям и руководить ими. Дети до достижения ими 10-летнего возраста не считались деликтоспособными и освобождались от ответственности, для детей в возрасте с 10 до 15 лет ответственность смягчалась. В Уставе впервые отражены основы аффектированного умысла, который характеризует не столько момент, сколько психологический механизм возникновения намерения совершить преступление: «Ежели кто другого, не одумавшись с

¹ Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-С.4-7

² Таганцев Н.С. Русское уголовное право. Общая часть. Том 1. - СПб., Нева. 1994. - С.54.

³ Таганцев Н.С. Русское уголовное право. Общая часть. Том 1. - СПб., Нева. 1994. - С.55.

⁴ Российское законодательство X - XX веков: В 9 т. / Под ред. О.И. Чистякова. М.: Юридическая литература, 1984. Т. 4. С. 262, 327, 365, 366, 386.

сердца, или опаматовась, бранными словами выбранит, оный перед судом у обиженного христианское прощение имеет чинить и просить о прощении»⁵. Законодательство Петра I ввело в обиход понятия, относящиеся к условиям вменения и вменяемости, к обстоятельствам, влияющим на меру ответственности. Уголовное уложение 1845 г. (ст. 48) определяет, таким образом, понятие умышленной виновности: преступное деяние почитается умышленным, не только когда виновный желал его учинения, но также когда он сознательно допускал наступление обуславливающего преступность сего деяния последствия. Дореволюционная школа отечественного уголовного права, ярчайшими представителями которой были Н. С. Таганцев, Н. Д. Сергеевский, С. В. Познышев, А. Ф. Кистяковский, С. Будзинский, Н. А. Неклюдов, твердо отстаивала принцип виновного вменения, придерживаясь в основном позиции психологического понятия вины, характерной для современного уголовного права. В первое десятилетие советской власти широко обсуждался вопрос о приемлемости самого понятия вины для социалистического права. Связано отрицание вины было в первую очередь с тем, что пролетариат не мог приспособить для своих целей буржуазные кодексы пережитой эпохи и должен был сдать их в архив истории⁶. Принцип виновного вменения в советском уголовном праве ликвидировать не удалось, но на некоторое время вина оказалась подмененной понятием «опасное состояние», активно используемым в рамках теории «опасного состояния» личности социологической школы уголовного права. Так, например, проект УК РСФСР, разработанный Наркомюстом в 1920 году, содержал статью, в соответствии с которой «лицо, опасное для существующего порядка общественных отношений, подлежит наказанию по настоящему Кодексу». В 40-50-х годах в отечественной уголовно-правовой доктрине активно развивалась оценочная теория вины.⁷ В соответствии с ней вина существует не как психологическое явление, а как оценка судом всех обстоятельств, связанных с преступлением и личностью преступника. Однако в 50-х годах она была безусловно отвергнута. Причем, если некоторые опровержения действительно основывались на реальных слабостях концепции, то другие были скорее необоснованными. Итак, можно сделать вывод, что оценочные элементы объективно составляют вину, которую невозможно установить при помощи современных средств и методов. На уровне закона представления о вине как об элементе психической деятельности при преступном поведении были впервые закреплены в Основах уголовного законодательства Союза ССР и союзных республик 1958 года.⁸ Законодательная концепция вины так и не

⁵ Российское законодательство X - XX веков: В 9 т. / Под ред. О.И. Чистякова. М.: Юридическая литература, 1984. Т. 4. Ст. 354, 355, 381.

⁶ Постановление Наркомюста РСФСР от 12.12.1919 «Руководящие начала по уголовному праву Р.С.Ф.С.Р» (утратил силу)

⁷ Утевский Б.С. Вина в советском уголовном праве. М.: Госюриздат, 1950.

⁸ Закон СССР от 25.12.1958 «Об утверждении Основ уголовного законодательства Союза ССР и союзных республик» // СПС Консультант Плюс (утратил силу)

начавших действовать Основ уголовного законодательства Союза ССР и союзных республик 1991 года, а также современного Уголовного кодекса РФ также основывается на психологической теории вины.

Подводя итог вышесказанному можно сделать вывод о том, что развитие взглядов и представлений, касающихся виновной ответственности в отечественной уголовно-правовой науке, проходило в несколько этапов. От психологического понимания вины дореволюционной школой отечественного уголовного права к советской интерпретации теории опасного состояния, затем к концепции оценочной вины и вновь к доминированию психологической теории вины. Отдельные положения теории опасного состояния личности продолжают применяться в российской уголовно-правовой науке, законодательстве и правоприменительной практике (например, институты рецидива, административного надзора, судимости, назначения наказания с учетом способности лица к ресоциализации и т.д.), однако они не препятствуют субъективному вменению. Что же касается оценочного понимания вины, то оценочные элементы объективно составляют вину, поскольку ее невозможно установить при помощи современных криминалистических средств и методов.

Использованные источники:

1. Закон СССР от 25.12.1958 «Об утверждении Основ уголовного законодательства Союза ССР и союзных республик» // СПС Консультант Плюс (утратил силу)
2. Постановление Наркомюста РСФСР от 12.12.1919 «Руководящие начала по уголовному праву Р.С.Ф.С.Р» (утратил силу)
3. Таганцев Н.С. Русское уголовное право. Общая часть. Том 1. - СПб., Нева. 1994. -414с.
4. Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-472с
5. Утевский Б.С. Вина в советском уголовном праве. М.: Госюриздат, 1950-319с.
6. Чистяков О.И. Российское законодательство X - XX веков: В 9 т.. М.: Юридическая литература, 1984. Т. 4. -515с.

*Елистратов Е.В.
студент
группы АИС-21
СФ УУНиТ, Россия
Волкова Е.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания
СФ УУНиТ, Россия*

ФИЗКУЛЬТУРА КАК МЕТОД БОРЬБЫ С ВЫГОРАНИЕМ

***Аннотация:** В статье рассматривается проблема профессионального выгорания у программистов и предлагается физическая активность как эффективный метод борьбы с этим состоянием. Описываются основные причины выгорания, влияние сидячего образа жизни и стресса на здоровье IT-специалистов. Особое внимание уделяется механизму воздействия физических упражнений на психоэмоциональное состояние, а также приводятся рекомендации по внедрению физической активности в рабочий процесс.*

***Ключевые слова:** выгорание, программисты, физическая активность, профилактика стресса, сидячий образ жизни, здоровье IT-специалистов.*

*Elistratov E.V.
student of the AIS-31 group
Sterlitamak branch of UUNiT
Volkova E.A.
Sterlitamak branch of UUNiT
Senior lecturer
at the Department of Physical Education*

PHYSICAL TRAINING AS A METHOD OF COMBATING BURNOUT

***Abstract:** The article addresses the issue of burnout among programmers and suggests physical activity as an effective method to combat this condition. It explores the main causes of burnout, the impact of a sedentary lifestyle and stress on the health of IT professionals. Special attention is given to the mechanism of how physical exercise affects mental and emotional well-being, along with practical recommendations for integrating physical activity into the work routine.*

***Keywords:** burnout, programmers, physical activity, stress prevention, sedentary lifestyle, IT professionals' health.*

Выгорание (англ. *burnout*) — это состояние хронического физического, эмоционального и ментального истощения, возникающее в результате длительного стресса на рабочем месте. Оно сопровождается снижением мотивации, чувством усталости, утратой интереса к профессиональной деятельности и снижением продуктивности. Выгорание часто приводит к ухудшению общего состояния здоровья, как психического, так и физического, и требует своевременной профилактики и вмешательства.

Профессиональное выгорание — это состояние хронической усталости и эмоционального истощения, которое развивается в результате длительного стресса на рабочем месте. В IT-индустрии это особенно актуально, так как работа программиста зачастую предполагает выполнение сложных интеллектуальных задач в условиях ограниченного времени. Важными факторами развития выгорания у программистов являются:

- **Монотонность работы.** Хотя задачи программистов могут быть разнообразными, характер их выполнения часто монотонен, что повышает риск ментального истощения.

- **Постоянный поток задач и дедлайны.** Программисты часто работают в условиях высокой ответственности и коротких сроков, что вызывает чувство постоянного стресса и напряжения.

В современном мире информационных технологий профессия программиста занимает ключевое место в развитии цифровой экономики. Однако, наряду с огромными возможностями и высоким спросом на профессионалов этой сферы, работа в IT-индустрии связана с рядом серьезных вызовов. Программисты сталкиваются с постоянными дедлайнами, высокими требованиями к качеству и продуктивности, необходимостью решать сложные интеллектуальные задачи, а также длительным нахождением в сидячем положении. Эти факторы создают высокий уровень стресса, который со временем может привести к профессиональному выгоранию — состоянию физического и эмоционального истощения, при котором снижается мотивация и ухудшается общее самочувствие.

Физическая активность является одним из важнейших инструментов в борьбе с выгоранием. Регулярные занятия спортом и физкультурой способны снижать уровень стресса, улучшать общее физическое состояние и восстанавливать эмоциональный баланс. Рассмотрим основные механизмы, через которые физическая активность влияет на предотвращение выгорания.

1. **Снижение уровня стресса и тревожности**
Физические упражнения способствуют высвобождению эндорфинов — гормонов радости, которые естественным образом снижают уровень стресса и тревожности. Это особенно важно для программистов, которые ежедневно сталкиваются с интенсивными умственными нагрузками. Кардиотренировки, йога или даже простые прогулки помогают расслабиться, разрядить накопившееся напряжение и восстанавливать эмоциональную стабильность.

2. Улучшение кровообращения и работа мозга
Регулярные физические упражнения стимулируют кровообращение, что способствует лучшему снабжению мозга кислородом и питательными веществами. Это ведет к повышению концентрации, улучшению памяти и когнитивных функций, что особенно важно для программистов, чья работа напрямую зависит от скорости и точности мышления.

3. Предотвращение проблем с осанкой и болей в спине
Одной из распространенных проблем среди программистов являются боли в спине и шее из-за длительного нахождения в одной и той же позе. Регулярные занятия спортом помогают укрепить мышцы спины и улучшить осанку, предотвращая появление хронических болей.

4. Повышение энергии и выносливости
Парадоксально, но физическая активность, несмотря на затраты энергии, увеличивает общий уровень бодрости и выносливости организма. Программисты, которые регулярно занимаются спортом, отмечают снижение утомляемости, что позволяет им дольше сохранять работоспособность в течение дня.

5. Социальные аспекты физической активности
Физическая активность может также выступать как способ социализации и взаимодействия с другими людьми. Командные виды спорта, групповые занятия в фитнес-залах помогают наладить контакт с другими людьми, что способствует уменьшению ощущения изоляции, характерного для работников, занятых в IT-сфере.

Для достижения наилучших результатов программистам важно выбрать виды физической активности, которые будут удобны и эффективны в рамках их рабочего графика. Рассмотрим некоторые из них:

- Йога и пилатес. Эти виды упражнений особенно полезны для снятия напряжения с мышц и улучшения гибкости. Они также способствуют ментальному расслаблению и медитации.
- Силовые тренировки. Укрепление мышц спины, шеи и плечевого пояса позволяет улучшить осанку и снизить нагрузку на позвоночник при длительном сидении.
- Разминка и упражнения на рабочем месте. Даже короткие перерывы на растяжку или легкую гимнастику в течение рабочего дня могут существенно снизить утомляемость и улучшить настроение.

Для того чтобы физическая активность стала эффективным средством борьбы с выгоранием, важно правильно интегрировать ее в повседневную жизнь программистов:

1. Регулярные перерывы. Делайте короткие перерывы на физическую активность каждые 45–60 минут работы. Это может быть простая разминка или прогулка по офису.

2. Утренняя зарядка. Начало дня с легкой гимнастики поможет настроиться на продуктивную работу.

3. Фитнес после работы. Занятия в спортзале или на свежем воздухе после рабочего дня помогают снять стресс и переключиться с работы на отдых.

4. Работа стоя или на фитболе. Использование специальных рабочих мест, которые позволяют работать стоя или на фитболе, поможет уменьшить нагрузку на позвоночник.

Профессиональное выгорание — это серьезная проблема, которая затрагивает многих программистов из-за высокой интеллектуальной нагрузки и малоподвижного образа жизни. Физические упражнения помогают не только снизить уровень стресса и улучшить эмоциональное состояние, но также предотвращают развитие проблем со здоровьем, связанных с длительным сидением, таких как боли в спине и нарушение осанки. Регулярная физическая активность способствует повышению концентрации, улучшению когнитивных функций и повышению уровня энергии, что в конечном итоге способствует повышению работоспособности и удовлетворенности жизнью. Таким образом, интеграция спорта в повседневную рутину программистов может стать ключом к улучшению их физического и ментального благополучия, а также к повышению профессиональной устойчивости.

Использованные источники:

1. Коршунов В. В., Лукина О. А. Профилактика профессионального выгорания у специалистов IT-индустрии // Психология и здоровье. – 2019. – №4. – С. 36–42.
2. Иванова Н. С., Громов П. В. Здоровый образ жизни и физическая активность как факторы профилактики стресса // Вестник здоровья и психологии. – 2018. – №3. – С. 23–30.
3. Smith J., Anderson K. Burnout in Tech: How Physical Activity Can Help // Journal of Occupational Health. – 2020. – Vol. 62. – P. 178–185.

*Елистратов Е.В.
студент группы АИС-21
СФ УУНиТ
Россия*
*Волкова Е.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания
СФ УУНиТ
Россия*

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЗВОНОЧНИКА У ПРОГРАММИСТОВ

***Аннотация:** В статье рассматриваются причины возникновения остеохондроза у программистов, связанного с сидячим образом жизни и длительным пребыванием за компьютером. Описаны основные меры профилактики, включая правильную организацию рабочего места и регулярные физические упражнения. В статье предложены эффективные комплексы упражнений для укрепления позвоночника и снижения риска развития остеохондроза.*

***Ключевые слова:** программисты, сидячий образ жизни, профилактика, упражнения для позвоночника, осанка, физическая активность.*

*Elistratov E.V.
Sterlitamak branch
of UUNiT
student of the AIS-31 group*
*Volkova E.A.
Sterlitamak branch
of UUNiT
Senior lecturer
at the Department of Physical Education*

PREVENTION OF SPINAL DISORDERS IN PROGRAMMERS

***Abstract:** The article discusses the causes of osteochondrosis in programmers, which are associated with a sedentary lifestyle and prolonged work at a computer. It outlines key preventive measures, including proper workstation organization and regular physical exercises. Effective exercise routines for strengthening the spine and reducing the risk of osteochondrosis are proposed.*

***Keywords:** programmers, sedentary lifestyle, prevention, spinal exercises, posture, physical activity*

Современные технологии стремительно развиваются, и характер труда всё чаще становится малоподвижным. Программисты — одна из наиболее востребованных профессий, однако длительное время, проведённое за компьютером, и сидячий образ жизни оказывают негативное влияние на здоровье, особенно на позвоночник. Одним из самых распространённых заболеваний среди программистов является остеохондроз — дегенеративное заболевание межпозвоночных дисков.

Остеохондроз проявляется множеством симптомов, которые зависят от того, какая часть позвоночника поражена. Частыми симптомами являются:

- Боль в спине и шее. Болезненные ощущения могут носить хронический или острый характер, особенно после длительного сидения.
- Ограниченная подвижность. Из-за дегенеративных изменений в дисках, позвоночник теряет гибкость, что приводит к затруднениям при наклонах и поворотах тела.
- Мышечные спазмы и напряжение. Постоянное напряжение в мышцах спины и шеи является частым спутником остеохондроза.
- Головные боли. Если поражена шейная область, боли могут вызывать частые головные боли.
- Онемение и покалывание в конечностях. Вследствие компрессии нервных окончаний в позвоночнике могут наблюдаться онемение, слабость или покалывание в руках или ногах.

Такие симптомы могут существенно ухудшить качество жизни, снижая трудоспособность и физическую активность. Остеохондроз особенно остро проявляется у людей, которые проводят много времени в одном положении, как это происходит у программистов.

Программисты вынуждены проводить длительное время в одном положении, часто с неестественным наклоном головы вперед и сутулостью. Это приводит к неравномерному распределению нагрузки на позвоночник и постепенному износу межпозвоночных дисков. Основные факторы, способствующие развитию остеохондроза у программистов:

- Длительное пребывание в сидячем положении. Плохая осанка вызывает повышенное давление на межпозвоночные диски, что приводит к их деформации.
- Недостаток движения. Отсутствие регулярных физических нагрузок приводит к ухудшению кровообращения в мышцах спины, снижению тонуса мышц и гибкости позвоночника.
- Неправильное рабочее место. Неправильная высота стола и стула, неудобная клавиатура или монитор могут ухудшить положение тела.
- Стресс. Постоянное напряжение и стрессы на работе могут усиливать мышечные спазмы, что также способствует развитию остеохондроза.

Профилактика остеохондроза включает в себя комплекс мер, направленных на снижение нагрузки на позвоночник, поддержание

правильной осанки и укрепление мышечного корсета. Вот несколько ключевых моментов, которые помогут программистам сохранить здоровье спины:

1. Правильная организация рабочего места.

- Монитор должен находиться на уровне глаз, чтобы шея не наклонялась вперед.
- Стул должен поддерживать поясничный изгиб спины.
- Локти должны быть согнуты под углом 90 градусов, а ноги стоять на полу или подставке.

2. Регулярные перерывы. Каждые 30-60 минут рекомендуется вставать и делать небольшие разминки. Это поможет избежать застоя крови и мышечного напряжения.

3. Поддержание правильной осанки. Сидя за компьютером, важно следить за осанкой: плечи должны быть расслаблены и отведены назад, спина — прямая.

4. Занятия спортом. Регулярные физические нагрузки укрепляют мышцы спины, улучшая их способность поддерживать позвоночник в правильном положении.

Для профилактики и лечения остеохондроза у программистов важна регулярная физическая активность. Представленные ниже упражнения можно выполнять дома или на работе, чтобы снять напряжение с мышц и улучшить состояние позвоночника.

1. Наклоны головы в стороны

Упражнение помогает снять напряжение с шейных мышц.

- Сидя прямо, медленно наклоняйте голову вправо, стараясь коснуться ухом плеча.
- Задержитесь в этом положении на 10 секунд, затем вернитесь в исходное положение.
- Повторите на другую сторону. Сделайте по 5-10 наклонов в каждую сторону.

2. Мостик

Упражнение улучшает гибкость позвоночника и снимает напряжение с мышц поясницы.

- Сидя на стуле, поставьте правую руку на внешнюю часть левого бедра.
- Плавно поверните корпус влево, стараясь взглядом следить за линией плеч.
- Задержитесь в этом положении на 10-15 секунд, затем вернитесь в исходное положение.
- Повторите на другую сторону

3. Планка

Планка помогает укрепить все мышцы тела, особенно мышцы кора, которые поддерживают позвоночник.

- Встаньте в упор лежа на предплечьях.

- Тело должно образовать прямую линию от головы до пяток.
- Задержитесь в этом положении на 20-30 секунд, постепенно увеличивая время до 1 минуты.

Остеохондроз — это одно из тех заболеваний, которые можно предупредить, если предпринять меры профилактики и уделять внимание своему образу жизни. Программисты и другие представители профессий, связанных с длительным сидячим трудом, находятся в группе повышенного риска развития проблем с позвоночником. Неправильная осанка, длительное пребывание в неудобной позе и недостаток физической активности являются основными факторами, которые могут спровоцировать появление болей и дискомфорта в области спины и шеи.

Однако вести активный образ жизни и заботиться о здоровье своего позвоночника можно даже в условиях офисной работы. Простейшие упражнения, регулярные перерывы и правильная организация рабочего места могут значительно снизить риск развития остеохондроза. Важно помнить, что заниматься своим здоровьем нужно на регулярной основе, не дожидаясь появления первых симптомов болезни.

Профилактика и лечение остеохондроза у программистов требует комплексного подхода. Важно следить за своей осанкой, организовывать рабочее место правильно и регулярно выполнять физические упражнения для укрепления мышц и улучшения гибкости позвоночника. Соблюдение этих рекомендаций поможет предотвратить развитие остеохондроза и снизить его симптомы, если заболевание уже проявилось.

Использованные источники:

1. Стюарт МакГилл — «Back Mechanic: The Step-by-Step McGill Method to Fix Back Pain» 2022г.
2. Эрик Гудман и Питер Парк — «Foundations: How to Build a Better Back» 2022г.
3. Марко Талиано — «The Healthy Back: Preventing and Treating Back Pain with Exercise» 2023г.

*Жаксыгельдин Е.А.
Ақпараттық жүйелер мамандығының магистранты
Байтурсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті
Қазақстан, Қостанай
Абатов Н.Т.
ғылыми кеңесші
профессор
физика-математика ғылымдарының кандидаты
Ақпараттық жүйелер және информатика
кафедрасының доценті
А. Байтурсынов
атындағы Қостанай өңірлік университеті
Қазақстан, Қостанай*

КОМПЬЮТЕРЛІК МОДЕЛЬДЕУ: ОҢТАЙЛАНДЫРУ МІНДЕТТЕРІ

Annotatsiya: Мақалада оңтайландыру мәселелеріне арналған компьютерлік модель құру әдістері және оларды шешу әдістері талқыланады.

Түйінді сөздер: компьютерлік модельдеу, оңтайландыру, оңтайлылық.

*Zhaxygeldin Y.A.
Master's student
of the specialty information systems
Kostanay Regional University named after A. Baitursynov
Kazakhstan, Kostanay
Abatov N.T.
scientific consultant
Professor
Candidate
of Physical and Mathematical Sciences
Associate Professor
of the Department of Information Systems and Informatics
Kostanay Regional University
named after A. Baitursynov
Kazakhstan, Kostanay*

COMPUTER MODELING: OPTIMIZATION TASKS

Abstract: The article discusses the methods of building a computer model for optimization problems and methods for solving them.

Keywords: computer modeling, optimization, optimality.

Компьютерлік модельдеу әдетте құбылыстар, процесс, пәндік сала, өмірлік жағдайлар, міндеттер бола алатын зерттеу объектісінен басталады. Зерттеу объектісін анықтағаннан кейін модель құрылады. Модельді құру кезінде негізгі, басым факторлар ажыратылады, екінші факторларды жоққа шығарады. Бөлінген факторлар машина түсінетін тілге ауысады, алгоритм, бағдарлама жасайды[1].

Бағдарлама дайын болған кезде компьютерлік эксперимент және модель параметрлері өзгерген кезде алынған модельдеу нәтижелеріне талдау жасалады. Осы тұжырымдарға байланысты модельдеу кезеңдерінің бірінде қажетті түзетулер жасалады: олар модельді, алгоритмді нақтылайды немесе дәлірек айтқанда, зерттеу объектісін дәлірек анықтайды.

Компьютерлік модельдеу әдісінде дамытушылық оқыту мен танымның барлық маңызды элементтері бар: жобалау, сипаттау, эксперимент және т.б. нәтижесінде зерттелетін объект-түпнұсқа туралы білім алынады.

Дегенмен, компьютерлік модельді (модельдеу бағдарламасын) құбылыстың өзімен шатастырмау маңызды. Модель шындыққа жақсы сәйкес келген кезде пайдалы. Бірақ модельдер болмайтын нәрселерді болжай алады, ал шындықтың кейбір қасиеттерін модель болжай алмайды. Дегенмен, модельдің пайдалылығы айқын, атап айтқанда, бұл белгілі бір құбылыстардың неліктен орын алатынын түсінуге көмектеседі.

Заманауи компьютерлік модельдеу адамдардың қарым-қатынас құралы (ақпараттық, компьютерлік модельдер мен бағдарламалармен алмасу), қоршаған әлем құбылыстарын түсіну және тану (Күн жүйесінің, атомның компьютерлік модельдері және т.б.), оқыту және жаттығу (тренажерлер), оңтайландыру (параметрлерді таңдау) құралы ретінде әрекет етеді.

Оңтайландыру міндеті - тиісті жағдайларда ең жақсы нәтижелерге қол жеткізуден тұратын мақсатты қызмет.

Оңтайландыру мәселесін қою процестің бәсекелес қасиеттерінің болуын болжайды, мысалы: өнім саны-шикізат шығыны және өнім саны-өнім сапасы;

Көрсетілген қасиеттер үшінромалы нұсқаны таңдау оңтайландыру мәселесін шешу процедурасы болып табылады.

Оңтайландыру мәселесін қою кезінде сізге:

1) оңтайландыру объектісінің және оңтайландыру мақсатының болуы. Әрбір оңтайландыру мәселесінің тұжырымдамасы тек бір шаманың экстремалды мәнін талап етуі керек, яғни.бір уақытта жүйеге екі немесе одан да көп оңтайландыру критерийлері жатқызылмауы керек, өйткені әрдайым бір критерийдің экстремумы екіншісінің экстремумына сәйкес келмейді[2].

Оңтайландыру мәселесін дұрыс қоймаудың әдеттегі мысалы: "ең төменгі шығынмен максималды өнімділікті алу".

Қате-бұл бір-біріне қарама-қайшы келетін екі шаманың оңтайлылығын табу міндеті.

Тапсырманы дұрыс қою келесідей болуы мүмкін:

а) берілген өзіндік құн бойынша максималды өнімділікті алу;

б) берілген өнімділік кезінде ең төменгі өзіндік құнын алу;

Бірінші жағдайда оңтайландыру критерийі-өнімділік, ал екіншісінде-өзіндік құн;

2) оңтайландырылған объектінің кейбір параметрлерінің мәндерін таңдау мүмкіндігі түсінілетін оңтайландыру ресурстарының болуы;

3) оңтайландырылған шаманы сандық бағалау мүмкіндігі;

4) шектеулерді есепке алу. Әдетте оңтайландырылған мән қарастырылып отырған объектінің (аппарат, цех, зауыт) жұмысының үнемділігімен байланысты.

Оңтайлылық критерий объектінің оңтайландырылған сапасын сандық бағалау деп аталады.

Сызықтық бағдарламалау оңтайландырудың ең көп қолданылатын әдісі болып табылады. Сызықтық бағдарламалау есептерінің қатарына есептерді жатқызуға болады: шикізат пен материалдарды ұтымды пайдалану; кесуді оңтайландыру; кәсіпорындардың өндірістік бағдарламасын оңтайландыру; өндірісті оңтайлы орналастыру және шоғырландыру; тасымалдаудың, көлік жұмысының оңтайлы жоспарын жасау; өндірістік қорларды басқару; оңтайлы жоспарлау саласына жататын көптеген басқалар.

Сызықтық бағдарламалау есептерін шешу үшін үлкен көлемдегі практикалық есептерді тиімді және сенімді шешуге мүмкіндік беретін күрделі бағдарламалық жасақтама жасалды. Бұл бағдарламалар мен жүйелер бастапқы деректерді дайындаудың дамыған жүйелерімен, оларды талдау және нәтижелерді ұсыну құралдарымен жабдықталған.

Осы жүйелерді дамытуға және жетілдіруге көптеген математиктердің еңбегі мен таланты жұмсалды, мыңдаған есептерді шешу тәжірибесі жиналды. Сызықтық бағдарламалау аппаратын меңгеру математикалық бағдарламалау саласындағы әрбір маманға қажет. Сызықтық бағдарламалау математикалық бағдарламалаудың басқа әдістерімен тығыз байланысты (мысалы, мақсатты функция сызықтық емес болатын сызықтық емес бағдарламалау).

Сызықтық емес мақсатты функциясы және сызықтық шектеулері бар есептер сызықтық шектеулері бар сызықтық емес бағдарламалау есептері деп аталады. Мұндай оңтайландыру міндеттерін сызықтық емес мақсатты функциялардың құрылымдық ерекшеліктеріне қарай жіктеуге болады. Егер мақсатты функция е-Квадраттық функция болса, онда біз квадраттық бағдарламалау мәселесімен айналысамыз; егер Е - сызықтық функцияның қатынасы болса, онда тиісті тапсырма бөлшек-сызықтық бағдарламалау мәселесінің атағын алады және т. б. Оңтайландыру есептерін осы сыныптарға бөлу айтарлықтай қызығушылық тудырады, өйткені белгілі бір мәселелердің өзіндік ерекшеліктері оларды шешу әдістерін әзірлеуде маңызды рөл атқарады.

Шешудің негізгі әдісі-симплекс әдісі. Әдісті қолданудың әмбебаптығы міндеттердің табиғатымен байланысты, өйткені оңтайландыру кез-келген мақсатты функцияның мәнін көбейту немесе азайту болып табылады (мысалы, кірісті (кірісті) көбейту немесе шығындарды азайту) әр түрлі шектеулерді орындау жағдайында (мысалы, қол жетімді ресурстардың саны немесе құны бойынша).

Сызықтық бағдарламалаудың заманауи әдістері бірнеше мың шектеулермен және ондаған мың айнымалылармен жалпы типтегі есептерді сенімді түрде шешеді. Өте үлкен мәселелерді шешу үшін, әдетте, мамандандырылған әдістер қолданылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Рубцов В.В., Маргулис А.А., Пажитнов А.Л. Компьютер как средство учебного моделирования // Информатика и образование. – 1987. – №5.
2. Фокин М.Л. Дидактические требования к учебным моделирующим программам на ЭВМ // Основные аспекты использования информационной технологии обучения в совершенствовании методической системы обучения. – М., 1987.
3. Информатика: Учеб. Пособие для студ. пед. вузов / А.В. Могилев, Н.И. Пак, Е.К. Хеннер; Под ред. Е.К. Хеннера. – 2-е изд., стер. – М.: Изд. Центр «Академия», 2001.

*Исмагилов А.Р.
студент группы АИС-31*

Янбердин И.Р.

студент

ФМиИТ

СФ УУНиТ

Волкова Е. А.

*старший преподаватель
кафедра физвоспитания*

СФ УУНиТ

РФ, Башкортостан, г.Стерлитамак

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ: ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС И РЕЗУЛЬТАТЫ СПОРТСМЕНОВ

Аннотация: В данной статье исследуется влияние современных технологий на тренировочный процесс и результаты спортсменов. В ней рассматриваются различные аспекты, включая использование носимых устройств, биомеханических датчиков и искусственного интеллекта для анализа данных. Также обсуждаются методы восстановления, такие как криотерапия и лазерная терапия, а также применение виртуальной реальности в тренировках. Особое внимание уделяется психологической подготовке и этическим аспектам внедрения технологий в спорт.

Ключевые слова: Современные технологии, спорт, тренировочный процесс, носимые устройства, восстановление, анализ данных.

Ismagilov A.R.

Yanberdin I.R.

students AIS-31 FMaIT

Sterlitamak branch UUSaT

Volkova E. A.

Teacher

of departments physical education

NEW TECHNOLOGIES IN SPORTS: A STUDY OF THE IMPACT OF MODERN TECHNOLOGIES ON THE TRAINING PROCESS AND THE RESULTS OF ATHLETES

Annotation: This article examines the impact of modern technologies on the training process and the results of athletes. It examines various aspects, including the use of wearable devices, biomechanical sensors and artificial intelligence for

data analysis. Recovery methods such as cryotherapy and laser therapy, as well as the use of virtual reality in training, are also discussed. Special attention is paid to psychological training and ethical aspects of the introduction of technology into sports.

Keywords: *Modern technologies, sports, training process, wearable devices, recovery, data analysis.*

Современные технологии значительно изменили многие аспекты жизни, и спорт не является исключением. Они играют ключевую роль в развитии спорта, значительно изменяя подходы к тренировкам, восстановлению и анализу результатов. Это касается как профессиональных спортсменов, так и любителей, которым доступны инновационные решения для улучшения физической активности.

Современные тренажеры и специализированные устройства позволяют отслеживать физические показатели спортсменов, включая скорость, частоту сердечных сокращений и другие параметры. Эти данные помогают оптимизировать тренировочный процесс и снизить риск травм. [1] Использование высокоточных камер и датчиков для анализа движений спортсменов позволяет выявлять ошибки в технике исполнения и разрабатывать индивидуализированные программы тренировок. [2] Это особенно важно для предотвращения травм и повышения эффективности тренировок.

Фитнес-трекеры и умные часы стали неотъемлемой частью спортивной подготовки. Умные часы предлагают множество функций для контроля за состоянием здоровья. Например, они позволяют отслеживать широкий спектр параметров, таких как уровень кислорода в крови, что особенно важно для спортсменов, занимающихся аэробными видами спорта, и качество сна, что позволяет оценить качество отдыха и его влияние на физическую активность. [3] Также стоит отметить, что фитнес-трекеры могут интегрироваться с мобильными приложениями, позволяя пользователям анализировать свои результаты и планировать тренировки более эффективно. Это делает их незаменимыми помощниками как для профессиональных спортсменов, так и для любителей. Эти данные помогают тренерам контролировать состояние здоровья спортсменов и адаптировать тренировочные нагрузки. Таким образом, фитнес-трекеры и умные часы не только облегчают процесс тренировки, но и значительно повышают её эффективность благодаря использованию современных технологий мониторинга состояния здоровья и восстановления.

Технологии, такие как криотерапия и лазерная терапия, используются для ускорения восстановления после травм. Криотерапия помогает снизить воспаление и уменьшить болевые ощущения, в то время как лазерная терапия способствует ускорению регенерации тканей. Эти методы позволяют

спортсменам быстрее возвращаться к тренировкам и соревнованиям, что особенно важно в условиях высокой конкуренции

Анализ данных о травмах и их причинах помогает тренерам предотвращать возможные травматичные ситуации. Это включает в себя изучение техники исполнения упражнений и индивидуальных особенностей спортсменов. Виртуальная реальность (VR) создает иммерсивные среды для тренировок, позволяя спортсменам моделировать реальные условия соревнований. Это способствует лучшей подготовке к предстоящим испытаниям.

Современные системы анализа данных позволяют собирать информацию о результатах спортсменов, их соперниках и факторах, влияющих на исход соревнований. Это дает возможность тренерам принимать более обоснованные решения и разрабатывать эффективные стратегии. Интеграция данных с видеоанализом позволяет связывать физические метрики с видеозаписями матчей, что улучшает понимание производительности. Системы анализа данных предоставляют тренерам возможность принимать более обоснованные решения на основе фактических данных. С помощью таких инструментов можно адаптировать тренировочные программы в зависимости от индивидуальных потребностей спортсменов. Это особенно важно в условиях высокой конкуренции, где каждое преимущество может сыграть решающую роль. [4] Автоматизация сбора и обработки данных также значительно сокращает время, необходимое для анализа. Современные системы могут быстро обрабатывать большие объемы информации, что позволяет командам сосредоточиться на стратегическом планировании и повышении производительности. Например, интеграция биометрических показателей с видеоанализом дает возможность проводить оценку техники спортсменов в реальном времени и структурировать полученные данные для дальнейшего анализа

Современные технологии продолжают трансформировать мир спорта, предоставляя новые возможности для повышения производительности, безопасности и зрелищности соревнований. С каждым годом внедрение инновационных решений становится все более актуальным, что открывает новые горизонты как для профессиональных атлетов, так и для любителей физической активности. Однако важно учитывать этические аспекты использования технологий в спорте, чтобы обеспечить их справедливое применение. Инновационные технологии становятся неотъемлемой частью современного спорта, обеспечивая доступ к данным и инструментам для их анализа. Это не только повышает производительность спортсменов, но также снижает риск травм и улучшает качество тренировочного процесса. С развитием технологий спортивные команды будут продолжать использовать эти инструменты для достижения новых высот в спорте.

Использованные источники:

1. Койл, Дж. М., & Пауэрс, С. К. Спортивные технологии: Руководство для тренеров, спортсменов и команд / Дж. М. Койл, С. К. Пауэрс. – 2022. - С. 135-136.
2. Информационные технологии в спортивной науке и аналитике // Институт Информационных Систем ГУУ : [сайт]. – 2024. – URL: <http://guu.ru> (дата обращения: 10.10.2024)
3. Технологии в большом спорте и их влияние на его развитие / Хабр : [сайт]. – 2024. – URL: <https://habr.com> (дата обращения: 11.10.2024).
4. Какие бывают спортивные часы и как правильно их выбрать | Интернет-магазин Runlab : [сайт]. – 2024. – URL: https://www.runlab.ru/vybor_ekipirovki/obzor_aktualnyh_modelej_sportivnyh_chasov.html (дата обращения: 9.10.2024).

*Иванов А.М.
студент гр. АИС-31
Стерлитамакский филиал УУНиТ
Россия
Шейко Г.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания
Стерлитамакский филиал УУНиТ
Россия*

ВЛИЯНИЕ СИДЯЧЕЙ РАБОТЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА И СПОСОБЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ

***Аннотация:** Статья посвящена растущему количеству профессий, требующих сидячего образа жизни, и анализирует негативное влияние такого образа жизни на организм. Исследование показывает, что регулярные физические тренировки и здоровое питание являются ключевыми факторами в профилактике заболеваний, возникающих у людей с малоподвижной работой*

***Ключевые слова:** спорт, сидячая профессия, тренировка, разминка, набор жировой массы тела, болезни, геморрой, гиподинамия, ожирение, правильное питание.*

*Ivanov A.M.
Sterlitamak branch
of UUNiT
student
of the AIS-31 group
Sheiko G.A.
Sterlitamak branch
of UUNiT
Senior lecturer
at the Department of Physical Education*

THE IMPACT OF SEDENTARY WORK ON HUMAN HEALTH AND WAYS TO MAINTAIN HEALTH

***Abstract:** The article is devoted to the growing number of professions that require a sedentary lifestyle, and analyzes the negative impact of such a lifestyle on the body. The study shows that regular physical training and a healthy diet are key factors in the prevention of diseases that occur in people with sedentary work*

***Keywords:** sport, sedentary profession, training, warm-up, body fat gain, diseases, hemorrhoids, physical inactivity, obesity, proper nutrition.*

Современный мир, благодаря научно-техническому прогрессу, все больше автоматизирует заводы, промышленные предприятия. Роботы и компьютеры заменяют ручной труд, что приводит к уменьшению потребности в физически тяжелых профессиях. Вместо них востребованы высококвалифицированные специалисты: IT-специалисты, ученые, инженеры-робототехники, онлайн-педагоги. Рост числа сидячих профессий не ограничивается IT-сферой. Бюрократия также способствует появлению множества "офисных" профессий: бухгалтеры, политики, финансовые аналитики, трейдеры, юристы и др. В современном мире не обойтись без водителей, пилотов, онлайн-консультантов. Большинство людей с каждым днем ограничивают физические нагрузки на работе из-за лени, стремлению создать комфортные условия, ограничений по здоровью или других причин, даже не задумываясь что долгое время работы в одном положении не очень хорошо сказывается на здоровье.

Опасность сидячего образа жизни известна уже давно. Американские ученые еще в прошлом веке обратили внимание на вред, который он наносит здоровью. За последние десятилетия многочисленные исследования подтвердили, что гиподинамия является причиной многих заболеваний. Гиподинамия — нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности, снижении силы сокращения мышц. Особенно влияет гиподинамия на сердечно-сосудистую систему она ослабевает силу сокращений сердца, уменьшается трудоспособность, снижается тонус сосудов. Следствием гиподинамии могут стать ожирение и атеросклероз. Увеличение числа сидячих профессий представляет серьезную угрозу для здоровья современного человека. Гиподинамия часто сопровождается повышенным аппетитом, несмотря на отсутствие потребности в дополнительных калориях. Это приводит к чрезмерному потребляемому количеству пищи и как следствие – к ожирению.

Ожирение – это состояние, при котором в организме накапливается избыточное количество жира, приводящее к увеличению веса. Способность организма накапливать жир - это результат эволюции, помогавшая нашим предкам переживать периоды голода. Интересный факт что в древности полнота считалась признаком благополучия, поскольку она свидетельствовала о достатке пищи и здоровье. Ожирение является фактором риска для различных заболеваний, включая сердечно-сосудистые, респираторные заболевания, диабет, гипертонию, нарушения гормонального фона, онкологические заболевания и боли в суставах, но одна из главных болезней сидячих профессий является остеохондроз. Остеохондроз — это хроническое заболевание, которое затрагивает ткани позвоночника. В его основе лежит дегенеративный процесс, вызывающий изменения в структуре межпозвоночных дисков, поверхности суставов, ослаблением мышечного корсета, тел позвонков и может поражать разные отделы позвоночника. Бывают несколько видов остеохондроза:

Поясничный остеохондроз: поражает нижнюю часть спины.
Шейный остеохондроз: затрагивает шею и верхнюю часть спины.
Грудной остеохондроз: поражает среднюю часть спины.
Распространенный остеохондроз охватывает несколько отделов позвоночника. Он может проявляться разными симптомами, в зависимости от его локализации и степени тяжести. Ниже описаны одни из главных симптомов.

Мышечная слабость: особенно в мышцах спины и ног.
Скованность движений и ощущение "зажатости" и ограничения подвижности позвоночника. Боль в спине может быть острой или тупой, отдавать в ноги или руки. Головные боли: часто возникают при шейном остеохондрозе.
Нарушение функций тазовых органов особенно в тяжелых случаях может проявляться нарушением мочеиспускания и дефекации.

Сидячий образ жизни — реальная угроза для здоровья. Существует два главных метода профилактики, которые помогут минимизировать риск заболеваний:

Здоровое питание, рацион, богатый фруктами, овощами, клетчаткой — залог хорошего самочувствия. Желательно ограничить потребление сахара и жирных продуктов. Физические нагрузки способствуют сжиганию калорий, предотвращая накопление жировой ткани. Нельзя забывать про физическую активность и не важно, это занятия профессиональным спортом или просто активный отдых, важно двигаться, упражнения повышают объем легочной вентиляции, увеличивают объем вдыхаемого кислорода, что способствует лучшему снабжению органов и тканей кислородом. Регулярные физические нагрузки стимулируют метаболические процессы, способствуют выведению токсинов и улучшают усвоение питательных веществ.

Для людей, у кого есть свободное время вне работы будут на пользу ежедневные тренировки в зале, пробежки, велопрогулки – все это отличные варианты. На спорт должно уходить не менее одного часа в день для поддержания здоровья. Уборка дома, активный досуг — все это помогает поддерживать тело в тонусе. Рекомендовано начать день с получасовой зарядки — полезный способ зарядиться энергией и поддержать физическую форму.

У кого времени мало, советуют больше ходить, вместо транспортных средств стоит прогуляться пешком и делать перерывы в работе на 15 минут чтобы восстановить тонус мышц, включая в работу физическую активность делая разминку рук, ног, шеи и спины. Забота о здоровье — это не просто хобби, а необходимость. Вышеперечисленные заболевания являются самыми распространёнными для работников "сидячих профессий". Заболевания сердечно-сосудистой системы это опасно, со временем сердце слабеет, кровь застаивается, увеличивается риск инфаркта и инсульта.

Проблемы с позвоночником это постоянная нагрузка на позвоночник, которая приводит к болям в спине, остеохондрозу и другим осложнениям. Спорт это важно, регулярные тренировки, будь то фитнес, плавание,

велоспорт, туризм или просто зарядка, улучшают обмен веществ, повышают мышечный тонус, делают сердце сильнее и укрепляют позвоночник. Полезным преимуществом будет активный отдых, ежедневные прогулки позволяют улучшить кровообращение, насытить кровь кислородом и укрепить лёгкие.

Правильное питание и здоровый рацион в сочетании с активным образом жизни помогает избежать ожирения и поддерживает здоровье.

Сидячая работа, ставшая неотъемлемой частью современной жизни, представляет серьезную угрозу для здоровья человека. Постоянное пребывание в статичном положении приводит к нарушению обмена веществ, ослаблению мышц, повышению нагрузки на позвоночник, ухудшению кровообращения и повышению риска развития целого ряда заболеваний. Физическая активность является важным фактором здоровья. Она помогает предотвратить развитие многих заболеваний, улучшить качество жизни и продлить ее продолжительность. Надо принимать меры с самого начала чтобы сидячая работа была не угрозой, а лишь частью вашей жизни.

Использованные источники:

1. Евсеев Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. — Ростов-на-Дону, Феникс, 2004 г — 384 с.
2. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье / И. И. Брехман. — М., 1990. — 510 с.
3. Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и каждого. В. К. Бальсевич. — М., 1985. — 208с.
4. Максимова Т. М. Распространённость поведенческих факторов риска и болезней системы кровообращения / Т. М. Максимова, В. Б. Белов, Н. П. Лушкина. — М: 2014 г. № 1. [С. 3–7.]
5. Википедия: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Ожирение>

*Карамышев Т.Д.
студент 3 курса
группы АИС31
СФ УУНИТ
Россия, г. Стерлитамак
Шейко. Г. А.
старший преподаватель
КФВ СФ УУНИТ*

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ВСЕСТОРОНЕЕ РАЗВИТИЕ МОЛОДЁЖИ

Аннотация: в статье рассматривается важность физической культуры и спорта для молодёжи. Проанализировано влияние занятий физическим воспитанием на комплексное развитие личности, улучшение физического состояния и психоэмоционального благополучия.

Ключевые слова: физическая культура, студенты, развитие, производительность, здоровье, физическая активность
UDC 37

*Karamyshev T.D.
3rd year student
AIS group 31
SF UUNIT
Russia, Sterlitamak
Sheiko. G. A
senior lecturer
of KFV SF UUNIT*

THE INFLUENCE OF PHYSICAL CULTURE ON THE COMPREHENSIVE DEVELOPMENT OF YOUTH

Abstract: The article discusses the importance of physical culture and sports for young people. The influence of physical education classes on the complex development of personality, improvement of physical condition and psycho-emotional well-being is analyzed.

Keywords: physical education, students, development, productivity, health, physical activity

Культура отражает деятельность человека, объединяя его духовные и материальные достижения. Она включает в себя различные аспекты, такие как духовная, материальная и физическая формы культуры.

Физическая культура основывается на физическом здоровье, являющемся важным показателем общего состояния человека. Ее деятельность направлена не только на улучшение физиологических функций организма, но и на поддержание психического здоровья. Физическая культура тесно связана с другими аспектами: материальная предоставляет необходимые ресурсы, а духовная помогает развить осознанное понимание здоровья и самочувствия.

На протяжении всей жизни человека физическая культура развивается благодаря физическому воспитанию. Как важная педагогическая дисциплина, оно способствует целенаправленному развитию физических качеств, укреплению здоровья и воспитанию гармоничной личности. Исследования показывают, что обучение и физическое воспитание напрямую связаны с личностным ростом. Гармонично развитый человек проявляет себя во всех сферах жизни, поддерживает здоровые отношения с окружающими и ведет здоровый образ жизни. Это целеустремленная личность, ориентированная на общественные ценности.

Особенно важное место физическое воспитание занимает в жизни студентов, которые находятся в активной фазе формирования своей личности и будущей профессиональной деятельности. В учебных заведениях занятия спортом не только укрепляют физическое здоровье, но и помогают развивать самодисциплину, способность справляться с психологическими и эмоциональными нагрузками. Регулярные физические тренировки положительно сказываются на успеваемости студентов, улучшая концентрацию внимания и способность эффективно решать учебные задачи. Это делает физическую культуру важным элементом образования, способствующим комплексному развитию молодого поколения.

Важное значение физическая культура также имеет и в образовательных учреждениях, где студенты не только укрепляют физическое здоровье, но и развивают навыки, которые помогут им справляться с эмоциональными и психическими нагрузками. Психологическая поддержка, предлагаемая в рамках спортивной деятельности, помогает учащимся формировать устойчивость к стрессу, развивать самодисциплину и улучшать навыки саморегуляции. Это особенно актуально в периоды экзаменов и высокой учебной нагрузки.

Для студентов, которые проводят значительное количество времени за учебной деятельностью, физическая активность помогает поддерживать баланс между умственной и физической деятельностью. Регулярные занятия спортом стимулируют работу мозга, способствуют улучшению когнитивных способностей и помогают сохранять концентрацию в учебном процессе. Это повышает успеваемость, а также улучшает общее самочувствие и мотивацию к обучению.

В современном мире молодежь находится в постоянном потоке информации и стремится успеть адаптироваться к меняющимся условиям.

При этом физическая активность может отойти на второй план из-за стремления к успеху в учебе и карьере. Однако отсутствие физических нагрузок может привести к ухудшению здоровья и снижению продуктивности. Физическая активность необходима для нормального функционирования организма, поскольку движение — это основа жизни.

Занятия физической культурой способствуют укреплению здоровья и всестороннему развитию человека. Особенно популярны они среди школьников и студентов, для которых физическое воспитание помогает развить волю, усовершенствовать навыки и понять необходимость регулярных тренировок для поддержания здоровья на протяжении всей жизни.

Физическая активность также играет ключевую роль в формировании социального взаимодействия среди студентов. Спортивные мероприятия и командные игры укрепляют навыки общения, развивают лидерские качества и способствуют созданию крепких межличностных связей. Это помогает молодым людям становиться более уверенными в себе и успешными в будущем как в личной, так и в профессиональной жизни.

Государственная политика в области физической культуры направлена на повышение уровня здоровья населения и улучшение качества жизни. Физическая культура и спорт способствуют комплексному развитию личности, предотвращают заболевания и оказывают положительное влияние на физическое и психическое здоровье.

Кроме того, физическая культура может служить средством формирования гражданской позиции и социальной ответственности у молодежи. Участие в спортивных мероприятиях и волонтерских проектах способствует осознанию важности коллективной работы, взаимопомощи и поддержки в сообществе. Это не только укрепляет физическое здоровье, но и формирует активную жизненную позицию, что является важным аспектом воспитания будущих граждан, способных вносить вклад в развитие общества.

Таким образом, физическое воспитание играет важную роль в всестороннем развитии личности, формирует нравственные качества, способствует самореализации и совершенствованию навыков. Значимость физической культуры и спорта для молодежи растет, особенно в условиях современного мира, где они помогают сохранять здоровье и психическое благополучие.

Использованные источники:

1. Глебов А.А. Нужна ли всесторонне развития личность как цель образования в российском постиндустриальном обществе? [Электронный ресурс] // Известия ВГПУ. 2013. — №2 (77). Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/nuzhna-li-vsestoronne-razvitiya-lichnost-kak-tsel-obrazovaniya-v-rossiyskom-postindustrialnom-obschestve> (дата обращения: 08.10.2024).
2. Еременко В.Н., Медведева А.С., Левченко А.А. Роль физической культуры в жизни человека [Электронный ресурс] // АНИ:

педагогика и психология. 2019. — №3 (28). Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-fizicheskoy-kultury-v-zhizni-cheloveka> (дата обращения: 08.10.2024).

3. Манжелей, И.В. Педагогические модели физического воспитания [Текст]: учебное пособие / И.В. Манжелей. — Москва: Директ-Медиа, 2015. — 199 с. (1)

4. Хромов В.А., Кутимский А.М., Гаврюшкин А.Н. Психология физического воспитания [Электронный ресурс] // Вестник науки и образования. 2020. — №24-1 (102). — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-fizicheskogo-vozpitaniya> (дата обращения: 09.10.2024).

5. Чеснова, Е.Л. Физическая культура [Текст]: учебное пособие / Е.Л. Чеснова. — Москва: Директ-Медиа, 2013. — 161 с

*Карамышев Т.Д.
студент 3 курса
группы АИС31
СФ УУНИТ
Россия, г. Стерлитамак
Шейко. Г.А.
старший преподаватель
КФВ СФ УУНИТ*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ВЛИЯНИЕ НА СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

***Аннотация:** Статья посвящена изучению роли психологии в физической культуре и спорте. Рассматривается значение психологической подготовки в достижении спортивных результатов и гармоничного развития личности спортсмена. Особое внимание уделяется влиянию психологических факторов на студентов, участвующих в спортивной деятельности, а также проблемам и задачам спортивной психологии в образовательной среде.*

***Ключевые слова:** психология, физическая культура, спорт, спортивная деятельность, Международное общество спортивной психологии (МОСП), спортивный психолог.*

*Karamyshev T.D.
3rd year student
AIS group 31
SF UUNIT
Russia, Sterlitamak
Sheiko. G. A
senior lecturer
of KFV SF UUNIT*

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS: IMPACT ON SPORTS ACTIVITIES

***Abstract:** This article explores the psychological aspects of physical culture and sports, focusing on their influence on students and their overall physical activity. It addresses the challenges posed by a sedentary lifestyle, particularly in the context of distance learning, and its negative impact on student health. The article suggests strategies to enhance physical activity in home settings and emphasizes the importance of sports psychology in improving self-regulation and emotional stability in athletes. These recommendations are applicable not only to*

students but also to other age groups facing similar circumstances during periods of restricted movement.

Keywords: *psychology, physical culture, sports, sports activities, students, distance learning, self-regulation, emotional stability, sports psychology.*

Психология физической культуры и спорта представляет собой отдельное направление психологической науки, которое занимается изучением психических процессов, происходящих в специфических условиях тренировок и физического воспитания. Современные представления о психологии меняются, что приводит к ее интеграции в другие науки, в том числе и физическую культуру. Важность психологических факторов в спорте заметно возросла. Внутренние и внешние факторы влияют на сознание спортсмена и его результаты. Внешние факторы включают организацию и содержание тренировок, тогда как внутренние охватывают личностные особенности спортсмена. Настроение и отношение к тренировочному процессу могут существенно повысить или, наоборот, снизить спортивные достижения.

Сегодня в этой области трудятся более 2700 специалистов в 61 стране мира, большая часть которых находится в Северной Америке и Европе. В последние годы отмечен рост числа специалистов в Латинской Америке, Азии и Африке. Особую роль в развитии спортивной психологии сыграло основанное в 1965 году Международное общество спортивной психологии (МОСП), цель которого — распространение и популяризация данной дисциплины. МОСП также поддерживает «Международный журнал спортивной психологии», который освещает важные вопросы в этой области, включая психодиагностику, психогигиену и подготовку спортсменов.

Излишнее волнение и страх перед соревнованиями — распространенные явления, с которыми спортсмены часто обращаются к спортивным психологам. Эти эмоции могут быть вызваны недостаточным уровнем саморегуляции и страхом ошибок. Однако умеренное переживание страха может стать стимулом для достижения лучших результатов. Специалисты в области спортивной психологии помогают спортсменам научиться управлять своими эмоциями, снижая их негативное воздействие на результаты.

Спортивные психологи работают не только с такими эмоциями, как страх, но и с раздражением. Это состояние часто возникает у спортсменов и связано с неудовлетворенными потребностями. Специалисты помогают выявить причины раздражения и предлагают стратегии для его снижения, что способствует улучшению общего эмоционального состояния и производительности спортсмена.

Одним из ключевых аспектов работы спортивного психолога является помощь спортсменам в управлении своими эмоциями, такими как страх и волнение. Эти эмоции могут оказывать как негативное, так и позитивное влияние на результаты. Например, страх совершить ошибку или проиграть может стимулировать спортсмена мобилизоваться, но в то же время

чрезмерное волнение связано с недостатком навыков саморегуляции. Задача спортивного психолога — помочь спортсмену контролировать свои эмоции, чтобы они не мешали успешному выступлению.

Важную роль в спортивной психологии играет работа со студентами, которые активно занимаются спортом или физической культурой. Для студентов, особенно участвующих в соревнованиях, важно не только физическое, но и психологическое состояние. Подготовка к соревнованиям, переживания из-за результатов, взаимодействие в команде — всё это оказывает влияние на их психику. Спортивные психологи помогают студентам справляться с волнением, стрессом и поддерживать высокий уровень мотивации. Это особенно важно в условиях, когда учебная нагрузка и личные амбиции могут создавать дополнительное эмоциональное давление.

Особое внимание в спортивной психологии уделяется различным аспектам подготовки спортсменов: физической, тактической и психологической. В спортивную деятельность входят как подготовка к соревнованиям, так и участие в них. Важной составляющей является и работа с командами, тренерами и руководителями спортивных коллективов. Психологические тренировки позволяют оптимизировать процессы подготовки к соревнованиям и повысить эффективность тренировок, что непосредственно влияет на результаты соревнований.

Спортивная психология не только фокусируется на индивидуальных спортсменах, но и активно взаимодействует с тренерскими штабами и спортивными организациями. Это сотрудничество позволяет создать благоприятную атмосферу для тренировок и соревнований, где каждый член команды чувствует поддержку и уверенность. Психологи помогают тренерам разрабатывать стратегии мотивации, которые учитывают индивидуальные особенности каждого спортсмена, а также способствуют улучшению коммуникации внутри команды. Такой подход позволяет не только повысить личные достижения спортсменов, но и укрепить командный дух, что особенно важно в игровых видах спорта, где успех зависит от слаженной работы всей команды.

Таким образом, психология спорта и физической культуры играет ключевую роль в обеспечении психической устойчивости и гармоничного развития спортсменов. Понимание особенностей психики в спортивных условиях помогает улучшать результаты и справляться с эмоциональными и физическими нагрузками в процессе тренировок и соревнований.

Использованные источники:

1. Гогунев Е.Н., Марьянов Б.И. “Психология физического воспитания и спорта”, Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2000. – 240с.
2. Лукин Ю.А., Шелкунова Т.В., “Психология физической культуры и спорта”, Красноярск – Лесосибирск, 2018 – 320с.

3. Яковлев Б.П. Бабушкин Г.Д., Науменко Е.А., “Психология физической культуры” [Электронный курс] учебник/ под ред. Яковлев Б.П. Бабушкин Г.Д. – М.: Издательство «Спорт», 2016 – 116 с.
4. Кравцов, А. В. (2010). “Психология спорта: теория и практика”. Москва: Издательство “Физкультура и спорт”. - 153 с.

*Киншинбаев А.К.
Ақпараттық жүйелер мамандығының магистранті
Байтурсинов атындағы Қостанай өңірлік университеті
Қазақстан, Қостанай
Абатов Н.Т.
ғылыми кеңесші
профессор
физика-математика ғылымдарының кандидаты
Ақпараттық жүйелер және информатика кафедрасының доценті
А. Байтурсинов атындағы Қостанай өңірлік университеті
Қазақстан, Қостанай*

ӨНІМДІЛІКТІ АРТТЫРУ ҮШІН БҰЛТТЫ ЕСЕПТЕУ ЖҮЙЕЛЕРІН МОДЕЛЬДЕУ

Ақпараттық технологиялардың дамуымен бұлтты есептеу икемді және масштабталатын есептеу ресурстарын ұсынуға негіз болды. Қазіргі заманғы компаниялар, ғылыми ұйымдар мен мемлекеттік органдар деректерді өңдеу, ақпаратты сақтау және есептеу қарқынды тапсырмаларды орындау үшін бұлтты платформаларға көбірек көшуде. Дегенмен, деректер көлемі мен пайдаланушылар санының артуымен бұлттық жүйелердің өнімділігі мен тиімділігіне қойылатын талаптар артады. Ресурстарды дұрыс бөлмеу, шамадан тыс жүктеме және есептеу қуатын біркелкі пайдаланбау қызмет көрсету сапасының төмендеуіне, кідірістердің жоғарылауына және деректердің жоғалуына әкелуі мүмкін.

***Түйінді сөздер:** бұлтты есептеу, модельдеу, өнімділік, ресурстарды оңтайландыру, жүктемені теңестіру, виртуалды машиналар, масштабтау, модельдеу модельдері, таратылған жүйелер, бұлтты инфрақұрылым.*

*Kinshinbayev A.K.
Graduate student of the specialty information systems
Kostanay Regional University named after A. Baitursynov,
Kazakhstan, Kostanay
Abatov N. T.
scientific consultant
professor
candidate of physical and Mathematical Sciences
Associate Professor of the Department of Information Systems and
informatics
Kostanay Regional University named after A. Baitursynov
Kazakhstan, Kostanay*

MODELING CLOUD COMPUTING SYSTEMS TO IMPROVE PERFORMANCE

With the development of information technology, cloud computing has become the basis for providing flexible and scalable computing resources. Modern companies, scientific organizations, and government agencies are increasingly moving to cloud platforms for data processing, information storage, and computing-intensive tasks. However, with the increase in data volume and the number of users, the requirements for the performance and efficiency of cloud systems are increasing. Improper allocation of resources, overloads and uneven use of computing power can lead to a decrease in the quality of service, increased delays and data loss.

Keywords: *cloud computing, modeling, performance, resource optimization, load balancing, virtual machines, scalability, simulation models, distributed systems, cloud infrastructure.*

Зерттеудің өзектілігі: Бұлтты есептеу деректерді өңдеу мен сақтауда икемділік пен масштабталуды қамтамасыз ететін заманауи ақпараттық технологиялардың ажырамас бөлігіне айналады. Бұлтты платформалардың дамуымен және пайдаланушылар санының артуымен жүйелердің жоғары өнімділігі мен сенімділігін қамтамасыз ету үшін ресурстарды пайдалануды оңтайландыру қажеттілігі артады. Ресурстарды тиімсіз бөлу, виртуалды машиналардың шамадан тыс жүктелуі және жүктеменің біркелкі бөлінбеуі бұлтты платформалардың тиімділігін едәуір төмендетіп, жауап беру уақытын көбейтіп, пайдаланушыларға қызмет көрсету сапасын төмендетуі мүмкін. Осылайша, ең маңызды міндет-бұлтты жүйелерді модельдеудің және оңтайландырудың тиімді әдістерін әзірлеу, бұл жүйенің әр түрлі жағдайдағы әрекетін болжауға және оның өнімділігін арттыруға мүмкіндік береді. Зерттеудің өзектілігі-бұлтты есептеу өнімділігін арттыратын және ресурстарды басқаруды жақсартатын жаңа модельдер құру қажеттілігі.

Зерттеудің мақсаты: бұл жұмыстың мақсаты ресурстарды бөлуді оңтайландыру және жүктемені теңестіру арқылы олардың өнімділігін арттыру үшін бұлтты есептеу жүйелерінің моделін әзірлеу және зерттеу болып табылады. Зерттеу бұлтты платформаларды модельдеудің жаңа әдісін ұсынады, ол есептеу қуатын тиімді пайдалануға, масштабтауды жақсартуға және жауап беру уақытын азайтуға бағытталған. Осы мақсатқа жету үшін бұлтты жүйелерді модельдеудің қолданыстағы әдістеріне талдау жасау, модельді әзірлеу және сынау және эксперименттік деректерді пайдалана отырып, оның өнімділікке әсерін бағалау жоспарлануда.

Зерттеу міндеттері:

Бұлтты жүйелерді модельдеудің қолданыстағы әдістерін зерттеу.

Жұмыстың бірінші кезеңінде бұлтты есептеу жүйелерін талдау үшін қолданылатын қолданыстағы әдістер мен модельдерге шолу жасалады. Бұған кезек модельдері, агенттік модельдер және стохастикалық әдістер сияқты

аналитикалық және модельдеу тәсілдері кіреді. Әрбір әдістің артықшылықтары мен шектеулерін бағалау, бұлттағы өнімділік, масштабтау және ресурстарды бөлу мәселелерін шешу үшін ең қолданылатындарын анықтау маңызды.

Өнімділікті талдау үшін дұрыс модельді әзірлеу немесе таңдау.

Қолданыстағы тәсілдерді талдау негізінде бұлттық жүйелердің өнімділігін тиімді талдау үшін жаңа немесе бейімделген модель ұсынылады. Жұмыстың бұл бөлігі виртуалды машиналарды бөлуді оңтайландыруға, жүктемені теңестіруге және айнымалы және жоғары жүктемелі бұлттық Инфрақұрылым жағдайында ресурстарды басқаруға бағытталған модельді қарастырады. Ұсынылған модель ресурстардың шамадан тыс жұмсалуды, жүктеменің біркелкі бөлінбеуі және масштабталуды оңтайландыру сияқты мәселелерді тиімді шеше алуы маңызды.

Ұсынылған әдістердің тиімділігін эксперименттік тексеру.

Жұмыстың соңғы кезеңінде ұсынылған модельге эксперименттік тестілеу жүргізіледі. Эксперимент жүйенің өнімділігін, масштабталуын және жауап беру уақытын бағалау үшін нақты бұлттық платформа деректерін, сондай-ақ әртүрлі жүктеме сценарийлерін пайдаланады. Бұл ұсынылған модельдің дәстүрлі тәсілдермен салыстырғанда өнімділікті қаншалықты жақсартатынын тексеруге және мүмкін болатын шектеулер мен кемшіліктерді анықтауға мүмкіндік береді.

Ғылыми жаңалық:

Жұмыстың ғылыми жаңалығы ресурстарды бөлуді және жүктемені теңестіруді оңтайландыру арқылы өнімділікті арттыруға бағытталған бұлтты есептеу жүйелерінің жаңа немесе бейімделген моделін ұсынуда жатыр. Қолданыстағы шешімдерден айырмашылығы, модель динамикалық және масштабталатын бұлттық платформалардың ерекшеліктерін ескереді, мысалы, айнымалы жүктеме, виртуалды машиналардың әр түрлі типтері арасындағы байланыс және нақты уақыт режимінде ресурстарды адаптивті бөлу қажеттілігі. Жұмыс аясында виртуалды машиналарды орналастыруды оңтайландыру үшін жаңа алгоритм әзірленетін болады, бұл жауап беру уақытын қысқартуға, есептеу қуатын пайдалануды жақсартуға және бұлттық жүйенің жалпы тиімділігін арттыруға мүмкіндік береді.

Бұл жұмыста бұлтты есептеу жүйелерін олардың өнімділігін арттыру мақсатында модельдеудің негізгі аспектілері қарастырылды. Қолданыстағы модельдеу тәсілдері мен әдістері, соның ішінде аналитикалық және модельдеу модельдері талданды, бұлтты платформаларды оңтайландыру контекстінде олардың артықшылықтары мен шектеулері анықталды.

Талдау негізінде ресурстарды тиімді бөлуге және жүктемені теңестіруге бағытталған жаңа модель ұсынылды, бұл Бұлтты жүйелердің өнімділігін едәуір арттыруға мүмкіндік береді. Әзірленген тәсіл есептеу қуатын асыра пайдалану, масштабталуды оңтайландыру және жүйенің жауап беру уақытын азайту сияқты мәселелерді шешуге бағытталған.

Осылайша, орындалған жұмыс бұлтты есептеу жүйелерін модельдеу әдістерінің дамуына айтарлықтай үлес қосады, олардың өнімділігі мен ресурстарды оңтайлы пайдаланудың жаңа мүмкіндіктерін ашады. Әрі қарайғы зерттеулер модельді жетілдіруге, ресурстарды адаптивті бөлу алгоритмдерін жақсартуға және үлкен деректерді өңдеу және Заттар интернеті (IoT) сияқты басқа сценарийлерде ұсынылған тәсілді қолдану аясын кеңейтуге бағытталуы мүмкін.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1 Буя, Р., Ранджан, Р., & Калейруш, Р.Н. (2010). Бұлтты есептеу орталарын модельдеу және ресурстарды бөлу алгоритмдерін бағалау. *Cloud Computing: Theory and Practice*, 58-80. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-382101-3.00006-6>.
- 2 Баррос, А.Ф., & Думас, М. (2011). Бұлтты есептеудің бизнес процесстеріне әсері. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2011.01.002.1>.
- 2 Ли, Л., & Чен, С. (2018). Бұлтты есептеу орталарын өнімділігін модельдеу. <https://doi.org/10.1016/j.future.2017.11.004>.

*Коломейцева В.И.
студентка магистратуры
Донской государственной технической Университет
г. Ростов-на-Дону*

ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ВЕРБАЛЬНЫХ И НЕВЕРБАЛЬНЫХ СРЕДСТВ ОБЩЕНИЯ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В статье представлен теоретический анализ исследований по проблеме формирования навыков вербального и невербального общения детей раннего возраста. Описаны направления работы с детьми данного возраста: развитие навыка понимания речи, формирование слухового и фонематического слуха, артикуляционной моторики, активной речи, творческих способностей, познавательной активности, совершенствование мелкой и общей моторики, пространственной ориентировки в пространстве.

Ключевые слова: ранний возраст, вербальные, невербальные средства общения, направления логопедической работы с детьми.

*Kolomeytseva V.I.
Graduate student
Don State Technical
University
Rostov-on-Don*

SPEECH THERAPY WORK ON THE FORMATION OF VERBAL AND NON-VERBAL MEANS OF COMMUNICATION AT EARLY AGE.

Annotation. The article presents a theoretical analysis of research on the problem of formation of verbal and non-verbal communication skills in young children. The directions of work with children of this age are described: the development of speech comprehension skills, the formation of auditory and phonemic hearing, articulatory motor skills, active speech, creative abilities, cognitive activity, improvement of fine and general motor skills, spatial orientation in space.

Keywords: early age, verbal, non-verbal means of communication, areas of speech therapy work with children.

Актуальность исследования. Ранний возраст – уникальный период для развития речи ребенка. Именно в возрасте до трех лет, происходит накопление вербальных и невербальных средств общения, освоение элементарных правил

их использования, обеспечивающих познание и осознание ребёнком окружающего мира. Развитию навыков общения посвящены труды многих известных ученых (Л.А. Венгер, М.И. Лисина, А.А. Бодалев, Е.О. Смирнова и др.). Исследователи подчеркивают, что общение возникает и проявляется у ребенка уже в первые дни появления на свет. Потребность общения создает основу для возникновения подражания звукам человеческой речи. Эмоционально-положительное отношение к младенцу со стороны взрослого приводит к формированию коммуникативной потребности.

В исследовании известных педагогов М.И. Лисиной установлено, что в процессе развития навыков общения ребенка со взрослым происходит смена качественно своеобразных форм общения (коммуникативные потребности, мотивы, средства общения). М.И. Лисина подчёркивала, что через общение со взрослыми ребенок овладевает нормативным поведением. В раннем возрасте мотивы поведения ребенка, как правило, не осознаны и не выстроены в систему по степени их значимости. Лишь постепенно внутренний мир формируется под решающим влиянием взрослых, ребенок не может сразу усвоить то отношение к людям и вещам, которого от него ожидают [2].

Однако, в последние годы наблюдается стойкая тенденция роста числа детей, у которых нормальный ход речевого развития по разным причинам нарушается. Среди факторов, негативно влияющих на речевое развитие, следует назвать постоянный рост числа детей раннего возраста, у которых значительно снижены показатели здоровья, в том числе - нервно-психического. Такие дети нуждаются в специальной психолого-педагогической помощи, направленной на предупреждение или преодоление нарушений в развитии речи.

В работах М.Л. Скуратовской, Е.А. Климкиной [7] подчеркивается, что «одним важнейшим фактором, определяющим успешность овладения ребёнком раннего возраста вербальными и невербальными средствами общения, является присутствие эмоционального взаимодействия с ним окружающих взрослых, достаточность коммуникативных контактов с ребёнком».

В связи с вышесказанным, недостаточность или неполноценность эмоционального взаимодействия, коммуникации с близкими взрослыми, которая становится характерной в условиях неблагоприятной социально-экономической ситуации, непонимание родителями важности такого общения, приводят к нарушению процесса овладения ребёнком формами и средствами общения, что подчеркивает необходимость оказания своевременной логопедической помощи детям раннего возраста.

В многочисленных научных исследованиях Н.Н. Малофеева [3], Е.А. Стребелева [8] подтверждаются, что обучение, начатое в первые годы жизни, гораздо эффективнее, чем на более поздних этапах. В настоящее время в отечественной литературе достаточно широко представлены авторские

методики коррекционно-логопедической работы с детьми с отклонениями в развитии речи.

К основным направлениям пропедевтического воздействия в работе с детьми раннего возраста, по словам О.Е. Громовой [1], Ю.А. Разенковой [6], О. Г. Приходько [5], Г. В. Чиркиной [4] можно отнести:

- формирование понимания речи и формирование предпосылок речевого мышления (развитие слухового внимания, умения соотносить звуки с определенными объектами живой/неживой природы, зрительного внимания, навыков наблюдения за называемыми предметами и выполнения действий по подражанию, памяти, активизация жестовых средств общения, обучение детей основным конвенциональным жестам, ознакомление детей с названиями предметов, основных действий и слов, указывающих на изменение положения предмета в пространстве, обучение детей выполнению речевых инструкций с наглядной опорой и без наглядной опоры),

- развитие активной речи и формирование речевых коммуникативных навыков (совершенствование фразовой речи, в соответствии с системным процессом детского речевого развития, построение односложных, двухсложных, простых двухсоставных нераспространенных/распространенных, сложных предложений; активизация словаря: активного и пассивного, развитие умения согласовывать подлежащее и сказуемое в третьем лице единственного и множественного числа настоящего времени);

- пропедевтика нарушений фонематического слуха, слоговой структуры и звуко-произносительных навыков (развитие слухового внимания; формирование моторных функций артикуляционного аппарата; развитие длительного физиологического выдоха и правильного речевого дыхания; развитие голоса и звукопроизношения. Особое значение имеет развитие слухового внимания, так как под его контролем осуществляется формирование произносительной стороны речи),

- развитие моторики детей раннего возраста (создание условий для развития тонкой/мелкой моторики и функциональных возможностей кистей и пальцев рук, длительного физиологического выдоха и правильного речевого дыхания, голоса и звукопроизношения, слухового внимания, формирование произносительной стороны речи).

Таким образом, анализ проблемы формированию вербальных и невербальных средств общения, направлений работы с детьми позволил нам сформулировать цель нашего исследования: разработать и апробировать программу логопедической помощи детям раннего возраста по формированию вербальных и невербальных средств общения. В рамках данной программы предполагается проводить с детьми работу, направленную на развитие понимания речи, слухового и фонематического слуха, артикуляционной моторики, формирование направленной воздушной струи и плавного ротового выдоха, развитие активной речи, творческих способностей, познавательной

активности, совершенствование мелкой и общей моторики, пространственной ориентировки в трехмерном и двухмерном пространстве.

Использованные источники:

1. Громова, О. Е. Методика формирования начального детского лексикона в условиях направленного коррекционно-развивающего обучения: дис. канд. пед. наук: 13.00.03. - М., 2003.
2. Лисина, М.И. Формирование личности ребенка в общении / М.И. Лисина. - СПб.: Изд-во «Питер», 2009. - 320 с.
3. Малофеев, Н. Н. Реабилитация средствами образования должна начинаться с первых месяцев жизни ребенка // Альманах № 2 «Ранний возраст». — 2019. — № 38.
4. Методы обследования речи детей: Пособие по диагностике речевых нарушений / под ред. Г. В. Чиркиной. - М.: АРКТИ, 2003. - 240 с.
5. Приходько, О. Г. Воспитание и обучение детей раннего возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата // Специальная дошкольная педагогика / под ред. Е.А. Стребелевой. - М.: Академия, 2002. -256 с.
6. Разенкова, Ю. А. К вопросу об использовании отечественных и зарубежных методик диагностики психомоторного развития в качестве инструментов раннего выявления возможных отклонений в развитии. Дискуссионные аспекты проблемы // Альманах № 2 «Ранний возраст». — 2019. — № 38.
7. Скуратовская, М.Л., Климкина, Е.А. Содержание и организация логопедической диагностики детей раннего возраста с задержкой речевого развития // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. - 2016. - №10. - С. 119-125.
8. Стребелева, Е. А. Дети-сироты: консультирование и диагностика развития / Е. А. Стребелева. — М.: Полиграф сервис, 1998.

*Куцова Э.Л., кандидат философских наук, доцент
факультет экономика, сервис
и предпринимательство*

*ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты
Россия, г. Шахты*

Борисов А.В.

магистрант

факультет техника и технологии

ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты

Россия, г. Шахты

Димитров О.В.

бакалавр

факультет техника и технологии

ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты

Россия, г. Шахты

УПРАВЛЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ МАЛЫХ ХОЛОДИЛЬНЫХ МАШИН

Аннотация: В статье на основании обзора научных литературных источников сформулированы основные положения обеспечения технического состояния малых холодильных машин.

Ключевые слова: показатель, малая холодильная машина, энергетическая эффективность, техническое состояние.

Kutsova E.L.

Candidate of Philosophy, Associate Professor ,

Faculty of Economics, Service and Entrepreneurship

ISOiP (branch) DSTU in Shakhty

Russia, Shakhty

Borisov A.V.

graduate student

Faculty of Engineering and Technology

ISOiP (branch) DSTU in Shakhty

Russia, Shakhty

Dimitrov O.V.

bachelor student

Faculty of Engineering and Technology

ISOiP (branch) DSTU in Shakhty

Russia, Shakhty

MANAGEMENT OF THE TECHNICAL CONDITION OF SMALL REFRIGERATING MACHINES

Annotation: Based on a review of scientific literature sources, the main provisions for ensuring the technical condition of small refrigerating machines are formulated in the article.

Keywords: indicator, small refrigerator, energy efficiency, technical condition.

Управление техническим состоянием малых холодильных машин – это целенаправленное изменение их состояния с помощью управляющих воздействий, ведущих к достижению поставленной цели.

Цель управления техническим состоянием – обеспечение высокого или оптимального уровня работоспособности и исправности малых холодильных машин при изготовлении, восстановлении, ремонте и техническом обслуживании, а также создание условий, позволяющих уменьшить частоту отказов при сокращении материальных и денежных издержек [1].

Управление техническим состоянием и надёжностью можно осуществлять различными путями. Наиболее прогрессивный путь – улучшение физико-механических свойств материалов элементов малых холодильных машин и их конструкций. Эти возможности реализуют на этапе проектирования, разработки конструкции малых холодильных машин или их составной части. Применение износостойких материалов, создание условий для сохранения энергии, расходуемой на трение и износ составных частей, использование улучшенных уплотнений и фильтрующих элементов способствует снижению скорости изнашивания и изменению параметров состояния, увеличению среднего ресурса составных частей. Сокращается число отказов, а значит, и число ремонтов малых холодильных машин, их общая трудоёмкость, продолжительность и себестоимость.

Рост наработки между отказами даёт возможность увеличить периодичность технического обслуживания, исключить ряд регламентированных операций, снизить трудоёмкость, продолжительность и стоимость обслуживания.

Другой путь управления техническим состоянием и надёжностью малых холодильных машин заключается в изменении динамики структурных параметров состояния элементов. Путём назначения оптимальных допускаемых отклонений структурных параметров технического состояния, изменения межконтрольной наработки, повышения степени восстановления исходных характеристик при техническом обслуживании и ремонте, предупредительной замены недолговечных составных частей, имеющих более высокие скорости изнашивания, можно увеличить наработку между отказами, уменьшить среднюю скорость изменения параметров состояния малых холодильных машин. Эти мероприятия проводят при эксплуатации.

Управление техническим состоянием малых холодильных машин путём улучшения параметров распределения ресурсов или наработки до отказа и параметров потока отказов элементов можно представить как следствие реализации двух путей управления (рис. 1.1).



Рисунок 1.1 - Этапы управления техническим состоянием малых холодильных машин

По мере наработки техника стареет, увеличивается число отказов и ремонтов, продолжительность простоя малых холодильных машин. Это ведёт к прогрессивному росту издержек на малых холодильных машин по мере её эксплуатации. Устанавливая допусковые, предельные издержки на ТО и ремонт, своевременно прекращают дальнейшую эксплуатацию малых холодильных машин, ремонтируют или списывают её, предотвращая тем самым увеличение числа отказов. Издержки становятся обобщённым показателем, управляющим надёжностью и техническим состоянием малых холодильных машин [2].

Для поддержания и восстановления высокого или оптимального уровня работоспособности используется комплекс управляющих показателей, влияющих на техническое состояние и надёжность объекта:

- допусковые и предельные отклонения параметров;
- межконтрольная наработка;
- ресурс (средняя наработка на отказ);
- назначенный остаточный ресурс до ремонта;

- срок службы БХП до списания;
- суммарные издержки на техническое обслуживание и ремонт и др.

Ресурс (наработка на отказ) T_{cp} характеризует степень восстановления работоспособности составной части при ремонте так же, как эти показатели характеризуют степень обеспечения работоспособности при её изготовлении.

В процессе эксплуатации управление техническим состоянием малых холодильных машин осуществляется путём контроля состояния, назначения и проведения ремонтно-обслуживающих работ, предупреждающих отказы или устраняющих их последствия. В результате проведения соответствующих технических мероприятий ресурсные и функциональные параметры малых холодильных машин восстанавливают до уровня номинальных или близких к ним значений. При этом восстанавливаются технический ресурс и высокая вероятность безотказной работы составных частей малых холодильных машин [3].

Как и в каждом процессе управления, в управлении техническим состоянием малых холодильных машин можно выделить цель, управляемую систему, управляющие показатели и воздействия, целевые функции управления, динамический характер и причинную связь элементов системы, обратную связь. При эксплуатации цель управления заключается в сохранении высокой или оптимальной надёжности малых холодильных машин как управляемой системы. Обратная связь в процессе управления техническим состоянием малых холодильных машин служит для получения информации о фактических показателях.

Использованные источники:

1. Бабакин Б.С., Выгодин В.А. Бытовые малые холодильные машины и морозильники. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Колос, 2000. – 656 с.
2. Бондарь Е.С., Кравцевич В.Я. Современные бытовые электро- приборы и машины. – М.: Машиностроение, 2017. – 224 с.
3. Малая холодильная машина: справочник. – М.: Омега, 2007. – 384 с.

*Локтева А.М.
студентка магистратуры
Донской государственной технической университет
Россия, Ростов-на-Дону*

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ СВЯЗНОЙ РЕЧИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ В РАЗВИТИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СФЕРЫ

***Аннотация:** В статье раскрываются теоретические аспекты развития связной речи у детей с нарушением интеллекта, методы и приемы развития связной монологической речи.*

***Ключевые слова:** связная монологическая речь, дети с нарушением интеллекта, особенности развития связной речи детей с нарушением интеллекта*

*Lokteva A.M.
master's student
Don State Technical University
Russia, Rostov-on-Don*

ON THE ISSUE OF THE DEVELOPMENT OF COHERENT SPEECH OF CHILDREN WITH DISABILITIES IN THE DEVELOPMENT OF THE INTELLECTUAL SPHERE

***Abstract:** The article reveals the theoretical aspects of the development of coherent speech in children with intellectual disabilities, methods and techniques for the development of coherent monological speech.*

***Keywords:** coherent monological speech, children with intellectual disabilities, features of the development of coherent speech in children with intellectual disabilities*

Актуальность проблемы развития связной монологической речи у детей с нарушением интеллекта обусловлена специфичностью и уникальностью данного возраста, особенностями социально-личностного и психофизического развития, проявляющегося в своеобразии форм познания и способов практической деятельности. Именно в этот период закладывается фундамент речевого развития ребенка, а также благоприятные возможности для всестороннего развития личности ребенка.

Уровень развития связной речи напрямую зависит от уровня умственного развития, чувственного восприятия. Навыки владения устной монологической речью — это огромное достижение, к которому необходимо стремиться в речевом развитии детей. Знание особенностей связной речи, их

проявлений, механизмов будет способствовать более эффективному осуществлению коррекционного воздействия, которое носит также развивающий характер. Умение связно говорить предполагает владение всеми сторонами устной речи: грамматической, лексической, фонетической.

Разработкой методов обучения связной монологической речи детей в разное время занимались О. С. Ушакова [13], Е. И. Тихеева [12], Н.Ф. Виноградова [2], Р. И. Лалаева [9], Н. В. Серебрякова [11], В. П. Глухов [5], Н. Г. Андреева [1], О. С. Гомзьяк [6] и др.

Конечный результат связной речи, как вида речемыслительной деятельности, выражается в текстовом сообщении. В настоящее время в психолого-педагогической литературе представлены разные взгляды на содержание и последовательность включения определенных типов связных высказываний. В специальной литературе характеризуются связные детские высказывания с различных точек зрения: сюжетные и описательные высказывания; по картинкам и игрушкам; творческие рассказы по воображению и по памяти и др.

Основным направлением коррекционно-логопедической работы детей с нарушением в развитии интеллектуальной сферы признано обучение их рассказыванию. Многие исследователи и практические работники сосредоточили свое внимание на необходимости освоения детьми с подобными проблемами в развитии разных видов рассказывания. В исследованиях Е.И.Тихеевой [12], Н.Ф.Виноградовой [2], О.С.Ушаковой [13], Т.Ф.Филичевой [14], М.М.Кониной [7], А.М.Леушиной [10] и др. показано значение формирования навыков рассказывания в развитии устной монологической речи. Описаны методики, основные приемы и последовательность обучения рассказыванию детей с проблемами в развитии интеллектуальной сферы.

Основными видами связной монологической речи, которыми необходимо овладеть детям с нарушением интеллекта, являются пересказ, рассказ-описание (реального события, какого-либо предмета, изображения на картинке) и рассказ по воображению.

Пересказ — это довольно сложное для школьника с нарушением интеллекта, творческое учебное упражнение. Целью пересказа является умение ребенка определить главную мысль рассказа и основные линии сюжета; на основе анализа содержания выделить по смыслу второстепенные детали, чтобы исключить их из своего пересказа. Затем ему необходимо сформулировать свои мысли и передать содержание прочитанного материала близко к тексту, но своими словами, используя различные обороты и синтаксические конструкции. В процессе пересказа тренируется гибкость мышления ребенка, развивается его восприятие и внимание, логическое мышление, обогащается словарный запас [12].

Рассказ по картинке составляется с использованием иллюстративного материала. По мнению исследователей, использование наглядного материала очень важно для формирования конкретных представлений ребенка об

изображенном на картине. Так, например, Л.С.Выготский [4], С.Л.Рубинштейн [11], А.М.Леушина [10] утверждали, что внимательное рассматривание картин известных художников, иллюстраций к произведениям является для ребенка своеобразным средством информации, помогает им увидеть и назвать характерные признаки изображенных объектов, развивает внимание, учит подмечать детали.

Назначением *рассказа-описания* является характеристика какого-либо предмета, явления, или сообщение об определенном моменте действительности. В описании могут перечисляться различные качества предмета, уточняться его свойства, назначение. В этом виде рассказа ребенок должен опираться на факты, память, свое восприятие, уметь вычленять существенные признаки предложенного предмета и описывать их в определенной последовательности. В завершении описания выражается свое отношение к предмету или явлению, его оценка. В рассказе-описании необходимо употреблять слова с пространственным и качественным значением, использовать сравнения. Много внимания особенностям описательной речи детей уделяли в своих работах такие педагоги, как Н. Ф. Виноградова [2], М. М. Кониная [7], О. С. Ушакова [13] и др.

Исследованиями, посвященными развитию у детей навыков творческого рассказывания, занимались Л.В. Ворошнина [3], А.Е. Щибицкая [15], О.С. Ушакова [13] и др. Данный вид рассказывания должен иметь сюжет, который развивается во времени. Часто дети делают попытки создать собственный сказочный сюжет, описать придуманное ими место действия. В данном виде творчества немалое значение имеет уровень художественного развития детей. Для успешных результатов в обучении детей связному рассказыванию должна быть выстроена последовательная система комплексной работы специалистов. По словам О.С.Гомзяко: «Необходима четко спланированная систематическая коррекционная работа логопеда, предполагающая проведение специальных коррекционно-развивающих занятий по осознанному формированию у детей связной речи» [6].

Таким образом, в психолого-педагогической литературе описаны методы и приемы обучения рассказыванию детей с проблемами в развитии интеллектуальной сферы. Все они должны содействовать главной цели - формированию навыков связной устной речи.

Использованные источники:

1. Андреева Н. Г. Логопедические занятия по развитию связной речи младших школьников. В 3-х частях. Ч. 1: Устная связная речь. Лексика / Н. Г. Андреева. - М.: ВЛАДОС, 2009. – 184 с.
2. Виноградова Н.Ф. Умственное воспитание детей в процессе ознакомления с природой. – М.: Просвещение, 1978. – 102 с.
3. Ворошнина Л. В. Особенности построения описательных рассказов детьми 5-го года жизни // Проблемы изучения речи дошкольников: Сб. научн. трудов / под ред. О.С. Ушаковой. – М.: РАО, 1994.
4. Выготский Л. С. Мышление и речь: сб. / Л.С. Выготский - М.: АСТ: Астрель, 2011 - 637, [1] с., ил.

5. Глухов В. П. Формирование связной речи детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: АРКТИ, 2004. - 168 с.
6. Гомзяк О. С. Говорим правильно в 6-7 лет. Конспекты занятий по развитию связной речи в подготовительной к школе логогруппе. – М.: Гном, 2014. – 112 с.
7. Кониная М. М. Роль картинки в обучении родному языку детей старшего дошкольного возраста (словарная работа)// Известия Акад. пед. наук РСФСР.1948.- Вып. 16.
8. Ладыженская Т. А. Система работы по развитию связной устной речи учащихся. – М.: Педагогика, 1974. – 255 с.
9. Лалаева Р. И., Серебрякова Н. В. Формирование правильной разговорной речи у дошкольников. - Ростов-на-Дону: Феникс, СПб: Союз, 2004.
10. Леушина А. М. Развитие связной речи у дошкольников // Ученые записки ЛГПИ им. А. И. Герцена. – 1941. – Т. 30. – С. 27–71.
11. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.
12. Тихеева Е. И. Развитие речи детей: под ред. Ф.А.Сохина. - М.: Просвещение, 2005. - 159 с.
13. Ушакова О.С. Развитие речи дошкольников. -М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 256 с
14. Филичева Т. Б., Чевелева Н. А., Чиркина Г. В. Нарушение речи у детей: пособ. для воспит. дошк. учрежд. – М.: Проф. обр.,1993. – 232с.
15. Шибицкая А. Е. Словесное творчество детей 6–7 лет на материале русских народных сказок //Художественное творчество в детском саду. – М., 1974.

*Маликов Е.Д.
студент группы АИС-31
ФМиИТ СФ УУНиТ,
Шейко Г.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания СФ УУНиТ
РФ, Республика Башкортостан, г. Стерлитамак*

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК КЛЮЧ К
ВСЕСТОРОННЕМУ РАЗВИТИЮ ШКОЛЬНИКОВ: ВЛИЯНИЕ
ПРОЕКТА «УСПЕХ КАЖДОГО РЕБЕНКА»**

Аннотация: В статье рассказывается о дополнительном образовании в рамках реализации федерального проекта «Успех каждого ребёнка», с акцентом на примере МБОУ ДО ДД(Ю)Т «Радуга» в городе Ишимбай.

Ключевые слова: образование, условия, федеральный проект, дети, оборудование, отдых.

*Malikov E.D
student of group AIS-31 FMAIT
Sterlitamak Branch,
Ufa University
of Science and Technology,
Sheiko G. A
senior teacher
of departments physical education
Sterlitamak Branch,
Ufa University of Science and Technology*

**SUPPLEMENTARY EDUCATION AS THE KEY TO HOLISTIC
DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN: THE IMPACT OF THE
SUCCESS OF EVERY CHILD' PROJECT**

Abstract: The article discusses supplementary education within the framework of the federal project "Success of Every Child," focusing on the example of MBOU DO DDT "Raduga" in the city of Ishimbay.

Key words: Education, conditions, federal project, children, equipment, recreation.

Современные реалии подчеркивают необходимость совершенствования национальной экономики для быстрого и инновационного развития, что напрямую связано с качеством образования. В этой связи Министерство образования Российской Федерации в 2019 году

инициировало долгосрочный национальный проект «Образование», целью которого является воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности. Проект акцентирует внимание на создании особых условий раннего развития детей, начиная с трехлетнего возраста, и внедрении психолого-педагогических и методических услуг для родителей. Это направлено на выявление, поддержку и развитие индивидуальных особенностей и талантов у детей и молодежи, что способствует их самоопределению и профессиональной ориентации. Дополнительное образование в 2024 году продолжает играть критически важную роль в формировании всесторонне развитой личности и адаптации детей к современным условиям. В условиях быстро меняющегося общества, где успех зависит от способности мыслить критически и творчески, программы дополнительного образования становятся самостоятельным направлением, значительно расширяющим возможности личностного роста. Они охватывают широкий спектр программ, направленных на развитие творческих способностей, интеллектуального потенциала и физического здоровья детей. Эти программы позволяют детям углубить знания в интересующих их областях и развивать навыки, необходимые для успешной социализации и будущей профессиональной деятельности.

Одним из центральных проектов, направленных на развитие системы дополнительного образования, является федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках национального проекта «Образование» (Минпросвещения России: URL: <https://edu.gov.ru/national-project/projects/success/>). Этот проект нацелен на масштабные изменения в образовательной и социокультурной среде, обеспечивая детям доступ к современным методикам обучения и созданию новых мест для развития их способностей.

Ключевые задачи федерального проекта включают:

- расширение охвата детей дополнительными общеобразовательными программами;
- повышение доступности дополнительного образования для различных категорий детей с учетом их интересов и возможностей;
- обновление методов и содержания дополнительного образования с использованием современных технологий.

В условиях, когда дополнительное образование становится необходимостью для полноценного развития ребенка, особенно актуальным становится создание новых образовательных мест, оснащенных современной материально-технической базой и способных удовлетворить разнообразные потребности учащихся.

МБОУ ДО Дворец детского (юношеского) творчества является одним из ведущих учреждений, реализующих широкий спектр программ дополнительного образования. Дворец предлагает образовательные программы по пяти ключевым направлениям: социально-гуманитарному, художественно-эстетическому, физкультурно-спортивному,

естественнонаучному и техническому. В 2024 году ДД(Ю)Т реализует 94 программы, в том числе 7 программ физкультурно-спортивной направленности, таких как «Вольная борьба», «Самбо», «Тайский бокс», «Рукопашный бой», «Спортивная гимнастика», «Художественная гимнастика» и «Белая ладья».

С 2021 года в рамках реализации федерального проекта «Успех каждого ребенка» количество детей, охваченных физкультурно-спортивными программами, увеличилось на 151 человека, и на 2024 год в этих кружках занимаются 421 учащийся. Из федерального бюджета были выделены средства на улучшение материально-технической базы на 587 000 рублей для приобретения спортивного инвентаря: появились шведские стенки, гимнастические маты, мячи, скакалки, утяжелители для рук и ног, гантели и другое оборудование, которое активно используется для физического развития детей.

Современное оборудование позволяет не только улучшить физические показатели детей, но и способствует их психическому и нравственному оздоровлению, формируя здоровый образ жизни. Воспитательный процесс во Дворце детского (юношеского) творчества направлен на выявление и развитие творческих способностей, а также на улучшение физического здоровья учащихся. ДД(Ю)Т выступает центром воспитательного пространства Ишимбайского района и активно участвует в районных и республиканских мероприятиях.

Таким образом, дополнительное образование становится важнейшим элементом образовательной системы России. Благодаря федеральным проектам, таким как «Успех каждого ребенка», образовательные программы становятся доступнее и разнообразнее, а дети получают больше возможностей для всестороннего развития, что помогает им не только адаптироваться к современным социальным вызовам, но и успешно реализовать свой потенциал в различных сферах жизни.

Использованные источники:

1. Макаренко, А. С. Методика организации воспитательного процесса /А. С. Макаренко // Педагогические сочинения : в 8-ми т., Т. 1 / сост.: Л. Ю. Гордин, А. А. Фролов. - М. : Педагогика, 1983. - С. 267-329.
2. Дополнительное образование детей: история и современность : учебное пособие для академического бакалавриата / ответственный редактор А. В. Золотарева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 267 с.
3. Березина В. А. Развитие дополнительного образования детей в системе российского образования: учеб. пособие. М.: Диалог культур, 2007.

*Маликов Е.Д.
студент группы АИС-31
ФМиИТ СФ УУНиТ
Шейко Г.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания СФ УУНиТ
РФ, Республика Башкортостан, г. Стерлитамак*

АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА

***Аннотация:** статье рассматриваются основные проблемы адаптации первокурсников в высших учебных заведениях. Обсуждаются возможные решения, которые помогут студентам успешно интегрироваться в новую образовательную среду.*

***Ключевые слова:** образование, студенты, адаптация, академическая успеваемость, мотивация, коммуникация, социальные связи.*

*Malikov E.D
student of group AIS-31
FMaIT
Sterlitamak Branch
Ufa University of Science and Technology
Sheiko G. A
senior teacher
of departments physical education
Sterlitamak Branch
Ufa University of Science and Technology*

ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS TO THE EDUCATIONAL PROCESS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

***Abstract:** the article discusses the main problems of the development of first-year students in higher educational institutions. Possible solutions are discussed that help students successfully integrate into the new educational environment.*

***Key words:** education, students, adaptation, academic significance, motivation, communication, social connections.*

Адаптация первокурсников в условиях высшего учебного заведения представляет собой критически важный и одновременно сложный этап в академической и личной жизни студентов. Переход от школьного к университетскому обучению сопряжен с радикальными изменениями в распорядке дня, учебной нагрузке и социальной среде, что требует от

студентов значительной перестройки как в академическом, так и в личностном плане.

Выделяют несколько форм адаптации:

1. Формальная адаптация охватывает процесс познавательного-информационного приспособления студентов к новым условиям обучения в вузе. Первокурсники сталкиваются с необходимостью освоения не только учебных программ и предметов своей специальности, но и правил внутреннего распорядка, требований учебной дисциплины и особенностей организации учебного процесса.

2. Общественная адаптация подразумевает приспособление студентов к новому социальному окружению. Переход в вуз часто связан с разрывом прежних социальных связей и требует формирования новых контактов среди однокурсников и преподавателей..

3. Дидактическая адаптация связана с приспособлением студентов к новым формам и методам учебной работы в вузе. Форматы лекций, семинаров, лабораторных и самостоятельных занятий могут существенно отличаться от привычных школьных уроков. Студенты сталкиваются с необходимостью обработки больших объемов информации, самостоятельного изучения материала и выполнения научно-исследовательских проектов[4].

Для успешной адаптации первокурсников в условиях высшего учебного заведения необходимо учитывать несколько ключевых аспектов, которые помогут студентам преодолеть трудности перехода от школьного к университетскому обучению. Важным шагом является обучение правилам и структуре университета. Проведение вводных занятий и семинаров позволит первокурсникам ознакомиться с учебными программами, внутренним распорядком и требованиями к учебной дисциплине. Разработка информационных ресурсов, таких как буклеты или онлайн-платформы, предоставит доступ к расписаниям, контактам преподавателей и другим важным данным.

Создание поддерживающей социальной среды также играет значительную роль в адаптации. Организация мероприятий, таких как встречи, спортивные игры и культурные события, способствует знакомству студентов друг с другом и формированию новых социальных связей. Формирование студенческих клубов и организаций по интересам помогает первокурсникам находить единомышленников и легче интегрироваться в коллектив. Социальная адаптация первокурсников в вузе может быть значительно облегчена через организацию работы студентов в парах. Преподаватели могут использовать этот метод для создания условий, в которых студенты смогут взаимодействовать, обсуждать учебный материал и обмениваться мнениями. Работа в парах способствует формированию дружеских связей и улучшает коммуникативные навыки. Кроме того, такой подход позволяет более опытным студентам помогать тем, кто испытывает трудности, что создает атмосферу поддержки. В результате, совместная

работа не только улучшает усвоение материала, но и способствует успешной интеграции первокурсников в университетскую жизнь.

При дидактической адаптации первокурсников в условиях высшего учебного заведения студенты должны активно работать над несколькими ключевыми аспектами, чтобы успешно освоить новые формы и методы учебной деятельности. Важным шагом является осознание различий между школьным и университетским обучением, что требует от студентов самостоятельности и ответственности за свое обучение. Первокурсникам следует развивать навыки планирования и организации своего учебного времени. Эффективное использование методов, таких как создание конспектов, использование флеш-карт и ведение записей, поможет лучше усваивать материал и систематизировать информацию. Студенты также должны активно участвовать в учебном процессе, задавая вопросы преподавателям и обращаясь за помощью при возникновении трудностей. Это не только способствует лучшему пониманию сложных тем, но и формирует навыки коммуникации и взаимодействия с преподавателями. Кроме того, важно вовлекаться в групповые проекты и обсуждения, что помогает развивать навыки работы в команде и критического мышления. Участие в семинарах и лабораторных занятиях позволяет студентам применять теоретические знания на практике, что является важной частью дидактической адаптации. Не менее значимой является работа над собственными мотивациями и целями. Студенты должны осознать важность выбранной специальности и стремиться к её освоению, что поможет укрепить их интерес к учебе.

Таким образом, успешная адаптация первокурсников к учебному процессу в вузе требует осознанного подхода к самоорганизации, планированию времени и активного участия в социальной жизни университета. Эти аспекты способствуют быстрому включению в учебный процесс и созданию прочного фундамента для дальнейших академических и личностных успехов.

Использованные источники:

1. Шаршов И.А., Королева А.В., Прокудин Ю.П. Проблемные аспекты личностно-профессиональной адаптации студентов вуза // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2019. Т. 24. № 182. С. 7-13.
2. Маклаков, А.Г. Общая психология : учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 583 с.
3. Свинаярева О.В. Роль педагогического сопровождения адаптации обучающихся образовательных организаций высшего образования в формировании здоровья будущих специалистов // Образовательный вестник «Сознание». 2016. №12.
4. Шолохова Г.П., Чикова И.В. Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе и ее психолого-педагогические особенности // Вестник ОГУ. 2014. №3 (164)

*Мовина О. В.
студентка магистратуры
Донской государственной технической
университет, г. Ростов-на-Дону*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

***Аннотация.** В статье описаны теоретические подходы к психолого-педагогическому сопровождению детей с интеллектуальными нарушениями, этапы реализации индивидуальной программы психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями.*

***Ключевые слова:** психолого-педагогическое сопровождение младших школьников, дети с интеллектуальными нарушениями, этапы психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями.*

*Movina O.V.
Graduate student
Don State Technical
University, Rostov-on-Don*

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

***Abstract.** The article describes theoretical approaches to psychological and pedagogical support of children with intellectual disabilities, stages of implementation of an individual program of psychological and pedagogical support of primary school children with intellectual disabilities.*

***Keywords:** psychological and pedagogical support of primary school children, children with intellectual disabilities, stages of psychological and pedagogical support of primary school children with intellectual disabilities.*

Анализ теоретических и прикладных исследований показал, что процесс психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями относится к числу наиболее сложных видов оказания психолого-педагогической помощи.

К детям с интеллектуальными нарушениями принято относить школьников, у которых сохранен слух, но присутствуют значительные отклонения в развитии психических процессов, речевые отклонения,

влияющие на становление психических процессов ребенка (фонетическое недоразвитие речи, фонетико-фонематическое, общее недоразвитие речи и заикание и т.п.).

Так в учебном пособии «Педагогическая поддержка ребенка в образовании» авторы пишут о том, что «психолого-педагогическое сопровождение детей – это специально-организованная деятельность, в процессе которой создаются специальные социально- психологические условия для успешного обучения и развития [4].

Рассматривая идею психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста, необходимо отметить, что возникла она в рамках оказания специальной помощи ребенку с проблемами в развитии. В последнее время парадигма психолого- педагогического сопровождения приобрела особую популярность в связи с развитием психологических служб в специальном образовании (М.Р. Битянова [1], Е.И. Казакова [2], Р.В. Овчарова [3], Т.И. Чиркова [5] и др.).

Интересным на наш взгляд является концепция сопровождения, разработанная Е.И. Казаковой. Источниками создания данной концепции послужили многочисленные исследования и опыт оказания комплексной помощи детям, которые посещающих специализированные образовательные учреждения, а также опытно-экспериментальная и инновационная деятельность специалистов (педагогов-психологов, учителей-дефектологов, учителей-логопедов, социальных педагогов и других специалистов), взаимодействующих с детьми в системе образования. В основе данной концепции лежит гуманистический, дифференцированный, системно-ориентационный подходы к развитию личности ребенка с интеллектуальными нарушениями. Одним из основных положений концепции Е.И. Казаковой является приоритет опоры на индивидуально-личностный потенциал развития субъекта, приоритет ответственности личности за совершаемый выбор [2].

Однако, несмотря на достаточно большое количество публикаций по данной проблеме статьёй, раскрывающих особенности организации психологического сопровождения младших школьников недостаточно. Исследования, проведенные в последнее время по данной тематике, позволяют сделать вывод об актуальности процесса психологического сопровождения развития детей младшего школьного возраста в условиях образовательных организаций.

Процесс психолого-педагогического сопровождения детей с интеллектуальными нарушениями условно можно разделить на следующие этапы:

-диагностический этап (обследование речи ребенка младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями, выявление уровня развития психических процессов, эмоционально-волевой сферы, анкетирование и опрос родителей, наблюдение педагога за развитием ребенком в разных видах деятельности и т.п.);

-поисковый этап (количественный и качественный анализ результатов диагностического обследования детей с интеллектуальными нарушениями и родителей, анализ медицинской карты развития ребенка и т.п.)

-консультативно-проектный (определение цели, задач, содержания программы индивидуального психолого-педагогического сопровождения школьников с интеллектуальными нарушениями, технологий осуществления психолого-педагогического сопровождения, разработка модели интеграции деятельности специалистов, модели оснащения развивающей предметно-пространственной среды игровыми элементами, способствующими развитию и коррекции речи школьников, разработка программы повышения профессиональной компетентности педагогов, работающих с детьми с интеллектуальными нарушениями и т.п.);

- деятельностный этап (реализация программы индивидуального психолого-педагогического сопровождения школьников с интеллектуальными нарушениями, взаимодействие специалистов и родителей в процессе коррекционно-развивающей работы с детьми, внесение в развивающую предметно-пространственную среду дидактических игр, развивающих пособий, апробация программы повышения профессиональной компетентности педагогов и т.п.);

-рефлексивный этап (повторное обследование речи ребенка с интеллектуальными нарушениями, оценка уровня развития психических процессов, эмоционально-волевой сферы, анкетирование и опрос родителей, наблюдение педагога за развитием ребенком в разных видах деятельности, количественный и качественный анализ результатов обследования, выявление динамики в развитии речи, уровни развития психических процессов дошкольников с интеллектуальными нарушениями, принятие решение о продолжении/прекращении реализации программы психолого-педагогического сопровождения школьников с интеллектуальными нарушениями и т.п.).

Таким образом, в процессе психолого-педагогического сопровождения детей с интеллектуальными нарушениями необходимо учитывать: индивидуальные особенности младших школьников, специфику речевого нарушения, уровень развития психических процессов, стиль семейных отношений, подготовленность специалистов, оснащенность развивающей предметно-пространственной среды.

Использованные источники:

- 1.Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1997. - 299 с.
- 2.Казакова Е.И. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение. – М..2000.
- 3.Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М., 2016. – с.89.
4. Педагогическая поддержка ребёнка в образовании: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Под ред. В. А. Слостёнина, И. А. Колесниковой. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 288 с

5.Чиркова Т.И. Психолого-педагогический анализ обращений взрослого к ребенку// Вопросы психологии. - 2008 № 3 - с.85.

*Никулин И.А.
студент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ», 4 курс
Белгород, Россия*
*Ефремова Е.В.
студент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ», 4 курс
Белгород, Россия*
*Научный руководитель: Зайцева Т. В.
доцент
кафедра прикладной информатики
и информационных технологий
НИУ «БелГУ»
Белгород, Россия*

СОЗДАНИЕ ЭКСПЕРТНОЙ СИСТЕМЫ ПО ВЫБОРУ ПЛАНШЕТОВ НА БАЗЕ ESWIN

Аннотация: В статье рассматривается процесс разработки прототипа экспертной системы, предназначенной для поддержки принятия решений при выборе планшетных устройств, с использованием экспертной оболочки EsWin2. Разработанная система базируется на данной оболочке.

Ключевые слова: фрейм, правило, база знаний, EsWin2.

*Nikulin I.A.
Student
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelSU", 4rd year*
*Efremova E.V.
Student
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelSU", 4rd year*
*Scientific supervisor: Zaitseva T. V.
Associate Professor
of the Department of Applied Informatics
and Information Technology
NRU "BelGU"
Belgorod, Russia*

CREATING AN EXPERT SYSTEM FOR SELECTING TABLETS ON THE ESWIN

Abstract: *This article discusses the process of developing a prototype expert system designed to support decision-making in the selection of tablet devices using the EsWin2 expert shell. The developed system is based on this shell.*

Keywords: *frame, rule, knowledge base, EsWin2.*

ESWin2 представляет собой экспертную систему, разработанную для поддержки принятия решений в специализированных предметных областях, опираясь на базу знаний и механизм логического вывода. Основой ESWin2 является технология продукционных правил, где знания структурированы в формате правил "если-то", а факты извлекаются из рабочей памяти[1].

База знаний системы сохраняется в текстовом файле с расширением *.klb (KnowLedge Base), содержащем фреймы и правила. Файл с расширением *.dtb (DaTaBase) используется для хранения фактов, полученных в результате работы системы, и автоматически генерируется программным обеспечением во время функционирования экспертной системы[2].

Была создана база знаний, которая включает в себя фреймы и правила[3]. Формат её внешнего представления (в текстовом файле) имеет следующий вид:

```
TITLE=Выбор и покупка планшета
FRAME=Цель
Parent:
Выбор и покупка планшета :()
ENDF
FRAME=ТипОС
Parent:
свойство[Какая ОС Вам нужна?]:(IOS;Android)
ENDF
FRAME=Аккумулятор
Parent:
свойство[Что для Вас важнее: емкость аккумулятора или скорость зарядки?]:(Емкость;Скорость)
ENDF
FRAME=Экран
Parent:
свойство[Какой тип матрицы экрана предпочитаете?]:(IPS;PLS)
ENDF
FRAME=бренд
Parent:
свойство[Какой бренд вы предпочитаете?]:(Samsung;Apple)
```

ENDF

RULE 1

=(ТипОС.свойство ; IOS) 100

=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100

=(Экран.свойство ; IPS) 100

=(Бренд.свойство ; Samsung) 100

DO

ms(Выбор и покупка планшета ; Исходя из ваших требований, такого планшета не бывает) 100

ENDR

RULE 2

=(ТипОС.свойство ; IOS) 100

=(Аккумулятор.свойство ; Скорость) 100

=(Экран.свойство ; PLS) 100

=(Бренд.свойство ; Apple) 100

DO

ms(Выбор и покупка планшета ; Исходя из ваших требований, лучшим вариантом является Apple iPad Air 11) 100

ENDR

RULE 3

=(ТипОС.свойство ; Android) 100

=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100

=(Экран.свойство ; IPS) 100

=(Бренд.свойство ; Samsung) 100

DO

ms(Выбор и покупка планшета ; Рекомендуем Samsung Galaxy Tab S7 с большим аккумулятором и IPS-экраном) 100

ENDR

RULE 4

=(ТипОС.свойство ; Android) 100

=(Аккумулятор.свойство ; Скорость) 100

=(Экран.свойство ; PLS) 100

=(Бренд.свойство ; Samsung) 100

DO

ms(Выбор и покупка планшета ; Рассмотрите Samsung Galaxy Tab S6 Lite с быстрой зарядкой и PLS-экраном) 100

ENDR

RULE 5

=(ТипОС.свойство ; IOS) 100

=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100

=(Экран.свойство ; IPS) 100

= (Бренд.свойство ; Apple) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Рекомендуем Apple iPad Pro с IPS-экраном и длительным временем работы) 100
ENDR
RULE 6
=(ТипОС.свойство ; Android) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100
=(Экран.свойство ; PLS) 100
=(Бренд.свойство ; Samsung) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Подходит Samsung Galaxy Tab A с большим аккумулятором и PLS-экраном) 100
ENDR
RULE 7
=(ТипОС.свойство ; IOS) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Скорость) 100
=(Экран.свойство ; IPS) 100
=(Бренд.свойство ; Apple) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Apple iPad Mini с быстрой зарядкой и качественным IPS-экраном – отличный выбор) 100
ENDR
RULE 8
=(ТипОС.свойство ; Android) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100
=(Экран.свойство ; IPS) 100
=(Бренд.свойство ; Huawei) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Рекомендуем Huawei MatePad с большим аккумулятором и IPS-экраном) 100
ENDR
RULE 9
=(ТипОС.свойство ; Android) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Скорость) 100
=(Экран.свойство ; PLS) 100
=(Бренд.свойство ; Lenovo) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Lenovo Tab P11 – хороший вариант с быстрой зарядкой и PLS-экраном) 100
ENDR
RULE 10

```

=(ТипОС.свойство ; Android) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Емкость) 100
=(Экран.свойство ; IPS) 100
=(Бренд.свойство ; Lenovo) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Lenovo Yoga Tab 13 с большим
аккумулятором и IPS-экраном) 100
ENDR
RULE 11
=(ТипОС.свойство ; IOS) 100
=(Аккумулятор.свойство ; Скорость) 100
=(Экран.свойство ; IPS) 100
=(Бренд.свойство ; Apple) 100
DO
ms(Выбор и покупка планшета ; Быстрая зарядка и IPS-экран –
рекомендуем Apple iPad Air) 100
ENDR

```

1: Сначала определяется тип ОС. Первый вопрос представлен на рисунке

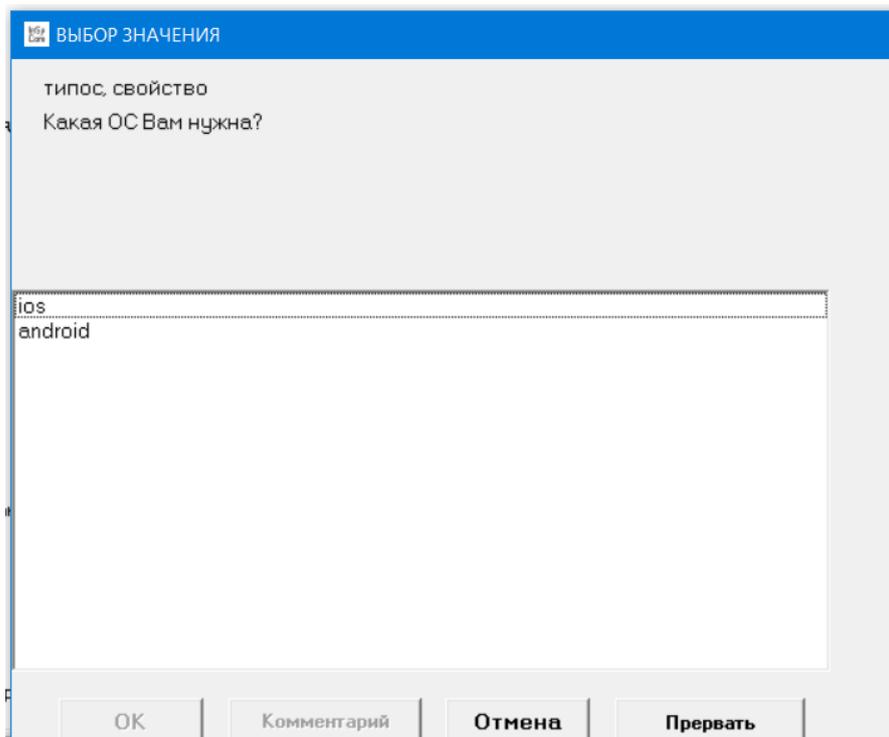


Рисунок 1 – Выбор типа ОС

Далее определяется что важнее для пользователя, ёмкость аккумулятора или скорость зарядки, представлен на рисунке 2:

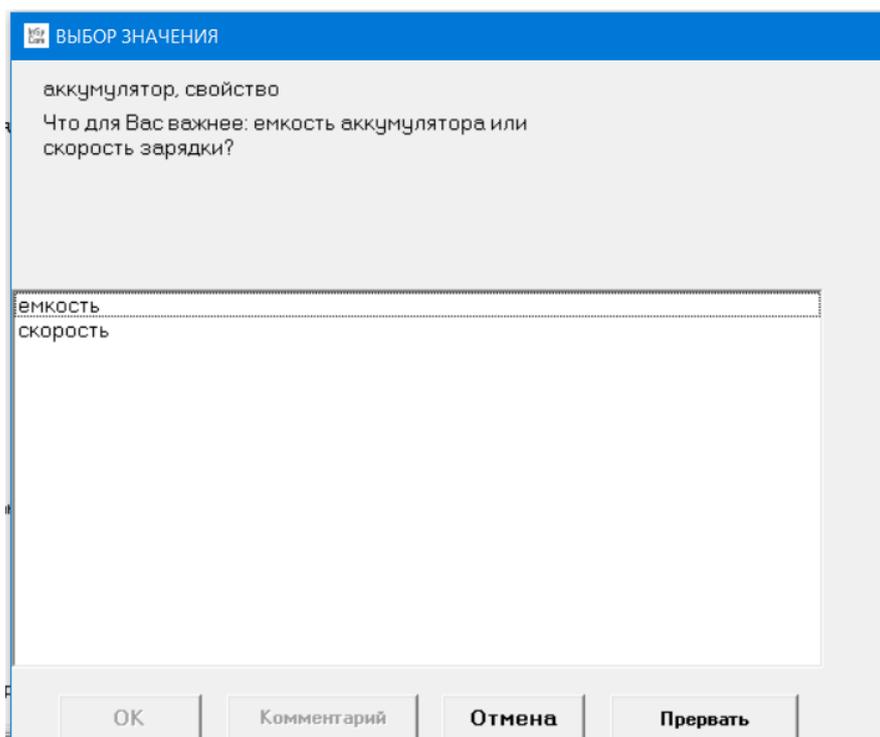


Рисунок 2 – Выбор типа аккумулятора

В следующем вопросе пользователь указывает нужный ему тип матрицы, показано на рисунке 3:

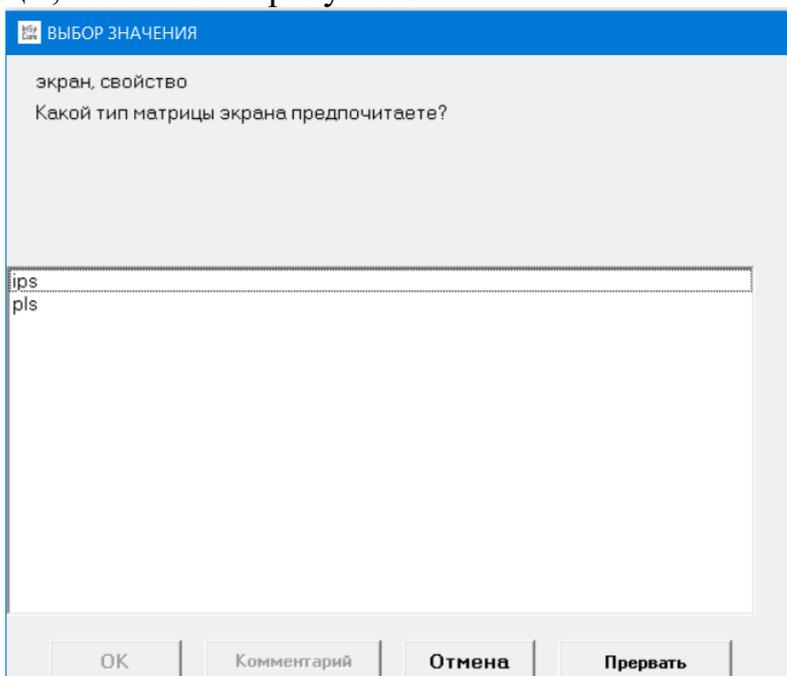


Рисунок 3 – Выбор типа матрицы

В конце пользователь выбирает предпочитаемый бренд планшета, представлено на рисунке 4:

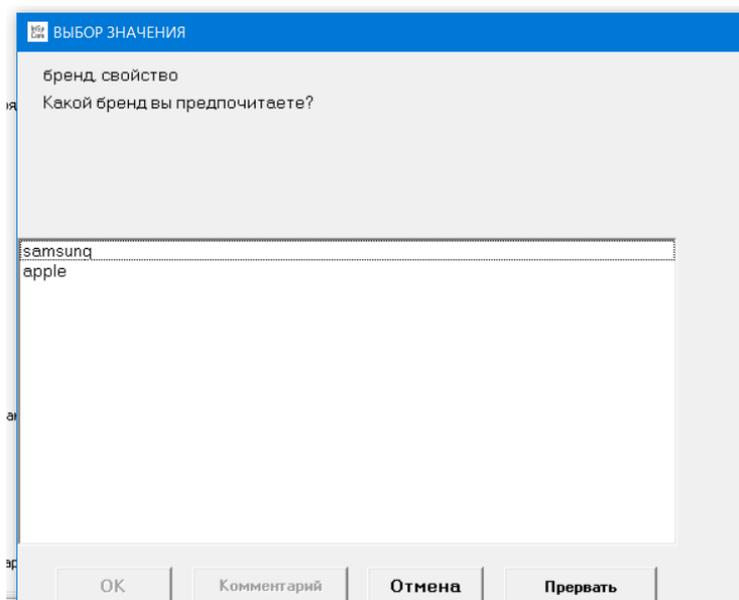


Рисунок 4 – Выбор бренда планшета

После получения всех ответов программа выводит подходящий вариант планшета.

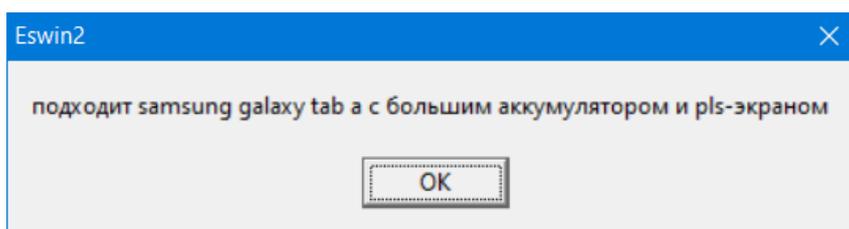


Рисунок 5 – Вывод результата работы приложения

На рисунке 6 показана трассировка полученного результата[4]:

```

=====
ЦЕЛЬ >> выбор и покупка планшета

ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 1
не доказано условие типос.свойство = ios
Правило 1 НЕ ДОКАЗАНО
ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 2
найден факт типос.свойство = android, KD=100%
не доказано условие типос.свойство = ios
Правило 2 НЕ ДОКАЗАНО
ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 3
найден факт типос.свойство = android, KD=100%
доказано условие типос.свойство = android
доказано условие аккумулятор.свойство = емкость
не доказано условие экран.свойство = ips
Правило 3 НЕ ДОКАЗАНО
ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 4
найден факт типос.свойство = android, KD=100%
доказано условие типос.свойство = android
найден факт аккумулятор.свойство = емкость, KD=100%
не доказано условие аккумулятор.свойство = скорость
Правило 4 НЕ ДОКАЗАНО
ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 5
найден факт типос.свойство = android, KD=100%
не доказано условие типос.свойство = ios
Правило 5 НЕ ДОКАЗАНО
ДОКАЗЫВАЕТСЯ Правило 6
найден факт типос.свойство = android, KD=100%
доказано условие типос.свойство = android
найден факт аккумулятор.свойство = емкость, KD=100%
доказано условие аккумулятор.свойство = емкость
найден факт экран.свойство = pls, KD=100%
доказано условие экран.свойство = pls
доказано условие бренд.свойство = samsung
Правило 6 ДОКАЗАНО
=====

```

Рисунок 6 – Трассировка результата

Использованные источники:

- 1) Тельнов Ю.Ф., Диго С.М., Полякова Т.М. Интеллектуальные системы обработки данных. Учебное пособие.- М.: МЭСИ, 1989.- 102с.
- 2) Тельнов Ю.Ф. Интеллектуальные информационные системы в экономике/ 2-изд. доп. М.: СИНТЕГ, 1999.-214с.
- 3) Уотерман Д. Руководство по экспертным системам. / Пер. с англ.; Под. ред. Стефанюка В.Л. - М.: Мир, 1989.- 388 с. 11.Частиков А.П., Гаврилова Т.А., Белов Д.Л. Разработка экспертных систем. Среда CLIPS.-СПб.: БХВ – Петербург, 2003
- 4) Тельнов Ю.Ф., Скорова А.А., Андреева Н.В. Проектирование баз знаний. Учебное пособие.- М.: МЭСИ, 1992.-100с

*Новосельская В. Н.
магистрант 3 курса
Астраханский государственный Университет
г. Астрахань
Харитонова А.Н., к.ю.н, доцент
кафедра государственно-правовых
дисциплин и международного права
Астраханский государственный Университет*

ПРЕСТУПЛЕНИЯ ПРОТИВ СОБСТВЕННОСТИ В ДОРЕВОЛЮЦИОННЫХ ЗАКОНОДАТЕЛЬНЫХ АКТАХ

***Аннотация.** Данная статья посвящена рассмотрению преступлений против собственности, так как они являются самыми распространенными среди совершаемых преступлений в России. Преступления против собственности являются предметом изучения множества авторов, однако, зачастую они акцентируют внимание на квалификации отдельных разновидностей данных общественно опасных посягательств. В данной статье рассмотрены преступления против собственности в дореволюционных законодательных актах .*

***Ключевые слова:** собственность, преступление, наказание, вина, кража*

*Novoselskaya V.N
3rd year undergraduate in Astrakhan
Astrakhan State University
Kharitonova A.N.
PhD in Law
Associate Professor of the
Department of Public Law and International
Law
Astrakhan State University*

CRIMES AGAINST PROPERTY IN PRE-REVOLUTIONARY LEGISLATIVE ACTS

***Annotation.** This article is devoted to the consideration of crimes against property, as they are the most common crimes committed in Russia. Crimes against property are the subject of study by many authors, however, they often focus on the qualification of certain types of these socially dangerous encroachments. This article examines crimes against property in pre-revolutionary legislative acts.*

***Keywords:** property, crime, punishment, guilt, theft*

Тема статьи весьма актуальна так как преступления против собственности являются самыми распространенными среди совершаемых преступлений в России. Традиционно большую часть из них составляют хищения чужого имущества. Преступления против собственности – одни из древнейших преступлений, известных еще в догосударственном периоде, а с развитием государственности на Руси получивших закрепление в первых правовых документах. Одним из первых письменных документов древнерусского права XI–XII веков была Русская Правда, которая регулировала нормы различных отраслей права, и в первую очередь уголовного и процессуального. В структуре данного памятника отражено 43 статьи, из которых преступлениям против собственности посвящено девять статей⁹ (ст. 28, 29, 31, 35-40). В Русской Правде ясно указывается кража, как одна из форм хищения. Объектом данного вида хищения выступают разнообразные предметы, такие как княжеский скот (военный), конь смерда (пахотный) (ст. 28), сено, дрова (ст. 39). Историческому памятнику известна и другая форма хищения – грабеж. Но, стоит отметить, что эти деяния не были выделены в отдельный вид преступлений против собственности, а обобщались термином – татьба. Обоснованием этому является указание на одинаковую ответственность за кражу и за грабеж (татьбу). При формировании санкций норм о хищениях имущества наблюдаются попытки законодателя дифференцированно установить виды и объемы наказаний. Кража из закрытого помещения наказывалась строже, чем простая. Так, при сравнении с санкцией ст. 42, где упоминается о краже скота на поле, то есть имущества специально не охраняемого, наказание в три раза ниже, чем за кражу из закрытого помещения. Следующим крупнейшим памятником русского права эпохи феодальной раздробленности на Руси, является Псковская судная грамота, датированная периодом между 1462 и 1471 годами., помимо ранее указанных преступлений, таких как кража (конокрадство, кримская кража), разбой, упоминаются и новые по содержанию общественно опасные имущественные посягательства. Это прежде всего грабеж, который выражен как хищение имущества с применением насилия (с боем). Разбой также отнесен к категории наиболее тяжких преступлений, так как наказание за его совершение предусмотрено весьма солидное, в сравнении с другими, штраф в размере 70 гривен.¹⁰

Важными источниками права в Московской Руси XV-XVII веков следует считать Судебник 1497 года Великого князя Ивана III и Судебник 1550 года царя Ивана IV. В том и другом Судебнике нашла определенное отражение как проблема уголовно-правовой защиты более или менее централизованного государственного управления, так и интересов крупных собственников.

В частности, Судебник 1497 года содержит 68 статей, направленных на обеспечение уголовно-правовой защиты имущественных отношений.

⁹ Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-С.7-9

¹⁰ Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-С.27-36

Данный Законодательный акт по сравнению с предыдущими можно назвать достаточно прогрессивным, наряду со старыми мы находим совершенно новые для того времени нормы. Нововведением является и систематизация кражи по различным основаниям, в частности, по принадлежности имущества – на церковную и головную (ст. 9, 10);¹¹ по повторяемости – рецидив и повторная кража (ст. 11); по субъекту – кража, совершенная ведомым лихим человеком (ст. 13). Виновные в совершении указанных квалифицированных краж карались смертной казнью. Под «ведомыми лихими людьми» Судебник подразумевал лиц, совершающих преступления путем организации разбойничьих шаек. За совершение «ведомым лихим человеком» татьбы или разбоя также полагалась смертная казнь.¹² Следующим важным историческим памятником является Судебник 1550 года, именуемый также Царским судебником царя Ивана IV, является логическим и обоснованным продолжением Судебника 1497 года. Следует отметить, что законодатель приложил большое количество усилий для содержательного наполнения его, так как 37 статей из 99 об имущественных преступлениях были совершенно новыми, а остальные, взятые из предыдущего кодекса, также были подвергнуты переработке. В данном законодательном источнике впервые была предпринята обоснованная попытка разграничения форм хищения. В сущности, законодатель грабеж выделил как открытое хищение имущества, а разбой как хищение, сопряженное применением насилия (ст. 25). Ответственность за данные виды преступлений четко не установлены, так как наказание определялось государем, то есть индивидуально, в зависимости от социальной принадлежности обвиняемого. Отмечено новое уголовное наказание за совершение имущественных преступлений, указан новый его вид: тюремное заключение – «кинути в тюрьму». Торговая казнь как вид наказания также была указана в настоящем Судебнике, но, если в Судебнике 1497 года она упоминалась только в одной статье (ст. 10), то в Судебнике 1550 года – уже в 16 статьях.¹³ Соборное уложение выступает одним из важнейшим системным законом России. В начальных главах Уложения внесены преступления против церкви, порядка управления, государства, что говорит о важности общественно опасных деяний, посягающие на интересы существующего государственного строя, а следующими шли преступления против личности, имущественные преступления и т.д. В законе содержатся наказания достаточно суровых по своему содержанию.

В законодательном памятнике упоминаются такие имущественные преступления, как татьба, разбой, грабеж, мошенничество. Сохранились виды наказаний, как унижающие человеческое достоинство, так и

¹¹ Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-С.37

¹² Юшков С.В. История государства и права СССР: учебник / отв.ред. В.С. Покровский. 4-е изд. М., 1961. Ч. 1. С. 190.

¹³ Российское законодательство X-XX веков: в 9 т. Т. 2. / Законодательство периода образования и укрепления Российского централизованного государства. отв. ред. тома лауреат Государственной премии СССР, д. ист. н., проф. А. Д. Горский. – М.; 1985. С. 137.

устрашающие путем причинения особых страданий. Так, при краже, совершенной впервые, вор подвергался обязательной пытке. Пытка вора как вид уголовно- правового воздействия была введена впервые Судебником 1550 года и применялась за совершение только повторной кражи. По исследуемому источнику за первую татьбу без убийства вор подвергался торговой казни, тюремному заключению на два года и отрезанию левого уха (гл. XXI ст. 9), а его имущество шло пострадавшим, что являлось достаточно суровым наказанием. Важно уяснить, что в ранних законах торговая казнь, тюремное заключение применялись как самостоятельные виды наказаний. За вторую татьбу без убийства наказание предусматривалось еще строже: торговая казнь, тюремное заключение на четыре года и отрезание правого уха (гл. XXI ст. 9). Отрезание ушей являлось своего рода клеймением преступников. Имущественные преступления указаны в 18 статьях (с 178 по 195) главы 21-й закона. Так, в ст. (артикулах) 178-181 установлена уголовная ответственность за причинение имущественного ущерба (поджога и т.п.), за совершение которого следовало наказание в виде смертной казни путем сожжения. В ст. 182-183 упоминается грабеж, под которым понималось вооруженное нападение с насилием. Характерно то, что в данной норме дается толкование, к примеру, о стадии совершения преступления – покушении: «так ож ежели вор, правда ворветца в намерении украсть, но и в том пойман или отогнан, или помешает ему кто, что ничего с собою не унес, оного так ож шпицрутенами полег- че наказать подлежит». Далее расшифровываются условия наступления необходимой обороны: убийство вора, «который в ночи ворветца».¹⁴

В ст. 186 упоминается кража и грабеж церковного имущества, совершение которых наказывалось колесованием. В ст. 187 усматривается уголовная ответственность за похищение и продажу человека, за что предусмотрено наказание: «голову отсечь». В период царствования Николая I систематизация законодательства в области уголовного права завершилась созданием Уложения о наказаниях уголовных и исправительных 1845 года. Основной массив преступлений против собственности содержался в разделе 12. Законодатель к имущественным преступлениям отнес разбой, грабеж, воровство-кражу, воровство-мошенничество (ст. 2128). Под разбоем понималось нападение с целью хищения чужого имущества с применением насилия или оружия, а также сопряженное с убийством или угрозой убийства (ст. 2129). Квалифицированными видами разбоя признавались: разбой в церкви (ст. 2130), разбой с нападением на дом или иное обитаемое здание (ст. 2131), разбой на улице (ст. 2132, 2133), разбой в группе лиц по предварительному сговору (ст. 2134), разбой шайкою (ст. 2135), разбой, сопряженный с убийством или покушением на убийство (ст. 2136). Под грабежом понималось как хищение имущества с применением или угрозой применения насилия, не опасного для жизни и здоровья, так и

¹⁴ Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-С.195-197

открытое хищение чужого имущества (ст. 2139). Законодатель также выделил квалифицированные виды грабежа: грабеж в церкви (ст. 2140), грабеж шайкою (ст. 2141), грабеж во время пожара, наводнения или ином несчастном случае (ст. 2142). В Уложении воровством-кражей признавалось тайное хищение чужих вещей, денег или иного движимого имущества (ст. 2146). К квалифицированным кражам относились: кража шайкою (ст. 2147), кража во время пожара, наводнения или иного несчастного случая (ст. 2148), кража со взломом (ст. 2149), кража из запертых хранилищ (ст. 2150), кража, учиненная слугами, работниками подмастерья (ст. 2151), кража в гостиницах, постоялых дворах и других подобных заведениях (ст. 2152), кража в группе лиц по предварительному сговору (ст. 2158) и т.п. При квалификации деяния имел значение и размер похищенного имущества. Уголовная ответственность дифференцировалась в зависимости от суммы ущерба, не превышающей 30 рублей; превышающей 30, но не более 300 рублей и суммы ущерба более 300 рублей (ст. 2159). Последним законодательным актом в истории Российской империи явилось Уголовное уложение 1903 года, который создавался в течение нескольких десятилетий. В Уложении 1903 года таких норм было всего девять статей устанавливающих ответственность за различные виды краж, грабежей и разбоев, в статьях об имущественных преступлениях существенно было сокращено количество квалифицирующих обстоятельств.

Система корыстных имущественных преступлений в Уложении 1903 года выглядит следующим образом. Основное место занимают нормы о похищении. Воровство, разбой и вымогательство определены как формы похищения. Воровством признавалось тайное или открытое хищение чужого недвижимого имущества с целью присвоения. Похищение имущества посредством насилия над личностью определено как разбой (ст. 589). Из законодательства исключено понятие «грабеж». К похищению относилось и вымогательство, признаки которого в основном сохранились неизменными до нашего времени. За пределами похищения остались необъявление о находке, присвоение вверенного имущества и злоупотребление доверием.

Подводя итог можно сделать вывод о том, что исследованные нами законодательные акты, начиная с Русской Правды и до Уголовного уложения 1903 года, позволили создать общую картину становления и развития национального уголовного законодательства о преступлениях против собственности. Также следует отметить, что закрепленные в исторических памятниках система видов (форм) хищения (похищения) повлияла на все последующее развитие национального законодательства об имущественных преступлениях.

Использованные источники:

1. Российское законодательство X-XX веков: в 9т. Т. 2./ Законодательство периода образования и укрепления Российского централизованного государства. отв. ред. тома лауреат Государственной премии СССР, д. ист. н., проф. А. Д. Горский. – М.; 1985. -519 с.

2. Титов Ю.П. Хрестоматия по истории государства и права России- М.: «Проспект», 2000.-472с.
3. Юшков С.В. История государства и права СССР: учебник / отв. ред. В.С. Покровский. 4-е изд. М., 1961. Ч. 1. -670 с.

Ожигова Ю.Д.
воспитатель
Жилкина Ю.Е.
старший воспитатель.
МБДОУ «Детский сад № 8»
Г. Усолье-Сибирское

СЕМЬЯ И ДЕТСКИЙ САД КАК АГЕНТ СОЦИАЛИЗАЦИИ: РАЗВИТИЕ ДОБРОТЫ И МИЛОСЕРДИЯ У ДЕТЕЙ

Аннотация: *Семья. Актуализация проблемы воспитания ребенка, как Доброго человека. Методы и пути решения проблемы. Организация мероприятий для совместной работы педагога, родителей и ребенка для улучшения понимания слова- чувства «Доброта».*

Ключевые слова: *Семья, воспитание, проблема, мероприятия, доброта, личность.*

Ozhigova Yu.D.
Educator
Zhilkina Yu.E.
senior educator.
MBDOU "Kindergarten No. 8"
Usolye-Sibirskoye

FAMILY AND KINDERGARTEN AS AN AGENT OF SOCIALIZATION: DEVELOPMENT OF KINDNESS AND COMPASSION IN CHILDREN

Annotation: *Family. Actualization of the problem of raising a child as a Kind person. Methods and ways of solving the problem. Organization of events for joint work of the teacher, parents and the child to improve understanding of the word-feeling "Kindness".*

Keywords: *Family, kindness, personality.*

Семья – это первичная среда, где человек учится творить добро, как сказал советский педагог, писатель В.А. Сухомлинский поднимает проблему важности семьи, как первичной социальной группы, где человек проходит первые шаги социализации, получает первый социальный опыт.

Ребенок начинает свой путь становления личности, находясь в семье, которая и является первичной средой для получения различных навыков и добросовестного опыта. Только в семейном кругу ребенок получает первые представления о нравственности и морали, от отношений в семье зависит, каким вырастит человек.

Проблема, особенно актуальна в наши дни, именно в условиях современного общества последствия неправильного воспитания сказываются на поведении детей. В наше время вырастить и воспитать ребенка очень тяжело, приходится многим жертвовать, но есть жертвы, которые действительно необходимы нашему ребенку, и жертвы, которые вовсе необязательны и даже вредны. Одно из бед домашней педагогики в том, что родители гораздо чаще склонны приносить как раз не нужные жертвы, мы балуем наших детей лакомством, игрушками, все делаем чтобы было хорошо ребенку, покупаем обновку, причем в ущерб чему-то, гораздо более необходимому для семьи, и это может повлечь за собой появление предпосылок совсем нежелательных личностных качеств вашего ребенка.

Родители с самого детства пытаются научить ребёнка чему-либо, и дети в большинстве случаев копируют их и берут с них пример.

К сожалению, современное состояние многих семей можно охарактеризовать как кризисное. Растёт число неблагополучных семей, в которых родители не чувствуют ответственности за воспитание детей, не занимаются организацией их жизни, не прививают моральных норм своим детям. Если они вовремя не воспитают этих качеств в ребёнке, то усвоить их, потом будет сложнее, ведь именно родители являются главными агентами первичной социализации индивида – единичного представителя человеческого рода.

Мы, педагоги и родители, редко задумываемся над ответом на вопрос «Как воспитать ребенка добрым, отзывчивым, внимательным к чувствам других людей?». Но, когда все же хотим ответить на него, то оказывается, что это не так просто. Понятие «доброта» — довольно расплывчато. Это и милосердие, и внимательность, и вежливость, и жалость, и предупредительность. Важно понять не только то, что такое доброта, но и то, что это приобретаемое качество, которому можно и нужно научить ребёнка.

Работая воспитателем в детском саду, все эти проблемы чётко выявляются в поведении ребенка, в его играх, отношении к сверстникам.

Дошкольное образование постоянно обновляется новыми авторскими программами, проектами для привлечения родителей в образовательный процесс ДОО. Изучив большое количество литературы, мы пришли к выводу, что нужно заинтересовать и привлечь родителей к этому процессу.

Организовать работу по воспитанию доброты у детей старшего дошкольного возраста, и формированию опыта доброжелательных взаимоотношений было решено организовать через реализацию проекта, получившего название «Дружная семья». В ходе реализации проекта решались следующие задачи:

- вызвать у ребёнка радость и гордость за то, что у него есть семья, чувство благодарности за заботу;
- формировать у детей представление о доброте;
- создавать мотив быть добрым;
- воспитывать положительные отношения к доброте;

- формировать навыки и привычки быть добрым;
- формировать поступки и поведение быть добрым.

В повседневной жизни и свободной деятельности нами создаются проблемные ситуации, которые позволяют детям осмысленно отнестись к своим поступкам. Для того, чтобы процесс воспитания гуманных чувств и отношений сделать наиболее эффективным, работа идёт одновременно как в детском саду, так и в семье. В рамках «Недели добрых дел» педагогами были проведены беседы о добре и дружбе. В группах были созданы выставки детских рисунков «Если добрый ты...». Прошли мероприятия «Помоги бабушке (дедушке)», «Пушистая лакомка». Доброй традицией нашего ДООУ стала волонтерская помощь питомнику бездомных собак «Надежда». Ребята вместе с родителями являются активными участниками по сбору кормов и медикаментов для животных питомника.

Самым ярким и запоминающимся событием для ребят стала - экскурсия на конный двор «Сапфир». Незабываемые впечатления остались у мальчиков и девочек от возможности почувствовать себя наездником, и прокатиться верхом на лошади. На детских лицах сияла счастливая улыбка, чувствовалось восхищение и доверие. А с каким удовольствием дети кормили зверей морковью и капустой. В завершении экскурсии ребята подарили обитателям конного двора мешок овса.

В рамках реализации проекта родители активно принимали участие: Готовили презентации «Генеалогическое древо»; брали интервью «Какие они, ваши семейные традиции», участвовали вместе с детьми в театрализованной сценки «Я и моя дружная семья».

Таким образом, хотим подвести итог выше сказанному, действительно, семья является основой, именно тем местом, где человек должен учиться творить добро, быть честным и добрым. Процесс воспитания в семье – это уникальное средство существования преемственности поколений, это очень важный процесс нашего подрастающего поколения в жизнь общества.

Творите добро каждый день, каждый час и мир станет добрее. Всё начинается с тебя, и именно с тебя!

Использованные источники:

1. Алиева Т., Стасюк А., Фадеева Е., Асланова Ю., Уварова Г. Детский сад и семья: возможности социального партнерства// Дошкольное воспитание. 2007г.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. 2009г.
3. Гуз А.А. Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования. 2007г

*Прокопьев А. Г.
студент 3 курса, группы АИС31
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий
Шейко. Г. А.
старший преподаватель КФВ
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий*

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация: В статье поднимаются вопросы влияния физической культуры на здоровье человека. Рассмотрены вопросы о состоянии физического здоровья современного общества.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, здоровье, мышечная деятельность.

*Prokopen A. G.
3rd year student, AIS group 31
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"
Sheiko. G. A
senior lecturer of KFV
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*

INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY ON HUMAN HEALTH

Annotation: The article raises questions of the influence of physical culture on human health. Questions about the state of physical health of modern society are considered.

Key words: physical culture, sport, health, muscle activity.

В данной научной статье рассматривается проблема недостаточного внимания к собственному здоровью. Современный образ жизни способствует снижению физической активности, и многие люди ошибочно полагают, что их здоровье полностью зависит от действий медицинских работников. Однако исследования учёных показывают обратное: здоровье человека на 50 % определяется его собственными действиями, 20 % — влиянием окружающей среды, а оставшиеся 30 % — качеством медицинского обслуживания и генетической предрасположенностью. С самого начала существования людей на земле была необходимость двигаться. Без движения человек не мог существовать в природе (добывать еду,

охотиться, сражаться с врагами и т.д.). Сама жизнь вынуждала человека двигаться, чтобы выжить.

Еще 70-100 лет назад промышленный и сельскохозяйственный труд требовал от человека мышечных усилий, отсутствие современной техники, вынуждало людей многое делать вручную (перевозить груз, изготавливать изделия и т.д.). Этого хватало, чтобы поддерживать себя в хорошей форме, функций организма в норме.

Сегодня, в век технического прогресса, когда снижается уровень здоровья населения при большой технической нагрузке и недостаточной двигательной активности, роль физической культуры и спорта еще более возрастает. Не вызывает сомнения, что насыщенный эмоциональный фон в достаточной степени снижает уровень здоровья и самочувствия студентов, травмирует их психику. В связи с этим особую актуальность приобретает поиск наиболее адекватных путей и методов укрепления психофизического состояния студентов, выявление психолого-педагогических условий оптимизации данного процесса, разработка оздоровительных технологий, способных снизить физиологическую и психологическую цену адаптации и обеспечить формирование устойчивых установок на здоровый образ жизни [1].

С ростом науки и автоматизации ручного труда за последний век резко снизило потребность в движениях, что вызывает гиподинамию.

Уменьшение физической нагрузки на организм человека пагубно влияет на здоровье.

Охрана собственного здоровья — это непосредственная обязанность каждого цивилизованного человека, и какой бы совершенной не была медицина, она не может избавить нас от всех болезней. С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься спортом, правильно питаться, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от курения, употребления спиртных напитков и наркотиков, жить в гармонии с природой. Все это является важными аспектами здорового образа жизни [2].

Потребность человека в движении, в физическом труде является жизненно-необходимой потребностью, особенно в подростковом и юном возрасте.

Для того чтобы поддерживать свое здоровье требуются соблюдения несколько факторов, способствующих укреплению здоровья:

1) Режим труда и отдыха. Труд - основа режима здоровой жизни человека. Труд как физический, так и умственный не только не вреден, но, напротив, систематический, посильный, и хорошо организованный трудовой процесс чрезвычайно благотворно влияет на здоровье человека.

2) Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка). Мышечная деятельность является непременным условием отправления двигательных и вегетативных функций организма человека на всех этапах его развития.

3) Закаливание организма. Важной профилактической мерой против простудных заболеваний является систематическое закаливание организма.

4) Гигиенические основы здорового образа жизни. Личная гигиена – это уход за кожей, гигиена одежды, обуви, закаливание и другие моменты повседневного быта.

5) Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни человека немислим без решительного отказа от всего того, что наносит непоправимый ущерб организму.

6) Режим сна. Для сохранения нормальной деятельности нервной системы и всего организма большое значение имеет полноценный сон.

7) Рациональное питание. Все жизненные процессы в организме человека находятся в большой зависимости от того, из чего состоит его питание с первых дней жизни, а также от режима питания.

На основе этой научной статьи можно сделать следующие выводы:

1) Физическая культура способствуют развитию культуры человека, укреплению его здоровья и повышению общей работоспособности. Занятия физической культурой являются одним из условий всестороннего физического, психического и нравственного развития человека, укрепления его здоровья и продления сроков активной творческой деятельности.

2) Все рассмотренные мною факторы в этой статье влияют и помогают поддерживать здоровый образ жизни и активную деятельность студентов нашего университета.

Использованные источники:

1. Шивит-Хуурак И.К. Повышение эффективности учебно-тренировочного процесса студентов-боксеров высокой квалификации на предсоревновательном этапе: диссертация кандидата педагогических наук: 13.00.04 / Шивит-Хуурак Илья Кимович; [Место защиты: Бурят. гос. ун-т].- Улан-Удэ, 2010.- 177 с.

2. Каржаубаева Ш. Е., Шумилина Л. Н., Корнева И. А. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи г. Алматы — Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья — № 1–2009. — с. 69– 70.

3. Бергер Б. Г., Тобар Д. Физическая активность и качество жизни // Справочник по спортивной психологии / под ред. Тененбаум Г., Эклунд Р. С. — 3-е изд. — Хобокен: Уайли, 2007. — С. 598–620.

4. McAuley E., Elavsky S. Физическая активность, старение и качество жизни: значение для измерения // Измерение старения и физической активности / под ред. Чжу В., Чодзко-Зайка В. — Шампейн: Кинетика человека, 2005. — С. 57–68.

5. Бизе Р., Джонсон Дж. А., Плотникофф Р. С. Уровень физической активности и качество жизни, связанное со здоровьем, у взрослого населения в целом: систематический обзор // Предварительная медицина. — 2007. — № 45 (6). — С. 401–415.

*Прокопьев А. Г.
студент 3 курса, группы АИС31
Стерлитамакский филиал
"Уфимский университет науки и технологий"*
*Шейко Г. А.
старший преподаватель КФВ
Стерлитамакский филиал
"Уфимский университет науки и технологий"*

ЗНАЧЕНИЕ БАСКЕТБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ СТУДЕНТОВ

Аннотация: В данной статье отмечается важность физической активности, как одного из факторов развития полноценной и здоровой личности студента, особенно в настоящее время, когда у студентов преобладает по большей части сидячий образ жизни. Одним из эффективных средств физического развития студентов является баскетбол. Он совмещает в себе комплекс физических упражнений, который оказывает целостное положительное влияние на организм студента. Сам процесс игры также оказывает большое комплексное влияние на организм, так как позволяет улучшить когнитивные способности.

Ключевые слова: баскетбол, студенты, физические упражнения, физическое воспитание, здоровье, спорт, физическая активность.

*Prokopen A. G.
3rd year student, AIS group 31
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*
*Sheiko. G. A
senior lecturer of KFV
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*

THE IMPORTANCE OF BASKETBALL IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS

Annotation: This article notes the importance of physical activity as one of the factors in the development of a full-fledged and healthy student personality, especially at the present time, when students mostly have a sedentary lifestyle. One of the most effective means of physical development of a person is basketball. It combines a set of physical exercises, which has a holistic positive effect on the student's body. The very process of the game also has a great complex effect on the body, as it allows you to improve cognitive abilities.

Key words: basketball, students, physical exercises, physical education, health, sports, physical activity.

Физические упражнения играют важную роль в формировании здорового, крепкого тела, в укреплении эмоционального фона человека, развивают различные двигательные навыки, обеспечивают психологический комфорт. Систематическая умственная перегрузка, многочасовое сидение на занятиях и за домашней работой, напряженная работа над курсовыми и контрольными работами, частое недосыпание – все это приводит к низкому уровню эмоциональной стабильности, а также отсутствию мотивации к чему-либо, особенно к продуктивной и эффективной учебной деятельности. Именно в этот момент хорошо позволяют исправить, улучшить ситуацию спорт и физическое воспитание. Многие студенты университетов предпочитают играть в такие игры, как футбол, баскетбол, катание на коньках, плавание, волейбол [1].

Как активная спортивная игра, баскетбол решает такие задачи, как укрепление здоровья студентов, развитие ловкости, координации и быстроты реакции, закаливание организма и характера личности, воспитание коллективизма, конкурентоспособности и ответственности.

Баскетбол – это популярный вид спорта с большим потенциалом для развития физических качеств и физических функций, укрепления здоровья и повышения физической активности. Баскетбол как средство физического воспитания широко используется в сфере физкультурных занятий. Эта игра получила распространение и популярность практически во всех ступенях образования, начиная от общеобразовательных учреждений [2].

Баскетбол как средство физического воспитания студентов используется в форме академических и факультативных занятий.

Комплекс физических упражнений на основе баскетбола оказывает многогранное влияние на развитие и становление психических процессов в организме студента. Данные физические упражнения улучшают такие когнитивные качества как, внимание, память, когнитивную гибкость, воображение, логически рассуждать. Это прежде всего является основой лучшего восприятия и соблюдения тактических и технических моментов физических упражнений и самой игры, а также согласованности командных действий [3].

Игровая среда в баскетболе имеет свойство быстро меняться. Каждый матч по-своему уникален и неповторим, имеет оригинальный набор игровых ситуаций. Такие ситуации вынуждают игроков внимательно следить за игрой, своевременно анализировать действия соперников и подстраиваться под игровые ситуации. Постоянное слежение за игрой развивает у баскетболиста навыки распределения, концентрацию и пространственно-временную ориентацию.

В зависимости от соревновательности, самостоятельности действий, постоянно меняющейся игровой обстановки, успехов и неудач спортсмены

выражают целый ряд эмоций и переживаний, которые влияют на их деятельность. Эмоциональный подъем связанный с этими причинами способствует повышению активности, а также заинтересованности к игре. Такая особенность баскетбола обеспечивает благоприятную обстановку для развития у учащихся способности контролировать свои эмоции и действия.

Баскетбол – это командный вид спорта, где каждый игрок действует в скоординированности с действиями своего партнера по команде. Из-за различных ролей каждого сокомандника, игроки вынуждены эффективно взаимодействовать друг с другом, чтобы выиграть. Такая черта баскетбола важна для развития чувства ответственности у спортсменов. В то же время, у игроков формируется умение работать в команде и за пределами баскетбола, например, в учебной деятельности, а также улучшается функция социализации [4].

Процесс игры характеризуется соревнованием двух команд друг с другом. Их амбиции — это победить своих соперников с помощью быстрых действий и изобретательности, предпринимать стратегии и действия для победы. Команда для достижения цели должна уметь собраться силами, действовать с максимальной отдачей и уметь эффективно и стойко преодолевать трудности, возникающие во время игры. Все это способствует развитию целеустремленности и настойчивого характера.

Баскетбол содержит в себе различные естественные движения тела спортсмена, в том числе ходьбу, бег, бросок мяча, прыжки. Среди всех прочих преимуществ он укрепляет двигательную систему, стимулирует обмен веществ, улучшает кровообращение и дыхание.

Физическая активность для обучающихся университетов — это не только способ оставаться в форме, но и средство душевного комфорта. Баскетбол в этом плане выступает идеальным вариантом достижения данных целей. Он позволяет развить у студентов ряд полезных двигательных навыков. Основанные на баскетболе упражнения помогают поддержать и улучшить физическую форму и тем самым также положительно повлиять на здоровье.

Использованные источники:

1. Альмаданат А. Эффективность учебных занятий по баскетболу в вузе на основе применения наглядных пособий: Автореф. дис. канд.пед.наук / А. Альмаданат. -М.: 1996.— 12с.
2. Аракчеев Д.А. Развитие двигательных способностей у студентов посредством игры в баскетбол / Аракчеев Д.А., Зуева И.А. // Молодежный научный форум: гуманитарные науки: матер XV студенческой международной заочной научно-практической конференция. 2014. - август. – 35-55 с.
3. Бондарь, А.Н. Учись играть в баскетбол [Текст] / А. Н. Бондарь. – Минск: 1986. – 56 с.
4. Грасис, А.М. Специальные упражнения баскетболистов / А. М. Грасис. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 57 с.

5. Джон Р. Вуден, Современный баскетбол / Джон Р. Вуден. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 77-93 с.

*Пудова Н.А.
студентка магистратуры
Донской государственной технической университет
Россия, г.Ростов-на-Дону*

ПРЕОДОЛЕНИЕ ЛЕКСИЧЕСКОГО НЕДОРАЗВИТИЯ У ДЕТЕЙ С ОНР С ПОМОЩЬЮ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация: в статье дается характеристика современной игры и особенностей преодоления лексического недоразвития у детей с ОНР, в качестве основных инструментов коррекционной работы представлены игровые технологии и игры, а также описаны приемы, используемые на занятиях для успешной реализации программы по преодолению лексического недоразвития у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: ОНР, общее недоразвитие речи, дети дошкольного возраста, игровые технологии, игры, комплексная коррекционно-развивающая программа.

*Pudova N.A.
master's student
Don State Technical University,
Russia, Rostov-on-Don*

OVERCOMING LEXICAL UNDERDEVELOPMENT IN CHILDREN WITH ONR WITH THE HELP OF GAMING TECHNOLOGIES

Abstract: the article describes the characteristics of modern play and the features of overcoming lexical underdevelopment in children with ONR, game technologies and games are presented as the main tools of correctional work, and also describes the techniques used in the classroom for the successful implementation of a program to overcome lexical underdevelopment in preschool children.

Keywords: ONR, general underdevelopment of speech, preschool children, gaming technologies, games, comprehensive correctional and developmental program.

Во все времена игра оставалась и остается важным аспектом детства. Следует учитывать, что появление новых технологий, изменение жизни, обилие игрушек и гаджетов с самого раннего детства оказывает большое влияние на формирование и развитие ребенка. Психологические исследования, посвященные современному состоянию детской игры, ярко демонстрируют, что игры ограничиваются простой имитацией движений или манипулятивными действиями с игрушками. Игра чаще всего организуется

по инициативе взрослого и продолжается только до тех пор, пока в ней участвует взрослый. Современные дети испытывают затруднения в составлении сюжетов, использовании ролевых элементов, и им трудно находить общий язык для игры со сверстниками. Наблюдение за свободной деятельностью детей показало, что значительная часть дошкольников (приблизительно 46%) в свободное время не играли в сюжетно-ролевые игры [1]. Информация, полученная из исследования, поднимает вопрос о необходимости развития более серьезного и ответственного подхода к игровой деятельности детей дошкольного возраста. Этот вопрос касается как педагогов и родителей, так и государственной образовательной политики.

Ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте остается игра, поэтому большинство педагогов и психологов (Л.С. Выготский, В.П. Глухов, Р.И. Лалаева, Т.Б. Филичева и др.) считают, что основанные на игровом методе формы логопедической коррекции помогут наиболее эффективно преодолеть лексическое недоразвитие у дошкольников с ОНР. В связи с вышесказанным, мы считаем, что игровые технологии должны занимать ведущую роль в развитии словаря детей с ОНР. Мы учитывали, что игровые технологии – это основной инструмент, который работает многократно эффективнее только с учетом индивидуального подхода.

Создано и предложено множество методов для изучения словарного запаса у детей (Е.Ф.Архипова [2], Г.А.Волкова [3], И.А.Смирнова [4], и другие). Однако невозможно создать идеальную методику, которая охватила бы все аспекты лексического анализа. Часто исследование словарного запаса у детей выполняется через несколько заданий, охватывающих лишь определенные лексические группы, что может не дать полной картины особенностей нарушений в развитии лексики. Следовательно, в настоящее время остается актуальным исследование нарушений лексики у детей с ОНР, численность которых постоянно растет, а также разработка методик, которые позволят более широко диагностировать нарушения в речевом развитии.

Исследования Л. Б. Халиловой [7], С. Н. Шаховской [8] и других ученых в области психолого-педагогического направления показывают, что у детей с общим недоразвитием речи различного происхождения языковые нарушения имеют семантическую природу. Работы ученых, таких как Р. И. Лалаева [9], Н. В. Серебрякова [10] и других, отражают особенности формирования смысловой системы лексики у детей с общим недоразвитием речи. Исследователи указывают на разнообразие семантических нарушений, нечеткое различение между значениями слов. Изучение данных помогло нам определить цель экспериментального этапа нашего исследования: разработать и апробировать специальную индивидуальную программу развития и организовать работу в группах с учетом особенностей развития каждого конкретного ребенка. В качестве объекта исследования выступили дети 5-летнего возраста в количестве 10 человек, являющиеся воспитанниками ДООУ г. Ростов-на-Дону. Они имеют различные нарушения, однако у всех в заключении ПМПК указано наличие ОНР.

В качестве диагностических процедур мы применили две методики:

1) И.А. Смирновой «Обследование словарного запаса детей»;

Выбор методики И.А. Смирновой обусловлен включением заданий на все основные единицы активного словаря (существительные, глаголы, прилагательные, числительные). Методика состоит из двух блоков, что позволяет изучить как понимание, так и использование слов с номинативным значением, а также оценить структурный аспект лексических значений слов.

2) Г.А. Волковой «Выявление уровня сформированности лексики у детей дошкольного возраста».

Выбор методики Г.А. Волковой обусловлен возможностью оценить уровень развития как пассивного, так и активного словаря. Несмотря на повтор заданий обеих методик их различный материал позволят получить более объективное представление о степени сформированности данных словарных единиц у дошкольников с общим недоразвитием речи. В дальнейшем, это также помогает выявить основные проблемы каждого ребенка и классифицировать их для последующей коррекционно-развивающей работы в индивидуальном режиме.

Исследование проводилось в индивидуальной форме с каждым ребенком.

Для оценки выполнения заданий использовалась система оценивания. За каждое упражнение выставались баллы согласно критериям:

2 балла - правильный ответ,

1 балл - ответ после помощи,

0 баллов - неверный ответ или невыполнение.

После суммирования баллов и определение среднего уровня (полученное число баллов делится на общее число проб во всех заданиях) они конвертировались в проценты.

Количественный и качественный анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что у большинства детей (60%), участвовавших в нем, отмечается недостаточно развитый словарный запас и одновременно возникают затруднения в навыке эффективного слушания инструкции к заданиям и ясного выражения мыслей для понимания собеседником. 40% детей дошкольного возраста, участвовавших в исследовании, имели средний уровень развития словарного запаса. Среди них наилучшим образом развит номинативный словарь, наибольшие затруднения возникают с атрибутивным словарем. Наблюдение за детьми во время диагностики позволило нам выделить проблемы с вниманием и мотивацией. По результатам беседы с родителями в анамнезе у 7 дошкольников были обнаружены неблагоприятные факторы пренатального периода. В 8 случаях патологии натального периода. В послеродовом периоде проблемы возникли у 4 дошкольников. Анализ медицинской документации показал, что у 5 детей раннее психомоторное развитие происходило с задержкой. Все дети, прошедшие диагностику, с сохранным интеллектом и старались активно участвовать в процессе общения. Данные наблюдения (негативизм, двигательная расторможенность, речевая расторможенность,

работоспособность и другие) были внесены в таблицу и анализировались. На основе данных, полученных в результате диагностики словаря и наблюдения за детьми строилась индивидуальная работа и работа в группах.

Результаты констатирующего этапа эксперимента позволили нам определить цель следующего этапа – создание специальной индивидуальной коррекционно-развивающей программы, направленной на преодоления лексического недоразвития у дошкольников с ОНР.

Специальная индивидуальная программа развития и работа в группах разработана на основе ведущих дидактических принципов: принцип доступности, принцип наглядности, принцип систематичности и последовательности, принцип дифференцированного подхода и учета индивидуальных особенностей обучающихся.

Программа коррекции и развития включает в себя следующие разделы: диагностический, коррекционно-развивающий, консультативный, информационно-просветительский.

Все мероприятия коррекционно-развивающей работы направлены на преодоление лексического недоразвития у детей с ОНР с помощью игровых технологий (проведение индивидуальных и фронтальных занятий), активацию внимания, повышение их мотивации, увеличение уровня проявления познавательных процессов. Составляя индивидуальную программу развития, мы отталкивались от возможностей каждого ребенка. Учитывались результаты диагностики и наблюдения во время диагностики. Неотъемлемой частью программы, а точнее ее основой стала систематизация и подборка игр, используемых индивидуально с каждым ребенком. Важным нюансом активации познавательной деятельности дошкольников является формирование у них учебного поведения. В дошкольном возрасте подготавливаются и закладываются основы учебной деятельности, формируются её отдельные компоненты. После четырёх, пяти лет ребёнок начинает целенаправленно заниматься задачами с фокусом на конечный результат. Педагог помогает и приучает детей внимательно слушать объяснения, выполнять задания без помех другим, развивает интерес к учебным материалам, поощряет старания и активность. Работа во время занятий шла над концентрацией внимания, "возбуждением - торможением", самоконтролем, границами дозволенного. Длительность этого этапа на уроке составляла 3-4 минуты. Во время индивидуальных занятий использовались разные варианты заданий «СТОП-ЖДИ»: ребёнок ведёт активную деятельность, педагог произносит «СТОП-ЖДИ пока сыпется песок», засекает со зрительной опорой по часам сначала 10с, затем постепенно в течение месяца время увеличивается до 30с. После хвалит за хорошее поведение и занятие продолжается.

К основным игровым технологиям коррекционно-развивающего раздела реализации программы с дошкольниками мы отнесли:

- игровые технологии на формирования навыков внимания;
- игровые технологии для развития фонематического слуха;

- игровые технологии для расширения словарного запаса;

К основным играм коррекционно-развивающего раздела реализации программы с дошкольниками мы отнесли:

- игры на формирование навыков внимания, имеющие следующую структуру: условный сигнал (хлопок, свисток, звонок) и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее отреагировать на сигнал необходимой реакцией. Используются такие игры, как «Зеваки», «Четыре стихии», в ходе каждой игры используются свои сигналы;

- игры на лексические темы (эмоции, ощущения, время, часы и др.). Данные игры подбирались с учетом настоящего времени и позволяют детям развивать необходимый (базовый) словарь понятий и активно пользоваться им в повседневной жизни;

- игры на ориентирование в пространстве и развитие словаря на данную тематику также обязательно включались в программу. Такие игровые технологии включают в себя игры на схему тела, лево-право, работа с предлогами и местоимениями и т.д.;

- игры-эксперименты, в ходе которых использовались приборы-помощники (увеличительные стекла, песочные часы, компас и т.д.), природные материалы (камни, ракушки, шишки, семена фруктов, песок разных по цвету, крупы и т.д.), медицинские материалы (вата, пипетки, мерные ложки и т.д.);

- познавательные игры (игровые ситуации, подвижные игры, диалог и т.д.).

Игры носили наглядный характер. Для мотивации детей дошкольного возраста мы использовали разнообразные способы: внешние стимулы, такие как новизна или необычность; создание тайны и сюрпризов; стимулирование желания помогать; вовлечение познавательного интереса (почему происходит так); предоставление ситуаций выбора.

Мы внесли дополнения в коррекционно-развивающую среду базового дошкольного образовательного учреждения (подборка игровых технологий, проработка мероприятий и др.). В такой среде должны учитываться потребности каждого ребенка для его коррекции, развития и успешной адаптации в обществе, повышение профессиональной компетенции воспитателей, работающих с детьми ОНР и сопутствующими нарушениями развития (проведение мастер-классов, беседы по актуальным вопросам логопедии и др.). Одна из тем мастер-класса была «Организация работы в команде». Во время совместной работы логопеда и воспитателя, каждый участник группы информирован о процессе работы с детьми. Материал (включение в образовательный процесс игр, песен, стихов) на занятиях, подобранный с помощью логопеда, способствует закреплению навыков и пройденной темы.

Консультативный раздел включал в себя организацию работы с родителями. Следует понимать, что важным фактором развития словарного запаса ребенка является воспитание и условия жизни ребенка [6, с.18]. Для

успешной работы нами создана обратная двусторонняя связь. Мы предполагали, что возможен регресс или наоборот прогресс, о котором необходимо своевременно сообщать родителям. Следует довести до сведения родителей, что, если в течение учебного процесса ребенок проходит медицинское обследование, в результате которого меняются актуальные данные анамнеза, то добровольное предоставление сведений дает возможность специалисту дошкольного образования корректировать обучение и рекомендовать повторное прохождение ПМПК с учетом новых данных для коррекции образовательного маршрута и своевременной помощи. Специалисту крайне важно знать полную картину состояния ребенка, чтобы выстроить коррекционную работу комплексно. С нашей стороны мы обеспечили своевременное информирование родителей ребенка о ходе коррекционной работы. С этой целью разработана ветка взаимопомощи и доверия, которая включала в себя следующие мероприятия:

1) беседы и консультации, в т.ч. индивидуальные;

2) работа с ребенком дома. Домашние задания выдавались ежедневно. Время, затраченное родителем на организацию выполнения ребенком самого задания, составляло 15-20 минут. В таком режиме эффект от коррекционно-развивающей работы по программе стал значительно выше. Дети перестали забывать тетради, а регулярное выполнение небольших, интересных заданий на закрепление материала в течение месяца вошло в привычку у дошкольников.

Ожидаемые результаты внедрения программы заключаются в следующем. У дошкольников расширился активный словарный запас и улучшились коммуникативные навыки. Пассивный словарь стал шире, речь наполнилась необходимой лексикой обиходного значения для комфортного общения, также были усвоены новые жизненно важные понятия.

Результаты формирующего этапа эксперимента помогли нам определить цель и задачи контрольного этапа исследования. Цель контрольного эксперимента – оценить динамику развития словаря.

Результаты анализа контрольного этапа эксперимента показали положительную динамику в преодолении лексического недоразвития у дошкольников с ОНР. Наблюдается снижение числа детей с низким уровнем как активного, так и пассивного словарного запаса. Благодаря индивидуальной работе с каждым ребенком, с учетом их особенностей, работа по преодолению лексического недоразвития проходила более быстрым темпом. Низкий уровень развития словарного запаса был выявлен у 30% дошкольников с ОНР, при этом отмечается, что они намного лучше воспринимали инструкции к заданиям и более ясно выражали свои мысли. Возможно, это объясняется тем, что инструкции стали более понятны детям, а благодаря полученным навыкам во время коррекционно-развивающей работы, они научились строить свои высказывания грамотнее и понятнее для собеседника. У 70% дошкольников был выявлен средний уровень развития словарного запаса. Их словарный запас значительно пополнился глагольной

и атрибутивной лексикой, они стали лучше понимать и использовать в речи синонимы и т.д. В целом можно отметить повышение внимательности и рост мотивации детей в ходе выполнения диагностических заданий, что связано с целенаправленной работой по развитию словарного запаса с применением игровых технологий.

В ходе нашего исследования мы доказали, что преодоление лексического недоразвития у детей с ОНР будет осуществляться эффективно, если: деятельность по коррекции будет адаптирована под индивидуальные особенности дошкольников, в том числе работа с препятствиями, отвлекающими от учебной деятельности; реализуется специальная индивидуальная программа развития ребенка и организована работа в группах; используются игровые технологии, направленные на развитие словаря у детей дошкольного возраста с ОНР.

Использованные источники:

1. Смирнова Е.О., Гударева О.В. Игровая деятельность современных дошкольников и ее влияние на развитие личности детей // Социология дошкольного воспитания: Труды по социологии образования. Т. XI. Вып. XIX. М. 2005. (дата обращения: 24.05.2024г.)
2. Архипова Е.Ф. Если у ребенка общее недоразвитие речи / Е.Ф. Архипова // Современное дошкольное образование. Теория и практика. - 2017. -№1.- С. 38-43.
3. Волкова Г.А. Методика психолого-логопедического обследования детей с нарушениями речи. Вопросы дифференциальной диагностики: Учебно-Методическое пособие, - СЕЮ.: Детство - Пресс, 2014. - 144 с.
4. Смирнова И.А. Логопедический альбом для обследования лексико-грамматического строя и связной речи / И.А. Смирнова. - СПб.: Детство-Пресс, 2012. - 52 с.
5. Филичева Т.Б. Устранение общего недоразвития речи у детей дошкольного возраста: практ, пособие / Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина. - 5-е изд. - М.: Айрис-пресс, 2008. - 224 с.
6. Левина Р.Е., Никашина Н.А. Общее недоразвитие речи // Основы теории и практики логопедии. – М., 2008.
7. Халилова Л.Б. Психолингвистические механизмы декодирования речи: норма и речевая патология /Л.Б. Халилова, А.С. Володина. – М.: Парадигма, 2013. – 152с.
8. Шаховская С.Н. Развитие словаря в системе работы при общем недоразвитии речи /С.Н. Шаховская //Психолингвистика и современная логопедия /Под ред. Л.Б. Халиловой. - М.: Экономика, 1997. - 304с.
9. Лалаева Р. И. Коррекция общего недоразвития речи у дошкольников (формирование лексики и грамматического строя). /Р. И. Лалаева, Н. В. Серебрякова – СПб.: Союз, 1999. – 160с.
10. Серебрякова Н. В. Формирование лексики у дошкольников со стертой дизартрией. Монография – СПб.: Наука-Питер, 2006. – 196 с.

*Пусный Д.О.
студент магистратуры
Пусная О.П.
старший преподаватель
кафедра прикладной информатики и информационных технологий
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет*

АНАЛИЗ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

Аннотация: в данной статье представлен анализ существующих информационных систем для учета студентов при проведении производственной практики в организации.

Ключевые слова: информационная система, производственная практика

*Pusnyy D.O.
master
Pusnaya O.P.
Senior Lecturer
Belgorod National Research University*

ANALYSIS OF INFORMATION SYSTEMS FOR CONDUCTING INDUSTRIAL PRACTICE

Abstract: This article presents an analysis of existing information systems for accounting for students during practical training in an organization.

Keywords: information system, production practice

Актуальность проведенного анализа обусловлена запросом на создание для организации модуля по учету студентов на производственной практике, с целью выявления их сильных и слабых сторон, определения уникальных особенностей и общих закономерностей. Разберем основные информационные системы.

Модуль «Практики студентов» системы ТАНДЕМ.Университет[4] автоматизирует направление студентов на практику и контроль её прохождения. Он включает реестр баз практик, распределение мест, промежуточный и итоговый контроль, а также формирование направлений и приказов. Данный программный продукт предназначен для высших учебных заведений и является платным.

Корпоративная информационно-аналитическая система «Универис» Южно-Уральского государственного университета. Модуль «Учет практик

студентов»[3] используется для ввода представлений на практику обучающихся, способен сформировать направление на практику для организаций и сформировать приказ на прохождение практики. В нем доступно ведение справочника организаций из реестра практик, студентам возможно сформировать и напечатать дневник практики. В различных профилях представлено разграничение прав доступа пользователей и ограничение по функционалу.

Программный продукт 1С:Университет ПРОФ. Модуль «Управление практиками»[1] является обширным, но в его функционал включено большое количество операций, которые относятся к учебному процессу в целом, а не к практике студентов. В модуле практики большое внимание уделено созданию и отмене приказов и распоряжений, внесению изменений в уже существующие приказы. Он ограничен процессами отправки студентов на практику и формированием графиков и приказов.

Сервис «Стажировки и практики» на портале «Работа России»[5], предложил 3 роли: работодателя, образовательной организации и студента. В единой базе объединяются предложения о стажировках со всей страны, образовательные организации и студенты смогут выбрать место для прохождения стажировки, заключить договор в электронном виде и оформить документы от индивидуального задания до отчета по практической подготовке. Все отчеты о практике будут отправляться через личный кабинет, а учебное заведение выставит оценку по итогам стажировки. Для организации работодателя данный сервис значительно упрощает первый процесс по отбору и оформлению студентов на практику, однако все остальные процессы обучения и контроля еще не рассмотрены.

Также были рассмотрены наиболее распространенные электронные журналы: «Дневник.ру», «Элжур» и «Виртуальная школа»[2,6]. Но они разработаны для учета успеваемости школьников и данный функционал для учета практики студентов практически не подходит. Из подходящих нам функций можно отметить учет успеваемости и посещаемости, замечания и комментарии обучающимся, расписание и индивидуальные отчеты по ученикам.

Для удобства анализа обобщим данные о сервисах в таблице, где в столбцах представим существующие проанализированные решения, а в строках критерии для сравнения данных систем:

- Работа системы на стороне предприятия – система должна быть рассчитана на упрощение работы сотрудников предприятия, проводящего практику.
- Возможность настроить функционал – изменение внешнего вида и функционала в зависимости от выбранных параметров.
- Учёт выполнения заданий – отслеживание статусов выполнения заданий и комментариев к ним у конкретного студента.
- Учёт посещаемости – фиксация времени прибытия и убытия студента по дням в течение всего срока прохождения практики.

- Составление отчётной документации – предоставление информации в удобном или необходимом виде о зачислении на практику, о посещаемости, о выполнении заданий, о сотрудничающих предприятиях, о конечных результатах практики.
- Учёт сотрудничающих заведений – фиксация необходимой информации о высших учебных заведениях, направляющих студентов на практику.
- Бесплатное использование – возможность получить доступ к системе в результате бесплатного скачивания или использования мощностей разработчиков.
- Возможность интеграции в 1С – полная или частичная совместимость с платформой 1С без внесения серьёзных изменений.

Таблица 1. Сравнение существующих информационных систем

	Тандем Университет	Университет	1С:Университет	Стажировки и практики	Элжур	Виртуальная школа	Дневник.ру	Собственная разработка
Работа системы на стороне предприятия	-	-	+	+	-	-	-	+
Возможность настроить функционал	+	+	+	-	-	-	-	+
Учёт выполнения заданий	+	-	-	-	+	+	+	+
Учёт посещаемости	+	-	-	-	+	+	+	+
Составление отчётной документации	+	+	-	+	+	+	+	+
Учёт сотрудничающих заведений	+	+	+	+	-	-	-	+
Бесплатное использование	-	+	-	+	+	+	+	+
Возможность интеграции в 1С	-	-	+	-	-	-	-	+

Рассмотренные информационные системы можно разделить на 2 класса: это системы, созданные в различных регионах по заказу управления образования для школ и системы, разработанные для высших учебных заведений. Школьные системы обладают удобным функционалом учёта, но возможность их использования в коммерческих организациях не предусмотрена и не учтена специфика формирования отчётной документации. А университетские системы разработаны для конкретных учебных заведений и не предлагаются на распространение. Дополнительным негативным моментом является то, что они учитывают учётные и отчётные потребности учебных заведений, а не предприятий, проводящих практику. Несмотря на условную бесплатность перечисленных систем, приобрести можно только две.

Исходя из анализа существующих систем и отсутствия в них всего необходимого организации функционала, приходим к выводу о необходимости создания собственного модуля по учёту студентов на производственной практике.

Использованные источники:

1. 1С:Университет ПРОФ Модуль «Управление практиками» [электронный ресурс] URL:<https://itcons99.ru/catalog/otroslevie/obrazovatelnye-uchrezhdenija/1s-universitet-prof-opisanie/s> (дата обращения 12.10.2024)
2. Виртуальная школа [электронный ресурс] URL: <https://www.vsopen.ru> (дата обращения 17.10.2024)
3. Корпоративная информационно-аналитическая система «Универис» Южно-Уральского государственного университета. Модуль «Учет практик студентов» [электронный ресурс] URL: <https://www.univeris.susu.ru/wp-content/uploads/Instrykciya-po-rabote-s-modylem-Ychet-praktik-stydenov.pdf> (дата обращения 16.10.2024)
4. Модуль «Практики студентов» системы ТАНДЕМ. Университет [электронный ресурс] URL:<https://tandemservice.ru/products/tandem-university/moduli/osnovnye-moduli/modul-praktiki-studentov> (дата обращения 13.10.2024)
5. Стажировки и практики [электронный ресурс] URL: <https://trudvsem.ru/information-pages/landing-practices> (дата обращения 17.10.2024)
6. Электронный журнал «Элжур» [электронный ресурс] URL: <https://eljur.ru/login> (дата обращения 13.10.2024)

*Садретдинов Д. М.
студент 2 курса, группы АИС21
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий*
*Шейко Г. А.
старший преподаватель КФВ
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий*

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Аннотация. В наше суетливое время, когда стресс и депрессия становятся все более распространенными, важность физической активности для психического здоровья становится неотъемлемой частью обсуждений. В статье показаны последние исследования, касающиеся влияния регулярной физической активности на предупреждение депрессии и обеспечение общего благополучия.

Ключевые слова. физическая активность, психическое здоровье, депрессия, стресс, тренировки, профилактика депрессии, эмоциональное состояние, социальные связи, стрессоустойчивость, качество сна, позитивные эмоции

*Sadretdinov D. M.
2nd year student, AIS group 21
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*
*Sheiko. G. A
senior lecturer of KFV
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*

THE IMPACT OF PHYSICAL ACTIVITY ON MENTAL HEALTH

Annotation. In these hectic times, when stress and depression are becoming more common, the importance of physical activity for mental health is becoming an integral part of the discussions. The article shows the latest research on the impact of regular physical activity on the prevention of depression and ensuring overall well-being.

Keywords. Physical activity, mental health, depression, stress, training, depression prevention, emotional state, social connections, stress tolerance, sleep quality, positive emotio

В современном мире, насыщенном стрессом и напряжением, поддержание гармонии между физическим и душевным здоровьем становится неотъемлемой частью общего понимания заботы о себе. Физическая активность выходит за рамки простого укрепления физической формы и становится уникальным взаимодействием, где физическое и психическое благосостояние переплетаются.

Одним из ключевых моментов этого взаимодействия является высвобождение эндорфинов, известных как "гормоны счастья". Этот процесс, вызываемый физической активностью, не только приносит ощущение эйфории, но также служит естественным антидепрессантом, создавая прочную основу для поддержания эмоциональной устойчивости в суе современной жизни [1].

Влияние физической активности на психическое здоровье охватывает гораздо более широкий спектр. Регулярные тренировки эффективно противостоят стрессу и тревоге, снижая уровень кортизола — гормона стресса, и способствуют сохранению эмоционального равновесия.

Физическая активность также играет ключевую роль в предотвращении и лечении депрессивных состояний. Она стимулирует выработку серотонина, гормона, ответственного за поддержание позитивного настроения. Таким образом, тренировки не только борются с депрессией, но и служат мощным профилактическим средством [2].

Качественный сон, важная часть заботы о психическом здоровье, также находит поддержку в физической активности. Регулярные тренировки способствуют глубокому, восстановительному сну, что существенно влияет на повышение когнитивных функций и укрепление эмоциональной стабильности.

Разнообразие форм физической активности оказывает различное воздействие на психическое состояние. Практики, такие как йога или танцы, становятся своеобразными ритуалами, направленными на достижение гармонии тела и души. Эти уникальные практики не только способствуют формированию физической выносливости, но и обогащают внутренний мир, предоставляя пространство для внутреннего покоя и самопознания [3].

Дополнительные аспекты взаимодействия физической активности и психического здоровья включают положительное воздействие на когнитивные функции и эффективное средство релаксации в условиях современного образа жизни. Групповые тренировки способствуют формированию социальных связей, а режим питания, сочетаемый с физической активностью, улучшает как физическую форму, так и психическое состояние [4].

Медитативные аспекты некоторых видов физической активности, таких как тайцзицюань или хатха-йога, помогают достичь внутреннего покоя, уравновешивания ума и эмоций.

Физическая активность в детском возрасте способствует не только формированию здорового образа жизни, но и развитию психомоторики, социальных навыков и самодисциплины [5].

В условиях пандемии и ограничений, вызванных ею, физическая активность, в том числе домашние тренировки, стала не только средством поддержания физического здоровья, но и эффективным способом поддержания психического равновесия в условиях самоизоляции.

Рекомендации для поддержания психического здоровья через физическую активность:

1. Регулярность: Выберите вид физической активности, который приносит вам удовольствие, и практикуйте его регулярно. Установите ясный график, чтобы сделать физическую активность частью вашей повседневной рутины.

2. Разнообразие: Экспериментируйте с разными формами физической активности, чтобы избежать монотонности. Это может включать в себя тренировки высокой интенсивности, йогу, плавание или даже танцы.

3. Социальные аспекты: Присоединяйтесь к групповым занятиям или спортивным командам, чтобы сочетать физическую активность с социальными взаимодействиями, что может положительно влиять на ваше психическое состояние.

4. Домашние тренировки: В условиях ограничений, связанных с пандемией, проводите домашние тренировки. Существует множество ресурсов и приложений, предлагающих разнообразные тренировки для дома.

5. Посвящение времени отдыху: Важно также уделять внимание отдыху и восстановлению после физических нагрузок. Регулярный и качественный сон играет важную роль в поддержании психического здоровья.

Таким образом, физическая активность не только поддерживает физическое здоровье, но и является основой для психического благополучия. В объединении физического и ментального мы находим ключ к гармонии с самим собой и окружающим миром, что подтверждается исследованиями и практикой [6]. В современном мире, где границы между телом и душой сливаются, регулярные тренировки открывают перед нами уникальные возможности для полноценной и удовлетворительной жизни.

Использованные источники

1. Лучший способ борьбы со стрессом - двигаться. (Источник: <https://www.medikforum.ru/news/zdorove/69385-luchshiy-sposob-borby-so-stressom-dvigatsya.html>)

2. Как физическая активность помогает бороться с депрессией. (Источник: <https://nmed.org/kak-fizicheskaja-aktivnost-pomogaet-borotsja-s-depressiej.html>)

3. Влияние физической активности на психическое здоровье. (Источник: <https://psy-online.tv/statya/vliyanie-fizicheskoy-aktivnosti-na-psihicheskoe-zdorove>)

4. Физическая активность и социальные связи. (Источник: <https://www.hse.ru/news/216592199.html>)
5. Физическая активность в детском возрасте. (Источник: https://medaboutme.ru/obraz-zhizni/publikacii/stati/deti/fizicheskaya_aktivnost_v_detskom_vozraste/)
6. Физическая активность как средство поддержания психического здоровья. (Источник: <https://psycom.ru/fizicheskaya-aktivnost-kak-sredstvo-podderzhaniya-psikhicheskogo-zdorovya>)

*Садретдинов Д. М.
студент 2 курса, группы АИС31
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий
Шейко Г. А.
старший преподаватель КФВ
Стерлитамакский филиал
Уфимский университет науки и технологий*

ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

***Аннотация.** В данной статье рассматривается влияние регулярных физических тренировок на развитие эмоционального интеллекта (ЭИ). Эмоциональный интеллект включает в себя способность распознавать и управлять собственными эмоциями, а также понимать чувства окружающих. Регулярные занятия спортом способствуют улучшению саморегуляции, повышению уверенности в себе и развитию эмпатии, что является ключевыми аспектами ЭИ. В статье обсуждаются механизмы, посредством которых физическая активность помогает справляться со стрессом, укреплять самооценку и развивать социальные навыки, особенно в контексте командных видов спорта.*

***Ключевые слова.** эмоциональный интеллект, физическая активность, саморегуляция, эмпатия, уверенность в себе, стрессоустойчивость, командные виды спорта, самооценка, психическое здоровье, социальные навыки.*

*Sadretdinov D. M.
2nd year student, AIS group 31
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"
Sheiko. G. A
senior lecturer of KFV
Sterlitamak branch
"Ufa University of Science and Technology"*

THE EFFECT OF REGULAR TRAINING ON EMOTIONAL INTELLIGENCE

***Annotation.** This article explores the impact of regular physical training on the development of emotional intelligence (EI). Emotional intelligence involves the ability to recognize and manage one's own emotions, as well as to understand the feelings of others. Regular sports activities contribute to improving self-regulation, boosting self-confidence, and developing empathy, which are key aspects of EI.*

The article discusses the mechanisms through which physical activity helps cope with stress, strengthen self-esteem, and enhance social skills, especially in the context of team sports.

Keywords. *emotional intelligence, physical activity, self-regulation, empathy, self-confidence, stress resilience, team sports, self-esteem, mental health, social skills.*

Эмоциональный интеллект (ЭИ) — это способность человека распознавать и управлять своими эмоциями, а также понимать и реагировать на чувства других людей. Он играет ключевую роль в наших межличностных отношениях, на рабочем месте и в повседневной жизни. Хотя обычно эмоциональный интеллект связывают с психологическими и когнитивными процессами, важное влияние на его развитие могут оказывать и регулярные физические тренировки. Исследования подтверждают, что физическая активность способствует улучшению психоэмоционального состояния и когнитивных функций человека [2].

Физическая активность напрямую воздействует на наше эмоциональное состояние благодаря физиологическим процессам в организме. Во время занятий спортом повышается уровень эндорфинов — гормонов счастья, которые способствуют улучшению настроения и снижению уровня стресса. Снижение стресса является важным элементом эмоционального интеллекта, так как стрессовые ситуации часто мешают рациональной оценке происходящего и управлению эмоциями [3].

Более того, тренировки помогают развивать способность справляться с негативными эмоциями, такими как гнев, тревога или разочарование. Постепенно человек учится управлять своим эмоциональным состоянием и сохранять внутреннее спокойствие в сложных ситуациях [4].

Саморегуляция — это один из ключевых компонентов эмоционального интеллекта. Это способность контролировать свои импульсы и эмоции, находить баланс в сложных ситуациях. Спорт помогает развить эту способность через регулярные тренировки, которые требуют дисциплины и самоконтроля. Люди, которые занимаются спортом, учатся следовать режиму, преодолевать усталость и мотивационные спады. Эти навыки переносятся и на другие аспекты жизни, включая эмоциональные реакции [2].

Эмпатия — ещё один важный компонент эмоционального интеллекта, и она может активно развиваться в командных видах спорта. В командных играх, таких как футбол, волейбол или баскетбол, важно не только действовать в интересах команды, но и понимать эмоциональное состояние своих товарищей. Способность чувствовать эмоциональные колебания других участников команды и адекватно на них реагировать развивает эмпатию и улучшает общение.

Кроме того, командные виды спорта учат взаимодействовать с людьми разных характеров и темпераментов. Это способствует формированию

социальных навыков, которые также связаны с эмоциональным интеллектом. Спортсмены учатся понимать, как эмоции влияют на действия других, и развивают гибкость в общении, что помогает и за пределами спортивной площадки.

Регулярные физические нагрузки могут повысить самооценку и уверенность в себе, что является важной частью эмоционального интеллекта. Человек, занимающийся спортом, часто видит улучшение физической формы, здоровья и достижение поставленных целей, что позитивно влияет на самооощение [3]. С повышением уверенности в себе человек легче справляется с эмоциональными трудностями, такими как неуверенность или страх неудачи [2].

Кроме того, регулярные тренировки помогают развить способность к саморефлексии, что также важно для эмоционального интеллекта. Процесс отслеживания своих физических успехов и понимание того, как их можно достичь, способствует самопознанию, что в дальнейшем помогает лучше разбираться в собственных эмоциях и мотивациях [4].

Регулярные физические тренировки способствуют улучшению эмоционального интеллекта благодаря развитию таких качеств, как саморегуляция, эмпатия, уверенность в себе и стрессоустойчивость. Спорт помогает человеку лучше понимать себя, свои эмоции и реакции, а также развивать навыки общения с окружающими. Таким образом, физическая активность — это не только способ поддерживать тело в тонусе, но и мощный инструмент для улучшения психоэмоционального состояния и межличностных отношений.

Использованные источники

1. Гоулман, Д. (1995). Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. — Издательство Альпина Паблишер.
<https://www.alpinabook.ru/catalog/book-462712/>
2. Рыбина, В. С. (2020). Влияние физических упражнений на психическое здоровье и эмоциональное состояние человека. Журнал Физическая культура и спорт.
<https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-na-psihicheskoe-zdorove-i-emotsionalnoe-sostoyanie-cheloveka>
3. Лубянская, Е. Г. (2019). Физическая активность и психоэмоциональное состояние студентов. Журнал Наука и спорт: современные тенденции.
<https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-aktivnost-i-psihologicheskoe-sostoyanie-studentov>
4. Миронова, И. В. (2017). Влияние командных видов спорта на развитие социального интеллекта и эмпатии у подростков. Журнал Психология и спорт.
<https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-komandnyh-vidov-sporta-na-razvitie-sotsialnogo-intellekta-u-podrostkov>
5. Силуянова, Г. А. (2018). Роль физической активности в формировании эмоциональной устойчивости у людей различных возрастов. Журнал Медицина и физическая культура.

<https://cyberleninka.ru/article/n/rol-fizicheskoy-aktivnosti-v-formirovanii-emotsionalnoy-ustoychivosti-u-lyudey-razlichnyh-vozrastov>

Сарсенбаев М.П.
студент 2 курса магистратуры по специальности
«Технология заготовки лекарственных растений»
Каракалпакский государственный университет им. Бердаха
Республика Узбекистан

ЛЕКАРСТВЕННОЕ ЗНАЧЕНИЕ АМАРАНТА МЕТЕЛЬЧАТОГО (*AMARANTHUS PANICULATUS*)

Аннотация: В статье рассматривается лекарственное значение амаранта метельчатого (*Amaranthus paniculatus*). В традиционной медицине амарант использовался для лечения различных заболеваний, включая воспалительные заболевания, заболевания кишечника и сердца. Его противовоспалительные и противомикробные свойства продолжают быть предметом научных исследований.

Ключевые слова: адаптация, семейство, холестерин, клетчатка, вещества, витамин.

Sarsenbaev M. P.
2nd year master's student in the specialty
"Technology of harvesting medicinal plants"
Karakalpak State University named after Berdakh
Republic of Uzbekistan

MEDICINAL VALUE OF AMARANTHUS PANICULATUS

Abstract: The article discusses the medicinal value of *amaranth paniculatus* (*Amaranthus paniculatus*). In traditional medicine, amaranth has been used to treat various diseases, including inflammatory diseases, bowel and heart diseases. Its anti-inflammatory and antimicrobial properties continue to be the subject of scientific research.

Key words: adaptation, family, cholesterol, fiber, substances, vitamin.

Амарант метельчатый (*Amaranthus paniculatus*) – это однолетний представитель семейства амарантовых, который справедливо можно считать одним из наиболее любопытных и необычных растений. Его биологические особенности привлекают особый интерес, так как они обуславливают исключительные адаптационные возможности и разнообразные области использования.

Амарант метельчатый (*Amaranthus paniculatus*), известный также под названиями "щирица" или "золотое зерно", с древних времен привлекал внимание как источник важных питательных веществ и целебных свойств. Растение это исторически использовалось в культурах южной Америки и, со

временем, стало цениться по всему миру за свои многочисленные преимущества для здоровья.

Одним из наиболее ценных аспектов амаранта является его способность снижать уровень холестерина в крови. Семена амаранта содержат высокие концентрации фитостеролов — соединений, которые способствуют уменьшению всасывания холестерина в кишечнике. Включение амаранта в ежедневный рацион может способствовать укреплению сердечно-сосудистой системы и снижению риска развития атеросклероза и других заболеваний сердца.

Также амарант метельчатый богат антиоксидантами, которые способствуют нейтрализации свободных радикалов в организме, защищая клетки от повреждений и преждевременного старения. Это свойство делает амарант особенно полезным в профилактике онкологических заболеваний и поддержании крепкого иммунитета.

Не меньшей ценностью обладает и высокое содержание растительных белков в амаранте. Исследования показали, что белок амаранта включает все незаменимые аминокислоты, такие как лизин, который редко встречается в других растительных продуктах. Это делает амарант чрезвычайно важным компонентом рациона, особенно для вегетарианцев и тех, кто старается ограничить потребление животного белка.

Кроме того, амарант метельчатый является превосходным источником клетчатки, способствующей нормализации работы кишечника и улучшению обмена веществ. Пищевые волокна растения не только стимулируют перистальтику, но и способствуют выведению токсинов и поддержанию здоровой микрофлоры.

Также амарант метельчатый известен своими иммуномодулирующими свойствами. Он способствует повышению устойчивости организма к инфекциям и вирусам, что особенно важно в период сезонных заболеваний. А содержащиеся в растении сапонины оказывают отхаркивающее действие и помогают при лечении болезней дыхательных путей.

Особенное внимание стоит уделить и полифенолам, содержащимся в листьях амаранта, которые обладают противовоспалительными и антимикробными свойствами. Использование амаранта в народной медицине в виде настоев и отваров может оказаться эффективным при лечении воспалительных заболеваний и инфекций различных систем организма.

Амарант, также известный как «золотое зерно Бога», уже тысячи лет используется в народной медицине разных культур. Его применение было задокументировано в древних цивилизациях Азии, Африки и Америки, где лечение различными частями растения считалось эффективным средством от множества недугов.

Одна из ключевых характеристик амаранта — его высокое содержание питательных веществ. В его составе присутствуют витамины А, С, и группы В, а также минералы, такие как железо, кальций и магний, которые

необходимы для укрепления иммунной системы, улучшения кровообращения и поддержания тонуса мышц. Народные лекари часто использовали листья амаранта для приготовления отваров, призванных укреплять здоровье и бороться с недомоганиями.

Цветы и семена амаранта также нашли широкое применение. Из них делают настои и масла, которые способствуют заживлению ран и служат для укрепления волос и ногтей. Противовоспалительные свойства растения используются для уменьшения воспалений и лечения кожных заболеваний, таких как экзема и псориаз.

Кроме этого, амарант богат антиоксидантами, которые нейтрализуют свободные радикалы и замедляют процесс старения. Народная медицина советует употреблять каши из амаранта для поддержания жизненного тонуса и профилактики онкологических заболеваний.

В некоторых культурах амарант считается не только средством лечения, но и важной частью духовной практики. Он используется в ритуалах для очищения духа и достижения внутренней гармонии. Считалось, что амарант способен не только оздоровить тело, но и укрепить дух, поддерживая связь человека с природой.

Использование амаранта в качестве лекарственного средства отличается своей доступностью и простотой. Растение можно употреблять в пищу в виде каши, добавлять в салаты и супы, а также готовить настои и отвары для наружного применения. Однако перед началом использования амаранта метельчатого для лечения различных заболеваний рекомендуется проконсультироваться с врачом, чтобы избежать возможных противопоказаний и побочных эффектов.

Таким образом, лекарственное значение амаранта метельчатого сложно переоценить. Это растение сочетает в себе богатый спектр полезных компонентов, способных значительно улучшить здоровье человека. В условиях современного мира, с его высокими уровнями стресса и нездоровой экологии, амарант становится незаменимым союзником в поддержании здоровья и долголетия. Кроме того, амарант занимает особое место в народной медицине, благодаря своим универсальным целебным свойствам. В наше время его целебные качества вновь привлекают внимание исследователей и сторонников натуральных методов лечения, подтверждая актуальность и важность знаний, накопленных предками.

Использованные источники:

1. Кононков П. Ф., Сергеева В. А. Амарант - ценная овощная и кормовая культура многопланового использования // АБУ. 2011. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/amarant-tsennaya-ovoschnaya-i-kormovaya-kultura-mnogoplanovogo-ispolzovaniya> (дата обращения: 01.10.2024).
2. Таипова Р.М., Кулуев Б.Р. Амарант: особенности культуры, применение, перспективы возделывания в России и создания трансгенных отечественных сортов // Биомика, 2015, Том 7, № 4, 284-299

*Сухотин М.А.
студент 3 курса
группы АИС-31 СФ УУНИТ
Россия
Шейко Г.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания
СФ УУНИТ, Россия*

БАЛАНС КОДА И ЗДОРОВЬЯ: КАК ПРОГРАММИСТАМ СОХРАНИТЬ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

***Аннотация:** В статье рассмотрены ключевые аспекты поддержания активного образа жизни для разработчиков, ведущих сидячий образ работы. Приведены рекомендации по улучшению физического и психического здоровья, включая организацию эргономичного рабочего места, регулярные физические нагрузки, активные перерывы, поддержание правильного питания и водного баланса.*

***Ключевые слова:** баланс работы и здоровья, активный образ жизни, здоровье программистов, эргономика рабочего места, стрессоустойчивость.*

*Suhotin M.A.
3rd year student
AIS-31 SF UUNIT group
Russia
Sheiko G.A.
senior lecturer
at the Department of Physical Education
SF UUNIT, Russia*

THE BALANCE OF CODE AND HEALTH: HOW PROGRAMMERS CAN MAINTAIN AN ACTIVE LIFESTYLE

***Abstract:** The article discusses the key aspects of maintaining an active lifestyle for developers who lead a sedentary lifestyle. Recommendations are given for improving physical and mental health, including the organization of an ergonomic workplace, regular physical activity, active breaks, maintaining proper nutrition and water balance.*

***Key words:** work-health balance, active lifestyle, programmers' health, workplace ergonomics, stress tolerance.*

Работа в сфере программирования — это увлекательный и интеллектуально насыщенный процесс. Но, как и любая работа, требующая многочасового нахождения за компьютером, она может приводить к ряду проблем со здоровьем, таких как боли в спине, ухудшение зрения, нарушения сна и даже стресс. Однако, программисты могут успешно поддерживать активный образ жизни и заботиться о своем здоровье, соблюдая простые рекомендации и внедряя здоровые привычки в повседневную рабочую рутину.

Программисты часто проводят по 8-10 часов в день перед экраном компьютера, что способствует малоподвижности. Долгое нахождение в сидячем положении чревато рядом проблем. Длительное сидение за компьютером вызывает напряжение в пояснице, шее и плечах, что со временем может перерасти в хронические боли. Постоянное смотрение на экран вызывает напряжение глаз, усталость и даже головные боли. Низкая физическая активность может привести к набору лишнего веса, что в свою очередь увеличивает риски сердечно-сосудистых заболеваний. Умственная нагрузка в сочетании с недостатком физической активности может спровоцировать эмоциональное истощение и снижение продуктивности.

Чтобы избежать этих проблем, важно поддерживать баланс между работой и здоровьем. Непрерывная работа за компьютером может снизить концентрацию и ухудшить физическое состояние. Исследования показывают, что короткие активные перерывы в течение рабочего дня повышают продуктивность и улучшают самочувствие. Вот как можно организовать эти перерывы:

- Техника Помидоро: работа по 25 минут с 5-минутными перерывами помогает лучше концентрироваться. В перерывы стоит делать легкие упражнения, прогулки или растяжку.
- Гимнастика для глаз. Взять за правило каждые 20 минут отводить взгляд от экрана и смотреть на объект вдаль, чтобы снять напряжение с глаз.
- Легкие упражнения: приседания, наклоны, растяжки или даже короткая прогулка помогут размять тело и улучшить кровообращение.

Правильная организация рабочего места значительно снижает риск проблем со здоровьем. Сиденье должно поддерживать естественный изгиб позвоночника. Спина должна оставаться прямой, ноги стоять на полу, а локти находиться под углом 90 градусов к телу. Экран компьютера должен быть на уровне глаз, чтобы не напрягать шею. Использование подставки для ноутбука и внешней клавиатуры поможет избежать наклонов вперед и напряжения в шее и плечах.

Физическая активность — залог хорошего самочувствия и крепкого здоровья, особенно для тех, кто ведет сидячий образ жизни. Важно находить время для спорта, даже если рабочий график плотный. Несколько минут упражнений утром помогут разогнать кровь и начать день с энергии. Если нет времени на полноценные тренировки, ежедневные прогулки могут стать отличной альтернативой. Достаточно даже 30 минут ходьбы. Йога и растяжка

помогают расслабить мышцы, снять стресс и улучшить гибкость. Их можно практиковать в перерывах или в конце рабочего дня.

Программисты часто забывают вовремя поесть или выпить воды, что может негативно сказаться на концентрации и самочувствии. Нужно стараться не пропускать приемы пищи и употреблять питательные продукты, богатые витаминами, белками и углеводами, а также держать рядом бутылку с водой и пить небольшими порциями в течение дня, чтобы поддерживать водный баланс. Вместо кофе и сладостей лучше перекусить орехами, фруктами или йогуртом, которые дадут энергию без резких скачков сахара в крови.

Умственное напряжение — неизбежная часть жизни программистов. Чтобы избежать выгорания, важно работать над своим эмоциональным состоянием. Медитации и дыхательные упражнения помогают снизить уровень стресса, улучшить концентрацию и создать ощущение спокойствия. После работы важно отключаться от компьютера и позволять себе отдыхать, уделяя время хобби или общению с друзьями. Умение распределять задачи и не перегружать себя делами — один из ключевых факторов в поддержании эмоционального баланса.

Программирование — это не просто работа, а образ жизни. Однако, даже в условиях интенсивной работы важно помнить о здоровье и физической активности. Следуя простым рекомендациям — делая перерывы, занимаясь спортом, обустроявая рабочее место с учетом эргономики и поддерживая правильное питание — программисты могут не только улучшить свое самочувствие, но и повысить производительность в долгосрочной перспективе. Баланс между кодом и здоровьем — залог успешной и долгой карьеры в IT.

Использованные источники:

1. В.И. Дубровский. Лечебная физкультура и врачебный контроль. – М.: Медицинское информационное агентство, 2006. – 600 с.
2. Т.П.Завьялова. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся. – М.: Юрайт, 2017. – 168 с.
3. Баловсяк Н. В. Компьютер и здоровье – Н.В. Баловсяк, 2008. – 208 с
4. Лихачевская О.С. Как сохранить зрение при работе на компьютере (+ CD-ROM). – М.: Эксмо, 2010. – 256 с.
5. Правильная осанка. Наглядное пособие. – М.: Айрис-Пресс, 2010. – 1 с.

ОСОБЕННОСТИ УПОТРЕБЛЕНИЯ РАЗГОВОРНЫХ СЛОВ И ВЫРАЖЕНИЙ В МОЛОДЁЖНОМ СЛЕНГЕ

***Аннотация:** Настоящее исследование сосредоточено на молодежном сленге, который, как зеркало социально-культурных изменений, глубоко отражает уникальные взгляды, ценности и социальную динамику молодого поколения. Цель исследования – углубленное изучение механизмов формирования устной лексики в молодежном сленге, анализ его инновационности, ситуативности, групповых различий и мультимодальной передачи. Кроме того, исследование рассматривает влияние молодежного сленга на языковую среду общества, включая его вклад в языковое разнообразие, формирование социальной идентичности и исключения, вызовы для системы образования и языковых норм, а также роль в межкультурной коммуникации. Комплексный анализ направлен на выявление значимости молодежного сленга в современном обществе и предлагает новый взгляд на понимание молодежной культуры, языкового развития и социальных изменений.*

***Ключевые слова:** Молодежный Сленг, Устная Лексика, Сленговая Лексика, Особенности Сленга, Языковая Среда*

*Xu Ziao
Student
Far eastern federal university
Vladivostok, Russia*

THE USE OF COLLOQUIAL WORDS AND EXPRESSIONS IN YOUTH SLANG

***Abstract:** This study focuses on youth slang, which, like a mirror of socio-cultural changes, deeply reflects the unique perspectives, values, and social dynamics of the younger generation. The purpose of the research is an in-depth exploration of the mechanisms for the formation of colloquial vocabulary in youth slang, with an analysis of its innovativeness, situational context, group differences, and multimodal dissemination. Furthermore, the study examines the impact of youth slang on the linguistic environment of society, including its contribution to linguistic diversity, the shaping of social identity and exclusion, challenges to the educational system and linguistic norms, as well as its role in intercultural communication. A comprehensive analysis aims to reveal the significance of youth*

slang in contemporary society and provides a new perspective on understanding youth culture, language development, and social changes.

Keywords: *Youth Slang, Colloquial Vocabulary, Slang Vocabulary, Features Of Slang, Linguistic Environment*

Введение

Молодежный сленг, как неформальная языковая форма, широко используемая в определенных возрастных группах, главным образом состоит из устной лексики, фраз и выражений, которые зачастую отличаются креативностью, актуальностью и высокой контекстуальностью. В современном обществе молодежный сленг не только ярко отражает процесс развития языка, но и служит важным носителем молодежной культуры и социальных изменений. Подобно зеркалу, он отражает психологические потребности, социальные модели и ценностные ориентиры молодежи.[1] Изучение молодежного сленга позволяет глубже понять образ жизни, мышление и эмоциональное выражение данной возрастной группы, что в свою очередь помогает отслеживать культурную динамику и предсказывать тенденции языкового развития.

Кроме того, популяризация и эволюция молодежного сленга не только обогащают языковое разнообразие, но и оказывают глубокое влияние на систему образования, языковые нормы и даже на культурную идентичность общества.[2] В связи с этим, данное исследование имеет важное академическое и социальное значение. Оно призвано предоставить лингвистам, социологам и педагогам всестороннее понимание особенностей использования молодежного сленга, способствуя более глубокому осознанию и уважению молодежной культуры и языковых феноменов.

Механизмы возникновения молодежного сленга

Возникновение и развитие молодежного сленга находятся под глубоким влиянием социально-культурного контекста. Распространение интернета предоставило молодежи свободную платформу для общения и обмена информацией, что способствовало быстрому распространению и изменению сленговых выражений. Анонимность и оперативность в онлайн-пространстве стимулировали творческий потенциал молодежи, которая через сленг выражает свою индивидуальность, формируя уникальную культуру интернет-языка.

Поп-культура и социальные движения также играют важную роль в формировании молодежного сленга.[3] Лингвистические элементы из популярных песен, фильмов, телепередач часто усваиваются молодежью и трансформируются в сленг, с помощью которого выражаются эмоции и делятся впечатлениями. Также лозунги и слоганы социальных движений нередко становятся частью сленга, отражая интерес молодежи к общественным проблемам.

С психологической точки зрения, молодежь использует сленг для самовыражения и поиска принадлежности к определенным группам. В

процессе взросления молодые люди стремятся быть принятыми сверстниками, а сленг становится важным инструментом для установления социальных связей и разграничения групп. Более того, инновации в сленге представляют собой средство проявления креативности и демонстрации индивидуальности.

Внутренние лингвистические факторы, такие как языковые игры, новаторство в лексике и слияние диалектов, также играют важную роль в формировании сленга.[4] Молодежь создает новые выразительные слова через игры со звуками, расширение значений и использование метафор. Кроме того, интеграция диалектов не только обогащает сленг новыми выражениями, но и подчеркивает культурное и региональное разнообразие языка.

Особенности использования устной лексики в молодежном сленге

Устная лексика молодежного сленга известна своей инновационностью. Молодежь постоянно создает новые слова или придает существующим словам новые значения, что отражает как динамичность языка, так и изменения в молодежной культуре. Через языковые игры, расширение значений слов и их перенос, молодые люди создают яркую и выразительную лексику, которая несет в себе характерные черты своего времени, отражая уникальные взгляды молодежи на общественные проблемы и их эмоциональные переживания. Однако сленговые выражения не вечны — они проходят циклы появления, популярности и угасания, что тесно связано с изменениями в молодежной культуре.

Сленговая лексика характеризуется контекстуальностью и актуальностью. Она тесно связана с конкретными социальными ситуациями, эмоциональными переживаниями или актуальными событиями, становясь своего рода «кодом» для общения внутри молодежных групп. В различных социальных ситуациях молодежь выбирает подходящие сленговые выражения для подчеркивания своей идентичности и социального статуса. Также сленг часто связывается с актуальными событиями, формируя уникальный языковой ландшафт, который отражает чувствительность и участие молодежи в общественных процессах.

Сленговая лексика варьируется среди различных субкультурных групп. В фанатских сообществах, геймерской среде, уличной культуре и других молодежных субкультурах сленг не только отражает уникальные черты каждой из этих культур, но и становится специфическим языком для внутреннего общения.[5] Эти выражения часто обладают высокой степенью профессиональной специфики и исключительности, что создает четкие границы между субкультурными группами.

С появлением социальных сетей и платформ для коротких видео скорость распространения и изменения молодежного сленга значительно возросла. Эти платформы предоставляют молодежи возможность самовыражения и обмена мыслями, что способствует быстрому распространению и массовому принятию сленга. В этом процессе сленговая

лексика постоянно меняется и обновляется, создавая более разнообразные языковые явления.

Социальное влияние устной лексики молодежного сленга

Вклад молодежного сленга в языковое разнообразие неоспорим. Он не только обогащает формы языкового выражения, но и способствует сохранению и передаче диалектов.[6] В условиях глобализации диалекты часто сталкиваются с риском ассимиляции или маргинализации, однако включение диалектных элементов в молодежный сленг открывает новые возможности для их сохранения и развития. Молодежь, создавая новые слова и расширяя значения уже существующих, вносит вклад в развитие и обновление языка, поддерживая его разнообразие и жизнеспособность.

Тем не менее, молодежный сленг может служить как символом социальной идентичности, так и средством социальной исключенности. С одной стороны, он помогает укреплять сплоченность и чувство принадлежности внутри молодежных групп. С другой стороны, когда сленг используется для разграничения различных социальных групп, он может способствовать усилению социальной стратификации и исключению, вызывая языковые барьеры и конфликты.

В образовательной сфере молодежный сленг бросает вызов системе образования и языковым нормам. Педагоги должны следить за развитием молодежного сленга, понимать его культурное значение и социально-психологический контекст, чтобы лучше направлять студентов в правильном использовании языка, развивать их языковую грамотность и культурное сознание. Важно также продвигать идеи языковой инклюзивности и разнообразия, избегая восприятия сленга как «некорректного» или «низкого» явления.

Молодежный сленг также пересекает государственные границы, становясь мостом для межкультурного обмена среди молодежи. С развитием интернета и социальных сетей сленг быстро распространяется, становясь общим языковым символом для молодежных групп разных стран и регионов. Этот межкультурный обмен способствует разнообразию и инклюзивности молодежной культуры, создавая новые возможности для ее развития и интеграции на глобальном уровне.

Вызовы и перспективы

Развитие молодежного сленга сталкивается с такими вызовами, как споры о чистоте языка и опасения относительно культурной гомогенизации. С одной стороны, существует обеспокоенность тем, что широкое использование сленга нарушает нормы и чистоту языка, влияя на формальное выражение и коммуникативную эффективность. С другой стороны, с углублением глобализации все более очевидной становится тенденция к межкультурной интеграции молодежного сленга. Несмотря на то, что это способствует культурному обмену и взаимопониманию, есть опасения, что такая интеграция может привести к потере местных особенностей и культурного разнообразия.

В будущем развитие молодежного сленга будет сильно зависеть от технологий. С дальнейшим развитием искусственного интеллекта и больших данных появление новых слов будет все более зависеть от технологических инструментов, таких как автоматическое порождение и семантический анализ. Также межкультурная интеграция станет основным направлением развития молодежного сленга, когда сленги различных культур будут заимствовать друг у друга и смешиваться, создавая все более разнообразный языковой ландшафт.[7]

Для ответа на эти вызовы и тенденции необходимы активные меры со стороны педагогов, СМИ и политиков. Педагоги должны укреплять обучение и руководство по использованию молодежного сленга, СМИ — содействовать его нормативному использованию и культурной передаче, а политики — разрабатывать соответствующие меры для защиты языкового разнообразия и содействия культурному обмену и взаимопониманию. Будущие исследования могут более детально изучить технологические механизмы, движущие развитие молодежного сленга, пути его межкультурной интеграции и его социальное влияние в условиях глобализации.

Заключение

В настоящем исследовании был проведен детальный анализ устной лексики молодежного сленга, что позволило выявить его роль в пересечении языкового развития и социальных изменений. Молодежный сленг не только ярко демонстрирует инновации в языке, но и является отражением молодежной культуры, социальной психологии и духа времени. Его уникальные характеристики — инновационность, контекстуальность, групповая дифференциация и мультимодальное распространение — обогащают языковое выражение и способствуют культурному обмену и взаимопониманию.

Однако развитие молодежного сленга сталкивается с такими вызовами, как споры о чистоте языка и культурной гомогенизации. В связи с этим мы призываем общественность уделять больше внимания и понимания молодежным языковым феноменам, уважать языковое разнообразие и креативность молодежи. Необходимо активно продвигать инклюзивную и разнообразную языковую среду, предоставляя молодежи платформу для свободного выражения и обмена идеями, что будет способствовать процветанию молодежной культуры. Через укрепление образовательных подходов, медийное распространение и политические меры мы можем способствовать здоровому развитию молодежного сленга и поддерживать языковое и культурное разнообразие.

Использованные источники:

1. Пеллих И. В. Молодежный сленг как социальная разновидность речи // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 2: Филология и искусствоведение. 2008. № 1. С. 106-108.
2. Рубцова Е. А. Молодежный сленг как противоречивое явление в современной лингвистике // Русистика. 2009. № 1. С. 19-25.

3. Тищенко Е. А., Плюшко Д. В. Молодежный сленг и его отображение в СМИ // 160-летию со дня рождения Ивана Яковича Франка. 2016. С. 314.
4. Polat S. Русский молодежный жаргон как объект языковой игры // Журнал Искусство и язык Идил. 2021. Т. 10, № 81. С. 813-821.
5. Библиева О. В. Молодежный сленг как форма репрезентации молодежной культуры в средствах массовой информации // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 304. С. 62-65.
6. Науразбаева Л. В. Описание молодежного языка в функциональном аспекте // Актуальные проблемы права и государства в XXI веке. 2015. Т. 7, № 5. С. 328-333.
7. Чимбергонов Б., Тлеулиев С. Молодежный сленг. Причины появления сленгов в русском языке // Ренессанс в парадигме новаций образования и технологий в XXI веке. 2023. Т. 1, № 1. С. 128-130.

*Скиданов А.
студент АИС-31
ФМиИТ*

Стерлитамакский филиал УУНиТ

*Шейко Г. А.
преподаватель
кафедра “физвоспитание”
ФМиИТ*

*Стерлитамакский филиал УУНиТ
РФ, Башкортостан, г.Стерлитамак*

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

***Аннотация:** Статья исследует влияние физической активности на здоровье пожилых людей, механизмы её воздействия на продолжительность жизни, профилактику хронических заболеваний и психическое здоровье. Даются рекомендации для пожилых людей по поддержанию активного образа жизни, что способствует улучшению качества жизни и её продолжительности.*

***Ключевые слова:** физическая активность, долголетие, здоровье, профилактика заболеваний, психическое здоровье, пожилые люди.*

*Skidanov A.
student AIS-31*

*FMaIT
Sterlitamak branch UUSaT*

*Sheiko G. A
Teacher of departments physical education*

PHYSICAL ACTIVITY AS A PATH TO HEALTH

***Annotation:** The article examines the impact of physical activity on the health of the elderly, the mechanisms of its impact on life expectancy, prevention of chronic diseases and mental health. Recommendations are given for the elderly to maintain an active lifestyle, which contributes to improving the quality of life and its duration.*

***Keywords:** physical activity, longevity, health, disease prevention, mental health, elderly.*

Физическая активность — один из самых эффективных способов улучшить качество жизни и увеличить её продолжительность. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют поддержанию здоровья, повышению жизненного тонуса и профилактике множества хронических

заболеваний. В условиях стремительного старения населения особенно важно обратить внимание на влияние физической активности на пожилых людей, ведь именно они наиболее уязвимы перед возрастными изменениями в организме. В этой статье будут рассмотрены механизмы воздействия физической активности на долголетие, её роль в предотвращении заболеваний, влияние на психическое здоровье и рекомендации для пожилых людей.

Физическая активность способствует долголетию через несколько основных механизмов, которые включают улучшение работы сердечно-сосудистой системы, укрепление костно-мышечной системы и положительное воздействие на метаболизм. Сердечно-сосудистая система. Регулярные занятия спортом улучшают кровообращение, нормализуют артериальное давление и способствуют снижению уровня холестерина в крови. Это, в свою очередь, снижает риск развития таких заболеваний, как гипертония, инфаркты и инсульты, которые являются основными причинами смертности в пожилом возрасте. Мышечно-скелетная система. Физическая активность укрепляет мышцы и кости, помогая предотвратить остеопороз — заболевание, которое вызывает снижение плотности костной ткани и приводит к частым переломам. Сильные мышцы также снижают риск падений у пожилых людей, что особенно важно, так как падения являются одной из основных причин травм и инвалидности в старшем возрасте. Метаболизм. Спорт активизирует обмен веществ и помогает регулировать уровень сахара в крови, снижая риск развития диабета 2 типа. Это важно как для общего здоровья, так и для увеличения продолжительности жизни.

Одной из ключевых причин, почему физическая активность так важна для долголетия, является её способность предотвращать множество хронических заболеваний, характерных для людей старшего возраста. Предотвращение сердечно-сосудистых заболеваний. Регулярные занятия физической культурой помогают укрепить сердце и сосуды, что особенно важно для пожилых людей, подверженных риску сердечных заболеваний. Исследования показывают, что даже умеренные физические нагрузки, такие как ходьба или плавание, значительно снижают вероятность развития инфарктов и инсультов. Снижение риска онкологических заболеваний. Исследования показывают, что физическая активность снижает вероятность развития определённых видов рака, включая рак толстой кишки, молочной железы и простаты. Благодаря улучшению обмена веществ и укреплению иммунной системы, организм становится более устойчивым к развитию опухолей. Профилактика остеопороза и диабета. Физические нагрузки укрепляют кости и мышцы, что помогает предотвратить остеопороз, а также улучшают способность организма к усвоению инсулина, снижая риск диабета.

Помимо физических улучшений, физическая активность имеет огромное значение для психического здоровья и когнитивных функций, что особенно важно для пожилых людей. С возрастом когнитивные функции,

такие как память, внимание и скорость обработки информации, могут снижаться, а физическая активность помогает замедлить этот процесс.

Профилактика депрессии и тревожных расстройств. Регулярные физические упражнения стимулируют выработку эндорфинов, которые улучшают настроение и снижают уровень стресса. Особенно важно это для пожилых людей, которые могут испытывать чувство одиночества или тревогу по поводу старения. Поддержка когнитивных функций. Физическая активность стимулирует работу мозга, улучшает кровообращение в мозговых сосудах и способствует развитию новых нейронных связей. Это замедляет процессы старения мозга и снижает риск развития возрастных заболеваний, таких как болезнь Альцгеймера и деменция. Улучшение качества сна. Для пожилых людей сон может стать проблемой, так как с возрастом меняются режимы сна и возникают бессонницы. Умеренные физические нагрузки способствуют улучшению качества сна, помогая наладить регулярные циклы сна-бодрствования.

Для пожилых людей особенно важно выбирать виды физической активности, которые соответствуют их уровню физической подготовки и здоровья. Многим достаточно умеренных нагрузок, которые будут безопасными, но эффективными. Ходьба. Это один из самых доступных и полезных видов физической активности для пожилых людей. Регулярные прогулки на свежем воздухе помогают укрепить сердечно-сосудистую систему, улучшить обмен веществ и поддержать эмоциональное здоровье. Плавание. Вода снижает нагрузку на суставы, что делает плавание идеальным для людей, страдающих артритом или другими проблемами с суставами. Плавание также помогает улучшить координацию движений и укрепить дыхательную систему. Йога и пилатес. Эти виды упражнений помогают поддерживать гибкость и силу, улучшая баланс и координацию. Особенно полезны они для предотвращения падений и травм у пожилых людей.

Физическая активность — это ключевой фактор долголетия, оказывающий положительное влияние на здоровье на всех этапах жизни, особенно в пожилом возрасте. Регулярные занятия спортом не только способствуют укреплению сердечно-сосудистой, костной и мышечной систем, но и предотвращают множество хронических заболеваний, улучшают когнитивные функции и помогают справляться со стрессом. Для пожилых людей особенно важно поддерживать активный образ жизни, так как это напрямую связано с качеством жизни и продлением активного долголетия.

Использованные источники:

1. <https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/euro-health-topics/physical-activity/pa-russia-eng.pdf>
2. <https://www.cochrane.org/news/special-collection-physical-activity-healthy-ageing>
3. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
4. <https://www.cdc.gov/physical-activity-basics/health-benefits/older-adults.html>

*Таразанова Н.Э.
ассистент
кафедры № 14 «Аэродинамики и динамики полета»
СПбГУ ГА имени А.А. Новикова,
г. Санкт-Петербург, РФ*

БУКСИРОВОЧНЫЕ МОДЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ОПЫТОВОМ БАССЕЙНЕ

Аннотация: в работе содержатся результаты буксировочных испытаний модели рыболовного судна с различными формами носовой оконечности. Испытания выполнены в опытном бассейне ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова». Результаты испытаний позволяют сделать оценку целесообразности применения бульбовых форм обводов носовой оконечности для рыболовных судов.

Ключевые слова. Бульб, ходкость, модельные испытания, сопротивление движению судна.

*Tarazanova N. E.
Assistant
of the Department No. 14 "Aerodynamics and Flight Dynamics"
St. Petersburg State University named after A.A. Novikov,
St. Petersburg, Russia*

TOWING MODEL TESTS IN THE EXPERIMENTAL POOL

Abstract: the paper contains the results of towing tests of a fishing vessel model with various shapes of the bow tip. The tests were carried out in the towing pool of the Federal State Financed Educational Institution of Higher Education «Admiral Makarov State University of Maritime and Inland Shipping». The test results allow us to assess the feasibility of using bulbous forms of the contours of the bow tip for fishing vessels.

Keywords. Bulb, seaworthiness, model tests, resistance to ship movement.

Для оценки одного из важнейших мореходных качеств судна – ходкости – способности судна перемещаться с заданной скоростью при наиболее эффективном использовании мощности силовой установки, т.е. развивать наибольшую скорость при заданной мощности установки, – необходимо уметь определять два ее основных элемента: сопротивление движению судна и эффективность его движителей [1, 2].

Полное сопротивление воды движению судна (формула 1) можно рассматривать состоящим из трех основных компонентов: сопротивления трения $R_{тр}$, сопротивления формы $R_{ф}$ и сопротивления волнового $R_{в}$:

$$R = R_{тр} + R_{ф} + R_{в}. \quad (1)$$

Для судов, движущихся со средними относительными скоростями ($Fr \approx 0,25 \div 0,35$), снижения волнового сопротивления можно достигнуть применением бульбовой формы носовой оконечности, обеспечивающей увеличение волнообразующей длины. Бульбовые обводы в носовой оконечности судна трансформируют существующую систему корабельных волн. Выигрыш в сопротивлении становится существенным при числах Фруда $Fr = 0,25 \dots 0,35$ и достигает максимума приблизительно при $Fr = 0,30$. Следует иметь в виду, что применением бульбового носа не дает существенной выгоды при числах Фруда $Fr < 0,24$ и $Fr > 0,35$ [3].

Целью исследования является обеспечение минимально возможного сопротивления воды движению рыболовного судна в основном режиме хода. В опытовом бассейне лаборатории мореходных качеств судов ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова» [4] были проведены буксировочные испытания моделей рыболовного судна с тремя носовыми оконечностями: двумя бульбовыми и без бульбовой по методике, принятой для таких испытаний [5]. Испытания проведены при постоянном водоизмещении, равном водоизмещению исходного варианта.

Аппроксимированные результаты модельных испытаний приведены в таблицах 1 и 2.

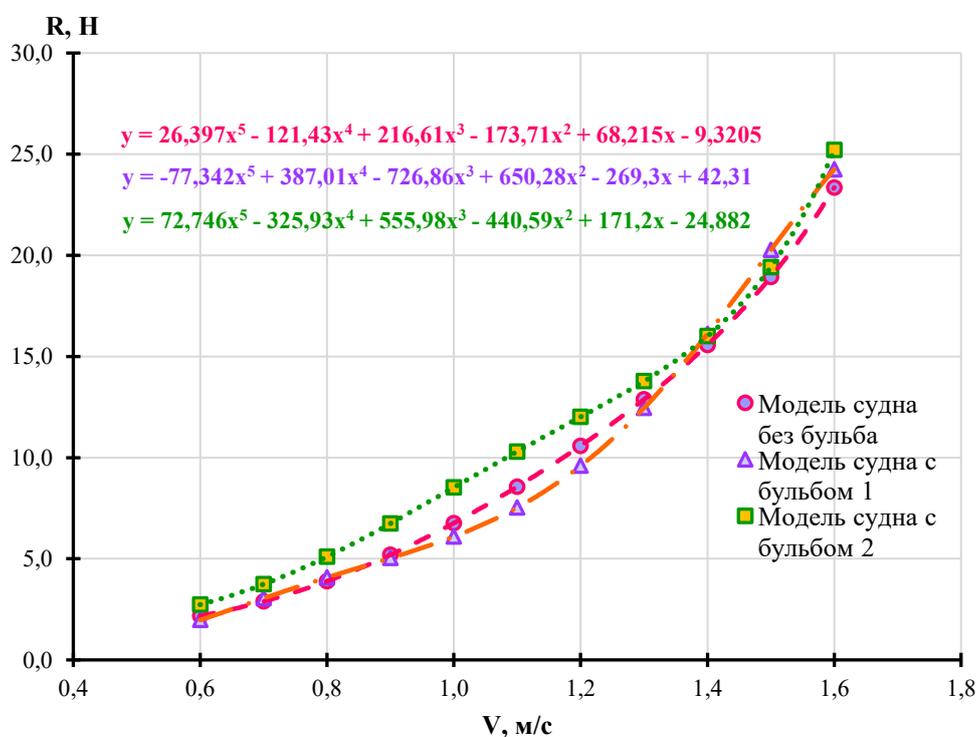
Таблица 1 – Сопротивление движению моделей судна

Скорость модели	Корпус с бульбом	Корпус без бульба	Корпус со вторым бульбом
$V, \text{ м/с}$	$R^{\text{bulb}}, \text{ Н}$	$R^{\text{debulb}}, \text{ Н}$	$R^{\text{bulbNo2}}, \text{ Н}$
0,6	1,97	2,18	2,73
0,7	3,05	2,89	3,74
0,8	4,07	3,89	5,10
0,9	5,03	5,19	6,74
1,0	6,10	6,76	8,52
1,1	7,53	8,56	10,30
1,2	9,59	10,58	12,01
1,3	12,46	12,88	13,78
1,4	16,11	15,57	16,00
1,5	20,26	18,93	19,42
1,6	24,25	23,35	25,20

Таблица 2 – Коэффициенты остаточного сопротивления

Корпус с бульбом		Корпус без бульба		Корпус со вторым бульбом	
Число Фруда	Коэффициент остаточного сопротивления корпуса	Число Фруда	Коэффициент остаточного сопротивления корпуса	Число Фруда	Коэффициент остаточного сопротивления корпуса
Fr	$C_R \times 10^3$	Fr	$C_R \times 10^3$	Fr	$C_R \times 10^3$
0,14	1,30	0,13	1,88	0,14	3,59
0,16	2,24	0,16	1,87	0,16	3,78
0,18	2,52	0,18	2,19	0,18	4,26
0,20	2,46	0,20	2,65	0,20	4,75
0,23	2,43	0,22	3,12	0,23	5,05
0,25	2,64	0,25	3,53	0,25	5,11
0,27	3,18	0,27	3,90	0,27	5,00
0,29	4,00	0,29	4,25	0,29	4,86
0,32	4,97	0,31	4,66	0,32	4,93
0,34	5,87	0,34	5,21	0,34	5,48
0,36	6,41	0,36	6,02	0,36	6,83

Результаты буксировочных испытаний для трех испытанных вариантов приведены на рис. 1 и 2.



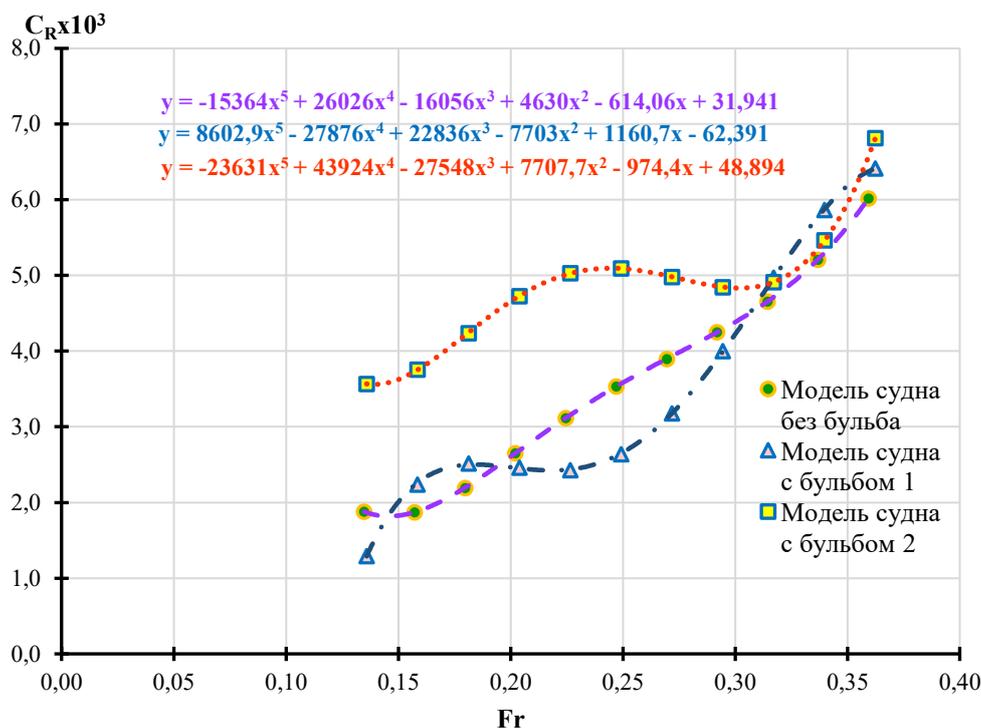


Рисунок 2 – Кривые коэффициентов остаточного сопротивления моделей

Результаты испытаний показывают, что изменение формы обводов носовой оконечности приводит к некоторому изменению буксировочного сопротивления модели по сравнению с исходным вариантом. Носовая оконечность с бульбом 1 оказалась эффективной в условиях $0,20 < Fr < 0,30$. Носовая оконечность с бульбом 2 оказалась не эффективна. Носовая без бульбовая оконечность оказалась эффективной в условиях $0,31 < Fr < 0,36$.

Для определения формы и размеров носовой оконечности максимальной эффективности следует продолжить экспериментальную отработку параметров бульбовой и без бульбовой оконечностей других форм, так как по полученным результатам не в полной мере можно сделать оценку возможности применения бульбовых форм носовой оконечности.

Использованные источники:

1. Апухтин П.А., Войткунский Я.И. Сопротивление воды движению судов. Л.: Машгиз, 1953. - 356 с.
2. Войткунский Я.И. Справочник по теории корабля: В трех томах. Том 1. Гидромеханика. Сопротивление движению судов. Судовые движители / Под ред. Я.И. Войткунского. – Л.: Судостроение, 1985. – 768 с., ил.
3. Войткунский Я.И., Першиц Р.Я., Титов И.А. Справочник по теории корабля. Л.: Судпромгиз, 1960. – 688 с.
4. Научно-исследовательская лаборатория мореходных качеств судов [Электронный ресурс] // URL: <https://gumrf.ru/sveden/struct/centr/nc/labmks> (дата обращения: 08.10.2024).
5. Павленко Г. Е. Сопротивление воды движению судов. – М.: Водтрансиздат, 1953. – 508 с.

Топоркова О.А.

воспитатель

МБДОУ ЦРР Детский сад № 6 «Березка»

г. Красный Сулин, Ростовская область

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ СЛОВАРЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ

***Аннотация:** В статье представлен теоретико-методический аспект проблемы развития словаря детей старшего дошкольного возраста с дизартрией. Эффективными педагогическими условиями выступают: систематическое проведение логопедических занятий, дифференцированный выбор содержания, методов, приемов и организационных форм обучения; использование игровых технологий в работе с детьми; чтение детской художественной литературы; учета данных диагностического обследования; оборудования развивающей предметно-пространственной среды элементами, направленными на развитие словаря детей старшего дошкольного возраста.*

***Ключевые слова:** развитие словаря дошкольников, дети с дизартрией, логопедические занятия.*

Toporkova O.A.

teacher

Kindergarten N 6 «Berezka»

the city of Krasny Sulin, Rostov region

PEDAGOGICAL CONDITIONS OF VOCABULARY DEVELOPMENT IN SENIOR PRESCHOOL CHILDREN WITH DYSARTHRIA

***Abstract:** The article presents the theoretical and methodological aspect of the problem of vocabulary development in senior preschool children with dysarthria. Effective pedagogical conditions are: systematic speech therapy classes, differentiated choice of content, methods, techniques and organizational forms of training; use of game technologies in working with children; reading children's fiction; taking into account diagnostic examination data; equipping the developing subject-spatial environment with elements aimed at developing the vocabulary of senior preschool children.*

***Keywords:** vocabulary development of preschoolers, children with dysarthria, speech therapy classes.*

Актуальность проблемы. Процесс развития словаря детей старшего дошкольного возраста не вызывает сомнений, в связи с тем, что в последнее время значительно возросло количество детей с речевыми нарушениями. Причину этого мы видим в общем ухудшении состояния здоровья детей дошкольного возраста, загрязнении экологии, дестабилизации социальной среды, наличия у детей раннего возраста физиологических, нервно-психических нарушений, большого процента родовых травм, послеродовых осложнений, «педагогически запущенных детей» (Р.Е.Левина, Е.М.Мастюкова, В.К.Орфинская и др.) [1; 2; 4].

В Федеральной образовательной программе дошкольного образования обозначены задачи, связанные с овладением речью как средством культуры и общения, развитием активного и пассивного словаря дошкольников. Эффективными условиями при этом выступают развивающая предметно-пространственная среда, общение со сверстниками и взрослыми, игровая деятельность (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами), наличие в дошкольных образовательных учреждениях квалифицированных специалистов. В результате овладения программой дети дошкольного образования должны овладеть устной разговорной речью, научиться построению правильных речевых высказываний в ситуации общения со сверстниками и взрослыми [9].

Особенность словарной работы в дошкольном образовательном учреждении состоит в том, что она связана со всей системой воспитательно-образовательной работой с детьми. Обогащение словарного запаса происходит в процессе ознакомления с окружающим миром, во всех видах детской деятельности, повседневной жизни, общении. Овладение словарем в дошкольном возрасте имеет большое значение для успешного обучения в школе, поэтому особую значимость приобретает раннее вмешательство специалистов, способное изменить неблагоприятный ход развития ребенка.

Анализ данных по речевым нарушениям показал, что самую многочисленную группу дошкольников составляют дети с общим недоразвитием речи, часто с дизартрией. При этом мы должны помнить о том, что неполноценная речевая деятельность оказывает негативное влияние на все сферы развития личности ребенка: затрудняется формирование познавательной сферы, снижается уровень и продуктивность запоминания, серьезно нарушается логическая и смысловая память, дети с речевыми нарушениями с трудом овладевают мыслительными операциями (Т.А. Ткаченко, Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина и т.п.), у дошкольников нарушаются все формы общения и межличностного взаимодействия (Ю.Ф. Гаркуша, Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова и др.), существенно тормозится развитие игровой деятельности (Л.Г. Соловьева, Т.А. Ткаченко и др.), имеющей, как и в норме, ведущее значение в плане общего психического развития ребенка [2;3;8].

В специальной научной литературе представлена подробная психолого-педагогическая характеристика речевого развития детей с общим недоразвитием речи и дизартрией, в которой подчеркивается тот факт, что у детей данной категории наблюдается расхождение в объеме пассивного и

активного словаря. Пассивный словарь чаще всего близок к норме, но при этом дети испытывают затруднения в употреблении ранее усвоенных слов, например, дошкольники не знают названия действий с предметами, оттенки цветов, геометрических форм. Дети с общим недоразвитием речи и дизартрией не употребляют в речи слов-антонимов и синонимов, испытывают затруднения при формулировке обобщающих понятий и др. С этой позиции процесс развития словаря - приоритетное направление в развитие детской речи.

Уточнение и расширение словарного запаса играет большую роль в развитии логического мышления: чем богаче словарь ребенка, тем точнее он мыслит, тем лучше содержательнее его речь. Ведь логическая богатая речь - залог успеха во многих и многих областях знания (Е.Ф.Архипова, Б.М.Гриншпун, В.А.Ковшиков, Е.Ф.Соботович, Н.Н.Трауготт, Т.Б.Филичева, Г.В.Чиркина, С.Н.Шаховская и др.).

Анализ психолого-педагогических публикаций позволил нам сформулировать цель нашего исследования: разработать и апробировать содержания коррекционной работы по развитию словаря у детей с общим недоразвитием речи и дизартрией на логопедических занятиях.

Для достижения поставленной цели и решения задач был использован комплекс методов, среди которых: изучение специальной, психолого-педагогической литературы по вопросам развития словаря у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи на логопедических занятиях; теоретический анализ – сравнительно-сопоставительный, ретроспективный; изучение эмпирической базы, анализ основных понятий исследования; методы массового сбора информации; изучение и обобщение педагогического опыта, педагогический эксперимент; методы математической обработки данных.

Таким образом, экспериментальная деятельность с детьми дошкольного возраста показала, что процесс развития словаря у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи и дизартрией будет протекать эффективно при следующих педагогических условиях: систематического проведения логопедических занятий с дошкольниками (занятия проводятся 2-3 раза в неделю, как в индивидуальной, так и групповой форме), дифференцированного выбора содержания, методов, приемов и организационных форм обучения в процессе развития словаря дошкольников с общим недоразвитием речи; использования игровых технологий в работе с детьми («Четвертый лишний», «Назови одним словом», «Скажи наоборот», «Детеныши домашних животных» и т.п.); чтение детской художественной литературы (беседы-диалоги по содержанию произведений, пересказ, разучивание стихотворений и т.п.); учета данных диагностического обследования дошкольников в процессе развития словаря дошкольников; оборудования развивающей предметно-пространственной среды элементами, направленными на развитие словаря детей старшего дошкольного возраста (дидактические игры «С какой ветки детки»,

«Разрезные картинки», рабочие тетради для дошкольников «Учимся говорить правильно», картотека картин по лексическим темам и т.п.).

Использованные источники:

1. Левина Р.Е. Воспитание правильной речи у детей. - М.: АПН РСФСР, 1958.-31с.
2. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика /Ранний и дошкольный возраст: Советы педагогам и родителям по подготовке и обучению детей с особыми проблемами в развитии. М.: Владос, 1997. - 303 с.
3. Соловьева Л. Г. Особенности коммуникативной деятельности детей с общим недоразвитием речи //Дефектология. — 2006. — № 1. – с. 17-24.
4. Орфинская В.К. Принципы построения дифференцированной методики обучения алаликов на основе лингвистической классификации формалалии // Хрестоматия по логопедии в 2 т.Т 2. / под ред.Л.С. Волковой и В.И.Селиверстога, - М.; Владос,2007. – с.145.
5. Платохина Н.А., Фатеева Д.А. Развитие сенсорной культуры детей с речевыми нарушениями в едином пространстве дошкольной образовательной организации и семьи. - Ростов-на-Дону: Фонд науки и образования, 2017. – 182с.
6. Назаренко Е.В., Платохина Н.А. Общее недоразвитие речи у детей дошкольного возраста: теоретико методологический аспект//В сборнике: Исследования молодых ученых: психолого-медико-педагогические проблемы современного образования// Материалы Всероссийской научно-практической студенческой конференции. -Ростов-на-Дону: Фонд науки и образования, 2017. -С. 195-198.
7. Платохина Н.А., Абашина Н.Н. Взаимодействие учителя-логопеда и родителей в процессе профилактики речевых нарушений детей младшего дошкольного возраста //В сборнике: Психолого-педагогическое и медико-социальное сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного и специального образования// Материалы докладов III Всероссийской научно-практической конференции. -Ростов-на-Дону: Фонд науки и образования, 2016. - С. 308-311.
8. Филичева Т.Б., Чевелева Н.А., Чиркина Г.В. Основы логопедии: Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1989. - 223 с.
9. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. - М., Сфера, 2023. – 224с.

Усачев И.В.
студент 2 курса
Стерлитамакский филиал
Уфимский государственный университет науки
и информационных технологий
Российская Федерация, Республика Башкортостан
г. Стерлитамак
Шамсутдинов Ш.А., к.п.н., доцент
кафедра физического воспитания
СФ УУНиТ
Российская Федерация, Республика Башкортостан
г. Стерлитамак

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОГРАММИРОВАНИЕ:
ВЗАИМОСВЯЗЬ И ВЗАИМНОЕ ВЛИЯНИЕ**

Аннотация: В статье рассматриваются взаимосвязь между физической культурой и программированием, их влияние друг на друга, а также польза, которую каждое направление может принести в жизнь человека. Подчеркивается важность сочетания умственной и физической активности для достижения высоких результатов как в личной, так и в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: физическая культура, программирование, здоровье, мозговая активность, продуктивность, баланс.

Usachev I.V.
Student
Student of the 2nd year
Sterlitamak branch
of Ufa State University
of Science and Information Technologies.
Russian Federation, Republic of Bashkortostan
Sterlitamak, Russia
Shamsutdinov Sh.A.
Candidate
of Pedagogical Sciences
Associate Professor
of Physical Education Department
SF UUNiT
Russian Federation, Republic of Bashkortostan
Sterlitamak, Russia

PHYSICAL CULTURE AND PROGRAMMING: INTERCONNECTION AND MUTUAL INFLUENCE

***Abstract:** The article examines the interconnection between physical culture and programming, their influence on each other, and the benefits each field can bring to human life. The importance of combining mental and physical activities to achieve high results in both personal and professional life is emphasized.*

***Keywords:** physical culture, programming, health, brain activity, productivity, balance.*

В условиях стремительного развития информационных технологий и цифровой трансформации практически всех сфер жизни, программирование становится неотъемлемой частью профессиональной деятельности. Программисты ежедневно решают сложные задачи, разрабатывают новые продукты и услуги, что требует от них высокой концентрации, аналитических способностей и креативного мышления. Однако, такая работа зачастую сопряжена с длительным нахождением в сидячем положении, что может негативно сказаться на физическом и психологическом состоянии человека.

На фоне этого возникает актуальный вопрос о важности физической культуры для программистов. Физическая культура играет ключевую роль в поддержании здоровья, улучшении самочувствия и повышении качества жизни. Регулярная физическая активность может помочь справиться со стрессом, улучшить физическую форму и даже повысить производительность труда. Однако, многие специалисты в области IT недостаточно внимания уделяют физическим упражнениям, что приводит к профессиональному выгоранию, ухудшению осанки, заболеваниям опорно-двигательного аппарата и другим проблемам со здоровьем.

В то же время, программирование оказывает значительное влияние на развитие физической культуры. Современные технологии позволяют создавать фитнес-приложения, виртуальные тренажеры и даже спортивные игры, которые помогают людям заниматься спортом дома или в любом удобном для них месте. Разработка программного обеспечения для мониторинга здоровья и физической активности становится все более популярной. Программирование и физическая культура, несмотря на различие сфер, могут дополнять друг друга, помогая людям достигать баланса между умственным и физическим развитием. Программирование требует высокой концентрации, креативности и умственной выносливости. Продолжительная работа за компьютером без перерывов может приводить к снижению продуктивности, возникновению умственного истощения и проблемам со здоровьем, таким как заболевания позвоночника и синдром запястного канала [1]. В этом контексте физическая культура выступает не только как средство поддержания физической формы, но и как важный элемент ментальной разгрузки [2].

Исследования показывают, что регулярная физическая активность, будь то аэробные упражнения, йога или силовые тренировки, способствует улучшению мозговой активности [3]. Это связано с улучшением кровообращения и насыщением мозга кислородом, что, в свою очередь, положительно влияет на концентрацию и когнитивные способности. Регулярные физические тренировки также помогают снизить уровень стресса, который часто сопутствует процессу разработки программного обеспечения, что улучшает общее качество работы программиста.

С другой стороны, программирование и развитие технологий дают новые возможности для физической культуры. Например, разработка приложений для фитнеса, спортивных тренеров, систем мониторинга здоровья - это прямой результат внедрения IT-технологий в физическую культуру. Программирование позволяет создавать уникальные программы тренировок с учетом индивидуальных потребностей, что значительно повышает эффективность тренировок.

Кроме того, игровые технологии, такие как виртуальная и дополненная реальность, активно применяются в области физической культуры. Они создают интерактивные среды, в которых пользователи могут тренироваться в виртуальных спортивных залах, соревноваться с другими пользователями или тренироваться под руководством виртуальных тренеров. Это позволяет вовлекать людей в физическую активность, делая её более доступной и увлекательной.

Физическая культура и программирование могут взаимно обогащать друг друга на разных уровнях. Регулярные физические нагрузки улучшают когнитивные функции, что напрямую влияет на производительность в программировании. Например, занятия спортом помогают повысить внимание, улучшить память и укрепить способность к решению сложных задач, что крайне важно для работы программиста.

С другой стороны, программирование способствует развитию технологий, которые поддерживают и мотивируют физическую активность. Приложения для отслеживания состояния здоровья, фитнес-программы и системы умных тренеров позволяют людям эффективно планировать и контролировать свои тренировки, делая их более результативными. Программирование открывает двери к новым технологиям, таким как фитнес-игры и виртуальные тренировки, что делает физическую культуру доступнее и интереснее для широкого круга пользователей.

Эта взаимная польза отражает важность сочетания физической активности и умственной работы, что позволяет достичь гармонии между здоровьем и профессиональной деятельностью.

Таким образом, физическая культура и программирование тесно связаны между собой. Регулярная физическая активность способствует улучшению концентрации, уменьшению стресса и увеличению продуктивности программиста. Программирование, в свою очередь, открывает новые возможности для физической активности и помогает создавать новые инструменты для поддержания здоровья.

Таким образом можно отметить, что баланс между физической активностью и умственной деятельностью является важным аспектом жизни современного человека, особенно в сфере IT. Физическая культура помогает поддерживать здоровье и продуктивность, а программирование создаёт новые возможности для занятий спортом. Гармоничное сочетание этих двух направлений способствует улучшению качества жизни и позволяет достигать высоких результатов в профессиональной деятельности.

Использованные источники:

1. Амосов Н. М. Размышления о здоровье. – Киев: Наукова думка, 2022. – 205 с.
2. Смирнов А. В. Программирование и здоровье человека: психофизиологические аспекты. – Москва: Мир, 2019. – 300 с.
3. Рябинкин А. Н. Физическая активность и мозговая деятельность: современные исследования. // Журнал "Физиология человека". – 2020. – Т. 44, № 5. – С. 89-95.

Фролова Е.В.
студентка 3 курса гр.ЭК-22д
Научный руководитель: Кинзябулатова Г.И
преподаватель
ГБПОУ ЯНАО
«Муравленковский Многопрофильный колледж»
г. Муравленко

ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ РЕКЛАМЫ В ИНТЕРНЕТЕ

Аннотация: В условиях стремительного развития цифровых технологий и повсеместного распространения интернета реклама в онлайн-пространстве становится важным инструментом маркетинга. Однако наряду с её преимуществами возникают и ряд проблем, связанных с регулированием.

Ключевые слова: интернет, реклама, защита прав, маркетинг.

Frolova E.V.
3rd year student
gr.EK-22d
Scientific supervisor: G.I. Kinzyabulatova
teacher
GBPOU YANAO
«Muravlenko Multidisciplinary College»
Muravlenko

PROBLEMATIC ISSUES OF REGULATION OF ADVERTISING ON THE INTERNET

Abstract: In the context of the rapid development of digital technologies and the ubiquity of the Internet, advertising in the online space is becoming an important marketing tool. However, along with its advantages, a number of regulatory problems arise.

Keywords: Internet, advertising, protection of rights, marketing.

Мир стремительно меняется и характерными для него становятся такие процессы как открытость рынков, всесторонняя интеграция, глобализация, высокий уровень конкуренции, появление инновационных технологий и многое другое. Изменения происходят во всех сферах жизни человека – в образовании, медицине, используемых товарах, технике и др. С развитием сети интернет появились и новые виды рекламы, которые доступны не только аудитории конкретного региона или страны, но и всему миру. Современные

люди все больше времени проводят в сети интернет и меньше времени уделяют на чтение газет, просмотр телевизора, поэтому интегрированная реклама в сети интернет является эффективной. Рекламные материалы, размещенные грамотно с учетом всех особенностей интернета могут собирать десятки тысяч просмотров в день.

Согласно данным Ассоциации Развития Интерактивной Рекламы количество рекламы в Интернете с каждым годом только увеличивается. Так, объем российского рынка интерактивной рекламы составил 520 млрд. рублей в 2022 году [4]. С учетом рекламных бюджетов, израсходованных на создание креативных решений, на производство рекламной продукции, на оплату услуг рекламных агентств и технологических посредников, на маркетинговые услуги суммарный объем российского рынка маркетинговых коммуникаций в 2022 году оказался равен примерно 1 трлн. руб. На сегодняшний день реклама в Интернете становится настолько многообразной и многофакторной, что естественно ведет, в том числе и к проблемам в вопросам ее регулирования.

Одна из основных проблем в интернете - завышенные цены на рекламные места. Владельцы сайтов пытаются компенсировать свои расходы за счет продажи рекламы по высоким ценам, но это обусловлено их финансовой безграмотностью. Вторая проблема - фальсификации показателей на форумах, которые могут повлиять на эффективность размещения рекламы. Третья проблема заключается в неправильной оценке конвертации трафика и приравнивании цен на рекламу в интернете к оффлайн-изданиям, что неэффективно.

Также рекламы в сети интернет создает огромную опасность для потребителей, которые могут быть легко обмануты или понести серьезный вред от использования некачественных или даже запрещенных товаров. Когда надежность и безопасность товаров не гарантированы, потребители становятся уязвимыми и подвержены риску получения подделок или продуктов, которые могут негативно влиять на их здоровье.

Но влияние некачественной рекламы не ограничивается только угрозами для потребителей. Одно из таких последствий - распространение экстремистских и террористических идей. Некачественная реклама может стать инструментом для пропаганды насилия и ненависти, что непременно подорвет основы нашей гармоничной и безопасной совместной жизни.

Согласно статистическим данным о результатах осуществления федерального государственного контроля в сфере рекламы в 2021 г. Антимонопольные органы рассмотрели 17607 заявлений о несоответствии рекламы требованиям законодательства о рекламе, при этом возбуждено 3763 дела по фактам нарушений законодательства РФ. По структуре нарушений большая доля приходится на сектор рекламы финансовых услуг – 17,08%. Также высокими остаются показатели недостоверной рекламы – 8,54% и рекламы, вводящей в заблуждение – 6,37% [3].

В вопросах правового регулирования у российского научного сообщества долгое время не было единого мнения касательно того, распространяется ли действующее законодательство РФ о рекламе на Интернет - рекламу.

В период с 2014 по 2017 г. Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» содержал норму, согласно которой владелец сайта и (или) страницы сайта в сети Интернет, обязан обеспечивать соблюдение законодательства Российской Федерации, в частности [1]: 1) Проверять достоверность общедоступной информации и удалять недостоверную. 2) Бережно обращаться с информацией о частной жизни граждан и соблюдать законы. 3) Соблюдать запреты и ограничения на рекламу, референдумы и выборы. 4) Соблюдать требования законодательства о распространении массовой информации. 5) Уважать права и интересы граждан и организаций, включая их честь и деловую репутацию.

Нарушение данных требований могло привести к ответственности владельца сайта и страницы сайта в сети Интернет в соответствии с законодательством Российской Федерации.

С 1 сентября 2022 года в силу вступили изменения в Федеральный закон № 38 «О рекламе» от 13 марта 2006 года. Закон был дополнен статьей 18.1 о рекламе в сети Интернет, в которой прописано об обязанностях маркировки и учете интернет-рекламы. Данная поправка указывает на требование о том, что любая реклама, размещаемая в Интернете, должна быть маркирована, а вся информация о ней должна быть передана в Единый реестр интернет-рекламы.

Данная поправка привела к тому, что Роскомнадзор начал контролировать интернет-рекламу. Рекламодатели, рекламодатели, рекламодатели и операторы рекламных систем должны будут передавать информацию о себе и о размещенной рекламе в Роскомнадзор. Информация будет передаваться при помощи специального программного обеспечения. Ответственность за достоверность и полноту информации несут все участники процесса. Реклама в интернете должна быть присвоена идентификатором оператором рекламных данных.

Таким образом, необходимо принимать меры для борьбы с некачественной рекламой и ее негативными последствиями. Это включает в себя ужесточение контроля за качеством товаров, введение строгих наказаний для нарушителей, а также просвещение потребителей о важности осведомленного выбора и опасностях некачественных товаров. Только таким образом мы сможем защитить потребителей и общество в целом от негативного влияния некачественной рекламы.

Таким образом, в качестве решения проблем в регулировании рекламы в интернете, на наш взгляд, требуется применять искусственный интеллект, который в свою очередь будет контролировать рекламу и напрямую связываться с рекламодателями и сообщать об ошибках и правонарушениях.

Обозначенные в настоящей статье проблемы регулирования рекламы в социальных сетях представляется возможным разрешить путем законодательного закрепления положений относительно регулирования рекламных отношений, возникающих при размещении рекламной информации в социальной сети, и разработкой соответствующих точечных разъяснений компетентных органов относительно договорных конструкций и порядка размещения рекламы пользователями в социальных сетях.

Использованные источники:

1. ФЗ от 27 июля 2006 г. N 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» // – Режим доступа: <https://base.garant.ru/12148555/?ysclid=loatys9vd4819539605> (дата обращения: 05.10.2024)
2. Актуальные вопросы применения рекламного законодательства: сборник / отв. ред. А. Б. Кашеваров, О. А. Москвитин. – Москва : РГ-Пресс, 2021. – 144 с.
3. Об утверждении Доклада по итогам обобщения правоприменительной практики [Электрон. ресурс] – Режим доступа: https://fas.gov.ru/ckeditor_assets/attachments/1362/prikaz_341-22.pdf (дата обращения 14.09.2024 г.).
4. Объем рынка интернет-рекламы / Официальный сайт ТАСС [Электронный ресурс] – Режим доступа: URL: <https://tass.ru/ekonomika/17396417?ysclid=loatt0bejq130883887> (дата обращения 09.10.2024 г.)

*Шаркаева Г.А., к. с/х наук
старший научный сотрудник
ФГБНУ ВНИИплем
Россия, г. Москва
Макарова Н.Н., к. с/х наук
старший научный сотрудник
ФГБНУ ВНИИплем
Россия, г. Москва*

ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОРОВ ДЖЕРСЕЙСКОЙ ПОРОДЫ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Аннотация: В данной статье предложен аналитический обзор по производственному использованию джерсейской породы на территории Российской Федерации. Тема воспроизводства сельскохозяйственных животных очень актуальна. Она напрямую связана с продуктивностью. Для получения максимальной продуктивности необходимо постоянно поддерживать высокий уровень воспроизводства стада, обеспечивать своевременное плодотворное осеменение коров для ежегодного получения приплода. Средний возраст плодотворного осеменения телок джерсейской породы в 2023 году во всех категориях хозяйств составил 14,3 месяца, средний возраст первого отела – 23,3 месяца. В 2023 году выход телят от 100 коров во всех категориях хозяйств был выше показателя 2019 года на 14% и составил 80%. За последние пять лет продолжительность сервис-периода по подконтрольному поголовью джерсейской породы изменяется от 116 дней в 2022 году до 127 дней в 2019 году. В 2023 году этот показатель составил 121 день. Начиная с 2020 года в стадах, занимающихся разведением джерсейского скота, растет число животных старших возрастов (шестого отела и старше).

Ключевые слова: поголовье, отел, осеменение, выбытие, живая масса, выход телят.

*Sharkaeva G.A.
Candidate
of Agricultural Sciences
Senior Researcher
FGBNU VNIIPlem
Russia, Moscow
Makarova N.N.
Candidate of Agricultural Sciences
Senior Researcher
FGBNU VNIIPlem
Russia, Moscow*

INDUSTRIAL USE OF JERSEY COWS ON THE TERRITORY OF THE RUSSIAN FEDERATION

Abstract: This article provides an analytical review of the industrial use of the Jersey breed in the Russian Federation. The topic of reproduction of farm animals is very relevant. It is directly related to productivity. To achieve maximum productivity, it is necessary to constantly maintain a high level of herd reproduction, ensure timely fruitful insemination of cows to obtain offspring annually. The average age of fruitful insemination of Jersey heifers in 2023 in all categories of farms was 14.3 months, the average age of the first calving was 23.3 months. In 2023, the yield of calves from 100 cows in all categories of farms was 14% higher than the 2019 figure and amounted to 80%. Over the past five years, the duration of the service period for the controlled livestock of the Jersey breed has varied from 116 days in 2022 to 127 days in 2019. In 2023, this figure was 121 days. Since 2020, the number of older animals (sixth calving and older) has been increasing in Jersey herds.

Keywords: livestock, calving, insemination, disposal, live weight, calf output.

В настоящее время тема воспроизводства сельскохозяйственных животных очень актуальна. Она напрямую связана с продуктивностью. Только при правильной организации воспроизводства в совокупности с другими факторами позволит хозяйству рассчитывать на высокую продуктивность и, следовательно, на прибыльное производство. Для получения максимальной продуктивности необходимо постоянно поддерживать высокий уровень воспроизводства стада, обеспечивать своевременное плодотворное осеменение коров для ежегодного получения приплода. От состояния воспроизводства стада зависит экономика животноводства, уровень селекционно-племенной работы, продолжительность использования животных. Короткий срок производственного использования высокопродуктивных коров и их высокая амортизация требует ежегодного ввода в основное стадо до 30 и более процентов первотелок, что становится невозможным при низком выходе телят и их плохой сохранности. Средний возраст плодотворного осеменения телок джерсейской породы в Российской Федерации в 2023 году во всех категориях хозяйств составил 14,3 мес., средний возраст первого отела – 23,3 мес. (табл. 1).

Таблица 1 – Возраст телок и живая масса при плодотворном осеменении в разрезе лет

Года	Категория хозяйства	Живая масса при первом осеменении, кг	Возраст плодотворного осеменения, мес.	Средний возраст первого отела, мес.
2019	все хозяйства	283	14,8	23,8
	в т.ч. племенные	282	17,3	26,3
2020	все хозяйства	292	14,7	23,7

	в т.ч.племенные	293	14,9	23,9
2021	все хозяйства	288	15,2	24,2
	в т.ч.племенные	286	15,0	24,0
2022	все хозяйства	293	14,7	23,7
	в т.ч.племенные	293	14,7	23,7
2023	все хозяйства	288	14,3	23,3
	в т.ч.племенные	286	14,2	23,2

Живая масса телок при первом осеменении за последние пять лет изменялась незначительно от 283 кг в 2019 году до 288 кг в 2023 году. В племенных хозяйствах возраст плодотворного осеменения телок снизился на 3,1 мес. по сравнению с 2019 годом и составил 14,2 мес. в 2023 году.

Немаловажное значение в производственном процессе хозяйств имеет возраст выбытия из стада в отелах и продолжительность использования животных. Средний возраст выбытия коров из стада в отелах во всех категориях хозяйств составил 3,30 отела (+0,8 отела к 2019 г.) (табл. 2).

В 2023 году выход телят от 100 коров во всех категориях хозяйств превысил показатель 2019 года на 14% и составил 80%. В племенных хозяйствах выход телят в анализируемом периоде изменяется незначительно: 2019г. – 81%; 2020г. – 83%; 2021г. – 83%; 2022г. – 83%; 2023г. – 81%.

Таблица 2 – Производственное использование коров джерсейской породы

Годы	Категория хозяйства	Средний возраст			Выход телят от 100 коров, %
		при первом отеле, дни	стада, отел	выбытия из стада, отел	
2019	все хозяйства	725	1,93	2,50	66
	в т.ч.племенные	801	2,64	2,90	81
2020	все хозяйства	724	2,17	2,80	81
	в т.ч.племенные	730	2,33	2,90	83
2021	все хозяйства	737	2,90	2,40	81
	в т.ч.племенные	732	2,80	2,41	83
2022	все хозяйства	722	2,43	3,00	81
	в т.ч.племенные	724	2,52	3,10	83
2023	все хозяйства	710	2,26	3,30	80
	в т.ч.племенные	709	2,38	3,40	81

Большое влияние на экономику производства молока оказывает срок хозяйственного использования животных. Для получения молочной коровы (от рождения до первого отела проходит более 2 лет) затрачиваются большие средства на содержание и кормление молодых животных, оплату труда и

другие издержки по обслуживанию, которые постепенно окупаются молочной и мясной продукцией. При большой продолжительности продуктивного использования дойной коровы эти затраты распределяются на более длительный срок, на большее количество произведенной продукции и себестоимость молока снижается. В таблице 3 отражены данные о возрастной структуре популяции джерсейской породы по годам. Начиная с 2020 года в стадах, занимающихся разведением джерсейского скота, растет число животных старших возрастов как в абсолютных числах, так и в относительных показателях.

Ввод первотелок в стадо в 2023 году был на уровне 33%, что соответствует зоотехническим нормам в случае расширенного воспроизводства в популяции.

Таблица 3 – Возрастная структура популяции джерсейской породы коров

Года	Кол-во коров, гол.	В том числе по отелам						Средний возраст в отелах	Количество нетелей, переведенных в основное стадо, гол.	
	%	1	2	3	4-5	6-7	8 и старше		% от коров на начало года	
									голов	%
2019	3580	1006	679	1002	824	69	-	2,64	945	26
	100	28,10	18,97	27,99	23,02	1,93	-	-	-	-
2020	6668	2249	2148	1038	1011	219	3	2,33	1928	29
	100	33,73	32,21	15,57	15,16	3,28	0,04	-	-	-
2021	9517	2615	2828	2472	1365	229	8	2,41	2405	25
	100	27,48	29,72	25,97	14,34	2,41	0,08	-	-	-
2022	10290	3289	2184	2327	2164	316	10	2,52	2955	29
	100	31,96	21,22	22,61	21,03	3,07	0,10	-	-	-
2023	11467	4221	2995	1550	2393	299	9	2,38	3825	33
	100	36,81	26,12	13,52	20,87	2,61	0,08	-	-	-

Выводы: Средний возраст плодотворного осеменения телок джерсейской породы в Российской Федерации в 2023 году во всех категориях хозяйств составил 14,3 мес., средний возраст первого отела – 23,3 мес.;

Ввод первотелок в стадо был на уровне 33%, что соответствует зоотехническим нормам в случае расширенного воспроизводства в популяции;

Выход телят от 100 коров во всех категориях хозяйств превысил показатель 2019 года на 14% и составил 80%;

Начиная с 2020 года в стадах, занимающихся разведением джерсейского скота в нашей стране, растет число животных старших возрастов как в абсолютных числах, так и в относительных показателях.

Использованные источники:

1. Шичкин И.М., Сафина Г.Ф., Дунин И.М. В сборнике: Ежегодник по племенной работе в молочном скотоводстве в хозяйствах Российской Федерации (2023 год) Лесные Поляны, ВНИИплем. -2024. -242 с.
2. Шаркаева Г.А., Ильченко А.Н. Современное состояние рынка молочной продукции в Российской Федерации /Теория и практика современной науки. -2022. -№6 (84). - С.276-284.
3. Дунин И.М., Шичкин Г.И., Сафина Г.Ф. В сборнике: Ежегодник по племенной работе в молочном скотоводстве в хозяйствах Российской Федерации (2019 год) Лесные Поляны, ВНИИплем. – 2020. – 270 с.
4. Шаркаева Г.А., Сафонов Н.И. Перспективы развития отрасли животноводства в акционерное общество племзавод "Ульянино»/Теория и практика современной науки. -2023. -№ 7 (97). -С. 33-42.
5. Тяпугин С.Е., Бутусов Д.В., Сафина Г.Ф. В сборнике: Ежегодник по племенной работе в молочном скотоводстве в хозяйствах Российской Федерации (2020 год) Лесные Поляны, ВНИИплем. – 2021. – 265 с.
6. Шаркаева Г.А. Надой на одну корову в сельскохозяйственных организациях Российской Федерации/ Теория и практика современной науки. - 2023.- № 9 (99). - С. 35-45.
7. Шичкин Г.И., Бутусов Д.В., Сафина Г.Ф. В сборнике: Ежегодник по племенной работе в молочном скотоводстве в хозяйствах Российской Федерации (2021 год) Лесные Поляны, ВНИИплем. – 2022. – 262 с.
8. Шичкин Г.И., Бутусов Д.В., Сафина Г.Ф. В сборнике: Ежегодник по племенной работе в молочном скотоводстве в хозяйствах Российской Федерации (2022 год) Лесные Поляны, ВНИИплем. – 2023. – 254 с.

*Шаркаева Г.А., к. с/х наук
старший научный сотрудник
ФГБНУ ВНИИПлем,
Россия, г. Москва*

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СЕМЕНИ БЫКОВ-ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ИМПОРТНЫХ ПЛЕМПРЕДПРИЯТИЙ

***Аннотация:** Племенная ценность коров обеспечивается высокоорганизованной селекционно-племенной работой в стаде. Использование ценных быков-производителей – один из важнейших методов повышения потенциала продуктивности молочного скота. На территории Московской области в настоящее время функционируют две организации по искусственному осеменению сельскохозяйственных животных, зарегистрированные в Государственном племенном регистре Российской Федерации:*

- АО «Головной центр по воспроизводству сельскохозяйственных животных»;

- АО «Московское» по племенной работе».

Стадо ООО «Лесные Поляны» Пушкинского района Московской области представлено отечественным маточным поголовьем, а племенное ядро формировалось путем отбора лучших по продуктивно-селекционным признакам, использованием семени высокоценных быков-производителей отечественной и импортной селекции – улучшателей голштинской породы. Основная экспериментальная часть нашей работы по изучению продуктивных и биологических особенностей коров проводилась в период с 2014-2019 гг. в племзаводе ООО «Лесные Поляны» Пушкинского района Московской области на базе 169 голов-дочерей быков-производителей ООО «Альта Дженетикс Раша», 307 голов-дочерей быков-производителей АО «Московское» по племенной работе» и 200 голов-дочерей быков-производителей АО «ГЦВ». Животные являлись аналогами по дате отела, породности, условиям кормления, содержания и эксплуатации.

***Ключевые слова:** пожизненная продуктивность, себестоимость, экономическая эффективность, семя, лактация, месяцев жизни.*

*Sharkaeva G.A.
Candidate of Agricultural Sciences
Senior Researcher
FGBNU VNIIPlem,
Russia, Moscow*

EFFICIENCY OF USING SEMEN OF BREEDING BULLS OF DOMESTIC AND IMPORTED BREEDING ENTERPRISES

Abstract: *The breeding value of cows is ensured by highly organized selection and breeding work in the herd. The use of valuable stud bulls is one of the most important methods for increasing the productivity potential of dairy cattle. In the Moscow region, there are currently two organizations for artificial insemination of farm animals registered in the State Breeding Register of the Russian Federation:*

- JSC "Head Center for Reproduction of Farm Animals";
- JSC "Moscow" for breeding work.

The herd of Lesnye Polyany LLC in the Pushkinsky District of the Moscow Region is represented by domestic breeding stock, and the breeding core was formed by selecting the best in productivity and selection traits, using the semen of highly valuable stud bulls of domestic and imported selection - improvers of the Holstein breed. The main experimental part of our work on the study of the productive and biological characteristics of cows was carried out in the period from 2014-2019. in the breeding farm of Lesnye Polyany LLC in the Pushkinsky District of the Moscow Region based on 169 heads of daughters of bulls-producers of Alta Genetics Russia LLC, 307 heads of daughters of bulls-producers of Moskovskoye JSC for breeding work and 200 heads of daughters of bulls-producers of GTsV JSC. The animals were analogous in terms of calving date, breed, feeding conditions, maintenance and operation.

Keywords: *lifetime productivity, cost price, economic efficiency, semen, lactation, months of life.*

Молочный подкомплекс АПК – один из основных жизнеобеспечивающих секторов отечественного аграрного производства, оказывающих решающее влияние на уровень продовольственного обеспечения страны и определяющих здоровье нации. Молоко – один из самых ценных продуктов питания человека. По пищевой ценности оно может заменить любой продукт, но ни один продукт не заменит молоко. Большое значение в питании человека имеет молочный жир. Развитие племенного молочного скотоводства является базой для повышения эффективности производства молока. Обеспечение высоких удоев на предприятиях возможно лишь при обеспечении высоких продуктивных качеств скота, которые напрямую зависят от биологического потенциала породы. В этой связи особую значимость в развитии молочной отрасли региона приобретает племенная деятельность, которая позволяет обеспечивать сельскохозяйственные предприятия генетическим материалом, с учетом региональных особенностей разведения. Производство конкурентоспособной продукции в молочном и мясном скотоводстве предусматривает разведение пород, адаптированных к конкретным климатическим условиям, отличающихся высокой продуктивностью с

высокой оплатой корма продукцией. В этих условиях особый интерес представляет использование генофонда лучших пород мира. Для решения продовольственных проблем Россия завозит большое количество как импортного скота различных пород, так и семени быков-производителей. Генетический материал поступает в РФ из США, Канады, Германии, Нидерландов, Франции, Дании, Великобритании, Белоруссии и других стран. В последние годы на российском рынке наряду с отечественной широко представлена племподукция импортного происхождения. Предложения о продаже племенного молодняка и спермы можно найти на сайтах частных компаний-импортеров, занимающихся поставками для сельского хозяйства. Российские животноводы стремятся закупить импортное семя в надежде, что полученные животные будут обладать большим генетическим потенциалом.

Основная экспериментальная часть нашей работы по изучению продуктивных и биологических особенностей коров проводилась в период с 2014-2019 гг. в племзаводе ООО «Лесные Поляны» Пушкинского района Московской области на базе 169 голов-дочерей быков-производителей ООО «Альта Дженетикс Раша», 307 голов-дочерей быков-производителей АО «Московское» по племенной работе» и 200 голов-дочерей быков-производителей АО «ГЦВ». Животные являлись аналогами по дате отела, породности, условиям кормления, содержания и эксплуатации.

Стадо ООО «Лесные Поляны» Пушкинского района Московской области представлено отечественным маточным поголовьем, а племенное ядро формировалось путем отбора лучших по продуктивно-селекционным признакам, использованием семени высокоценных быков-производителей отечественной и импортной селекции – улучшателей голштинской породы.

Поставщиками спермопродукции в ООО «Лесные Поляны» являются три организации по искусственному осеменению: АО «Московское» по племенной работе», АО «ГЦВ» и ООО «Альта Дженетикс Раша» - крупнейший импортер иностранной спермопродукции в России.

Показатели продуктивного долголетия выбывших коров разных компаний показали, что в среднем возраст выбытия коров племенного завода составляет 2,69 лактации, коровы отцами которых являются быки АО «ГЦВ» более длительно использовались в стаде (2,82 лактации), животные от быков АО «Московское» по племенной работе» на 0,1 лактаций меньше (2,72 лактации), коровы -потомки быков ООО «Альта Дженетикс Раша» использовались в стаде 2,43 лактации.

Экономическая эффективность исследований определена с учетом молочной продуктивности дочерей быков-производителей разных компаний.

Эффективность производства молока в хозяйстве определяют – уровень продуктивности животных, воспроизводство стада, себестоимость продукции, производительность труда рабочих и затратами труда на производство единицы продукции.

Снижение себестоимости продукции способствует увеличению прибыли от её реализации и приводит к повышению уровня рентабельности производства молока.

Для того чтобы затраты на молочное стадо уменьшались необходимо добиваться более высоких темпов роста продуктивности животных, за счет улучшения кормления, использовании быков -улучшателей.

Для достоверного заключения об эффективности использовании отечественного и импортного семени нами были проведены расчеты по пожизненному удою и полученному приплоду.

Затраты на производство продукции учитывались на основании фактических расходов.

Затраты на одно плодотворное осеменение в разрезе компаний показало, что отечественное семя контрагентам обходится дешевле по сравнению с импортными поставщиками на 339 руб. по сравнению с семенем АО «Московское» по племенной работе» и на 353,4 руб. меньше по сравнению с семенем АО «ГЦВ» (цену дозы брали по отечественным компаниям 240 руб. за дозу, по импортной компании 500 руб. за дозу).

Затраты на содержание на одну голову рассчитывалось исходя из месяцев продуктивной жизни животных в стаде в расчете 200 руб. в сутки на одну голову.

Затраты на выращивания телок до отела на одну голову рассчитывали исходя из возраста первого отела при 100 руб. в день на одну голову (табл.1).

Таблица 1 - Экономическая эффективность использования импортного и отечественного семени

Показатель	Группа		
	АО «Московское» по племенной работе»	АО «ГЦВ»	ООО «Альта Дженетикс Раша»
Затраты на осеменения телок (на одну голову), руб.	456,0	441,6	795,0
Затраты на выращивания телок до отела на одну голову, тыс. руб.	86,315	88,450	78,080
Затраты на содержание на одну голову, тыс. руб.	170,190	181,780	136,030
Месяцев жизни всего, мес.	56,0	58,8	47,9
Пожизненная продуктивность, кг	19081	20140	15645
Количество бычков, гол.	1,2	1,1	0,9
Выручка от реализации молока (на 1 гол.), тыс. руб.	572,430	604,200	469,350
Выручка от реализации мяса (на 1 голову), тыс.руб.	8,6	7,9	6,5
Прибыль за 1 голову, тыс. руб.	324,1	341,4	260,9

Вывод: Таким образом, прибыль на одну голову в хозяйстве ООО «Лесные Поляны» в разрезе компаний показала, что при использовании импортного семени ООО «Альта Дженетикс Раша» хозяйство терпит убытки

на 63,2 тыс. руб. на одну голову по сравнению с семенем АО «Московское» по племенной работе» и на 80,5 тыс. руб. по сравнению с семенем АО «ГЦВ».

Россия должна осуществлять закупку животных, эмбрионов и спермы за рубежом, но она должна быть целесообразной и направлена на поддержание генетического разнообразия. Нужно покупать меньше, но действительно элитный генетический материал.

Использованные источники:

1. Денисова Н. В. Динамика развития отрасли молочного скотоводства и обеспеченность населения Российской Федерации молочными продуктами / Денисова Н. В. // Вестник НГИЭИ. -2013. -№ 3 (22). -С.26-40.
2. Ескин Г. К вопросу качества импортного племенного материала / Г. Ескин, Г. Турбина, И. Турбина, Н. Комбарова // Молочное и мясное скотоводство. -2010. -№4. -С.2-5.
3. Полухин А.А. Развитие племенного молочного скотоводства / Полухин А.А., Полухина М.Г.//Орловский госагроуниверситет Аграрная наука. -2012. -№ 3. -С.20-21.
4. Хастаева А.Ж. Жирнокислотный состав молока голштинской породы / Хастаева А.Ж., Смагулов А.К., Нургалиева М.Т., Тойшиманов М.Р.// Вестник Алматинского технологического университета. -2018. -№ 2. -С. 37-41.

Юдин В.А.
студент
факультет математики
и информационных технологий
Стерлитамакский филиал
УУНУТ
Россия, г.Стерлитамак
Шамсутдинов Ш.А., к. п. н.
доцент
СФ УУНУТ
Россия, г.Стерлитамак

ВЛИЯНИЕ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНОВ

Аннотация: в статье рассматривается влияние пешеходного туризма на физическое и психическое здоровье спортсменов. Описаны положительные эффекты, такие как укрепление сердечно-сосудистой системы и снижение стресса, а также социальные аспекты и риски данного вида туризма. Предложены способы минимизации рисков и повышения эффективности занятий пешеходным туризмом.

Ключевые слова: Пешеходный туризм, Спортивный туризм, Физическое здоровье, Психическое здоровье, Стрессоустойчивость, Социальная адаптация.

Yudin V.A.
Student of the Faculty
of Mathematics and Information Technology of
the Sterlitamak branch of the UNIT
Russian Federation, Sterlitamak
Shamsutdinov Sh.A.
teacher
Department of "physical education"
Ufa University of Science and Technology
Sterlitamak branch
Russian Federation, Sterlitamak

THE IMPACT OF HIKING ON THE PHYSICAL AND MENTAL HEALTH OF ATHLETES

Annotation: the article examines the impact of hiking on the physical and mental health of athletes. Positive effects such as strengthening the cardiovascular system and reducing stress, as well as social aspects and risks of this type of tourism are described. The methods of minimizing risks and increasing the effectiveness of hiking are proposed.

Keywords: *Hiking, Sports tourism, Physical health, Mental health, Stress tolerance, Social adaptation.*

Пешеходный туризм, как форма спортивного туризма, представляет собой физическую активность, включающую преодоление маршрутов различной протяжённости и сложности, обычно по природным территориям. Этот вид деятельности приобретает всё большую популярность среди спортсменов и любителей активного отдыха, поскольку сочетает физическую нагрузку, исследование новых мест и нахождение на свежем воздухе. В современных исследованиях отмечается, что регулярные занятия пешеходным туризмом оказывают значительное воздействие на физическое и психическое здоровье участников, улучшая общую физическую подготовку и способствуя укреплению психологического благополучия.[3]

Физическое здоровье и влияние пешеходного туризма

Физическая активность, характерная для пешеходного туризма, является многофункциональной и включает в себя как аэробные нагрузки (длительное передвижение с умеренной интенсивностью), так и анаэробные нагрузки (преодоление крутых подъёмов, перенос груза). Регулярные пешие походы способствуют повышению выносливости и укреплению сердечно-сосудистой системы. Например, длительные физические нагрузки способствуют снижению артериального давления и улучшению работы сердца, что подтверждается рядом исследований, посвящённых физиологическим эффектам физической активности на открытом воздухе.

Пешеходный туризм также развивает мышечную систему, особенно мышцы нижних конечностей, спины и брюшного пресса. Повторяющиеся движения и нагрузки при переносе снаряжения укрепляют мышечный каркас и улучшают баланс. Кроме того, длительные походы стимулируют метаболизм и улучшают работу дыхательной системы. Занятия пешеходным туризмом помогают снизить риск ожирения и метаболических расстройств благодаря увеличению общей энергозатраты и улучшению метаболической гибкости.[1]

Психическое здоровье и психологические аспекты пешеходного туризма

Психологическое воздействие пешеходного туризма не менее значимо, чем физическое. Установлено, что занятия туризмом способствуют снижению уровня стресса и тревожности. Регулярные прогулки и походы по природным маршрутам способствуют стабилизации эмоционального состояния и улучшению когнитивных функций. Нахождение на природе и активные физические упражнения стимулируют выработку нейромедиаторов, таких как эндорфины и серотонин, которые играют ключевую роль в поддержании хорошего настроения и снижении тревожности.[2,3]

Пешеходный туризм также способствует развитию психологической устойчивости. Этот вид активности требует от участников планирования

маршрута, управления ресурсами и умения адаптироваться к меняющимся условиям окружающей среды. Участие в длительных походах развивает способность принимать решения в сложных условиях, что помогает спортсменам справляться со стрессовыми ситуациями и в повседневной жизни.

Социальная адаптация и командная работа в пешеходном туризме

Пешеходный туризм оказывает положительное влияние на социальную адаптацию и развитие коммуникативных навыков. Групповые походы требуют от участников эффективного взаимодействия, распределения обязанностей и поддержки друг друга. Это позволяет участникам развивать навыки командной работы, лидерства и разрешения конфликтов. Участие в командных походах помогает улучшить навыки коммуникации и укрепить социальные связи, что особенно важно для подростков и молодых людей.

Риски и способы их минимизации

Несмотря на многочисленные положительные аспекты, пешеходный туризм сопряжён с определёнными рисками, включая возможность травм (например, растяжения, переломы), переутомления и воздействия неблагоприятных погодных условий. Для минимизации этих рисков необходимо уделять особое внимание подготовке к походу: выбору подходящего маршрута, обеспечению качественным снаряжением и обучению основам первой помощи. Проведение предварительных тренировок помогает укрепить физическую форму и подготовить организм к условиям, требующим повышенных нагрузок.

Кроме того, психологическая подготовка также имеет важное значение. Участники должны быть готовы к эмоциональным вызовам, связанным с длительными физическими нагрузками и возможными трудностями во время маршрута. Разработка плана действий в непредвиденных ситуациях и поддержка членов команды помогают минимизировать риски эмоционального выгорания и стресса.

Таким образом: пешеходный туризм является эффективным способом поддержания физического и психического здоровья. Он способствует укреплению сердечно-сосудистой системы, улучшению мышечного тонуса и снижению стресса, а также развивает психологическую устойчивость и социальные навыки. Для спортсменов и любителей активного отдыха пешеходный туризм открывает возможность для гармоничного развития личности и улучшения качества жизни. Однако важным аспектом остаётся обеспечение безопасности и правильная подготовка к походам, что позволяет минимизировать возможные риски и добиться максимальной пользы от занятий.

Использованные источники:

- 1.Квартальнов, В. А. (2003). Теория и практика туризма : учебное пособие.
- 2.Бардин, К.В. (1981). Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий): учебно-методическое.

3. Константинов Ю.С. (2023). Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика.

УДК 546

*Афанасьева Е.В., к.х.н.
доцент*

*Высшая школа физики и технологий материалов
Санкт-Петербургский политехнический
университет Петра Великого*

Буданова А.Н.

студент магистратуры

*Санкт-Петербургский политехнический
университет Петра Великого*

ИЗУЧЕНИЕ ФАЗОВОГО СОСТАВА НАНОПОРОШКОВ ГАЛЛАТА МАГНИЯ, СИНТЕЗИРОВАННЫХ МОДИФИЦИРОВАННЫМ МЕТОДОМ ПЕЧИНИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОКСИДА И НИТРАТА ГАЛЛИЯ В КАЧЕСТВЕ ИСХОДНЫХ РЕАГЕНТОВ

Аннотация: статья посвящена синтезу нанопорошков галлата магния модифицированным методом Печини с использованием различных исходных реагентов: оксида галлия и нитрата галлия, соответственно. Изучен фазовый состав полученных образцов методом рентгенофазового анализа и определен оптимальный реагент с точки зрения получения однофазного образца.

Ключевые слова: галлат магния, нанопорошки, модифицированный метод метод Печини, рентгенофазовый анализ.

Afanaseva E.V.

PhD in Chemistry

*Associate Professor at the Graduate School
of Physics and Materials Technology*

Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University

Russia, St. Petersburg

Budanova A.N.

master's student

Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University

Russia, St. Petersburg

STUDY OF THE PHASE COMPOSITION OF MAGNESIUM GALLATE NANOPOWDERS SYNTHESISED BY THE MODIFIED PECHINI METHOD USING GALLIUM OXIDE AND NITRATE AS INITIAL REAGENTS

Abstract: the article is devoted to the synthesis of magnesium gallate nanopowders by the modified Pechini method using various initial reagents: gallium oxide and gallium nitrate, respectively. The phase composition of the obtained samples was studied by X-ray phase analysis and the optimal reagent was determined in terms of obtaining a single-phase sample.

Keywords: magnesium gallate, nanopowders, modified Pechini method, X-ray phase analysis.

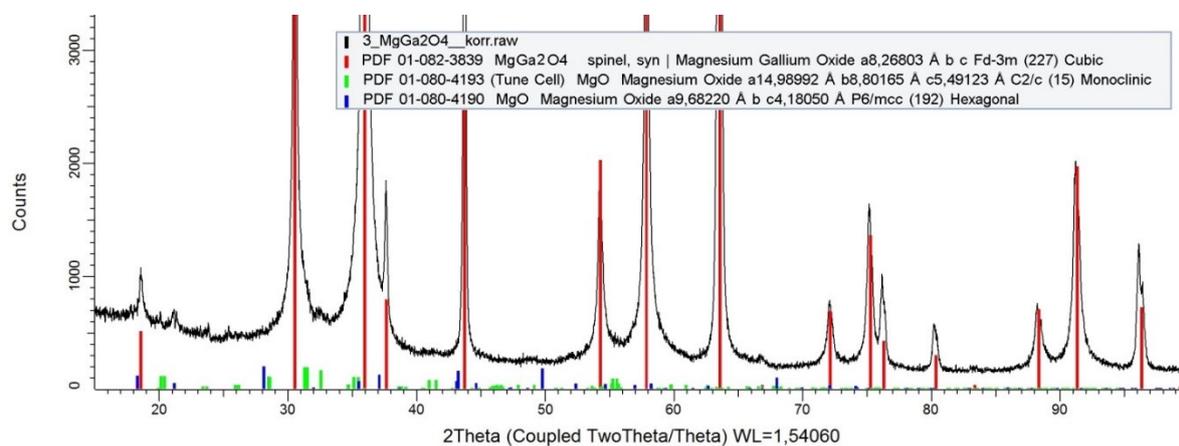
Оксидные материалы со структурой шпинели привлекают большое внимание исследователей благодаря своим оптическим и люминесцентным свойствам, хорошей стойкости к радиационному облучению, высокотемпературной и химической стабильности. В частности, соединения галлата магния ($MgGa_2O_4$) являются перспективными материалами в качестве основы для светоизлучающих диодов (светодиодов), твердотельных лазеров и различных видов технологий отображения, а также люминофоров для различных люминесцентных применений [1]. Важной задачей при синтезе является получение однофазных материалов, поскольку посторонние примеси оказывают негативное влияние на оптические (в частности, люминесцентные) свойства.

Цель настоящего исследования заключалась в изучении влияния исходных галлийсодержащих реагентов на фазовый состав получаемых нанопорошков галлата магния. В качестве метода синтеза нанокристаллических образцов был выбран модифицированный метод Печини, основанный на стандартном методе Печини, представляющий собой разновидность золь-гель синтеза. Модификация заключалась в применении дополнительной температурной обработки в расплаве инертной соли (в нашем случае, хлорида калия). Данный модифицированный метод Печини был ранее успешно реализован нами для синтеза других оксидных матриц [2,3].

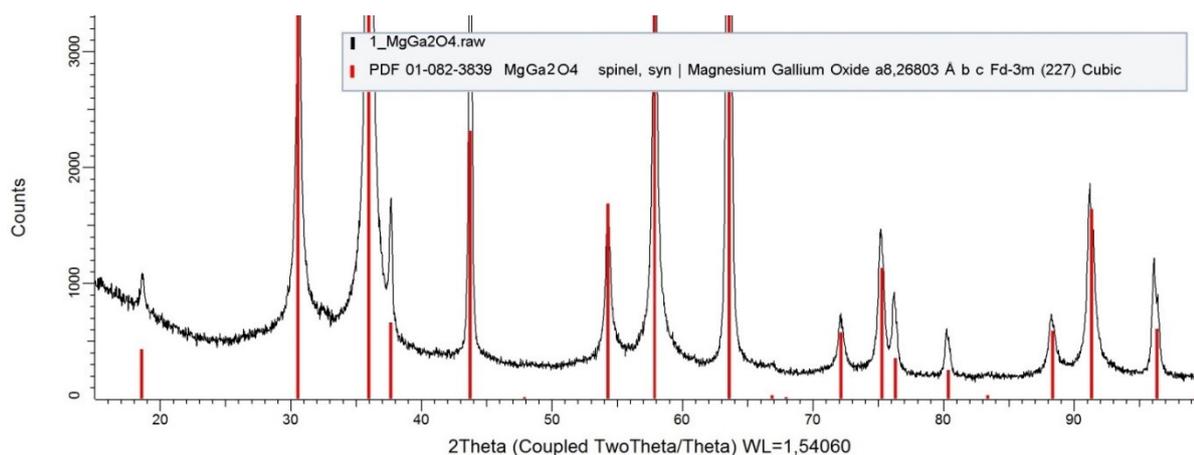
В качестве исходных реагентов, влияние которых изучалось на состав порошков, использовались оксид и нитрат галлия (Ga_2O_3 и $Ga(NO_3)_3$). Помимо галлийсодержащего реагента исходными веществами являлись: нитрат магния ($Mg(NO_3)_2$), лимонная кислота, азотная кислота, этиленгликоль и хлорид калия. Условия синтеза в обоих случаях были одинаковые: температура и длительность первичного прокаливания – $550\text{ }^\circ\text{C}$ 2 часа; вторичного прокаливания в расплаве KCl – $900\text{ }^\circ\text{C}$ 3 часа. После двухэтапной термической обработки нанопорошки очищали от остатков соли хлорида калия путем их промывания в дистиллированной воде и центрифугирования, а после сушили в сушильном шкафу.

Для изучения фазового состава нанопорошков применялся рентгенофазовый анализ (РФА), который выполнялся с помощью дифрактометра «D8 Advance Bruker AXS», с излучением $Cu-K\alpha_1$ длиной волны $1,5406\text{ \AA}$. На рисунке 1 представлены дифрактограммы полученных образцов: (а) – синтезированного с использованием оксида галлия, (б) – синтезированного с использованием нитрата галлия.

Согласно полученным рентгеновским данным можно заключить, что в нанопорошке, полученным с использованием оксида галлия (рис. 1(а)), преобладает фаза галлата магния (MgGa_2O_4), но помимо нее присутствуют примесные фазы оксидов магния моноклинной и гексагональной сингоний. Образец, полученный с использованием нитрата магния (рис. 1(б)), является однофазным с кристаллической структурой кубического галлата магния (MgGa_2O_4). Наблюдаемые различия в фазовом составе можно объяснить тем, что в случае оксида галлия, его растворяют в азотной кислоте с образованием соответствующего оксида, а в случае нитрата – реактив растворяют сразу в воде с образованием раствора нитрата. Поскольку оксид галлия является химически инертным, он плохо растворяется в азотной кислоте, вследствие чего, вероятно, происходит его неполное растворение, и в последующих химических реакциях нарушается стехиометрическое соотношение ионов галлия и магния, что выражается в появлении примесных фаз на дифрактограмме (рис. 1(а)).



(а)



(б)

Рис. 1. Дифрактограммы образцов MgGa_2O_4 : (а) – синтезированного с использованием оксида галлия; (б) – синтезированного с использованием нитрата галлия; вертикальными штрихами обозначены данные из рентгеновской картотеки

Таким образом, в ходе исследования фазового состава нанопорошков галлата магния, синтезированных модифицированным методом Печини с использованием различных исходных реагентов, установлено, что предпочтительным с точки зрения получения однофазных образцов является нитрат галлия.

Авторы выражают благодарность доценту Высшей школы физики и технологий материалов СПбПУ Андреевой В.Д. за помощь в проведении рентгенофазового анализа.

Использованные источники:

1. Luchechko A., Zhydachevskyy Y., Maraba D., et al. TL and OSL properties of Mn^{2+} -doped $MgGa_2O_4$ phosphor // *Optical Materials*. – 2018. – Т. 78. – С. 502-507.
2. Afanaseva E.V. et al. Synthesis and study of upconversion $Lu_2(WO_4)_3: Yb^{3+}, Tm^{3+}$ nanoparticles synthesized by modified Pechini method // *Optical Materials*. – 2021. – Т. 117. – С. 111179.
3. Golyeva E.V. et al. Effect of synthesis conditions on structural, morphological and luminescence properties of $MgAl_2O_4: Eu^{3+}$ nanopowders // *Journal of Luminescence*. – 2018. – Т. 194. – С. 387-393.

РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ГОРОДА

УДК: 711.4:551.583

*Цзэн Линцзянь, магистр
МГУ
Москва, Россия*

ВКЛАД СТРОИТЕЛЬСТВА ГУБЧАТЫХ ГОРОДОВ В УСЛУГИ ЭКОСИСТЕМ ГОРОДОВ

***Аннотация:** В условиях ускоренной урбанизации и ухудшающегося состояния экосистемных услуг города сталкиваются с необходимостью адаптации к климатическим изменениям и экологическим вызовам. В этой связи концепция губчатых городов представляет собой инновационное решение, направленное на снижение риска наводнений и улучшение экосистемных услуг за счет внедрения инфраструктурных решений, позволяющих удерживать и фильтровать дождевую воду. Целью исследования является анализ вклада губчатых городов в улучшение экосистемных услуг. Для этого рассматриваются теоретические основы губчатых городов, их принципы проектирования, а также анализируются примеры успешных проектов в Китае, Нидерландах и США. Методология исследования включает анализ научной литературы и докладов, а также сравнительный анализ лучших практик урбанистики. Научная новизна работы заключается в комплексном подходе к оценке экологических и социальных эффектов от реализации губчатых городов. В ходе исследования установлено, что губчатые города положительно влияют на экосистемные услуги, такие как регулирование водных ресурсов, улучшение качества воздуха и поддержание биоразнообразия. Дальнейшие исследования могут быть направлены на оценку долгосрочных экономических эффектов и влияние губчатых городов на здоровье населения.*

***Ключевые слова:** Губчатый Город, Экосистемные Услуги, Урбанизация, Управление Водными Ресурсами, Устойчивое Развитие, Климатические Изменения.*

*Zeng Lingjian, Master
Moscow state university
Moscow, Russia*

CONTRIBUTION OF SPONGE CITIES CONSTRUCTION TO URBAN ECOSYSTEM SERVICES

***Abstract:** In the context of accelerated urbanization and the deteriorating state of ecosystem services, cities face the need to adapt to climate change and*

environmental challenges. In this regard, the concept of sponge cities offers an innovative solution aimed at reducing flood risks and improving ecosystem services through the implementation of infrastructure solutions that allow the retention and filtration of rainwater. The purpose of this study is to analyze the contribution of sponge cities to improving ecosystem services. The study examines the theoretical foundations of sponge cities, their design principles, and analyzes successful projects in China, the Netherlands, and the United States. The research methodology includes a review of scientific literature and reports, as well as a comparative analysis of best practices in urban planning. The scientific novelty of this work lies in a comprehensive approach to assessing the ecological and social effects of sponge city implementation. The study reveals that sponge cities positively impact ecosystem services, such as water resource management, air quality improvement, and biodiversity conservation. Further research may focus on assessing the long-term economic benefits and the impact of sponge cities on public health.

Keywords: *Sponge City, Ecosystem Services, Urbanization, Water Resource Management, Sustainable Development, Climate Change*

В современных условиях стремительной урбанизации города сталкиваются с проблемами, связанными с ухудшением экосистемных услуг. В процессе роста и расширения городских территорий происходят значительные изменения в природной среде, что приводит к снижению биоразнообразия, ухудшению качества воды и воздуха, а также к увеличению риска экстремальных погодных явлений, таких как наводнения и засухи.[1] Усиливающиеся изменения климата требуют поиска эффективных решений для адаптации городов к этим вызовам, что делает концепцию губчатых городов особо актуальной. Губчатые города представляют собой инновационное направление в урбанистике, направленное на создание инфраструктуры, способной эффективно поглощать и сохранять дождевую воду, минимизируя риск наводнений и одновременно поддерживая экосистемные функции в городской среде.[2]

Цель данного исследования заключается в изучении вклада строительства губчатых городов в улучшение экосистемных услуг, что позволит глубже понять, каким образом этот инновационный подход может способствовать устойчивому развитию городов и повышению качества жизни горожан. Для достижения поставленной цели в работе решаются следующие задачи: во-первых, рассматриваются теоретические основы губчатых городов, включающие анализ ключевых принципов их проектирования и функционирования; во-вторых, исследуется влияние губчатых городов на экосистемные услуги, в том числе такие важные аспекты, как регулирование водных ресурсов, улучшение качества воздуха и поддержание биоразнообразия; в-третьих, проводится оценка практических примеров реализации проектов губчатых городов в разных странах мира с целью выявления их эффективности и применения на практике.

Методология исследования основывается на нескольких подходах. Прежде всего, это анализ научной литературы и докладов, посвященных вопросам реализации концепции губчатых городов, что позволит получить глубокое понимание текущих исследований и проектов в данной области. Кроме того, в работе применяется сравнительный анализ успешных практик в урбанистике, что помогает выявить наиболее эффективные решения, используемые в разных регионах. Такой анализ позволяет не только сравнить существующие модели губчатых городов, но и определить, какие из них оказались наиболее действенными в контексте улучшения экосистемных услуг.

Понятие губчатого города охватывает инновационную модель урбанистического планирования, направленную на адаптацию городской среды к изменяющимся климатическим условиям и решение проблем, связанных с водными ресурсами. Губчатый город представляет собой городскую территорию, на которой за счет интеграции специальных инфраструктурных решений происходит эффективное удержание, фильтрация и перераспределение дождевой воды.[3] Принципы проектирования губчатых городов включают использование водопроницаемых покрытий, которые позволяют воде свободно проникать в почву, создание зелёных зон, таких как парки и водоёмы, а также внедрение инженерных решений для фильтрации и хранения воды. Эти меры способствуют снижению нагрузки на городские дренажные системы, что, в свою очередь, снижает риск наводнений и обеспечивает устойчивое управление водными ресурсами.

Губчатые города оказывают значительное влияние на экосистемные услуги, которые являются ключевыми для устойчивого развития городов. Экосистемные услуги подразделяются на несколько категорий: регулирующие, поддерживающие, культурные и производственные. Губчатые города вносят вклад в улучшение регулирующих услуг за счёт предотвращения наводнений, снижения температур в городских зонах и улучшения качества воды. Поддерживающие услуги также выигрывают от строительства губчатых городов: происходит восстановление почв, поддерживается биоразнообразие, а водные ресурсы становятся более сбалансированными и устойчивыми.[4] Таким образом, природные процессы в городе получают дополнительную поддержку, что положительно влияет на экологическое состояние городской среды.

Кроме того, губчатые города улучшают культурные экосистемные услуги, способствуя созданию более комфортной и эстетически привлекательной среды для жителей. Зелёные зоны и водные объекты, интегрированные в городскую инфраструктуру, не только выполняют экологические функции, но и создают рекреационные пространства, где горожане могут отдыхать и проводить время на природе, что положительно сказывается на их психоэмоциональном состоянии. Кроме того, улучшение качества городской среды за счет повышения экологической устойчивости города делает его более привлекательным для жителей и туристов, что может

способствовать экономическому развитию. Таким образом, концепция губчатого города не только решает экологические проблемы, но и приносит широкий спектр социально-экономических выгод.

Примеры успешной реализации концепции губчатых городов можно наблюдать в разных странах мира, где они применяются для решения проблем, связанных с урбанизацией и изменением климата. Один из ярких примеров — проект в китайском городе Ухань, который стал пилотным проектом программы «губчатого города» в Китае. Основная цель этого проекта заключается в снижении риска наводнений, которые регулярно затапливают город из-за муссонных дождей. В рамках проекта были созданы водопроницаемые покрытия для улиц, построены водосборные зоны и зелёные пространства, которые помогают эффективно управлять осадками, задерживая воду и позволяя ей постепенно впитываться в почву. Это не только значительно снизило угрозу наводнений, но и улучшило качество воды, а также повысило биоразнообразие в городских зонах.

В Нидерландах, одной из стран с самой сложной системой управления водными ресурсами, концепция губчатых городов была интегрирована в рамках более широкой программы по созданию зелёной инфраструктуры. В связи с тем, что большая часть территории страны находится ниже уровня моря, управление водой является критически важным аспектом городской инфраструктуры. В городах, таких как Роттердам и Амстердам, были внедрены решения, такие как зелёные крыши, парки, которые функционируют как резервуары для воды, и системы подземного водохранилища. Эти меры не только обеспечивают эффективное управление дождевой водой, но и улучшают городскую среду, создавая новые рекреационные зоны и повышая устойчивость города к изменениям климата.

США также внедряют элементы губчатых городов, особенно в мегаполисах, таких как Нью-Йорк. Программа «зелёных улиц» (Green Streets) в Нью-Йорке направлена на уменьшение водоотвода с городских поверхностей путём использования водопроницаемых материалов, создания зелёных пространств и установки систем фильтрации воды. Эти меры способствуют снижению нагрузки на городские ливневые системы, уменьшая вероятность наводнений и улучшая качество воды в городе. Помимо экологических эффектов, программа способствует созданию более привлекательной городской среды, что положительно сказывается на жизни горожан, повышая их качество жизни и стимулируя развитие местных сообществ.

Реализация концепции губчатых городов сталкивается с рядом экономических и технических барьеров, что замедляет её широкомасштабное внедрение. Одной из главных экономических проблем является высокая стоимость первоначальных инвестиций, необходимых для строительства и модернизации инфраструктуры. Создание водопроницаемых покрытий, зелёных зон и систем управления водными ресурсами требует значительных

финансовых вложений, что может отпугивать муниципальные власти и частные компании. Кроме того, многие города уже обладают сложной инфраструктурой, и внесение изменений в её функционирование требует значительных затрат, особенно в старых и плотно застроенных урбанистических зонах, где перестройка затруднена.

Технические проблемы также играют ключевую роль в реализации концепции губчатых городов. Во-первых, не все территории могут легко адаптироваться к таким изменениям из-за специфики почв и климатических условий. Во-вторых, для успешного внедрения необходимы высококвалифицированные специалисты, которые понимают принципы функционирования губчатых городов и могут применять их на практике. Однако в некоторых регионах наблюдается недостаток квалифицированных кадров, что усложняет процесс разработки и реализации подобных проектов. Также техническим барьером может выступать отсутствие опыта и необходимых технологий у строительных компаний, что приводит к замедлению работ и неэффективности некоторых решений.[5]

Дополнительно, реализация губчатых городов часто встречает сопротивление со стороны традиционных строительных компаний и городской администрации, которые могут быть не готовы к кардинальным изменениям в подходах к строительству и планированию городской инфраструктуры. Ограниченное понимание концепции среди застройщиков и чиновников, а также недостаточная осведомленность о долгосрочных выгодах может приводить к скептицизму и отторжению новых идей. Это также усугубляется необходимостью интеграции элементов губчатых городов в уже существующую инфраструктуру, что требует междисциплинарного подхода и тесного сотрудничества между разными секторами — от инженеров и архитекторов до экологов и политиков.

В ходе проведённого исследования было выявлено, что строительство губчатых городов оказывает значительное положительное воздействие на экосистемные услуги городов. Эти города способствуют улучшению качества воды, регулированию водных ресурсов, предотвращению наводнений и повышению биоразнообразия в городской среде. Концепция губчатых городов позволяет интегрировать природные процессы в урбанистическое планирование, что делает города более устойчивыми к изменениям климата и улучшает условия жизни для их жителей. Однако для успешного внедрения губчатых городов требуется комплексный подход, учитывающий местные климатические и географические условия, а также необходимость адаптации существующей городской инфраструктуры.

На основе полученных данных можно рекомендовать усиление международного обмена опытом в области проектирования и реализации губчатых городов. Сотрудничество между странами, имеющими успешный опыт внедрения этой концепции, позволит быстрее адаптировать её в других регионах и избежать типичных ошибок. Важным шагом является разработка

государственных программ, направленных на поддержку устойчивого урбанизма, что позволит систематически развивать инфраструктуру губчатых городов на национальном уровне. Также необходимо привлечение частных инвестиций в такие проекты, так как устойчивое развитие городов требует участия бизнеса, способного внести финансовый вклад и поддержать инновационные технологии.

Дальнейшие исследования в этой области могут сосредоточиться на оценке долгосрочных экономических эффектов от строительства губчатых городов. Важно не только оценивать текущие экологические и социальные выгоды, но и изучить, насколько выгодны такие проекты с экономической точки зрения на десятилетия вперед. Также перспективным направлением исследований является изучение влияния губчатых городов на здоровье и благополучие горожан, так как улучшение экологической среды напрямую связано с качеством жизни в городах и снижением заболеваемости среди населения.

Использованные источники:

1. Меркурьев В. В., Мягков Е. В. Развитие агломераций: этапы, отечественные и зарубежные практики // Региональная экономика и управление: электронный научный журнал. 2022. № 3 (71). С. 8.
2. Лолуа А. В. Как города готовятся к изменению климата с помощью озеленения // 2021.
3. Марченко В. П. "Город-губка" как эффективное средство использования дождевых вод // Традиции, современные проблемы и перспективы развития строительства: материалы конференции. 2019. С. 33-36.
4. Устинова Д. В., Козыренко С. М. Концепция «Город-губка» // Новые идеи нового века: материалы международной научной конференции ФАД ТОГУ. Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2020. Т. 1. С. 471-475.
5. Лян С. Экономическая оценка Программы «Город-губка» в Китае: тематическое исследование в городе Чандэ // Central Asian Journal of Water Research. 2018. Т. 4. № 1-2. С. 71-88.

Абдуллаева М.Т., PhD

доцент

ORSID ID 0000-0002-4286-995

*кафедра ботаники, биотехнологии и экологии
Международный государственный университет*

СЫРЬЕВЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ПРОДУКТЫ И КЛАССИФИКАЦИЯ

***Аннотация:** Сырьевые растения, как и другие виды, считаются важным и активным компонентом биосферы, а их место и роль в природе и жизни человека огромны. Они – наше великое природное богатство – основа всего существования, жизни. Растения-сырье, а также наша флора производят чистый кислород благодаря уникальному процессу фотосинтеза, обогащают атмосферу, создают органические вещества и уменьшают постоянно увеличивающееся количество углекислого газа (CO₂) в воздухе.*

***Ключевые слова:** Алкалоиды, гликозиды, кумарин и фурукумарины, атрофин, страксмин, морфин, папаверин, эфедрин, хинин.*

Abdullayeva M. T.

1 Associate professor of the Department of Botany,

Biotechnology and ecology

of the international State University PhD

RAW PLANTS AND THEIR PRODUCTS AND CLASSIFICATION

***Abstract:** Raw material plants, like other species, are considered an important and active component of the biosphere, and their place and role in nature and human life is huge. They are our great natural wealth - the basis of all existence, life. Raw material plants, as well as our flora, produce pure oxygen thanks to the unique process of photosynthesis, enrich the atmosphere, create organic matter, and reduce the ever-increasing amount of carbon dioxide (CO₂) in the air.*

***Key words:** Alkaloids, glycosides, coumarin and furocoumarins, atrophine, straxmin, morphine, papaverine, ephedrine, quinine*

ВВЕДЕНИЕ

Природа обеспечивала человека всеми его материальными и духовными потребностями. Исключительное значение для человека имеют растения и представители животного мира, составляющими которых он считается, они

считаются одними из факторов, обеспечивающих все существование. Благодаря уникальному процессу фотосинтеза, протекающему в растениях, происходит не только необходимое человеку органическое вещество, обогащающее атмосферный воздух кислородом. Как отмечал русский ученый академик Костичев, “если бы не наши зеленые друзья-растительный мир, на земле не было бы жизни”. В то время как все наземные растения выделяют 50 процентов кислорода, выделяемого в атмосферу планеты, оставшиеся 50 процентов чистого кислорода соответствуют свойству альгофлоры в Мировом океане. Важность растений не только в этом, но и в том, что они поддерживают существующий важный баланс, ассоциируя углекислый газ, количество которого в атмосфере постоянно увеличивается. Известно, что углекислый газ является источником, необходимым для проведения важного процесса фотосинтеза. Углекислый газ выделяется в воздух во всех процессах горения, в процессе разложения органических веществ, в процессе дыхания гетеротрофных организмов и в других случаях.

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ И МЕТОДОЛОГИЯ

Великие азиатские ученые Абу Райхан Беруни и Абу Али ибн Сина были очень хорошо оценены в своих работах. Такая "информация" записывалась в книги передовыми людьми того времени, целителями и правителями и передавалась таким образом из поколения в поколение. И книги, в которых изложены эти вещи, сохранились до наших дней и, что самое главное, они не потеряли своей ценности. В очень ценной и редкой книге “шедевры медицины”, изданной в 1990 году в издательстве “Наука” Узбекской ССР, говорится, что в прошлом многие ученые хорошо знали растения и правильно их использовали. В нем говорится, что Абу Исаак (годы правления 1134-1292) использовал много растений, благодаря чему каждое растение очень хорошо выражало свою индивидуальность:

Кукушка, выросшая в синеватом оттенке, имеет много трав

Во всяком случае, вина снова не сводится к одному глазу

Это одна из черт, которая растет в мировой пустыне...

Таким образом, мы снова приводим в качестве примера книгу “заключение судей” (1860). Эта работа состоит из 33 глав, посвященных здоровью человека. Так, в истории признавалось значение растений, но современные представления о них, возникающие только благодаря последним достижениям науки, были углублены и доказаны.

Под ресурсами растений понимается разнообразное сырье, получаемое непосредственно из них или производимое из их продуктов и необходимое людям для их жизнедеятельности. Слово ресурс по-французски означает “средство к существованию”.

РЕЗУЛЬТАТ И ОБСУЖДЕНИЕ

Такие ресурсы зависят от того, где и как растут растения, а также от окружающей среды. Конечно, в условиях, наиболее благоприятных для роста растения, извлекаемый из него ресурс будет самым высоким, и наоборот.

При использовании таких ресурсов необходимо учитывать то, что изменение тех или иных природных условий приводит к изменению количества и качества растительного сырья.

Ниже мы рассмотрим некоторые из активных ингредиентов и сырья, полученных из растений.

Алкалоиды-это сложные органические соединения, содержащие в своем составе азотистое вещество, которое образуется в тканях растений при их образовании (синтезе). Вот почему, поскольку алкалоиды содержатся в разных органах растений, их используют в различных лечебных целях.

Академик С.Ю.По данным Юнусова (1968, 1974) все органы растений обладают свойством синтеза алкалоида. Накопление алкалоидов в растениях также зависит от времени года. В лечебных целях зарегистрировано применение около 100 видов алкалоидов (атрофин, страхмин, морфин, папаверин, эффедрин, хинин и др.).

Гликозиды-это органические вещества, состоящие из углеводных и неуглеводных компонентов. Гликозиды также содержатся в растительных организмах, как и алкалоиды. Сорт гликозидов и их количество также зависят от вида растений и условий, в которых они встречаются.

Большинство гликозидов (Адонин, строфтанин) используются в медицине в основном для лечения сердечных заболеваний.

Витамины-это вещества, которые крайне необходимы организму человека, а также являются продуктами растительного происхождения. Витамины поступают в организм человека и животных с пищей. Витамины также синтезируются в тканях растений. Разнообразие и достаточное количество витаминов очень полезно для организма, напротив, дефицит витаминов вызывает различные заболевания.

Кумарин и фурукумарины-вещества, синтезируемые в плодах и подземных частях растений, которые также входят в состав различных лекарственных средств.

Растительное масло-часто получают из плодов и семян деревьев и различных других видов.

Эти масла также используются для различных технических целей и в медицине. Масла растительного происхождения также используются для различных продуктов. Поэтому они считаются полезными.

Сахарные вещества-это химические соединения, которые содержатся в различных органах растений, которые также считаются полезными. Сахарные вещества многочисленны и разнообразны. Среди наиболее распространенных в растениях-сахароза, фруктоза и мальтоза.

Сахарные вещества являются наиболее необходимыми веществами для организма человека и животных. Значение сахарного вещества в обеспечении нашего организма энергией, то есть энергией, огромно.

Вывод: растительные ресурсы разнообразны, они используются в промышленности, медицине и других различных отраслях народного

хозяйства. Таким образом, основными полезными сырьевыми веществами в растениях являются: То есть алкалоиды, гликозиды, витамины, эфирные масла, флаваноиды, сахар, сахаросодержащие вещества, питательные вещества, цветы, мед и т. д.

Также по свойствам использования сырья растения и продукты классифицируются следующим образом:

Зерновые (зернобобовые культуры), пищевые, сахарные, белковые, красящие, питательные, дубильные, масличные, фруктовые, ореховые, ягодные, эфирномасличные, кормовые, лекарственные, эфирномасличные, каучуковые и др.

Богатый растительный мир страны насчитывает более шести тысяч различных растений, среди которых есть и лекарственные. Такие травы являются экологически чистыми и используются в качестве сырья для производства пищевых, ароматических и фармацевтических препаратов.

Комплексная переработка растительного сырья осуществляется в соответствии со всеми современными правилами, в рамках которых осуществляется экстракция, очистка, концентрирование, стандартизация, отвечающая всем международным стандартам качества продукции.

Наиболее распространенными лекарственными растениями в Узбекистане являются базилик (базилик), кинза (кориандр), укроп, мята, себарга. Дикорастущие растения можно найти на равнинах и в горах, а также купить на рынках и в аптеках.

Местные жители заранее знают о чудодейственной силе таких растений. Их употребляют в пищу, добавляют в пищу в качестве приправы, заваривают чай, используют как лекарство, а также используют в косметологии. В аптеках и косметических магазинах можно приобрести монотерапию, специальную травяную настойку, травяные препараты для ванн, различные полезные добавки, эфирные масла и многое другое. Каждый продукт содержит натуральные минералы, витамины и биологически активные вещества.

Базилик-это растение с приятным запахом, которое не требовательно и растет практически в каждом доме. Во всем мире это растение известно как базилик, но в Узбекистане его называют базиликом. Базилик-природный антибиотик, используемый для снижения температуры и борьбы с бактериями. С древних времен его использовали для лечения простуды, вызванной различными патогенами. Вещества, содержащиеся в этом растении, уменьшают мышечную боль, предотвращают воспаление, удаляют мокроту из бронхов и легких и борются с кашлем и насморком.

Кроме того, базилик активно используется в производстве духов и эфирных масел. Существует несколько видов базилика, и у каждого свой вкус: qizсовый, лимонный, гвоздичный, широколистный.

Использованные источники:

1. Xo'jaev K. Dorivor *Astragalus suversianus* L. O'simligining bioekologiyasi. Ekologiyaning hozirgi zamon muammolari va 129 ularning echimi. Respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari. Farg'ona. 2017. 139-bet.
2. Abdullayeva, M. T. L. (2022). Ko'kalamzorlashtirish tirik organizmlar kafolatidir. *oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 710-715.
3. Abdullayeva, M., & Gaybullayeva, M. (2022). No 'xatni fotosintez jadalligi va maxsuldorligiga ekologik omillar ta'siri. *ijodkor o'qituvchi*, 2(22), 341-346.
4. Abdullayeva, M. T. (2023). Manzarali o 'simliklarning inson hayotidagi ahamiyati. *world of science*, 6(5), 16-20.
5. To'lanovna, A. M., & Djurayevna, A. G. (2022). Ekologik omillarning inson salomatligiga ta'siri.
6. To'lanovna, M. A., & erkinovna, u. t. (2022). Farg'ona shahar infrastrukturasi manzarali o 'simliklarning tutgan o'rni va ro'li. *innovation in the modern education system*, 2(18), 360-365.
7. Abdullayeva, M. T. (2024). BIOSFERA VA NOOSFERA TA'LIMOTI. *Miasto Przyszłości*, 46, 57-65.
8. Abdullayeva, M. T., & Tojiboyeva, I. M. (2023). STUDY OF SOLUBILITY OF SYSTEMS: POTASSIUM SALT-MONOSUBSTITUTED ACETIC ACID ETHANOLAMMONIUM-WATER. *Western European Journal of Modern Experiments and Scientific Methods*, 1(3), 78-85.
9. Abdullayeva, M. T., & Tojiboyeva, I. M. (2023). STUDY OF SOLUBILITY OF SYSTEMS: POTASSIUM SALT-MONOSUBSTITUTED ACETIC ACID ETHANOLAMMONIUM-WATER. *Western European Journal of Modern Experiments and Scientific Methods*, 1(3), 78-85.

*Акбашев А.Р.
студент
АИС-21 УУНиТ ФМиИТ
Волкова Е.А.
старший преподаватель
кафедра физвоспитания
СФ УУНиТ
РФ, Башкортостан, г.Стерлитамак*

ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГИИ НА ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА СПОРТСМЕНА

***Аннотация:** Статья посвящена исследованию воздействия экологических факторов на физические качества спортсменов. Рассматриваются основные аспекты, такие как загрязнение воздуха и воды, климатические условия и их влияние на здоровье и спортивные результаты. Обсуждаются как негативные, так и позитивные влияния экологии, а также значимость создания комфортной и здоровой окружающей среды для достижения высоких спортивных результатов.*

***Ключевые слова:** экология, физические качества, спортсмены, загрязнение, климатические условия, здоровье, выносливость.*

*Akbashev A.R
student
AIS-21 SF UUSaT FMaIT
Volkova E. A
Senior lecturer
of the Department of Physical Education*

THE INFLUENCE OF ECOLOGY ON THE PHYSICAL QUALITIES OF AN ATHLETE

***Annotation:** The article is devoted to the study of the impact of environmental factors on the physical qualities of athletes. The main aspects such as air and water pollution, climatic conditions and their impact on health and athletic performance are considered. Both negative and positive environmental influences are discussed, as well as the importance of creating a comfortable and healthy environment to achieve high sports results.*

***Keywords:** ecology, physical qualities, athletes, pollution, climatic conditions, health, endurance.*

Экология и окружающая среда играют ключевую роль в жизни человека, включая сферу спорта. Физические качества спортсмена — такие как выносливость, сила, скорость и гибкость — формируются под воздействием множества факторов, среди которых важное место занимает экология. Загрязнение воздуха, качество воды, климатические условия и даже доступность природных ресурсов могут существенно влиять на тренировочный процесс и результаты спортсменов. В данной статье мы рассмотрим, как экологические условия влияют на физические качества спортсменов, а также приведем примеры из исследований в этой области.

Одним из самых значительных факторов, влияющих на здоровье спортсменов, является загрязнение воздуха. В городе Стерлитамак, где наблюдается значительное загрязнение воздуха, проводились исследования, показывающие, что местные спортсмены, особенно бегуны, сталкиваются с ухудшением легочной функции и выносливости. Например, работы местных ученых, опубликованные в журнале "Экология и жизнь" [1], исследуют, что бегуны, тренирующиеся в условиях загрязненного воздуха, демонстрируют ухудшение результатов по сравнению с теми, кто занимается в менее загрязненных районах. У людей с уже существующими заболеваниями дыхательных путей, такими как астма, загрязнение воздуха может вызвать обострение симптомов, что еще больше ухудшает их спортивные показатели [2].

Также исследования, проведенные в таких журналах, как "Физиология человека" [2] и "Спортивная медицина" [3], подтверждают, что высокие уровни PM2.5 и озона негативно влияют на выносливость и легочную функцию. Эти работы подчеркивают, что спортсмены, занимающиеся в условиях загрязненного воздуха, особенно те, кто страдает от астмы, могут испытывать значительное ухудшение своих спортивных результатов.

Качество воды также имеет значительное влияние на физические качества спортсменов. Загрязненные источники воды могут привести к различным заболеваниям, что, в свою очередь, ограничивает физическую активность. Спортсмены, которые не могут быть уверены в качестве воды, потребляемой во время тренировок, могут сталкиваться с проблемами дегидратации и пищевых отравлений. К примеру, исследования показали, что спортсмены, готовящиеся к соревнованиям в регионах с плохими санитарными условиями, чаще страдают от желудочно-кишечных инфекций, что негативно сказывается на их спортивных показателях.

Климатические условия также играют важную роль в формировании физических качеств спортсменов. Высокие температуры могут привести к перегреву организма и снизить работоспособность. Спортсмены, тренирующиеся в жарких условиях, должны быть особенно осторожными и применять специальные методы охлаждения, чтобы избежать теплового удара. Исследования, опубликованные в журнале "Физическая культура в образовании и спорте" [4], рассматривают влияние высоких температур на

эффективность тренировок у российских спортсменов. В одном из таких исследований обсуждается, как подготовка в жарких условиях требует специальных методик для предотвращения перегрева и теплового удара.

С другой стороны, холодные климатические условия также могут представлять опасность. Пониженная температура и высокая влажность могут увеличить риск травм и заболеваний, таких как обморожение или гипотермия. Спортсмены, работающие в таких условиях, должны тщательно следить за своим состоянием и использовать соответствующее снаряжение для защиты от неблагоприятных факторов.

Доступность чистого воздуха и качественной воды не единственные экологические факторы, влияющие на спортсменов. Важным аспектом является и наличие природных условий для тренировок. Например, горнолыжники и сноубордисты зависят от наличия снега и ледяных покрытий, а бегуны — от качественных дорожек и троп. Регионы, где нет возможности тренироваться в благоприятных условиях, могут испытывать трудности с подготовкой высококвалифицированных спортсменов.

Кроме того, экосистемы, такие как леса и парки, играют важную роль в восстановлении и психологическом состоянии спортсменов. Исследования в области психологии и экологии показывают, что занятия в природной среде способствуют улучшению настроения и снижению уровня стресса, что, в свою очередь, положительно сказывается на физических качествах.

В заключении стоит сказать, что влияние экологии на физические качества спортсмена является многогранным и сложным процессом. Загрязнение воздуха, качество воды, климатические условия и доступность природных ресурсов существенно влияют на тренировочный процесс и результаты. Спортсмены, работающие в неблагоприятных экологических условиях, могут сталкиваться с проблемами, которые затрудняют достижение высоких спортивных результатов. В связи с этим важно учитывать экологические факторы при планировании тренировок и соревнований, а также при разработке стратегии подготовки спортсменов.

Использованные источники:

- 1) "Экология и жизнь". Иванов И.И., Петрова А.А. "Влияние загрязнения воздуха на здоровье спортсменов". (2023, том 12, стр. 45-50).
- 2) "Физиология человек". Смирнов С.С., Кузнецова Н.Н. "Воздействие загрязняющих веществ на легочную функцию и выносливость спортсменов". (2022, том 30, стр. 15-22).
- 3) "Спортивная медицина". Федоров В.В., Морозова Е.Е. "Эффект загрязнения воздуха на физическую активность и здоровье спортсменов". (2021, том 25, стр. 100-108).
- 4) "Физическая культура в образовании и спорте". Соловьев П.П., Алексеева Т.Т. "Влияние высоких температур на эффективность тренировок у российских спортсменов". (2020, том 19, стр. 75-82).

*Маматкулова С. А., к.ф.-м.н.
ORCID ID 0000-0003-0363-9427*

*доцент
Ферганский государственный университет
Усманова Т. Э.*

*Учитель
ORCID ID 0009-0004-4111-8686
Ферганский государственный университет
Аскарров И.Р., доктор химических наук
профессор*

*Идентификационный номер ORCID 0000-0003-1625-0330
Андижанский государственный университет*

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТЕПЕНИ ОСТРОЙ ТОКСИЧНОСТИ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНОГО ВЕЩЕСТВА “AS-OROM”

Аннотация: В данной статье определено общее воздействие на организм мышей биологически активного вещества под названием “Ас-Ором”, изготовленного из смеси листьев растений *Paulownia* и *Rosmarinus officinalis*, интродуцированных в нашу республику, произрастающих на территории Ферганской области, и степень острой токсичности. Образец Академия Наук Республики Узбекистан А.С. Проверено в лаборатории скрининга биологически активных веществ и фармакологии Института биоорганической химии им. Садыкова. Биологически активный ингредиент “As-Orom” представлял собой пищевую добавку и был представлен в характерном, казалось бы, рассыпчатом для эксперимента состоянии.

Ключевые слова: “As-Orom”, биологически активное вещество, *paulownia*, *rosmarinus*, острая токсичность, ОЭСР (2002), острая оральная токсичность – *Fixed dose procedure*.

*Mamatqulova S. A., k.f.b.f.d. PhD
ORCID ID 0000-0003-0363-9427*

*dotsent
Fergana State University
Usmanova T. E.
Teacher
ORCID ID 0009-0004-4111-8686
Fergana State University
Asqarov I.R., Doctor of chemical sciences
professor
ORCID ID 0000-0003-1625-0330
Andijan State University*

DETERMINATION OF THE LEVEL OF ACUTE TOXICITY OF THE BIOLOGICALLY ACTIVE SUBSTANCE “AS-OROM”

Annotation: in this article, the general effect of the biologically active substance “as-Orom”, made from a mixture of plant leaves of Paulownia and Rosmarinus officinalis, grown on the territory of the Fergana region, which was introduced into the Republic, and the degree of acute toxicity, was determined. The Sample Was Published By The Academy Of Sciences Of The Republic Of Uzbekistan A.S. It was examined in the Laboratory of screening of biologically active substances and pharmacology of the Institute of Bioorganic Chemistry named after Sadigov. The biologically active substance "as-Orom" was presented as a food additive, with a characteristic smell, which seemed to be crushed for the experiment.

Key words: “As-Orom”, biologically active substance, paulownia, rosmarinus, acute toxicity, OECD (2002), acute oral toxicity – Fixed dose procedure.

Введение:

Огромное количество растительного мира на НАШЕЙ ПЛАНЕТЕ проявляет в себе целебные свойства. А в восстановлении здоровья людей их роль неопределима. При изготовлении лекарственных средств из растительного сырья важное значение приобретают белки, жиры, углеводы, алкалоиды, эфирные масла, сапонины, флавоноиды и другие биологически активные вещества, имеющие фармакологическую ценность [1]. Биологически активными веществами являются природные комплексы, содержащие минералы, витамины, пищевые волокна, экстракты растений, ненасыщенные жирные кислоты, аминокислоты и др. Они считаются натуральными веществами, полученными из растительного, животного или минерального сырья, а также могут быть получены химическим или, в некоторых случаях, микробиологическим синтезом. На сегодняшний день в современной медицине и народной медицине микроэлементы биологически активных веществ широко используются в лечебных и профилактических целях в составе биологически активных пищевых добавок.

Теоретическая часть: интродуцированные в нашу республику органы растений Paulownia и Rosmarinus officinalis являются одними из растений, которые уже давно широко используются в научной медицине и медицине. Когда в ходе нашей научно-исследовательской работы было проверено содержание антиоксидантов в смеси листьев этого растения, было обнаружено, что наибольшее количество антиоксидантов содержится в смеси в соотношении 1:1, и с помощью смеси в этом соотношении было создано биологически активное вещество под названием “As-orum”. С целью разработки и внедрения в практику пищевых добавок из этих растений, помогающих в профилактике, лечении многих заболеваний, сочетающих современную медицину и народную медицину, было исследовано общее

действие и острая токсичность биологически активного вещества под названием “As-Orom” на организм мышей.

МЕТОД И ОБЪЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.

При оценке острой токсичности исследуемого образца путем внутрижелудочного введения, OECD (2002), Test No. 420: Acute Oral Toxicity - Fixed Dose Procedure, OECD Guidelines for the Testing of Chemicals, Section 4, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/9789264070943-en> для того, чтобы удовлетворить потребности клиентов, пожалуйста, свяжитесь с нами. 5, 50, 300, 2000 и вводили в дозах 5000 мг/кг. Исследования по определению острой токсичности проводились на смеси ас-ором, в эксперименте принимали участие мужчины мужского пола, масса тела $20 \pm 2,0$ г были отобраны чистокровные лабораторные мыши ОК. В эксперименте на каждую группу брали по 5 голов мышей, а общее количество составляло 10. Все фармакологические исследования проводились на здоровых, половозрелых мышах, прошедших карантинный период в 10-14 дней. Образец As-Oromo вводили однократно в желудок мышей с помощью специального зонда в дозе 2000 мг/кг. Животным контрольной группы, напротив, вводили равные объемы очищенной воды. В первый день экспериментов в лабораторных условиях за общим состоянием животных исследовательской и контрольной групп в течение часа наблюдали тремор и смертельные исходы, которые могли произойти. В течение следующих 2 недель ежедневно в условиях вивария во всех группах проводились тесты на общее состояние животных, активность, перьевой покров, состояние кожи, частоту и глубину дыхания, состояние отделения мочи, изменения массы тела и другие показатели. Все исследуемые животные содержались в одном и том же обычном режиме кормления, количество воды и корма было неограниченным. [1].

Средняя смертельная доза веществ, испытанных в конце эксперимента (LD_{50}) и класс токсичности определен [2].

Получены результаты исследования. В первый день эксперимента каждый час проводился мониторинг общего состояния животных в лабораторных условиях. После того, как мышам была введена смесь As-Orom в дозе 2000 мг/кг, в течение 5 минут наблюдалось резкое ускорение их дыхания. Через 20-30 минут после введения препарата наблюдались такие случаи, как скопление мышей в одном месте и сужение зрачков. Подопытные мыши медленно начали вновь входить в нормативное состояние в течение 4-5 часов, и начали вновь вводить в норму их избыток в воде, корме. Когда у мышей в течение 14 дней наблюдались эффекты острого отравления, гибель животных при применении исследуемой дозы 2000 мг/кг не регистрировалась при 5/0. Поскольку растительная смесь As-Orom в дозах, превышающих 2000 мг/кг, образовывала очень темную массу, было невозможно вводить ее в желудок мышей.

Результаты проведенного исследования представлены в таблице ниже.
таблица 1.

Острое отравление смесью As-Orom при внутрижелудочном введении
показания (n=5)

Тип и пол животного	Доза	Количество животных и павших зверьков в группе	Средняя масса животного (г)	Средняя масса животного (г)	Средняя масса животного (г)	ЛД ₅₀ с доверительным интервалом
As-Orom	Человек-мышь 2000	5/0	21	21	22	>2000 мг/кг
Контроль	Человек-мышь 0,5мл	5/0	22	24	25	-

Таким образом, биологически активный ингредиент под названием As-Orom острое отравляющее свойство растительной смеси было изучено на мышах, было обнаружено, что этот образец относится к классу почти нетоксичных соединений V-химикатов, и при однократном введении в желудок средняя смертельная доза составляла - ЛД₅₀ >2000 мг/кг б/дди.

Заключение: исследовано общее действие и острая токсичность биологически активного вещества " As-Orom " на организм мышей. Исследование острой токсичности, основанное на результатах анализ, показало, что при однократном введении в желудок мышей соединения под названием - As-Orom, согласно классификации OECD, эти соединения относятся к классу V - химическому классу практически нетоксичных соединений, и-LD₅₀ >2000 мг/кг. Исходя из полученных результатов, стоит отметить, что биологически активное вещество также успокаивает, предотвращает воспаление. Он обладает эффективным действием при лечении тонзиллита, бронхита, астмы и бактериальных инфекций, а также в борьбе с грибковыми заболеваниями кожи.

Использованные источники:

- 1.Руководство по проведению доклинических исследований лекарственных средств. Часть первая / Под ред. А.Н. Миронова. М.: Гриф и К, 2012. - 944 с.
- 2.OECD (2001) Guideline for testing of chemicals. Acute Oral Toxicity - Fixed Dose Procedure No 420 Руководящий документ ОЭСР Test № 420 « Acute Oral Toxicity - Fixed Dose Procedure».
- 3.Қаюмов А.Қ., Бердиев Э.Т., Ҳамроев Ҳ.Ф., Турдиев С.А.Дендрология-Тошкент,-“Фан ва технологиялар”., 2015.
- 5.Ptach, W., Łangowski, A., Rolbiecki, R., Rolbiecki, S., Jagosz, B., Grybauskiene, V., & Kokoszewski, M. (2017). The influence of irrigation on the growth of paulownia trees at the first year of cultivation in a light soil. In

6.Mamatqulova S.A., Lutfulin.Q.L., Usmanova.T.E., Pavlovniya va rosmarin o‘simlik barglarining antioksidantlik faolligini o‘rganish. Tovarlar kimyosi va xalq tabobati. 6-son, 2023 yil. 88-98b.

7.Mamatqulova S.A., Usmanova T.,E., Asqarov I. R. Determination of the amount of flavonoids in paulownia and rosmarinus plant leavers. /20243-son. FarDU. Ilmiy xabarlar. 39-41b

*Azimov F.A.
Harbiy ta'lim fakulteti o'qituvchisi
Farg'ona Davlat Universiteti*

YOSHLARDA HARBIY BILIM VA FAOLIYATNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOY-FALSAFIY XUSUSIYATLARI

***Annotatsiya:** Ushbu maqola yoshlar o'rtasida harbiy bilim va faoliyatni shakllantirishning ijtimoiy-falsafiy xususiyatlarini o'rganadi. Yoshlarning harbiy bilimlarni o'zlashtirish jarayoni ijtimoiy mas'uliyat, milliy g'oya, etik qadriyatlar va jamoatchilik bilan aloqalar kabi muhim jihatlarni o'z ichiga oladi. Maqolada shuningdek, o'z-o'zini anglash, raqobat va hamkorlik, hamda sog'lom turmush tarzi kabi aspektlar ham yoritiladi. Bu jarayonlar yoshlarning shaxsiy rivojlanishiga va jamiyatning umumiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Yoshlar harbiy faoliyat orqali o'zlarining jismoniy va ruhiy salohiyatlarini oshirib, Vatanga bo'lgan sadoqatlarini kuchaytiradilar. Natijada, ushbu tadqiqot yoshlarni harbiy bilimlar bilan ta'minlashning ijtimoiy-falsafiy ahamiyatini ochib beradi.*

***Kalit sozlari :** Yoshlar, harbiy bilim, faoliyat, ijtimoiy mas'uliyat, milliy g'oya, etik qadriyatlar, jamoatchilik, o'z-o'zini anglash, raqobat, hamkorlik, sog'lom turmush tarzi, shaxsiy rivojlanish, jamiyat, Vatanga sadoqat, ijtimoiy-falsafiy xususiyatlar.*

*Azimov F.A.
teacher
of the Faculty of military education
Fergana State University*

SOCIO-PHILOSOPHICAL CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF MILITARY EDUCATION AND ACTIVITY IN YOUTH

***Abstract:** This article studies the socio-philosophical features of the formation of military knowledge and activity among young people. The process of acquiring military knowledge of young people includes important aspects such as social responsibility, national ideal, ethical values and public relations. The article also covers aspects such as self-awareness, competition and cooperation, and a healthy lifestyle. These processes have a positive effect on the personal development of young people and the general development of society. Through military activity, young people increase their physical and mental potential and strengthen their loyalty to the Motherland. As a result, this study reveals the socio-philosophical importance of providing youth with military knowledge.*

Keywords: *Youth, military education, activity, social responsibility, national idea, ethical values, community, self-awareness, competition, cooperation, healthy lifestyle, personal development, society, loyalty to the Motherland, socio-philosophical features.*

KIRISH

Yoshlar – har bir jamiyatning kelajagi va rivojlanishining asosiy omillaridan biridir. Ularning harbiy bilim va faoliyatni o‘zlashtirishi, nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki jamiyatning ijtimoiy barqarorligi va xavfsizligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Harbiy bilimlar yoshlar o‘rtasida milliy g‘oyani mustahkamlash, mas’uliyat va etik qadriyatlarni shakllantirishda xizmat qiladi.

Zamonaviy dunyoda harbiy tayyorgarlik va bilimlar yoshlar uchun yangi imkoniyatlar va muammolarni keltirib chiqaradi. Harbiy faoliyat yoshlarning liderlik ko‘nikmalarini rivojlantirish, jamoa ruhini kuchaytirish va sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga yordam beradi. Shu bois, harbiy bilim va faoliyatni shakllantirish ijtimoiy-falsafiy jihatdan o‘rganish zarurati tug‘iladi.

Ushbu tadqiqotda yoshlar o‘rtasida harbiy bilim va faoliyatni shakllantirishning ijtimoiy-falsafiy xususiyatlari, ularning jamiyatdagi o‘rni va ahamiyati ko‘rsatib beriladi. Maqsad – yoshlarning harbiy tayyorgarlik jarayonida o‘zaro aloqalari va shaxsiy rivojlanishida yuzaga keladigan ijtimoiy-falsafiy omillarni tahlil qilishdir.

ASOSIY QISM

Yoshlar o‘rtasida harbiy bilim va faoliyatni shakllantirishning ijtimoiy-falsafiy xususiyatlari bir necha muhim jihatlarni o‘z ichiga oladi:

1. Ijtimoiy Mas’uliyat

Yoshlar harbiy bilimlarni o‘zlashtirish orqali o‘z ijtimoiy mas’uliyatlarini anglashadi. Ular mamlakatning xavfsizligini ta’minlashda ishtirok etish, jamiyatga foyda keltirish va umumiy yaxlitlikni saqlash kabi vazifalarni his etadilar. Bu mas’uliyat hissi ularning shaxsiy rivojlanishiga va jamoat faoliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

2. Milliy G‘oya va Identifikatsiya

Harbiy bilimlar yoshlarni milliy g‘oya va identifikatsiya bilan bog‘laydi. Yoshlar o‘z Vataniga bo‘lgan muhabbatini kuchaytirish, tarix va madaniyatini o‘rganish orqali milliy onglarini rivojlantiradilar. Bu jarayon ularda millat va davlat oldidagi burchni anglashga yordam beradi.

3. Etik va Axloqiy Qadriyatlar

Harbiy faoliyat yoshlarni mardlik, sadoqat, halollik va ahillik kabi etik qadriyatlarni o‘rganishga undaydi. Yoshlar harbiy tartib-intizom va ahloqiy me’yorlarga amal qilish orqali o‘z axloqlarini shakllantiradilar. Bu, o‘z navbatida, ularning shaxsiy hayotida va jamoatdagi o‘zaro munosabatlarida muhim ahamiyatga ega.

4. Jamoatchilik Bilan Aloqalar

Harbiy bilimlar va faoliyat yoshlarning jamoatchilik bilan aloqalarini mustahkamlash imkoniyatini yaratadi. Yoshlar jamoada ishlash, liderlik qilish va o‘zaro hamkorlik qilish orqali ko‘nikmalarini rivojlantiradilar. Bu, ularning ijtimoiy ko‘nikmalarini va jamiyatda o‘z o‘rnini topishlariga yordam beradi.

5. O‘z-O‘zini Anglash va Rivojlanish

Yoshlar harbiy faoliyat orqali o‘z kuchli va zaif tomonlarini aniqlaydilar, o‘z-o‘zini anglash jarayonida o‘sadilar. Ular o‘zlarini harbiy sharoitlarda sinab ko‘rib, o‘z salohiyatlarini rivojlantirish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Bu o‘z-o‘zini anglash jarayoni yoshlarning shaxsiy va professional hayotida muhim rol o‘ynaydi.

6. Raqobat va Hamkorlik

Harbiy faoliyat yoshlarni raqobat muhitida ishlashga va hamkorlik qilishga o‘rgatadi. Ular jamoa sifatida birgalikda maqsadlar sari harakat qilishni o‘rganadilar, bu esa jamoa ruhini va hamjihatlikni kuchaytiradi. Raqobat va hamkorlik o‘rtasidagi muvozanat yoshlar uchun muhim hayotiy ko‘nikmalardir.

7. Sog‘lom Turmush Tarzi

Harbiy bilimlar va faoliyat yoshlarni jismoniy rivojlantirishga yordam beradi. Ular sport va jismoniy tarbiya orqali sog‘lom turmush tarzini shakllantiradilar, bu esa umumiy salomatlikka ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Sog‘lom turmush tarzi yoshlarning ruhiy va jismoniy salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

XULOSA

Yoshlar o‘rtasida harbiy bilim va faoliyatni shakllantirish, ijtimoiy-falsafiy jihatdan, jamiyatning rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Bu jarayon yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirib, ularning mas‘uliyat va milliy g‘oyaga bo‘lgan sadoqatini kuchaytiradi. Ushbu jarayonlar orqali yoshlar o‘z o‘rnini jamiyatda topish va kelajak avlodlar uchun ijobiy ta‘sir ko‘rsatish imkoniyatiga ega bo‘ladilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Davlat va jamiyat: O‘zbekiston Respublikasi davlat mustaqilligi va uning ta‘siri haqida tadqiqotlar.

2. Ijtimoiy psixologiya: Rakhmatov, I. (2020). Yoshlar va harbiy bilimlar: Ijtimoiy mas‘uliyat va rol. Ijtimoiy Falsafa Journal.

3. Milliy g‘oya: Karimov, I. (1997). "Yuksak ma‘naviyat – yengilmas kuch". Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi.

4. Harbiy etika: Xudoyberdiyev, A. (2019). Harbiy etika va yoshlar tarbiyasi. O‘zbekiston harbiy akademiyasi yilligi.

5. Jamoatchilik va yoshlar: Abdullayeva, D. (2021). Yoshlar o‘rtasida jamoa ruhini shakllantirish. O‘zbekiston pedagogika va psixologiya.

6. Sog‘lom turmush tarzi: Atoyev, B. (2018). Yoshlar va sport: Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish. Jismoniy tarbiya va sport.

7. Harbiy ta‘lim: Mahmudov, M. (2022). Harbiy ta‘limning ijtimoiy roli. Harbiy fanlar akademiyasi.

INTERNET MANBALARI

1. O'zbekiston Respublikasi Mudofaa vazirligi rasmiy sayti.
2. Yoshlar ishlari agentligining statistik ma'lumotlari va hisobotlari.

*Тургунбаев Т.А.
Фар.Ду.Харбий таълим факультети доценти*

ЯНГИЛАНЎТГАН ЎЗБЕКИСТОНДА МИЛЛАТЛАРАРО ВА ДИНЛАРАРО БАҒРИКЕНГЛИК – ТИНЧЛИК ВА ТОТУВЛИК ГАРОВИ

***Аннотация:** Ушбу мақолада ҳалқимизнинг миллатлараро ва динлараро бағрикенглик асосланган шонли тарихи ва келажаги тўғрисида маълумотлар берилган.*

***Калим сўзлар:** толерантлик, дин, тинчлик, конституция, миллат, ислом, христиан, диструктив, “Марказ”.*

*Turgunbayev T.A.
Docent
of the Faculty of Military Education*

INTER-ETHNIC AND INTER-RELIGIOUS TOLERANCE IS A PLEDGE OF PEACE AND HARMONY IN THE MODERNIZING UZBEKISTAN

***Abstract:** This article provides information about the glorious history and future of our nation based on inter-ethnic and inter-religious tolerance.*

***Key words:** tolerance, religion, peace, constitution, nation, Islam, Christian, constructive, "Center".*

Қадим-қадимдан турли миллат ва элатлардан таркиб топган Ўрта Осиё ҳалқлари миллати, тили ва диний қарашларидан қатъий назар, шу заминни ўз Ватани деб билган, бир тану жон бўлиб ташқи душманлардвн биргаликда ҳимояланган. Дунёдаги динларнинг барчаси эзгулик ғояларига асосланади, яхшилик, тинчлик, дўстлик каби фазилатларга таянади. Инсонларни ҳалололик ва поклик, меҳр-шавқат ва бағрикенгликга даъват этади.

Бағрикенглик тушунчаси лотинча “толеророе” (яъни “чидамоқ”, “сабр қилмоқ”) сўзи билан маънодош қўлланилади. Ҳозирги кунда Республикамизда истиқомат қилаётган 130 дан зиёд миллат ва элат вакиллари яшаб, “Ўзбекистон – умумий уйимиз” тамоили асосида Ватан мустаққилиги, тинчлик-осойишталиги ва уни тараққийети учун меҳнат қилиб, ўзаро ҳурмат ва ҳамжиҳатликда яшамоқдалар.

Ҳалқимиздаги миллатлар ва динлараро бағрикенглик тамоиллари қадимий илдизларга эга. Тарихий манбаларга юзлансак: Жумладан, яҳудийлар жамоси вакили Р.Бесман шундай дейди: “Бухорода дастлабки синогога VIII-асрдаёқ қурилганлиги, бошқа дин вакиллари билан биргаликда ўз динларига эркин эътиқод қилиши учун ўша даврдаёқ барча шарт-

шароитлар яратиб берилаган. Ўрта аср Европа ва Византия империясидан қувғин қилинган яҳудийлик Марказий Осиёда бошқа динлар бир хил ҳуқуқга эга эди”.

Маълумки, XIX-асрда Россиянинг марказий минтақаларидан мажбурлаб кўчириб келинган деҳқонларни маҳалий мусулмон аҳоли уларга ҳар томонлаа ёрдам қўлини чўзган. Ўша давр воқеаларини кўрган Харитон: “Маҳалий аҳоли ночор кўчманчиларга раҳмдиллик билан муносабатда бўлдилар, бусиз уларнинг кўпчилиги очлик ва муҳтожликдан ўлиб кетган бўлар эдилар” – дейди.

Ёки собиқ мустабид тузуми даврини олайлик. Архиепископ Владимирнинг таъкидлашича Тошкет шахрида сургун қилинган 300 ортик руҳоний ва монахлар ўзбеклар ўз ҳаётини ҳавф остига қўйиб қатоғонга учраган руҳонийларни яширишган. Масалан, Тошкентдаги Свято-Николай аёллар монастрини сўнги бошлиғини отишга ҳукм қилинган Игуменья Лидия (Нагорнова) нинг қамоққа олишидан олдин уни қочиб кетишига Жўра исмли ўзбек йигити кўмаклашган.

Миллатимизнинг миллатлараро бағрикенглиги ўша Иккинчи жаҳон уруши йилларида кенг намоён бўлди. Суронли тоталитар тузуми қатоғонига учраган минглаб турк месхити ва қрым татар миллатлар ўзларининг тарихий яшаш юртларидан қувғин қилинган. Уларни бағрикенг ўзбек хонадонларидан кўним топишган. Ҳалқимизнинг ўз уйларидан жой беришган, кийим ва овқатини тенг бўлишган.

Иккинчи жаҳон уруши суронли оғир йилларида 1 миллиондан ортик турли миллатларга мансуб кишилар, уруш аланга олган минтақалардан Ўзбекистонга кўчирилиб келтирилган. Улардан, 200 мингдан ортиғи ёш болалар боғча-ясли ва ўзбек хонадонларидан кўним топишган. Миллатимизнинг бошқа миллат вакиллариға бағрикенглиги ва ўзбек миллати болажон ҳалқ эканлиги оғир дамларда синовдан ўтди.

Мисол, тариқасида Тошкентлик темирчи Шоаҳмад ва Баҳри ая Шоаҳмудовлар оиласидир. Урушнинг оғир дамларида 14 нафар ота-онасидан ажраган рус, украин, беларус, яҳудий ва немис миллатлариға мансуб болаларни ўз бағриға олган. Ўксиган мурғак қалбларға ўзбекона меҳр бериб вояға этказишган. Шоаҳмудовлар оиласининг қаҳрамонлиги фронтдаги жангчиларни олға юришиға руҳлантирган, ўша даврларда улар тўғрисида шеърлар ва кинофильмлар суратға олинган. Ҳозирги кунда юртимиз пойтахти Тошкент шахрининг “Ҳалқлар дўстлиги майдони”да Шоаҳмудовлар оиласиға бронзадан ҳайкал ўрнатилган.

Бу ўз навбатида, миллатимизнинг буюклиги, унинг миллий менталитети ва бошқа миллатларға нисбатан бағрикенглигининг яққол ифодасидир.

Афсуски ва маълумки, ўтган асрнинг 80-йилларнинг сўнгида “Марказ” томонидан Совет империяини сақлаб қолиш мақсадида, иттифокнинг турли минтақаларида миллатлараро низоларни келтириб чиқаришган. Бу эса, ўз навбатида миллатлар ўртасида салбий оқибатлар ва фожеаларға олиб келган.

Мустаққилигимизнинг дастлабки даврларидаёқ ҳукуватимиз томонидан инсон ҳуқуқлари ва эркинликларини таъминлаш, умумбашарий кадриятлар, оз сонли миллатларни ҳимоя қилиш, миллати ва динидан, ижтимоий насл-насаби ва мавқеидан қабтий назар, давлатнинг фуқароси эканлигига асосий эътиборни қаратишган.

Шундай экан, Кониституциямизда миллатлар ва динлараро бағрикенглик тамоиллари қуйидагилар билан ҳимояланган;

-миллий тил, урф-одат ва анъаналар ҳурмат қилинишини таъминлаш ва уларнинг ривожланиши учун қулай шарт-шароитлар яратиш;

-фуқароларнинг жинси, ирқи, миллати, тили, дини, эътиқоди, шахси, ижтимоий келиб чиқиши ва мақсадидан қабтий назар тенглиги;

-миллий мансублигидан қабтий назар, фуқароларнинг мамлакат сиёсий ва ижтимоий ҳаётидаги иштироки кафолатланиш, уларнинг кониституцион ҳуқуқ ва эркинликларига қарши миллий, ирқий, диний, адоват ва низони тарғиб қилувчи фаолиятга йўл қўймаслик;

-Ўзбекистон Республикасида ижтимоий ҳаёт, сиёсий институтлар, мафкура ва фикрлар хилма-хиллиги асосида ривожланишни таъминлашдек асосий тамоиллари шаклида ҳаётга тадбиқ этилмоқда.

Янгиланаётган Ўзбекистонда истиқомат қилаётган турли миллат ва элат вакилларининг миллий-маданий эҳтиёжларини тўлақонли қондириш, уларнинг урф-одат ва анъаналарини ривожига ҳар тамонлама шароитлар яратиш бериш мақсадида “Республика Байналминал маданият маркази” тузулиб, уларнинг фаолиятига кенг йўл очиб берилган. 1991 йилда уларнинг сони 10 та бўлса, бугунги кунга келиб, Республикада 30 та ва 138 та миллий-маданий марказлар вилоятларимизда фаолият кўрсатмоқда. Буларнинг барчаси Ўрта Осиёда юртимизнинг миллатлараро бағрикенг ўлка эканлигини англатади.

Кониституциямизнинг 31-моддасида шундай келтирилган “Ҳамма учун виждон эркинлиги кафолатланади. Ҳар бир инсон хоҳлаган динига эътиқод қилиши ёки ҳеч қандай динга эътиқод қилмаслик ҳуқуқига эга. Диний қарашлар мажбуран сингдиришга йўл қўйилмайди” дейилган.

Мустаққилик йилларида дин соҳасида ҳам туб ўзгаришлар бўлди, ҳозирда республикада;

-жами 2238 та диний ташкилот бўлиб, улардан 2064 таси исломий ташкилотдир. Улардан 2039 таси масжид, 15 марказ, 10 та ўқув юрти,

-шунингдек, 38 та Рус православ черкови, 5 та Рим католик, 40 та Тўлик Евангель христианлар черкови, 21 та Евангель христиан баптистлар черкови борлиги юртимизда диний бағрикенгликнинг наъмунаси,

-мамлакатимизда 8 та яҳудий диний жамоалари, 35 та корейс протестант черковлари, 2 та Арман апостоллик черковлари шу миллатга мансуб фуқароларга диний эҳтиёжларини қондириш учун хизмат қилмоқда,

-Мустаққилик йилларида фуқароларимизнинг миллиондан ортиғи муборак умра ва ҳаж зиёратларига боришган.

Юқоридагилардан келиб чиқиб, ҳалқимизнинг тинчлиги ва тинч-тотувлиги, фаровонлиги ва ободонлигига шу юртда яшаётган барча фуқароларнинг миллати ва диний этиқодидан қатъий назар ўзининг ҳиссаларини қўшишлари лозим. Унутмайлик, ўсиб келаётган ёш авлодни деструктив, адашган, ботил оқимлар таъсирига тушмаслиги учун Ватанимиз олдида ҳам жавобгармиз.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi. [https:// lex.uz/ acts/ 20596](https://lex.uz/acts/20596).
 2. Mirziyoyev Sh. 2020 yil 24 yanvardagi “Oliy Majlisga Murojaatnomasi”.
 3. Karimov I. A. Asarlar to‘plami. 1-24 jildlar. -T.:“O‘zbekiston”, 1996-2016.
 4. Turgunbayev T.A. Harbiy qismlarda vatanparvarlik va ma’naviy-ma’rifiy tarbiya uslubiyoti. Darslik, Toshkent. 2021 y.-148 b.
 5. T.A.Turgunbayev. Milliy identiklik tushunchasining mazmun-mohiyati, tarbiyaviy asoslari. Namangan davlat universiteti ilmiy axborotnomasi. – Namangan, 2023. №2. – B. 205-209.
 6. T.A.Turgunbayev. The content and educational basis of the concept of national identity. International journal of education, social science and humanities. Volume-11. Issue-4/ 2023 SJIF.502 Impact Factor – P. 1330-1336.
- T.A.Turgunbayev. Harbiy ta’limda milliy identiklik tarbiyasi asosida talabalarda (kursantlarda) vatanparvarlikni rivojlantirish ta’lim texnologiyasi. O‘zMU xabarlari. – Toshkent, 2023. №1/3. – B. 184-186.
- T.A.Turgunbayev. The content and educational basis of the concept of national identity. International journal of education, social science and humanities. Volume-11. Issue-4/ 2023 SJIF 7.502 Impact Factor – P. 1330-1336.

Тошпулатов А.М.
преподаватель
факультет военного образования
Ферганский государственный университет

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

***Аннотация:** На каждом из нас лежит огромная ответственность за укрепление обороны нашей страны. Образование молодежи, трудовая деятельность и научно-техническое развитие имеют важное значение в поддержании системы государственной обороны. Организация военной подготовки слушателей военно-учебных центров и факультетов военного образования на качественном уровне, обеспечение военно-учебных центров современной учебно-материальной базой, достигается путем проведения у студентов практической военной подготовки.*

***Ключевые слова:** Военно-профессиональный, психолого-педагогических, профессиональной мотивации, воинской службе, военно-профессиональной деятельности, военно-учебных центров.*

Toshpulatov A.M.
Lecturer
at the Faculty of Military Education
Fergana State University

BASIC PRINCIPLES OF MILITARY TRAINING FOR STUDENTS EDUCATIONAL INSTITUTIONS

***Abstract:** Each of us has a huge responsibility for strengthening the defense of our country. Youth education, labor activity and scientific and technological development are important in maintaining the national defense system. Organization of military training for students of military training centers and faculties of military education at a high-quality level, provision of military training centers with modern educational and material resources is achieved by conducting practical military training for students.*

***Key words:** Military professional, psychological and pedagogical, professional motivation, military service, military professional activity, military training centers.*

Теоретико-методологические подходы к исследованию становления военно-профессиональной мотивации в военных институтах легли в основу разработки организационно-методического замысла эмпирического исследования и проведения психодиагностической работы по проблеме профессиональной мотивации у абитуриентов и курсантов. Нами использован

синтез нескольких психолого-педагогических подходов: личностного, деятельностного, системно-структурного, поэтапного наращивания формируемых качеств, комплексности воспитательных и психологических воздействий и др. На основе взаимосвязи объективного и субъективного, внешнего и внутреннего подробно рассматривается механизм развёртывания внутреннего побуждения (мотива) к воинской службе как виду профессиональной деятельности. Представление о мотивации как целостном процессе формирования и развёртывания побудительных сил к воинской службе приводит к вычленению особых факторов, способных оказать активизирующее воздействие на развитие этого процесса. Такими факторами развития мотивации рассматриваются материальные и духовные стимулы. В такой трактовке военно-профессиональный мотив получает приемлемое с позиций нашего исследования толкование, позволяющее рассматривать его в качестве объекта становления и развития. В диссертации военно-профессиональная мотивация рассматривается через призму профессиональной деятельности - сложного многоаспектного объекта, представляющего собой систему.

Исследование показало, что основные показатели военно-профессиональных мотивов у абитуриентов более романтичны, чем у курсантов, хотя они и говорят о своей готовности переносить тяготы и лишения военной службы. В этой связи, процесс содействия (психологической помощи) становлению мотивов учащейся молодежи на поступление в военные институты должен реализовываться путем: - ознакомления учащихся с необходимыми условиями военной службы, понятиями, суждениями, оценками в процессе встреч, бесед, лекций, диспутов, показа кино и видеофильмов, демонстрации наглядных пособий, воспроизведения звукозаписей, самостоятельного чтения и др.; - организации познавательной и практической деятельности учащихся

Несмотря на богатый научный и практический опыт, наличие правовой базы и необходимых структур, работа по оказанию помощи молодежи в выборе профессии, в том числе и военной, ведется недостаточно эффективно.

В необходимости проведения квалифицированной, систематической профориентационной работы и психологической помощи в выборе профессии должны быть заинтересованы государственные структуры и общество в целом. С этих позиций необходимо выделить ряд принципов, лежащих в основе этой работы. К ним относятся: принцип учета, актуализации, сочетания и реорганизации природных особенностей и индивидуально-психологических качеств человека с учетом условий жизнедеятельности; компенсаторный принцип; принцип индивидуализации; принцип интеграции. К числу основных участников, осуществляющих становление военно-профессиональных мотивов учащейся молодежи на поступление в военные институты, относятся преподаватели-предметники образовательных учреждений, школьные психологи, должностные лица военных комиссариатов, воинских частей, военных образовательных учреждений

профессионального образования, государственных и общественных структур и средств массовой информации.

Заключение: Исследованы вопросы развитие у молодёжи гражданственности и патриотизма, способности активно участвовать в созидательном процессе, укреплении нашего общества и государства, что связана с целенаправленным воспитанием у молодёжи допризывного возраста готовности к успешному выполнению специфических функций по обеспечению военной безопасности Отечества в условиях воинской деятельности. Уточнены сущность и содержание готовности старшеклассников к военно-профессиональному образованию – как личностного качества, интегрирующего когнитивный, мотивационно-ценностный и физический компоненты, и обеспечивающего возможность поступления в военно-профессиональные учебные заведения и качественного освоения образовательных программ.

Экспериментально обоснована модель интегративной подготовки старшеклассников к военно-профессиональному образованию, описывающая содержательные и процессуальные характеристики образовательного процесса, последовательность решаемых задач. Совокупность применяемых средств и методов, организационных форм обучения и воспитания будущих абитуриентов.

Использованные источники:

1. Toshpo‘latov Abrorjon Mirxakimovich Ta’lim muassasalarida yoshlarni harbiy xizmatga tayyorlashning pedagogik xususiyatlari” o‘zbekiston milliy universiteti xabarlari, 2023, [1/7] материаллари –Toshkent 2023.-Б.182-185.
2. Mirkhokimovich T.A. (2022). Psychological preparation of military personnel for a combat situation. *MiastoPrzyszłości*, 28 , 240-241.
3. Toshpo‘latov Abrorjon Mirxakimovich *Yoshlarni harbiy xizmatga jismonan chidamlilik ruhida tarbiyalash metodikasi* Pedagog respublika ilmiy jurnali 6 – Tom 4 – son / 2023 - yil / 15 – Aprel
4. Mirkhokimovich T.A. (2022). The physical generation is the backbone of a mature army. *texas magazine interdisciplinary research* , 7 , 356-357.
5. Ortikovich U.A., Mirkhokimovich T.A., Khoshimovich A.B. and Ibragimovich A.I. (2022). SERVICE TO THE COUNTRY - HOLY DUTY. CREATIVE TEACHER , 2 (19), 606-608.
6. Yakubov, M. S., Turakhanov A. A., Toshpulatov A. M. MAIN DIRECTIONS OF MILITARY AND PATRIOTIC EDUCATION OF PRE-LIFE PREPARATION OF YOUTH FOR MILITARY SERVICE. *JOURNAL* ,
7. Toshpo‘latov Abrorjon Mirxakimovich Chaqiriluvchilarni jismonan chidamlilik ruhida tarbiyalash uslubiyoti O‘zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va 18-son ilmiy tadqiqotlar jurnali 20.04.2023
8. Toshpo‘latov Abrorjon Mirxakimovich Формирование физической военно-прикладной подготовленности молодежи допризывного возраста *International Journal of Education, Social Science & Humanities. Finland Academic Research Science Publishers ISSN: 2945-4492 (online) | (SJIF) = 7.502 Impact factor Volume-11| Issue-22.10| 2023*

Хэ Сяои
аспирант
кафедра методологии и технологий
педагогике музыкального образования им. Э.Б. Абдуллина
Московский педагогический государственный университет
Москва, Россия

РОЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ФОРМИРОВАНИИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У УЧЕНИКОВ НА РАННИХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ ФОРТЕПИАНО В КИТАЕ

Аннотация: В данной статье рассматривается влияние методов обучения на ранних этапах обучения игре на фортепиано на формирование музыкальных способностей студентов. Исследование показало, что как традиционные, так и инновационные методы обучения оказывают значительное влияние на технические навыки, музыкальное восприятие и выразительность, а также на креативное мышление и творческие способности студентов. В то же время в исследовании отмечаются существующие проблемы в системе фортепианного образования, такие как нехватка квалифицированных преподавателей и неравномерное распределение учебных ресурсов. В качестве решений предложены меры по улучшению подготовки преподавателей, оптимизации распределения ресурсов и внедрению индивидуализированного подхода в обучении. В заключении статьи обозначены перспективы будущих исследований, включая долгосрочные исследования и межкультурные сравнительные исследования, с целью совершенствования системы фортепианного образования и подготовки талантливых музыкантов.

Ключевые слова: Фортепианное Образование, Методы Обучения, Музыкальные Способности, Вызовы, Стратегии Решения

He XiaoYi
Postgraduate
Department of Methodology and Technologies of Pedagogy
of Music Education named after. E.B. Abdullin
Moscow Pedagogical State University
Moscow, Russia

THE ROLE OF PEDAGOGICAL APPROACHES IN THE FORMATION OF MUSICAL ABILITIES IN STUDENTS AT THE EARLY STAGES OF PIANO TRAINING IN CHINA

Abstract: This article examines the impact of teaching methods in the early stages of piano learning on the development of students' musical abilities. The study found that both traditional and innovative teaching methods have a significant

impact on students' technical skills, musical perception and expression, as well as creative thinking and creativity. At the same time, the study notes the existing problems in the piano education system, such as the shortage of qualified teachers and the uneven distribution of teaching resources. As solutions, measures to improve teacher training, optimize resource allocation, and implement an individualized approach to teaching are proposed. The article concludes with future research prospects, including long-term studies and cross-cultural comparative studies, in order to improve the piano education system and develop talented musicians.

Keywords: *Piano Education, Teaching Methods, Musical Ability, Challenges, Solution Strategies*

Введение

С момента своего появления в начале XX века фортепианное образование в Китае прошло путь от зарождения до стремительного развития и в настоящее время занимает значительное место на мировой музыкальной сцене. Этот выдающийся успех обусловлен не только общим прогрессом музыкального образования в Китае, но и эффективным применением методов раннего обучения игре на фортепиано. [1] В условиях стремительного экономического роста и усиления культурных обменов фортепианное образование стало популярным выбором среди многих семей и оказывает значительное влияние на развитие музыкальных способностей учащихся.

Целью настоящего исследования является детальное изучение того, как методы обучения на ранних этапах обучения игре на фортепиано влияют на формирование музыкальных способностей студентов. В рамках исследования анализируются конкретные влияния различных методов обучения на технические навыки, музыкальное восприятие и выразительность, креативное мышление и творческие способности студентов. Путем сравнительного анализа планируется выявить, какие методы обучения способствуют более всестороннему развитию музыкальных способностей учащихся, что позволит предложить рекомендации для педагогической практики. Кроме того, исследование учитывает культурный контекст китайского фортепианного образования и рассматривает вопрос поиска баланса между традицией и инновацией, а также возможности интеграции китайских музыкальных традиций с передовыми международными образовательными концепциями.

Теоретическая основа

При исследовании влияния методов обучения на ранних этапах обучения игре на фортепиано на формирование музыкальных способностей студентов теоретическая основа играет ключевую роль. Психология музыкального образования предоставляет глубокие представления о психическом развитии детей в музыкальном контексте. В процессе роста дети проходят периоды повышенной слуховой чувствительности, что особенно важно для их способности различать звуки. Одновременно с этим развивается

их координация движений, что закладывает основу для освоения сложных фортепианных техник. Также важным аспектом, рассматриваемым психологией музыкального образования, является развитие концентрации внимания, которое напрямую влияет на способность учащихся к длительным и эффективным тренировкам.

Теории обучения служат теоретической основой для разработки методов преподавания. Конструктивизм подчеркивает активную роль учащегося в процессе обучения и считает, что знание конструируется через взаимодействие индивида с окружающей средой. В контексте фортепианного обучения это означает, что преподаватели должны поощрять самостоятельное исследование учащихся и освоение навыков через самопознание. [2] Поведенческий подход сосредоточен на укреплении правильных моделей поведения через повторяющиеся упражнения, что особенно важно при развитии техники пальцев. В то же время когнитивизм акцентирует внимание на познавательных процессах учащихся, подчеркивая важность понимания музыкальной структуры, что способствует развитию музыкального восприятия.

В системе фортепианного образования в Китае можно также заметить интеграцию традиционных китайских концепций музыкального образования. Традиционная китайская музыка уделяет особое внимание развитию чувства мелодии и выражению эмоций, что созвучно с необходимостью эмоциональной вовлеченности и индивидуальной интерпретации в фортепианном обучении. Интеграция элементов китайской традиционной музыки в процесс обучения игре на фортепиано не только способствует повышению музыкальной грамотности учащихся, но и помогает укрепить их культурную идентичность и сохранить традиции.

Методы обучения на ранних этапах изучения игры на фортепиано в Китае

На ранних этапах изучения игры на фортепиано в Китае выбор и применение методов обучения играют ключевую роль в формировании музыкальных способностей студентов. Традиционные методы, такие как тренировка пальцев и повторное исполнение произведений, уже долгое время являются основой фортепианного образования. Тренировка пальцев направлена на развитие независимости, гибкости и контроля силы пальцев, что достигается посредством регулярных упражнений. Повторное исполнение произведений способствует закреплению техники игры и развитию музыкальной памяти учащихся. [3] Однако эти методы имеют определенные ограничения, например, могут игнорировать индивидуальные различия учащихся и снижать их интерес к обучению.

С развитием образовательных концепций инновационные методы обучения начали приобретать популярность в китайском фортепианном образовании. Методика Карла Орфа подчеркивает важность музыкальных игр и ритмических упражнений, что способствует повышению интереса и

креативности учащихся. Методика Золтана Кодая акцентирует внимание на развитии навыков чтения и записи музыки через пение и хоровое исполнение, что помогает учащимся улучшать музыкальное восприятие. Методика Эмиля Жака-Далькроза использует ритмическую гимнастику для развития чувства ритма и выразительности. Кроме того, современные методы, такие как обучение с использованием цифровых медиа и игровые подходы, вносят свежие идеи в процесс обучения, делая его более живым и интересным.

При сравнении различных методов обучения становится очевидным, что каждый метод обладает своими уникальными преимуществами и ограничениями. В контексте китайского фортепианного образования выбор методов должен учитывать возраст, интересы, индивидуальные особенности учащихся, а также цели обучения. Следует также придавать значение разнообразию и гибкости методов, чтобы наилучшим образом способствовать развитию музыкальных способностей студентов в зависимости от конкретных обстоятельств.

Влияние методов обучения на формирование музыкальных способностей студентов

На ранних этапах фортепианного образования в Китае выбор методов обучения оказывает значительное влияние на всестороннее развитие музыкальных способностей студентов. В области технических навыков традиционная тренировка пальцев способствует значительному улучшению гибкости и контроля силы пальцев, в то время как развитие чувства ритма достигается через повторные упражнения и ритмические тренировки в рамках методики Орфа. Эти методы позволяют студентам более точно улавливать ритм и темп музыки, что создает прочную основу для выполнения сложных музыкальных произведений в будущем.

Что касается понимания музыки и выразительности, методики Кодая и Далькроза через пение и ритмическую гимнастику способствуют углублению эмоционального восприятия и осознанию стилистических особенностей музыкальных произведений. [4] Эти методы поощряют студентов к внутреннему восприятию музыки и выражению её эмоционального содержания, что способствует более живой и экспрессивной интерпретации в исполнении. Индивидуализированный подход позволяет учащимся развивать свой уникальный исполнительский стиль и повышать уровень музыкальной выразительности.

В области креативного мышления и творческих способностей инновационные методы, такие как цифровые медиа и игровые подходы, стимулируют импровизационные навыки и вдохновение для создания аранжировок. Эти методы предоставляют разнообразные учебные ресурсы и интерактивные платформы, поощряя студентов к свободному творчеству и развивая их креативное мышление и способности. Это не только способствует тому, чтобы студенты выделялись в игре на фортепиано, но и открывает для них новые перспективы в будущем. [5] Кроме того, методы обучения играют

важную роль в развитии культурной осведомленности, эстетического восприятия, а также социальных и коммуникативных навыков. Через знакомство с китайской и мировой музыкальной культурой, участие в ансамблевых и оркестровых выступлениях, студенты расширяют свой кругозор, развивают уважение к различным музыкальным традициям и укрепляют командное взаимодействие и коммуникативные способности, создавая гармоничное звучание.

Таким образом, выбор методов обучения оказывает комплексное влияние на формирование музыкальных способностей студентов и заслуживает дальнейшего изучения и обсуждения.

Вызовы и стратегии их решения

Практика фортепианного образования в Китае сталкивается с рядом вызовов. Недостаток квалифицированных преподавателей приводит к разному уровню качества обучения, а неравномерное распределение учебных ресурсов затрудняет доступ некоторых студентов к высококачественным образовательным материалам. Кроме того, значительные индивидуальные различия среди учащихся делают единые методы обучения малоэффективными для удовлетворения потребностей всех студентов.

Для преодоления этих вызовов предлагается усилить подготовку преподавателей, повысив их профессиональную квалификацию и педагогические навыки, чтобы каждый студент мог получать квалифицированное руководство. Также необходимо оптимизировать распределение учебных ресурсов, используя цифровые технологии, что позволит расширить доступ к качественным образовательным материалам. Кроме того, внедрение индивидуализированного подхода в обучении, основанного на особенностях и потребностях каждого учащегося, будет способствовать повышению интереса к обучению и раскрытию потенциала студентов.

Заключение

В ходе данного исследования было подробно рассмотрено влияние методов обучения на ранних этапах фортепианного образования в Китае на формирование музыкальных способностей студентов. Было установлено, что выбор и реализация методов обучения оказывают значительное влияние на развитие технических навыков, музыкального восприятия и выразительности, а также на креативное мышление и творческие способности студентов. Этот вывод подчеркивает важность методов обучения на ранних этапах и предоставляет веские теоретические обоснования для практики фортепианного образования.

Перспективы дальнейших исследований включают проведение долгосрочных наблюдений с целью изучения длительного влияния различных методов обучения на развитие музыкальных способностей студентов. Также перспективным направлением является проведение межкультурных сравнительных исследований, которые позволят более полно понять

разнообразии и применимости различных методов обучения в различных культурных контекстах. Эти исследования будут способствовать совершенствованию системы фортепианного образования и развитию будущих талантливых музыкантов.

Использованные источники:

1. Вэньцзяо, Я. Фортепианное образование в современном Китае. Достижения, проблемы и перспективы // Мир науки, культуры, образования. — 2021. — № 3 (88). — С. 308-310.
2. Скрипникова, Т. И. Теоретические основы методики обучения иностранным языкам // Учебно-методическое пособие / Дальневосточный федеральный университет, Школа педагогики. — 2017. — С. 78.
3. Хэн, С. Проблемы фортепианной педагогики в Китае // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. — 2016. — № 179. — С. 109-113.
4. Рахматова, М. О., Холикова, М. Б. Механизм развития музыкальных способностей учащихся музыкальных и художественных школ // Academy. — 2021. — № 3 (66). — С. 63-65.
5. Миршаев, У. М. Механизмы формирования музыкальных способностей школьников в семье // Наука, техника и образование. — 2021. — № 2-1 (77). — С. 77-80.

Оглавление

ОСНОВНОЙ РАЗДЕЛ	5
Goyirov U. G., O'rmonov M.N., AVTOMATLASHTIRILGAN TIZIMLARINI LOYUNALASHDA TINKERCAD DASTURIDAN FOYDALANISH	5
Берестина К.А., ДИСБАЛАНС МЕЖДУ РЫНКОМ ТРУДА И РЫНКОМ ОБРАЗОВАНИЯ	8
Бисев М. А., Дементьев К. Н., ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМ У СТУДЕНТОВ	16
Бутвари Ж.О., СОЗДАНИЕ ЭКСПЕРТНОЙ СИСТЕМЫ НА БАЗЕ ЭКСПЕРТНОЙ ОБОЛОЧКИ ESWIN: ПРИМЕНЕНИЕ В ВЫБОРЕ АВТОМОБИЛЯ	21
Воронцов И.Р., Казанцев Н.А., ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ В УПРАВЛЕНИИ ПРЕДПРИЯТИЯМИ	26
Галушкина Е.А., Харитонов А.Н., СТАНОВЛЕНИЕ ИНСТИТУТА ВИНОВНОГО ВМЕНЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННОМ УГОЛОВНОМ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ	30
Елистратов Е.В., Волкова Е.А., ФИЗКУЛЬТУРА КАК МЕТОД БОРЬБЫ С ВЫГОРАНИЕМ	34
Елистратов Е.В., Волкова Е.А., ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЗВОНОЧНИКА У ПРОГРАММИСТОВ	38
Жаксыгельдин Е.А., Абатов Н.Т., КОМПЬЮТЕРЛІК МОДЕЛЬДЕУ: ОҢТАЙЛАНДЫРУ МІНДЕТТЕРІ	42
Исмагилов А.Р., Янбердин И.Р., Волкова Е. А., НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ: ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС И РЕЗУЛЬТАТЫ СПОРТСМЕНОВ.....	46
Иванов А.М., Шейко Г.А., ВЛИЯНИЕ СИДЯЧЕЙ РАБОТЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА И СПОСОБЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ.....	50
Карамышев Т.Д., Шейко. Г. А., ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ МОЛОДЁЖИ.....	54
Карамышев Т.Д., Шейко. Г.А., ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ВЛИЯНИЕ НА СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.....	58
Киншинбаев А.К., Абатов Н.Т., ӨНІМДІЛІКТІ АРТТЫРУ ҮШІН БҰЛТТЫ ЕСЕПТЕУ ЖҮЙЕЛЕРІН МОДЕЛЬДЕУ	62
Коломейцева В.И., ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ВЕРБАЛЬНЫХ И НЕВЕРБАЛЬНЫХ СРЕДСТВ ОБЩЕНИЯ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ	66

Куцова Э.Л., Борисов А.В., Димитров О.В., УПРАВЛЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ МАЛЫХ ХОЛОДИЛЬНЫХ МАШИН	70
Локтева А.М., К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ СВЯЗНОЙ РЕЧИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ В РАЗВИТИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СФЕРЫ	74
Маликов Е.Д., Шейко Г.А., ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК КЛЮЧ К ВСЕСТОРОННЕМУ РАЗВИТИЮ ШКОЛЬНИКОВ: ВЛИЯНИЕ ПРОЕКТА «УСПЕХ КАЖДОГО РЕБЕНКА».....	78
Маликов Е.Д., Шейко Г.А., АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА.....	81
Мовина О. В., ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ.....	84
Никулин И.А., Ефремова Е.В., СОЗДАНИЕ ЭКСПЕРТНОЙ СИСТЕМЫ ПО ВЫБОРУ ПЛАНШЕТОВ НА БАЗЕ ESWIN	88
Новосельская В. Н., Харитоновна А.Н., Ожигова Ю.Д., Жилкина Ю.Е., СЕМЬЯ И ДЕТСКИЙ САД КАК АГЕНТ СОЦИАЛИЗАЦИИ: РАЗВИТИЕ ДОБРОТЫ И МИЛОСЕРДИЯ У ДЕТЕЙ	102
Прокопьев А. Г., Шейко. Г. А., ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА.....	105
Прокопьев А. Г., Шейко Г. А., ЗНАЧЕНИЕ БАСКЕТБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ СТУДЕНТОВ.....	108
Пудова Н.А., Пусный Д.О., Пусная О.П., АНАЛИЗ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ.....	119
Садретдинов Д. М., Шейко Г. А., ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ.....	123
Садретдинов Д. М., Шейко Г. А., ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ	127
Сарсенбаев М.П., ЛЕКАРСТВЕННОЕ ЗНАЧЕНИЕ АМАРАНТА МЕТЕЛЬЧАТОГО (<i>AMARANTHUS PANICULATUS</i>)	131
Сухотин М.А., Шейко Г.А., БАЛАНС КОДА И ЗДОРОВЬЯ: КАК ПРОГРАММИСТАМ СОХРАНИТЬ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.....	134
Сюй Цзыао, ОСОБЕННОСТИ УПОТРЕБЛЕНИЯ РАЗГОВОРНЫХ СЛОВ И ВЫРАЖЕНИЙ В МОЛОДЁЖНОМ СЛЕНГЕ	137
Скиданов А., Шейко Г. А., ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ	143
Таразанова Н.Э., БУКСИРОВОЧНЫЕ МОДЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ОПЫТОВОМ БАССЕЙНЕ	146

Топоркова О.А., ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ СЛОВАРЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ.....	150
Усачев И.В., ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОГРАММИРОВАНИЕ: ВЗАИМОСВЯЗЬ И ВЗАИМНОЕ ВЛИЯНИЕ	154
Фролова Е.В., ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ РЕКЛАМЫ В ИНТЕРНЕТЕ	158
Шаркаева Г.А., Макарова Н.Н., ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОРОВ ДЖЕРСЕЙСКОЙ ПОРОДЫ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.....	162
Шаркаева Г.А., ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СЕМЕНИ БЫКОВ-ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ИМПОРТНЫХ ПЛЕМПРЕДПРИЯТИЙ.....	167
Шамсутдинов Ш.А., ВЛИЯНИЕ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНОВ.....	172
ХИМИЯ И МАТЕРИАЛОВЕДЕНИЕ	176
Афанасьева Е.В., Буданова А.Н., ИЗУЧЕНИЕ ФАЗОВОГО СОСТАВА НАНОПОРОШКОВ ГАЛЛАТА МАГНИЯ, СИНТЕЗИРОВАННЫХ МОДИФИЦИРОВАННЫМ МЕТОДОМ ПЕЧИНИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОКСИДА И НИТРАТА ГАЛЛИЯ В КАЧЕСТВЕ ИСХОДНЫХ РЕАГЕНТОВ.....	176
РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ГОРОДА	180
Цзэн Линцзянь, ВКЛАД СТРОИТЕЛЬСТВА ГУБЧАТЫХ ГОРОДОВ В УСЛУГИ ЭКОСИСТЕМ ГОРОДОВ	180
МЕДИЦИНА И ЗДОРОВЬЕ	186
Абдуллаева М.Т., СЫРЬЕВЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ПРОДУКТЫ И КЛАССИФИКАЦИЯ	186
Акбашев А.Р., Волкова Е.А., ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГИИ НА ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА СПОРТСМЕНА.....	191
Маматкулова С.А., Усманова Т. Э., Аскарров И.Р., ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТЕПЕНИ ОСТРОЙ ТОКСИЧНОСТИ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНОГО ВЕЩЕСТВА “ AS-OROM ”	194
Mamatkulova S. A., Usmanova T. E., Asqarov I.R., DETERMINATION OF THE LEVEL OF ACUTE TOXICITY OF THE BIOLOGICALLY ACTIVE SUBSTANCE “AS-OROM”.....	195
ОБРАЗОВАНИЕ И ПЕДАГОГИКА	199
Azimov F.A., YOSHLARDA HARBIY BILIM VA FAOLIYATNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOiy-FALSAFIY XUSUSIYATLARI.....	199

Тургунбаев Т.А., ЯНГИЛАНЁТГАН ЎЗБЕКИСТОНДА МИЛЛАТЛАРАРО ВА ДИНЛАРАРО БАҒРИКЕНГЛИК – ТИНЧЛИК ВА ТОТУВЛИК ГАРОВИ	203
Тошпулатов А.М., ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ	207
Хэ Сяои, РОЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ФОРМИРОВАНИИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У УЧЕНИКОВ НА РАННИХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ ФОРТЕПИАНО В КИТАЕ	210

ЭЛЕКТРОННОЕ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ
ПЕРИОДИЧЕСКОЕ МЕЖДУНАРОДНОЕ ИЗДАНИЕ

«Теория и практика современной науки»

Выпуск № 10(112) 2024

Сайт: <http://www.modern-j.ru>

Издательство: ООО "Институт управления и социально-
экономического развития", Россия, г. Саратов

Дата издания: Октябрь 2024