



Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Учреждение образования
«Белорусский торгово-экономический университет
потребительской кооперации»
(Республика Беларусь)

МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ

«МОЛОДЁЖЬ СИБИРИ -
НАУКЕ РОССИИ»

24 апреля 2024 г.
г. Красноярск



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СИБИРСКИЙ ИНСТИТУТ БИЗНЕСА, УПРАВЛЕНИЯ И
ПСИХОЛОГИИ»

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЙ КООПЕРАЦИИ»
(РЕСПУБЛИКА БЕЛАРУСЬ)

МОЛОДЁЖЬ СИБИРИ - НАУКЕ РОССИИ

Международная
научно-практическая конференция
24 апреля 2024 г.

г. Красноярск

ББК 65:67:88

М75

«Молодёжь Сибири – науке России»: материалы международной научно-практической конференции / сост. Л.М. Ашихмина; Автономная некоммерческая организация высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии». – Красноярск, 2024. 365 с.

ISBN 978-5-94969-123-6

В сборнике представлены научные материалы международной научно-практической конференции «Молодёжь Сибири – науке России».

Главный редактор

Забуга В.Ф., ректор СИБУПа, к.э.н., профессор.

Редакционная коллегия:

Галимов О.Х., к.ю.н., доцент;
Забуга С.Ш., к.социол.н., доцент;
Козловская В.А., к.филос.н., доцент;
Лалетин Н.В., к.техн.н., доцент;
Погорелов И.З., к.э.н., доцент;
Суворова Н.В., к.пед.н.

Ответственный за выпуск

Третьяков А.С., к.пед.н., доцент.

© Сибирский институт бизнеса,
управления и психологии, 2024.

ISBN 978-5-94969-123-6

Издается в авторской редакции

ВЛИЯНИЕ ТИПА АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА НА ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ

О.А. Айс, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: в статье рассматриваются личностные особенности, конфликтное поведение, стратегии поведения в конфликтной ситуации. Представлено исследование влияния типа акцентуации характера на поведение в конфликтной ситуации.

Ключевые слова: личностные особенности, конфликт, стратегии поведения в конфликте

THE INFLUENCE OF THE TYPE OF CHARACTER ACCENTUATION ON BEHAVIOR IN A CONFLICT SITUATION

O.A. Ice, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract: the article discusses personal characteristics, conflict behavior, strategies of behavior in a conflict situation. A study of the influence of the type of character accentuation on behavior in a conflict situation is presented.

Keywords: personality traits, conflict, strategies of behavior in conflict

Поведение людей при возникновении конфликтов и их разрешении в значительной степени зависит от их личностных характеристик.

Конфликтные ситуации лежат в основе конфликта. Конфликт - это способ разрешения противоречий и разногласий в процессе взаимодействия сторон [1].

Личностные особенности – это внутренние и глубинные особенности людей. К основным индивидуальным свойствам личности относятся темперамент, характер, направленность, воля, эмоции, способности [4].

Личностные особенности включают в себя психологические особенности, которые являются более глубокими, глубинными, стабильными (долгосрочными) и, похоже, влияют на все остальные черты человека.

Личностные особенности – это не способности, темперамент, психологический характер и характер тела, но мотивы людей, их стремления и воля, их личностная устойчивость и личностная идентичность. Личностные особенности – это характеристики, которые определяют индивидуальность каждого человека. Они включают в себя уникальные черты, поведенческие особенности, мотивы, ценности и интересы. Личностные особенности формируются в процессе жизни под влиянием генетических, психологических, социальных и культурных факторов [4].

Ключевыми характеристиками личностных особенностей являются [3]:

– Индивидуальность: каждый человек имеет свои уникальные черты и особенности, которые отличают его от других.

– Стабильность: личностные особенности остаются относительно постоянными в течение времени. Они могут изменяться, но не слишком быстро

и радикально.

– Пластичность: несмотря на стабильность, личностные особенности могут быть модифицированы и развиты в результате воздействия различных факторов.

– Комплексность: личностные особенности включают в себя не только поведенческие аспекты, но и мотивы, ценности, интересы и взгляды.

– Влияние на жизнь: личностные особенности влияют на мысли, действия, отношения и решения человека, формируя его жизненные и карьерные пути.

Объединение личностных особенностей собственной личности помогает лучше понять себя, свои мотивы и цели, а также научиться эффективно взаимодействовать с другими людьми.

Таким образом, можно сказать, что личностные особенности делятся на две группы: свойства индивида (и индивидуальные качественные особенности психических процессов); и свойства индивидуальности (мотивы и отношения, характер, способности).

К основным индивидуальным свойствам личности относятся темперамент, характер, способности.

Проблема влияния типов характера на возникновение и разрешение межличностных конфликтов заключается в том, что люди с противоположными предпочтениями и типов личности характера оказываются в ситуациях, когда они совместно решают одну задачу, и их совместное взаимодействие может оказаться под угрозой.

Конфликтная ситуация перерастает в стадию открытого конфликтного взаимодействия тогда, когда субъекты начинают бескомпромиссно отстаивать только свои собственные предпочтения.

Реакция на факторы, приводящие к возникновению конфликтной ситуации, и преимущественные стили конфликтного поведения имеют более сложную природу и зависят не только от индивидуальных черт характера и темперамента. Определяющая роль в этом принадлежит уровню развития личности, которое происходит в процессе ее социализации, именно в нем индивидуум, сохраняя свою индивидуальность, осуществляет контроль за проявлением черт своего характер [2].

Типология демонстрирует, что люди обладают разными личностными качествами. Уважение к чужому мнению способствует благоприятному и бесконфликтному взаимодействию между людьми. Вполне естественно, что у людей могут быть разные взгляды на одно и то же явление. Недоразумения, вызванные личностными разногласиями, начинаются с бескомпромиссного следования только своим предпочтениям. Чем лучше человек понимает свои личностные особенности, тем плодотворнее будет его взаимодействие с окружающими. Будет меньше недовольства окружающими. Такое поведение – самая богатая среда для бесконфликтного общения. Таким образом, личность оказывает значительное влияние на поведение человека в межличностных конфликтах.

Далее нами было проведено исследование типа акцентуации характера и типа поведения в конфликтной ситуации. В нем приняло участие 20 респондентов. В исследовании использовались следующие методики:

характерологический опросник К. Леонгарда; тест К. Томаса «Поведение в конфликтной ситуации»; ранговая корреляция Спирмена.

Результаты респондентов по характерологическому опроснику К. Леонгарда изложены на рисунке 1.

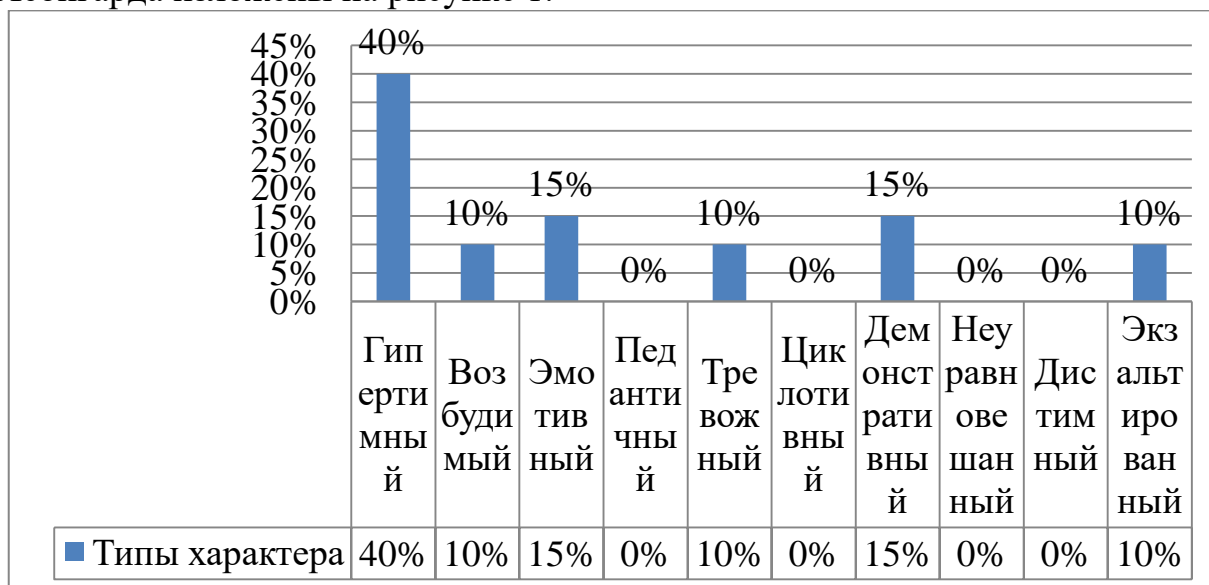


Рисунок 1 Результаты респондентов по характерологическому опроснику К. Леонгарда в процентном соотношении

Таким образом, выявлено, что для респондентов свойственно следующее:

Гипертимический тип 40% (8 человек). Они отличаются почти всегда хорошим, даже слегка приподнятым, настроением, высоким жизненным тонусом, энергией, неудержимой активностью.

Возбудимый тип составил 10% (2 человека). Данные респонденты часто испытывают повышенную раздражительность, несдержанность, агрессивность, угрюмость, занудливость. Они склонны к конфликтам и спорам.

Эмотивный тип составил 15% (3 человека). Данные респонденты часто испытывают чрезмерную чувствительность, ранимость, глубоко переживают малейшие неприятности, излишне чувствительны к замечаниям, неудачам, поэтому у них чаще печальное настроение. Тревожный тип составил 10% (2 человека). Данные респонденты часто испытывают пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу, сомневается в своих действиях.

Демонстративный тип составил 15% (3 человека). У таких респондентов выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой. Легко забывают о своих неблагоприятных поступках. Экзальтированный тип составил 10% (2 человека). Лицам этого типа свойственен большой диапазон эмоциональных состояний, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние от печальных. Очень изменчивое настроение, эмоции ярко выражены, повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость. Другие типы характера, такие как педантичный, циклотимичный, неуравновешанный, дистимический не выявлены.

На рисунке 2 представлены результаты респондентов по тесту К. Томаса «Поведение в конфликтной ситуации» в процентах по каждой шкале.

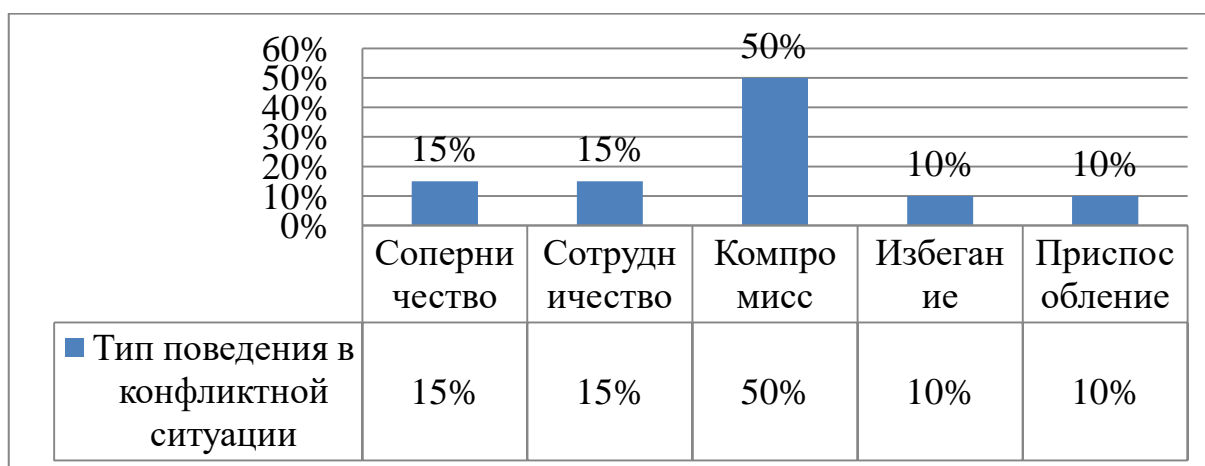


Рисунок 2 Результаты респондентов по тесту К. Томаса «Поведение в конфликтной ситуации» в процентном соотношении

Таким образом, у респондентов выявлены следующие типы поведения в конфликтной ситуации:

Соперничество проявляют 15% (3 человека). Это наименее эффективный, но наиболее часто используемый способ поведения в конфликтах, выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

Сотрудничество проявляют 15% (3 человека). Данные респонденты в конфликтной ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Компромисс проявляют наибольшее количество респондентов – 50% (10 человек). При возникновении спора или конфликта они достигают соглашения путем взаимных уступок. Это наиболее лучший вариант выхода из спора с минимальными рисками для каждого.

Избегание проявляют 10% (2 человека). Для данных респондентов характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

Приспособление проявляют 10% (2 человека). Это означает, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.

Далее для выявления связи между типом характера и поведения в конфликтной ситуации сотрудников детского сада применена ранговая корреляция Спирмена. В результате проведения корреляционного анализа были выявлены следующие взаимосвязи:

Демонстративный тип при конфликте склоняется к типу поведения соперничества. Респонденты, имея стремление к лидерству, проявлению своей личности, часто отстаивают свои позиции и мнения при споре. Настаивая на своем.

Эмотивный тип при конфликте склоняется к типу поведения сотрудничества. Они пассивны в споре и предпочитают альтернативу для выхода из спора.

Гипертимный и возбудимый типы при конфликте склоняется к типу поведения компромисса. Их активность и возбудимость при конфликте приводит к договоренности выхода из спора. Они активно ищут другие пути, наиболее устраивающие как их, так и другую сторону.

Тревожный тип при конфликте склоняется к типу поведения избегания. Такие респонденты, переживая за исход конфликта предпочитают уклониться

от спора и конфликта и вернуться к нему обдумав свои действия, найдя подходящий способ решения спора.

Экзальтированный тип при конфликте склоняется к типу поведения приспособление. В споре они проявляют как активность, так и пассивность, в зависимости от ситуации и настроения. Поэтому им проще согласиться в решении спора с другим человеком.

В результате исследования были выявлены такие типы характера, как: гипертимный, возбудимый, эмотивный, тревожный, демонстративный и экзальтированный. Тип поведения в конфликтных ситуациях выявлен: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и приспособление. Ранговая корреляция выявила связи между типом характера и поведения в конфликтной ситуации у респондентов.

Таким образом, мы выяснили то, что тип характера влияет на тип поведения в конфликтной ситуации.

Библиографический список

1. Анцупов, А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 254 с.
2. Ашанина, Е. Н. Психологические факторы конфликтного поведения / Е. Н. Ашанина // Проблемы толерантности и социокультурной интеграции в поликультурной образовательной среде российского вуза. Материалы VII научно-практической конференции студентов и молодых ученых с международным участием. – 2019. – С. 58 – 63.
3. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 544 с.
4. Громова, О. Н. Личностные особенности возникновения конфликтов / О. Н. Громова // Психология деловых конфликтов. Хрестоматия / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара : Издательский Дом «Бахрах-М», 2007. – С. 383 – 406.
5. Леонов, Н. И. Психология конфликтного поведения / Н. И. Леонов. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 210 с.

ББК 65.290

АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ МСП В РОССИЙСКИХ РЕГИОНАХ РЕСУРСНОГО ТИПА

Н.А. Алексеева, А.В. Лихтер

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Проанализировано развитие субъектов малого и среднего предпринимательства в регионах ресурсного типа на территории Сибирского федерального округа.

Ключевые слова: малое и среднее предпринимательство, регион ресурсного типа, МСП

ANALYSIS OF SME DEVELOPMENT IN RUSSIAN RESOURCE-TYPE REGIONS

N.A. Alekseeva, A.V. Likhter

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

The development of small and medium-sized enterprises in resource-type regions in the Siberian Federal District has been analysed.

Keywords: small and medium-sized enterprises, resource-type region, SMEs, development, resource-oriented region

Малое и среднее предпринимательство (МСП) является важнейшим элементом экономики любой страны. Оно создает рабочие места, определяет темпы экономического роста, структуру и качество ВВП, обеспечивая при этом формирование конкурентной среды, реализацию предпринимательской инициативы, скорость внедрения инноваций. [1, 2].

В Российской Федерации насчитывается 89 регионов, которые можно классифицировать по различным признакам. Одним из таких признаков является ресурсная зависимость и преобладанием производств, ориентированных на добычу и первичную обработку природных ресурсов.

На территории Сибирского федерального округа можно выделить регионы с разной степенью ресурсной зависимости:

- Республика Тыва со средней долей добывающих отраслей в ВРП при преобладании добывающих отраслей над обрабатывающими;
- Томская область, Иркутская область, Кемеровская область с высоким уровнем ресурсной зависимости;
- Республика Хакасия, Красноярский край со средним уровнем ресурсной зависимости [6]

Анализ развития МСП в вышеперечисленных регионах проводился по следующим показателям:

- количество зарегистрированных субъектов МСП;
- среднесписочная численность занятых в МСП;
- доля МСП в ВРП.

Представленные показатели позволяют проанализировать результаты деятельности с позиции как их экономической, так и социальной активности субъектов МСП [2].

Количество зарегистрированных МСП является одним из основных показателей, характеризующих их предпринимательскую активность. Данные об изменении количества зарегистрированных предприятий МСПа за 2021-2023 гг., полученные на основе сведений Федеральной налоговой службы России из Единого реестра малого и среднего предпринимательства (далее ЕРМСП), представлены в таблице 1 [3].

Таблица 1 – Динамика количества зарегистрированных субъектов МСП в регионах ресурсного типа СФО, 2021-2023 гг.

Предприятия по регионам	2021	2022	2023	Темп роста, %		
				2022 / 2021	2023 / 2022	2023 / 2021
Республика Тыва						
Микро	7 284	7 924	8 959	108,79	113,06	123,00
Малые	101	98	97	97,03	98,98	96,04
Средние	6	6	9	100,00	150,00	150,00
Всего	7 391	8 028	9 065	108,62	112,92	122,65
Республика Хакасия						
Микро	15 914	16 050	16 732	100,85	104,25	105,14
Малые	547	528	521	96,53	98,67	95,25

Средние	25	22	19	88,00	86,36	76,00
Всего	16 486	16 600	17 272	100,69	104,05	104,77
Красноярский край						
Микро	100 222	102 813	106 691	102,59	103,77	106,45
Малые	3 620	3 546	3 565	97,96	100,54	98,48
Средние	270	281	286	104,07	101,78	105,93
Всего	104 112	106 640	110 542	102,43	103,66	106,18
Иркутская область						
Микро	82 349	82 098	84 568	99,70	103,01	102,69
Малые	3 002	2 952	2 894	98,33	98,04	96,40
Средние	223	198	200	88,79	101,01	89,69
Всего	85 574	85 248	87 662	99,62	102,83	102,44
Кемеровская область						
Микро	64 165	64 671	67 137	100,79	103,81	104,63
Малые	2 550	2 469	2 407	96,82	97,49	94,39
Средние	180	186	187	103,33	100,54	103,89
Всего	66 895	67 326	69 731	100,64	103,57	104,24
Томская область						
Микро	38 049	37 659	38 698	98,98	102,76	101,71
Малые	1 389	1 390	1 378	100,07	99,14	99,21
Средние	101	106	105	104,95	99,06	103,96
Всего	39 539	39 155	40 181	99,03	102,62	101,62

Согласно представленным данным, количество предприятий МСП в Республике Тыва с 2021 по 2023 года увеличивается на 22,65% или на 1 674 предприятия. Количество предприятий МСП в Республике Хакасия с 2021 по 2023 года увеличивается на 4,77% или на 786 предприятий. Количество предприятий МСП в Красноярском крае с 2021 по 2023 года увеличивается на 6,18% или на 6 430 предприятий. Количество предприятий МСП в Иркутской области с 2021 по 2023 года увеличивается на 2,44% или на 2 088 предприятий. Количество предприятий МСП в Кемеровской области с 2021 по 2023 года увеличивается на 4,24% или на 2 836 предприятий. Количество предприятий МСП в Томской области с 2021 по 2023 года увеличивается на 1,62% или на 642 предприятия.

Исходя из представленных данных по всем рассмотренным регионам основной прирост субъектов МСП в 2023 г. приходится на микро и средние предприятия. Прирост субъектов МСП во всех регионах в 2023 г. объясняется повышением деловой активности из-за улучшения ситуации с конкуренцией из-за ухода иностранных компаний, перерегистрации предпринимателей в новых регионах и господдержке.

Помимо объективных причин развития МСП в 2023 г на фоне ушедших зарубежных компаний и освободившихся рыночных ниш, на развитие МСП оказывает воздействие и государственная поддержка. Такая поддержка оказывается субъектам МСП в рамках национального проекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы». Меры, принимаемые в рамках данного национального проекта предусматривают принятие законов и иных нормативных актов, направленных на развитие МСП; сокращение количества проверок со стороны государственных органов власти; введение налоговых льгот для вновь созданных МСП; обеспечение участия субъектов малого

предпринимательства в госзакупках; объявление грантов для малых предприятий. [5].

Субъекты МСП помогают экономике развиваться в условиях санкций, в том числе через доставку дефицитных товаров промышленного назначения.

Динамика среднесписочной численности занятых в субъектах МСП в регионах ресурсного типа СФО 2021-2023 гг. представлена в таблице 2 [3].

Таблица 2 – Динамика среднесписочной численности занятых в субъектах МСП в регионах ресурсного типа СФО, 2021-2023 гг.

Предприятия по регионам	2021	2022	2023	Темп роста, %		
				2022 / 2021	2023 / 2022	2023 / 2021
Республика Тыва						
Микро	4 962	5 826	5 823	117,41	99,95	117,35
Малые	2 530	2 932	2 740	115,89	93,45	108,30
Средние	350	192	884	54,86	460,42	252,57
Всего	7 842	8 950	9 447	114,13	105,55	120,47
Республика Хакасия						
Микро	17 529	19 182	19 286	109,43	100,54	110,02
Малые	15 511	15 956	15 278	102,87	95,75	98,50
Средние	2 413	2 265	2 267	93,87	100,09	93,95
Всего	35 453	37 403	36 831	105,50	98,47	103,89
Красноярский край						
Микро	120 716	129 001	129 601	106,86	100,47	107,36
Малые	98 028	100 203	98 638	102,22	98,44	100,62
Средние	27 429	30 227	30 287	110,20	100,20	110,42
Всего	246 173	259 431	258 526	105,39	99,65	105,02
Иркутская область						
Микро	98 952	105 210	104 113	106,32	98,96	105,22
Малые	81 946	84 216	80 586	102,77	95,69	98,34
Средние	21 670	21 785	22 811	100,53	104,71	105,27
Всего	202 568	211 211	207 510	104,27	98,25	102,44
Кемеровская область						
Микро	83 043	87 219	86 325	105,03	98,97	103,95
Малые	75 491	74 175	72 938	98,26	98,33	96,62
Средние	20 059	21 538	22 218	107,37	103,16	110,76
Всего	178 593	182 932	181 481	102,43	99,21	101,62
Томская область						
Микро	51 569	53 833	51 271	104,39	95,24	99,42
Малые	40 081	41 092	40 393	102,52	98,30	100,78
Средние	12 662	12 919	12 082	102,03	93,52	95,42
Всего	104 312	107 844	103 746	103,39	96,20	99,46

Согласно представленным данным, количество среднесписочной численности занятых на предприятиях МСП в Республике Тыва с 2021 по 2023 года увеличивается на 20,47% или на 1 605 человек. Количество среднесписочной численности занятых на предприятиях МСП в Республике Хакасия с 2021 по 2023 года увеличивается на 3,89 % или на 1 378 человек. Количество среднесписочной численности занятых на предприятиях МСП в Красноярском крае с 2021 по 2023 года увеличивается на 5,02% или на 12 353 человека. Количество среднесписочной численности занятых на предприятиях МСП в Иркутской области с 2021 по 2023 года увеличивается на 2,44% или на 4 942 человека. Количество среднесписочной численности занятых на

предприятиях МСП в Кемеровской области с 2021 по 2023 года увеличивается на 1,62% или на 2 888 человека. Количество среднесписочной численности занятых на предприятиях МСП в Томской области с 2021 по 2023 года снизилось на 0,54% или на 566 человек.

Исходя из представленных данных, увеличивается количество занятых в субъектах МСП практически по всем субъектам СФО, кроме Томской области.

Доля МСП в ВРП регионов ресурсного типа СФО за 2021-2023 гг. представлена в таблице 3 [4].

Таблица 3 – Доля МСП в ВРП регионов 2021-2023 гг.

Предприятия по регионам	2021	2022	2023
Республика Тыва			
ВРП, млн. руб.	88 770,7	95 162,2	99 720,5
Выручка МСП, млн. руб.	34 767,7	40 912,3	55 767,3
Доля МСП в ВРП, %	39,2	43,0	55,9
Республика Хакасия			
ВРП, млн. руб.	307 516,9	322 769,7	345 170,0
Выручка МСП, млн. руб.	114 177,0	127 646,4	149 622,0
Доля МСП в ВРП, %	37,1	39,5	43,3
Красноярский край			
ВРП, млн. руб.	3 064 831,6	3 343 731,3	3 534 324,0
Выручка МСП, млн. руб.	725 231,9	804 047,0	923 645,6
Доля МСП в ВРП, %	23,7	24,0	26,1
Иркутская область			
ВРП, млн. руб.	1 924 360,7	2 090 433,0	2 310 137,5
Выручка МСП, млн. руб.	616 719,4	675 330,1	764 760,5
Доля МСП в ВРП, %	32,0	32,3	33,1
Кемеровская область			
ВРП, млн. руб.	1 807 987,1	1 918 961,3	1 941 317,2
Выручка МСП, млн. руб.	566 548,2	622 635,4	725 696,0
Доля МСП в ВРП, %	31,3	32,4	37,4
Томская область			
ВРП, млн. руб.	706 391,5	716 036,6	730 889,2
Выручка МСП, млн. руб.	262 589,5	284 650,5	329 940,0
Доля МСП в ВРП, %	37,17	39,75	45,14

Представленные данные показывают, что влияние развития МСП на экономику регионов различается. В Республике Тыва в 2023 г. доля МСП в ВРП по выручке составила 55,9 %, в Томской области – 45,1%, Республике Хакасия – 43,3 %, Кемеровской области – 37,4 %, Иркутской области – 33,1 %, Красноярском крае – 26,1 %.

Таким образом, развитие МСП, в регионах ресурсного типа в СФО оказывает разное воздействие на региональную экономику. Так, экономика Республики Тыва по итогам 2023 г. более чем на 50 % зависит от деятельности МСП, в отличие от экономики Красноярского края с зависимостью от деятельности по МСП в 26,1 %.

Библиографический список

1. Гиносян, К. И. Анализ состояния и развития малого и среднего бизнеса в российской федерации / К. И. Гиносян, Н. В. Трофимова. //

Экономика и социум. – 2020. – № 7(38). – 5 с. – URL: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 01.04.2024).

2. Шевченко, Е. В. Анализ состояния и перспектив развития малого предпринимательства в России / Е. В. Шевченко, О. В. Колодяжная. // Век качества. – 2021. – № 3. – 14 с. – URL: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 01.04.2024).

3. Федеральная налоговая служба // ФНС : сайт. – 2024. – URL: <https://rmsp.nalog.ru> (дата обращения 01.04.2024).

4. Федеральная служба государственной статистики. // Росстат : сайт. – 2024. – URL: <https://rosstat.gov.ru> (дата обращения 01.04.2024).

5. Балоян, С. С. Анализ развития малого и среднего бизнеса в экономике России / С. С. Балоян, А. Е. Сенникова // Инновации. Наука. Образование. – 2021. – № 33. – С. 489-494.

6. Регионы ресурсного типа в России: определение и классификация / М. В. Курбатова, С. Н. Левин, Е. С. Каган, Д. В. Кислицын // Пространство экономики. – 2019. – № 3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/regiony-resursnogo-tipa-v-rossii-opredelenie-i-klassifikatsiya> (дата обращения: 01.04.2024).

ББК 88.92

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

А.Е. Альянова

Научный руководитель А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования

«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: в статье определены сущность, этап, принципы и приемы психологического консультационного вмешательства.

Ключевые слова: психологическое консультирование, этапы психологического консультирования, принципы и условия выбора техник консультирования

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING

A.E. Alyanova

Scientific adviser A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of Higher Education

«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract: The article defines the essence, stages, principles and techniques of psychological counseling intervention.

Keywords: Psychological counseling, the stage of psychological counseling, principles and conditions for choosing counseling methods

В настоящее время всё больше людей в России интересуются психологической помощью. Согласно данным всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ) в период за 13 лет востребованность в профессиональной психологической помощи возросла вдвое (6% в 2009 г. и 12% в 2022 г.). Отсюда можно сделать вывод об актуальности психологической помощи и, в частности, психологического консультирования, одним из её видов

[2].

Чтобы дать описание особенностям психологического консультирования необходимо для начала дать определение самому термину: что же из себя представляет психологическое консультирование?

Психологическое консультирование направлено на решение различного рода психологических проблем, в первую очередь ситуативные и межличностные. В трудный или возможно даже критический момент жизни психолог-консультант может помочь человеку преодолеть стресс, жизненный кризис, а также лучше понять жизненную ситуацию и принять верное решение по конструктивному ее изменению.

Психологическое консультирование выполняет множество функций, включая социализирующую, просветительскую, суггестивную, компенсаторную и прочие. Одной из основных задач психологического консультирования является развитие личностных качеств клиента, поскольку «рецептурный» подход фокусируется лишь на борьбе с последствиями. В ходе психологического консультирования клиент поднимается на «надситуативный» уровень и, осмысливая свою проблему с новой точки зрения, меняет свое отношение к ней. Реализация «надситуативного» подхода помогает клиенту взглянуть на свою ситуацию объективно и определить свою роль в ее возникновении. Пока клиент не примет на себя ответственность за события в своей жизни, он не сможет использовать свой внутренний потенциал для реализовать личностный ресурс для активного улучшения своего положения [3].

Весь процесс психологического консультирования с начала и до конца можно представить в виде последовательности этапов, каждый из которых решает какую-либо частную задачу и имеет свои специфические особенности. Всего основных этапов проведения психологического консультирования пять. Это: подготовительный, настроечный, диагностический, рекомендательный и контрольный этап.

1. Подготовительный этап. На первом этапе психолог-консультант знакомится с клиентом по предварительной записи, имеющейся о нем в регистрационном журнале, а также по той информации о клиенте, которую можно получить от третьих лиц, к примеру, через сотрудника психологической консультации, который получил запрос от клиента на встречу. Ко всему прочему на этом этапе работы психолог-консультант сам готовится к проведению консультации. Время работы психолога консультанта на подготовительном этапе составляет обычно от 20 до 30 мин.

2. Настроечный этап. На этом этапе происходит личная встреча психолога-консультанта и клиента, их непосредственное знакомство, а также психолог с клиентом настраиваются на совместную работу. При учете того, что всё подготовлено для проведения консультации, данный этап будет занимать от 5 до 7 минут в среднем.

3. На третьем этапе, диагностическом, психолог-консультант внимательно выслушивает клиента и, основываясь на анализе его высказываний, уточняет и проясняет проблему. Основным содержанием на этом этапе является то, чтобы клиент рассказал о себе и своей проблеме, а также, при необходимости, проводится психодиагностика для дополнительного выявления аспектов

проблемы. Точное время, затрачиваемое на этот этап, зависит от особенностей проблемы клиента и его индивидуальных характеристик. Обычно этот этап занимает не менее часа, за исключением времени, затраченного на психологическое тестирование, и может иногда продолжаться от 4 до 8 часов.

4. Рекомендательный этап заключается в том, что психолог, собрав на предыдущих этапах необходимую информацию о клиенте и его проблеме, на данном этапе вырабатывает практические рекомендации по решению его проблемы. Здесь эти рекомендации уточняются, проясняются, конкретизируются во всех существенных деталях. Этот этап, обычно, затрачивает от 40 минут до 1 часа.

5. На финальном, «контрольном» этапе психолог и клиент согласовывают между собой способы контроля и оценки практической реализации предоставленных клиенту советов и рекомендаций. Также обговаривается, где и когда психолог-консультант и клиент будут обсуждать дополнительные вопросы, которые могут возникнуть в процессе осуществления выработанных рекомендаций. В конце этого этапа, если потребуется, психолог-консультант и клиент могут договориться о времени и месте следующей встречи. Обычно работа на этом завершающем этапе психологического консультирования занимает около 20 – 30 минут.

Итого, прохождение всех этапов консультирования может занимать от 2 – 3 часов до 10 – 12 часов. Такой большой разброс объясняется как особенностями проблемы клиента, так и его особенностями индивидуальными [4].

Психологическое консультирование имеет и отличительные особенности, которые выделяют его от других видов психологической помощи. Заключаются они в следующем:

1. Психологическое консультирование способствует развитию личности клиента, однако основная цель не заключается именно в этом.

2. Психологическое консультирование направлено на оказание помощи человеку в принятии решений и выборе в сложных ситуациях, а также в улучшении межличностных отношений.

3. Важным принципом является акцент на ответственности клиента, признание его способности к самостоятельному принятию решений, в то время как консультант создает условия, способствующие самоопределению клиента.

4. В основе психологического консультирования лежит «консультативное взаимодействие» (консультативный контакт) между клиентом и консультантом, обеспечиваемое соблюдением основных принципов (их ещё называют установками) консультирования.

Данные принципы были придуманы Карлом Роджерсом в XX веке. Звучат они так:

1) каждая личность обладает безусловной ценностью и заслуживает уважения;

2) в состоянии быть ответственной за себя;

3) имеет право выбирать ценности и цели, принимать самостоятельные решения.

Эти принципы являются валидными, об этом говорит то, что они признаются практически всеми психологами-консультантами, независимо от их

теоретической ориентации и по сей день.

Именно консультативный контакт является основным инструментом психологического воздействия в процессе консультирования [1].

В психологическом консультировании также присутствуют свои особенные процедуры и техники. Основными являются следующие:

Постановка вопроса: Эта важная техника используется для двух целей - получения информации о клиенте и стимулирования его к самоанализу. Вопросы подразделяются на открытые и закрытые. Закрытые вопросы используются для получения конкретной информации и обычно требуют кратких ответов, таких как «да» или «нет». Открытые вопросы, напротив, позволяют обсуждать чувства и эмоции клиента. Важно, чтобы вопрос был обоснован. Психолог, задавая его, должен понимать его цель.

Для создания и укрепления контакта очень важны приемы одобрения и успокоения. Краткие фразы с выражением согласия или понимания могут побудить клиента продолжить дальнейшее повествование и рассказ своей проблемы. Одобрение же подразумевает поддержку. Это всё помогает клиенту поверить в себя и рисковать в некотором изменении своей самости и поведения.

Отражение содержания: Путем перефразирования или обобщения высказываний клиента показываем, что внимательно слушаем его и демонстрируем понимание. Это также помогает клиенту лучше понять самого себя и разобраться в своих мыслях.

Познание и отражение чувств клиента представляются одной из главнейших техник консультирования. Отражение чувств тесно связано с перефразированием высказанных клиентом чувств – разница лишь в том, что в последнем случае внимание сосредоточивается на содержании, а при отражении чувств – на том, что скрыто за содержанием. Желая отражать чувства клиента, консультант внимательно выслушивает его признания, перефразирует отдельные утверждения, тем самым ориентируясь и на чувства, высказанные клиентом в признании.

Умение использовать тишину: это важный навык, позволяющий консультанту понять различные смыслы тишины и использовать её в терапевтических целях. Для консультанта, научившегося быть чутким к различным смыслам тишины, вообще к тишине и научившегося сознательно создавать и использовать паузы в консультировании, молчание становится особенно ценным [5].

Проведение психологического консультирования, как устоявшаяся практика помощи людям в различных жизненных ситуациях, требует от психолога высокой квалификации. Овладение методиками и навыками проведения консультаций является результатом постоянной практики. Развитие умения наблюдать, воздействовать, анализировать, а также улучшение коммуникативных навыков представляет собой поэтапное совершенствование профессионального опыта.

Эффективное психологическое консультирование требует от практикующего психолога использования собственных личностных качеств и внутренних ресурсов. Поэтому формирование психолога-консультанта как личности является важным аспектом его профессиональной подготовки. Степень готовности к использованию своих знаний, умений и личностных

качеств во благо клиента определяет высокий уровень личной готовности психолога.

Библиографический список

1. Антонова, Н. В. Консультирование и коучинг персонала в организации / Н. В. Антонова, Н. Л. Иванова. – Москва : Юрайт, 2024. – 370 с.
2. В поисках психологической помощи // ВЦИОМ НОВОСТИ : [сайт]. – URL : <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> (дата обращения: 28.03.2024).
3. Кашапов, М. М. Психологическое консультирование : учебник практикум для вузов / М. М. Кашапов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 132 с.
4. Немов, Р. С. Психологическое консультирование : учебник для вузов / Р. С. Немов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 440 с.
5. Ягубова, Л. А. Психологическое консультирование / Л. А. Ягубова // Мировая наука. – 2019. – №5(26). – С. 772 – 774.

ББК: 88.04

ПРОКРАСТИНАЦИЯ: ДЕВИАНТОЛОГИЧЕСКИЙ КОНТЕКСТ

А.Н. Аникин

Лесосибирский педагогический институт -
филиал Сибирского федерального университета

Аннотация. Целью статьи стало рассмотрение такого психологического феномена, как прокрастинация с точки зрения девиантологии. Исследование проводится через феноменологический анализ, выявляя различные причины прокрастинации, такие как нелюбимая работа, невозможность устанавливать приоритеты, неопределенность относительно жизненных целей и другие. Автор подчеркивает, что прокрастинация может быть нормой в некоторых случаях, но становится проблемой, когда она превращается в обычное рабочее состояние.

Ключевые слова: прокрастинация, девиантология, феноменологический анализ, приоритеты, жизненные цели, норма, проблема

PROCRASTINATION: DEVIANTOLOGICAL CONTEXT

A.N. Anikin

Lesosibirsk Pedagogical Institute -
Branch of Siberian Federal University

Annotation. The aim of the article is to consider such psychological phenomenon as procrastination from the point of view of deviantology. The study is conducted through phenomenological analysis, identifying various causes of procrastination, such as unloved work, inability to set priorities, uncertainty about life goals and others. The author emphasizes that procrastination can be a norm in some cases, but becomes a problem when it becomes a normal working condition.

Keywords: procrastination, deviantology, phenomenological analysis, priorities, life goals, norm, problem

В девиантологической науке ранее не изучался феномен "прокрастинации", но с течением времени ученые начали проявлять интерес к

этой проблеме. Термин "прокрастинация" был введен П. Рингенбахом в 1977 году и после этого многие авторы начали исследовать этот вопрос. Научно-академический анализ прокрастинации стал более активно проводиться в середине 1980-х годов. Российские психологи также обратили внимание на эту проблему в конце XX и начале XXI века. Первый исторический анализ феномена был представлен в 1992 году в работе Н. Милграма [1].

На Западе существует множество теорий, объясняющих прокрастинацию, но ни одна из них не является универсальной.

По теории беспокойства, чувство тревоги считается главным фактором прокрастинации. Люди, склонные к отсрочке дел, обычно боятся провала, несоответствия ожиданиям и стремятся к совершенству. В попытке достичь идеала они могут сосредотачиваться на деталях, теряя чувство времени и приоритетов. Они могут получать удовлетворение от работы под давлением и справляться с задачами только в крайние сроки.

Согласно теории самоограничения, мы часто ограничиваем себя в действиях с целью уклониться от возможного унижения или застенчивости. Основным страхом является опасение выделиться или показаться уникальными среди других. Как и в предыдущей теории, ключевым моментом является эмоция страха.

Согласно теории непокорности, прокрастинация может быть вызвана раздражением по поводу навязанных ролей, программ или планов, что заставляет нас переносить действия в соответствии с собственным решением. Люди, склонные к прокрастинации из-за этой теории, могут вступать в конфликты с окружающими или руководством, пытаясь выразить свою независимость. Они часто неудовлетворены своим положением и могут с легкостью попадать в ловушку нежелания действовать, занимаясь постоянным доказательством своей идеи о собственной личной свободе от общественного мнения.

Большинство из упомянутых теорий прокрастинации не предоставляют полного объяснения этого явления. Одним из главных недостатков этих теорий является то, что они объясняют, почему мы откладываем выполнение задач, но не объясняют, почему мы делаем это. Кроме того, они не учитывают взаимосвязь между прокрастинацией и чувством беспокойства. Тем не менее, считается, что наиболее важной теорией прокрастинации является теория временной мотивации.

Согласно теории временной мотивации, мы выбираем действия на основе оценки их полезности, учитывая переменные, такие как ожидания, ценность, чувствительность и уровень беспокойства. Таким образом, мы чаще предпочитаем действия, которые обещают успех и приятные последствия. Прокрастинация зависит от наших ожиданий, ценности для нас, уровня чувствительности и уровня беспокойства [2].

Существует различные точки зрения на то, является ли прокрастинация нормой либо отклонением, и нет однозначного ответа на этот вопрос. Медики считают прокрастинацию болезнью, в то время как психологи утверждают, что это зависит от социальной ситуации и индивидуально-психологических особенностей человека. Аргументация фокусируется на субъективной природе

проявления прокрастинации в виде неуверенности, страха неудачи или, наоборот, успеха [3].

Другие эксперты утверждают, что прокрастинация является специфической личностной чертой со сложной структурой, характеризующейся рядом основных признаков. Среди них: высокие стандарты и требования к себе, ориентация на достижение высоких результатов, восприятие окружающих как критических и требовательных, постоянное сравнение себя с другими, склонность к поляризованному мышлению и фокусировке на собственных неудачах и ошибках. В психологии термин "прокрастинация" отражает тенденцию к постоянному откладыванию выполнения неприятных дел на потом, часто при этом отвлекаясь на незначительные занятия или развлечения. Важно отметить, что прокрастинация проявляется как в поведении, так и в сознании человека, и может иметь различные проявления в зависимости от субъективного восприятия личностью ее эмоциональной окраски и отношения к собственным действиям [2].

Независимо от этого, есть возможность выбора между мгновенным "хочу" и задуманным, рациональным "надо". Однако основной недостаток заключается в отсутствии четкого плана действий или алгоритма, который поможет преодолеть искушение и принять верное решение в конкретной ситуации. Этот недостаток не только не соответствует норме с позиции девиантологии и психологии, но и здравого смысла, поскольку отсутствие ясного выбора может привести к эмоциональному дискомфорту, низкой продуктивности, риску развития психических расстройств и девиантного поведения, включая суицидальные наклонности [2].

Кроме того, стремление к совершенству может приводить к одиночеству, отсутствию отдыха, нервным расстройствам и эмоциональному напряжению. Это особенно характерно для перфекционистов, которые стремятся к идеальному выполнению любых задач, даже незначительных. Они чувствительны к критике, трудно приспосабливаются к новым условиям, предпочитают соперничать и соревноваться с окружающими, а не сотрудничать с ними, что тоже приводит к прокрастинации и девиациям [2].

Хотя существует множество точек зрения на прокрастинацию (более десяти), вопрос о классификации её проявлений практически не обсуждается. Однако Н. Милграм и его коллеги предложили популярную классификацию, выделив пять видов прокрастинации. Это бытовая прокрастинация (откладывание домашних обязанностей), прокрастинация в принятии решений (включая незначительные), невротическая прокрастинация (откладывание важных жизненных решений), компульсивная прокрастинация (сочетающая поведенческие и принятие решений аспекты) и академическая прокрастинация (отсрочка учебных заданий и подготовки к экзаменам) [3].

Прокрастинация рассматривается как эмоциональная реакция на задачи, и выделяют напряженных (откладывающих дела до последнего момента) и расслабленных прокрастинаторов (сосредотачивающихся на удовольствии от выполнения задач "здесь и сейчас"). Это связано с мотивацией и особенностями личности, такими как любовь к безделью и склонность к праздности. Наличие перфекционизма также может быть связано с прокрастинацией, особенно у молодых людей. Однако существует противоречие из-за адаптивных и

неадаптивных видов перфекционизма, которые могут по-разному влиять на прокрастинацию и девиантное поведение [4].

С. Бранлоу и Р. Ризингер отмечают зависимость прокрастинации от внешней мотивации, локуса контроля и атрибутивного стиля.

Исходя из анализа проблемы прокрастинации с точки зрения феноменологии, можно выделить множество причин этого явления. Наиболее распространенные из них включают:

1. Выполнение нелюбимой работы или скучных и неприятных задач.
2. Неумение устанавливать приоритеты.
3. Неопределенность относительно жизненных целей и стремлений, что приводит к депрессии и сомнениям в важности задач.
4. Недостаток организации и управления временем.
5. Неопределенность по поводу того, как приступить к сложной задаче или страх неспособности справиться с ней.
6. Отсутствие навыков принятия решений и страх сделать неправильный выбор.
7. Различные страхи и фобии, например, страх перемен, неудачи, успеха, боли, застенчивость и другие.
8. Перфекционизм, подразумевающий стремление к идеальному результату даже после истечения установленных сроков [2].

Таким образом, проведенный анализ проблемы прокрастинации позволяет сделать следующие выводы. Во-первых, прокрастинация является распространенным явлением и в некоторой мере считается нормой, однако становится проблемой, когда становится повседневным состоянием человека. Во-вторых, прокрастинация неэффективно использует время, и прокрастинаторы часто находят оправдания для своего поведения. В-третьих, прокрастинация не является врожденным, а приобретенным состоянием, поэтому может подвергаться профилактике и коррекции через соответствующую психологическую работу.

Библиографический список

1. Варваричева, Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы / Я. И. Варваричева // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121-131.
2. Клейберг, Ю. А. Прокрастинация: девиантологический контекст проблемы / Ю. А. Клейберг // Роль прокрастинации в процессе самоопределения молодежи : сб. науч. тр. – Саратов : Саратовский источник, 2015. – С. 34-40.
3. Клейберг, Ю. А. Основы психологии девиантного поведения : монография / Ю. А. Клейберг. – Москва : Юрайт, 2014. – 287 с.
4. Шамшикова, О. А. К вопросу о психологическом феномене «прокрастинация» / О. А. Шамшикова, И. Н. Кормачёва // Развитие человека в современном мире: материалы V Всерос. науч.-практ. конф. с международным участием (Новосибирск, 15-17 апреля 2014) / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2014. – Ч. 1. – С. 253-270.

СТАЖИРОВКА КАК ИНСТРУМЕНТ АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ К РЫНКУ ТРУДА

О.Е. Артёмова, Е.Э. Лобанова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Данная статья посвящена проблемам занятости выпускников на современном рынке труда. В качестве одного из инструментов адаптации выпускников к рынку труда рассмотрена их стажировка.

Ключевые слова: выпускники, рынок труда, инструменты адаптации, стажировка, субсидии

INTERNSHIP AS A TOOL FOR GRADUATES' ADAPTATION TO THE LABOR MARKET

O.E. Artemova, E.E. Lobanova

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Annotation. This article is devoted to the problems of graduate employment in the modern labor market. Their internship is considered as one of the tools for adapting graduates to the labor market.

Keywords: graduates, labor market, adaptation tools, internship, subsidies

Актуальность проблем занятости выпускников вузов и колледжей в России обусловлена тем, что по статистике трудоустройства востребованность молодых специалистов, в том числе по специальности, в первые годы после окончания обучения достаточно низка (рисунок 1), что в большей степени связана с отсутствием у них практического опыта работы.



Рисунок 1. Уровень безработицы в России [4]

В то же время доля безработицы среди молодежи сократилась в 2023 году до 5,1% по сравнению с 2019 годом, когда этот показатель составлял 6,8%, в том числе и за счет постоянного совершенствования государством спектра инструментов содействия занятости молодежи. Так, в январе 2024 года, правительство обновило «Программу содействия занятости молодежи на период до 2030 года». Проект предполагает, что уровень безработицы среди молодежи в возрасте от 15 до 29 лет сократится с 10,7% в 2020 году до 5% в 2030 году, в категории 15–24 года — с 17,3% до 8% [2].

Государство создало альтернативные инструменты поддержки занятости выпускников: целевая контрактная подготовка, службы содействия занятости

вузов, поиск вакансий, переобучение, специальные программы занятости для выпускников от службы занятости, поддержка самозанятости, для молодежи, стажировки от службы занятости. На наш взгляд, именно стажировка является основным инструментом адаптации выпускников к рынку труда, так как решает основную проблему их занятости, а именно, отсутствие трудового опыта. Она дает возможность выпускнику наработать навыки самостоятельной практической работы по специальности, получить официальное оформление трудовых отношений с работодателем и как следствие фиксации стажа работы в трудовой книжке.

Если говорить о стажировках для выпускников вузов, то здесь следует отметить, что государство в разные периоды времени часто отказывалось от их финансирования, оставляя стажировки лишь для выпускников по уровню среднего профессионального образования. В то же время возврат к гарантированным, субсидированным стажировкам от службы занятости позволил бы увеличить ВВП страны на 0,01%. [5]

В зависимости от условий различают различные виды стажировок: бесплатные, платные; волонтерские; стажировки, совмещенные с обучением или в режиме полной занятости. При этом продолжительность стажировок обычно варьируется от одного до шести месяцев. В целом по стране в течение нескольких последних лет наблюдается снижение числа работодателей, инвестирующих в организацию стажировок. В 2021 году 82% опрошенных компаний проводили стажировки для студентов, в 2022 этот показатель снизился до 76%, а в 2023 году составил 62%. [3] В Красноярском крае активно развиваются оплачиваемые стажировки с помощью субсидий от службы занятости на возмещение затрат на оплату труда стажера, его наставника сроком на 3 месяца. В 2023 году 25 специалистов получили постоянное рабочее место после стажировки в Красноярске, а всего по краю - 108 человек (юристы, бухгалтеры, инженеры, техники, программисты, сварщики, слесари, специалисты по охране труда и др.). В 2024 году подобными стажировками воспользуются не менее 100 выпускников. [1]

Исследования краевого рынка стажировок позволяют сформировать целостную картину его состояния. В регионе активно используются все формы и виды существующих стажировок как с поддержкой от государства, так и за счет работодателей. Если на стажировках с возмещением субсидий государством выпускник может претендовать на размер оплаты на уровне МРОТ, то на стажировках за счет работодателей идут более выгодные предложения (от 20000 до 60000 руб.), предполагающие более гибкие условия труда, в том числе не только для выпускников, но и для студентов старших курсов (таблица 1).

Таблица 1. Стажировки для студентов и выпускников в г. Красноярск

Место стажировки	Должность	Условия (зароботная плата, график работы, тип занятости)	Основные обязанности	Желаемое направление подготовки/специальность/уровень образования/форма обучения
1. Сбербанк	Стажер Sberseasons	31 000 -63 000 руб., гибридный график работы, частичная занятость	Задачи Sberseasons, решение которых принесет пользу клиентам и сотрудникам Сбера	студент очной формы обучения, выпускник
2. ВТБ	Стажер ВТБ	45 000- 60 000 руб.,	Работа с широким кругом	Выпускник

	Юниор в среднем малом бизнесе	в	пятидневная рабочая неделя, полная занятость	клиентов малого и среднего бизнеса, банковскими продуктами и цифровыми приложениями.	
3.Аэропорт Красноярск	Стажер в отдел кадров	в	20 000 рублей, гибкий график, частичная занятость	Обработка кадровой первичной учетной документации, формирование рассылок, базового пакета документов для перехода на кадровый электронный документооборот.	студент очной формы обучения, выпускник
4. Альфа Банк	Стажер Ichoose alfa		37 500 - 50 000руб., гибридный график, частичная занятость	Работа на действующих проектах банка, разработка функциональности приложений инвестиций и голосового помощника или усовершенствование мобильного банк Альфа - Онлайн	студент очной формы обучения, выпускник
5. Банк Открытие	Стажер		40 000 руб., пятидневная рабочая неделя, полная занятость	Содействовать в формировании daily и monthly отчетности по портфелям КИБ	Выпускник
6. Газпром банк	Стажер GPB.Experience		30 000 руб., гибридный график работы, частичная занятость	Работа с разными HR-продуктами, аналитика данных, коммуникация с пользователями, улучшение сервисов	студент очной формы обучения, выпускник
7. Газпром банк	Стажер GPB.Level Up		60 000 руб., гибридный график работы, полная занятость	Моделирование и анализ данных. Разработка и вывод модели машинного обучения в промышленную среду	Выпускник

Для выявления проблем использования стажировок как инструмента адаптации выпускников к рынку труда нами была разработана программа социологического исследования обучающихся и апробирована на базе Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» (АНО ВО СИБУП) г. Красноярск. Данная организация ведёт подготовку по программам среднего профессионального образования (Право и организация социального обеспечения, Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), Туризм, Туризм и гостеприимство), по программам высшего образования (Экономика (Мировая экономика, Бухгалтерский учёт, анализ и аудит), Менеджмент (Финансовый менеджмент), Юриспруденция (Уголовно-правовой, Гражданско-правовой профили), Психология (Киберпсихология, Юридическая психология, Психологическое консультирование). Следует отметить, что в СИБУПе налажено взаимодействие с отдельными работодателями в плане формирования баз практик (РосНефть, РН-Ванкор, ГасПромНефть, Центрально-Сибирская торгово-промышленная палата, Сибирская электронная таможня и др.). В то же время вопросам стажировок студентов и выпускников вуза уделяется, на наш взгляд, недостаточное внимание.

Всего в исследовании было опрошено 42 респондента (студенты различных направлений подготовки очной формы обучения), из которых: 35 % совмещают процесс обучения с временной занятостью; 78% планирует после окончания обучения искать работу по специальности; 42 % ориентируются при трудоустройстве на заработную плату более 66000 руб. и 23 % ориентируются на диапазон зарплат 56000 – 65000 руб., что свидетельствует о слабом знании

конъюнктуры местного рынка труда; 57% испытывают неуверенность в трудоустройстве. При этом 76% респондентов не знают, что в АНО ВО СИБУП есть Центр карьеры, который может оказать им содействие в трудоустройстве в плане консультаций по конъюнктуре рынка труда, мастер-классов по трудоустройству и т.д. Из предложенных в ходе опроса инструментов, наиболее значимыми были отмечены: базы практик с возможностью последующего трудоустройства на них (26%); личные связи (23%); базы стажировок на предприятиях (организациях) для формирования практических навыков работы и первичного трудового стажа (20%); информирование в период обучения в ВУЗе о путях поиска работы (13 %)

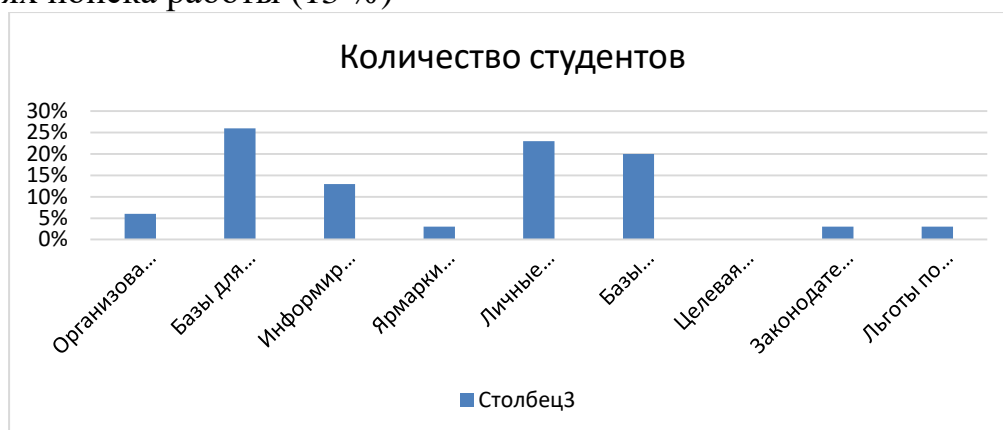


Рисунок 2. Распределение ответов респондентов на вопрос «Что поможет в трудоустройстве?»

Результаты исследования, прямо касающихся такого инструмента содействия занятости как стажировка, показали следующие параметры:

- большинство студентов (59,5%) готовы трудоустроиться как стажеры для формирования практических навыков работы и первичного трудового стажа по профессии, обучаясь на старших курсах и столько же готовы трудоустроиться как стажеры после завершения обучения;

- большинство студентов (73,8 %) не готовы стажироваться по специальности без оплаты труда в период стажировки;

- 80,9 % студентов не знают о государственной программе поддержки стажировок выпускников для работодателей, которым компенсируют МРОТ стажера за 3 месяца;

- 52 % опрошиваемых студентов готовы после окончания обучения поучаствовать в государственной программе поддержки стажировок выпускников для работодателей, которым компенсируют МРОТ стажера за 3 месяца.

Таким образом, полученные результаты свидетельствует о существующем запросе студентов на помощь в содействии занятости со стороны Центра карьеры образовательной организации, прежде всего, в области информирования и консультирования обучающихся о реалиях регионального рынка труда, формирования баз стажировок, подбора видов и мест стажировок для адаптации студентов, выпускников к требованиям этого рынка. Можно предположить, что акцентирование деятельности выпускающих кафедр, служб содействия занятости обучающихся и выпускников образовательных организаций на таком инструменте содействия занятости как

стажировка, будет способствовать более успешной адаптации выпускников к реалиям региональных рынков труда.

Библиографический список

1. Денисов, Г. В Красноярском крае выпускников приглашают на оплачиваемые стажировки / Г. Денисов. – URL: <https://futurekuzbass.ru/vizit-rf> (дата обращения 28.03.24).

2. Голикова: уровень безработицы среди молодежи в 2023 году составил 5,1% // Коммерсант. – URL : <https://www.kommersant.ru/doc/6621890> (дата обращения 25.03.24).

3. Исследование: стажировки для студентов и подбор специалистов без опыта // ANCOR : [сайт], 2024. – URL: <https://ancor.ru/press/research/privlechenie-nachinayushchikh-spetsialistov-i-stazherskie-programmy-2023/> (дата обращения 25.03.24).

4. Что происходит на молодежном рынке труда прямо сейчас // hh.ru : [сайт]. – URL: <https://krasnoyarsk.hh.ru/article/31218> (дата обращения 02.02.24)

5. E. E. Lobanova, E. V. Demidova, T. V. Shendel. Evaluation transaction costs for the state "start" young professionals in the workplace / Е. Э. Лобанова, Е.В. Демидова. Т.В. Шендель // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS. Krasnoyarsk Science and Technology City Hall. – Krasnoyarsk, 2020. – С. 93-102. – Режим доступа: – URL: https://www.europeanproceedings.com/files/data/article/10005/11332/article_10005_11332_pdf_100.pdf (дата обращения: 7.04.2024).

ББК 75.0

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Д.А. Артемьев

Научный руководитель А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация: В статье исследуется влияние физической культуры на общее благополучие и академическую успеваемость студентов. Анализируется важность регулярной физической активности в контексте учебного процесса, подчеркивая ее положительное воздействие на физическое здоровье, эмоциональное состояние и когнитивные функции студентов. В статье рассматриваются различные аспекты включения физической культуры в студенческую жизнь, предоставляя научные аргументы в пользу внедрения соответствующих программ в образовательные учреждения.

Ключевые слова: физическая культура, физическая активность, эмоциональное состояние, когнитивные функции, академическая успеваемость

THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN STUDENTS 'LIVES

D.A. Artem'ev

Scientific adviser A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: The paper examines the impact of physical culture on students'

overall well-being and academic performance. The importance of regular physical activity in the context of the educational process is analyzed, emphasizing its positive impact on the physical health, emotional state and cognitive functions of students. The article examines various aspects of the inclusion of physical education in student life, providing scientific arguments for the introduction of appropriate programs in educational institutions.

Key words: physical education, physical activity, emotional state, cognitive function, academic performance

Двигательная активность играет важную роль в жизни студентов. Она не только способствует поддержанию физического здоровья, но и оказывает положительное влияние на психологическое и когнитивное развитие.

Во-первых, регулярная физическая активность помогает укрепить иммунную систему и улучшить общую физическую форму. Студенты, занимающиеся спортом или участвующие в физических тренировках, имеют более высокий уровень энергии и выносливости, что позволяет им лучше справляться с повседневными задачами и стрессом.

Во-вторых, физическая активность способствует улучшению когнитивных функций студентов. Исследования показывают, что регулярные занятия физической культурой улучшают память, внимание и концентрацию, что в свою очередь положительно сказывается на успеваемости и академической производительности.

Кроме того, физическая активность способствует улучшению настроения и снижению уровня стресса у студентов. Во время тренировок вырабатываются эндорфины – гормоны счастья, которые помогают справиться с депрессией и тревогой. Также физическая активность способствует улучшению сна, что важно для нормального функционирования организма и повышения эффективности учебы.

В целом, двигательная активность является неотъемлемой частью здорового образа жизни студентов. Она помогает поддерживать физическое и психологическое здоровье, улучшает когнитивные функции и способствует общему благополучию. Поэтому рекомендуется студентам включать физическую активность в свой распорядок дня и регулярно заниматься спортом или участвовать в физических тренировках [4]

Двигательная активность, по мнению большинства специалистов, выступает как комплексное средство физического, интеллектуального, нравственного, эстетического развития, а, значит, именно ей принадлежит решающая роль в решении вопросов повышения умственной и физической работоспособности, снижения нервно-эмоционального напряжения студентов [5].

Физическая активность имеет важное значение для студентов по нескольким аспектам:

1. **Здоровье и Физическое благополучие:** Регулярная физическая активность способствует поддержанию общего физического здоровья, укреплению иммунной системы и снижению риска различных заболеваний.

2. **Психологическое благополучие:** Физическая активность способствует высвобождению эндорфинов, что улучшает настроение, снижает стресс и помогает бороться с депрессией.

3. Управление Стрессом: Физическая активность является эффективным способом справляться со стрессом, который часто сопровождает учебный процесс.

Таким образом, включение физической активности в студенческую жизнь способствует комплексному развитию и улучшению общего благополучия.

Эмоциональное благополучие также находит поддержку в активном образе жизни. Физическая активность стимулирует выработку эндорфинов, что способствует снижению уровня стресса, улучшению настроения и снижению уровня тревожности. Более того, физическая активность может положительно влиять на когнитивные функции студентов, улучшая концентрацию, память и общую умственную активность, что является неотъемлемым аспектом успешного учебного процесса.[1,7, 8]

Профилактика хронических заболеваний также входит в сферу влияния физической активности. Спортивные занятия помогают предотвращать ожирение, снижают риск развития диабета и других заболеваний. Социальные аспекты активного образа жизни также неоспоримы, поскольку участие в физических мероприятиях способствует формированию дружеских связей и командного духа.

Создание социальных связей через физическую активность может быть отличным способом для студентов обрести новых друзей и улучшить свое общее благополучие. Регулярная физическая активность не только поддерживает здоровье, но и предоставляет отличную возможность для общения и взаимодействия.

Студенты могут присоединиться к спортивным клубам, участвовать в фитнес-группах или просто играть в командные виды спорта. Физическая активность играет ключевую роль в формировании и укреплении социальных связей среди студентов:

1. Командные занятия и спортивные мероприятия: Участие в командных видах спорта или групповых тренировках способствует формированию тесных связей и развитию взаимопонимания между студентами.

2. Спортивные клубы и общества: Присоединение к спортивным клубам или обществам предоставляет студентам возможность общаться, делиться общими интересами и вместе достигать спортивных целей.

3. Тренировки и занятия как социальные события: Физическая активность становится не только способом поддержания здоровья, но и поводом для общения, обмена опытом и создания долгосрочных дружеских связей.

4. Интерактивные спортивные мероприятия: Организация спортивных турниров, игр и соревнований среди студентов способствует объединению людей и созданию позитивной социальной обстановки.

5. Волонтерская деятельность в области спорта: Участие в организации и проведении спортивных мероприятий, волонтерство на спортивных площадках создают возможность для студентов работать сообща вне рамок учебы.

Организация спортивных мероприятий, таких как турниры или физкультурные праздники, также может стать мощным инструментом для объединения студентов. В конечном итоге, физическая активность не только способствует здоровью, но и становится мостом к обширному социальному кругу в университетской среде.[4]

Физическая активность проявляет существенное воздействие на когнитивные функции у студентов в контексте нескольких механизмов. Прежде всего, активность способствует улучшению кровообращения и поступлению кислорода в центральную нервную систему, оптимизируя ее метаболические процессы. Во-вторых, физическая активность стимулирует выделение нейротрофических факторов, поддерживающих нейрогенез и витальность нейронов. Третий аспект включает в себя позитивное воздействие на эмоциональное состояние и уровень стресса, что, в свою очередь, содействует психоэмоциональному благополучию и, вероятно, способствует оптимизации когнитивных функций. Таким образом, в комплексе эти факторы подчеркивают важность физической активности в поддержании когнитивного здоровья студентов.[2, 3, 5, 10]

Влияние на уровень концентрации и эффективность учебного процесса для студентов может быть определено множеством факторов. Физическое здоровье, психологическое благополучие, качество сна, режим питания и общая стрессоустойчивость играют ключевую роль в формировании оптимальных условий для обучения. Дополнительно, использование современных технологий, методов активного обучения и создание комфортного образовательного окружения также могут содействовать повышению уровня внимания и продуктивности студентов. Необходимо провести дальнейшие исследования для более глубокого понимания взаимосвязей между этими факторами и оптимизацией учебного процесса.[6, 9]

В заключение, роль физической культуры в жизни студентов оказывается многогранной и существенной. Физическая активность не только способствует укреплению здоровья, но и играет ключевую роль в социальной адаптации, формировании социальных связей, снижении стресса и улучшении когнитивных функций. Важно осознавать, что поддержка здорового образа жизни и интеграция физической активности в студенческую повседневность не только благоприятно влияют на текущее физическое и психологическое состояние, но также создают основу для будущего здорового образа жизни. Поэтому развитие и поддержка инфраструктуры, программ и инициатив, направленных на стимулирование физической активности студентов, играет важную роль в общем благополучии и успехе студенческого сообщества.

Библиографический список

1. Вакарев, Е. С. Психология спортивной деятельности : учебное пособие / Е. С. Вакарев. – 2-е изд. – Москва : ФЛИНТА, 2016. – 210 с. –URL: <https://e.lanbook.com/book/76404> (дата обращения: 08.03.2024).

2. Горелов, А. А. Опыт использования средств физической культуры для повышения умственной и физической работоспособности, снижения нервно-эмоционального напряжения студентов с нарушениями в состоянии здоровья / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. – 2010. – № 6(77). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opyt-ispolzovaniya-sredstv-fizicheskoy-kultury-dlya-povysheniya-umstvennoy-i-fizicheskoy-rabotosposobnosti-snizheniya-nervno> (дата обращения: 08.03.2024).

3. Завьялов, Б. С. Аэробные и анаэробные упражнения / Б. С. Завьялов // Мировая наука. –2018. – № 7(16). – 21-26.

4. Здоровье в движении: важность двигательной активности для студентов // Научные Статьи.Ру : портал для студентов и аспирантов.– URL <https://nauchniestati.ru/spravka/dvigatel'naya-aktivnost-studentov/>(дата обращения: 08.03.2024).

5. Лазарева Е. А. Аэробные нагрузки в функциональной подготовке студентов : учебное пособие / Е. А. Лазарева ; М-во образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Московский гос. строительный ун-т». – Москва : МГСУ, 2012. – 124 с.

6. Раевский, Р. Т. Здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский. – Москва : Наука и техника, 2008. – 556 с.

7. Сафонов В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха. / В.К. Сафонов. – Москва : Спорт, 2017. – 288 с.

8. Сафонов, В.К. Психология в спорте: теория и практика / В. К. Сафонов ; Санкт-Петербургский гос. ун-т. – Санкт-Петербург : Издательский дом Санкт-Петербургского гос. ун-та, 2013. – 231 с.

9. Сердце и спорт у детей и подростков: проблемы «взаимодействия» / под редакцией Е. А. Дегтяревой. – Одесса : Изд. «М-Арт», 2011. – 228 с.

10. Янсен П. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость : [пер. с англ.] / П. Янсен. – Мурманск : Тулома, 2006 (Можайск (Моск.обл.) : Можайский полиграфкомбинат). – 157 с.

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТ «ДЕЛОВЫЕ И ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА ГОТОВНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭФ СИБУП»

С.Н. Ахмедова, В.А. Иванова, М.В. Соболев, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования

«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В настоящее время востребованы у специалистов способности для решения проблемы повышения производительности труда. Несомненно, что в этом аспекте ведущая роль принадлежит социальным институтам образования и науки. Они призваны обеспечивать их готовность к конструированию инноваций – средств роста производительности труда.

Ключевые слова: специалисты; повышение производительности труда; социальные институты образования и науки

SOCIOLOGICAL FORECASTING OF "FORESIGHT-DETERMINANTS" BUSINESS AND PERSONAL QUALITIES OF A SPECIALIST'S READINESS FOR INDEPENDENT MANAGEMENT ACTIVITIES AT SIBUP EP "

S.N. Akhmedova, V.A. Ivanova, M.V. Sobol, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education

Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. Currently, specialists are in demand for their ability to solve the problem of increasing labor productivity. There is no doubt that social institutions of

education and science play a leading role in this aspect. They are designed to ensure their readiness to design innovations - means of increasing labor productivity.

Keywords: specialists; increasing labor productivity; social institutions of education and science

Актуальность проблемы

В Указе и Послании Президента РФ В.В. Путина представлены потребности в повышении уровня социализационных процессов. Анализ их сущностно-концептуального функционала показывает, что его (функционала) векторные компоненты неотделимы от применения «форсайт-детерминант» вместо ретро моделей и технологий, используемых социальными институтами.

Несомненно, что их изменение предполагает разработку и использование более высокого уровня знаний функций научного управления. Одним из таких способов выступает социологическое прогнозирование формирования деловых и личностных качеств, позволяющих специалисту принимать самостоятельно качественные управленческие решения по обеспечению роста производительности труда.

Этот аспект в современной социализации характеризует замену подготовки студентов к успешному трудоустройству на их готовность к самостоятельной управленческой деятельности. Так как исследуемый аспект стал ведущим в жизнедеятельности мета фактора и его составляющих, то необходимо, чтобы после окончания вуза специалисты имели потенциал и грамотность для реализации функций повышения производительности труда на предприятиях и социально-территориальных общностях, среди которых следующие:

Ролевое понимание – степень, с которой руководитель информирует подчиненных об их обязанностях и ответственности, определяет правила и линию поведения, которых подчиненные должны придерживаться, и сообщает им о том, что от них ожидается.

Акцентирование на эффективности - степень, с которой руководитель подчеркивает важность постановки перед подчиненным целей, отражающих специфику выполняемой им работы, фиксирует успех в достижении этих целей и обеспечивает обратную связь.

Планирование - степень, с которой руководитель определяет, как эффективнее и организовать выполнение работы, намечает, как добиться единых рабочих целей, разрабатывает возможные варианты решения потенциальных проблем.

Координация - степень, с которой руководитель проектирует работу подчиненных и побуждает подчиненных координировать свои действия.

Делегирование автономии - степень, с которой руководитель делегирует подчиненным ответственность и власть и предоставляет им свободу действий в выполнении рабочих заданий.

Подготовка - степень, с которой руководитель удовлетворяет потребность подчиненных в специальной подготовке, обеспечивает их установками инструктажем и т. п.

Воодушевление - степень, с которой руководитель вызывает трудовой энтузиазм у подчиненных и создает у них чувство уверенности в способности успешно справиться с заданием и добиться групповых целей.

Внимание - степень, с которой руководитель проявляет дружелюбие, поддержку и симпатию в отношении к подчиненным, заботится об их благополучии и стремится быть справедливым к ним.

Участие в решении проблем - степень, с которой руководитель консультируется с подчиненными, прежде чем принять решения, касающиеся работы, и позволяет им влиять на ход дела.

Одобрение - степень, с которой руководитель выражает похвалу и признание подчиненным за эффективную работу и выказывает им особую признательность за исключительные усилия и вклад в достижение организационных целей.

Возможность варьирования вознаграждений - степень, с которой руководитель имеет возможность вознаграждать подчиненных за успешную работу такими ощутимыми мерами, как повышение заработной платы, содействие в получении более высокой должности, предоставление лучшего рабочего графика, особых привилегий и т. д.

Содействие общению - степень, с которой руководитель побуждает к совместной деятельности.

Для развития своих способностей как менеджера можно воспользоваться рядом положений о формировании деловых и личностных качеств (см. табл. 2).

Важнейшее качество руководителя – деловитость, неотделимо от умения стратегически мыслить, предполагает наличие широкого кругозора, способность генерировать идеи, видеть и учитывать перспективу развития трудового объединения.

Сегодня специалисты среднего и высшего звена тратят свое рабочее время в основном на установление и развитие контактов, углубление деловых связей, разрешение споров, улаживание отношений с вышестоящими организациями. Для этого необходимы способности, в чем-то близкие дипломатическим. С этих позиций представляют интерес социологические данные, отражающие их наличие у студентов вуза (см. табл.1).

Табл.1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля потока 323 ЭФ СИБУП (2024 г.)

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Как Вы относитесь к другим людям?		
А) мне нравятся люди. Я могу сойтись почти с каждым;	33,3	66,7
Б) у меня много друзей больше мне никто не нужен:	33,3	
В) большинство людей раздражает меня.	33,3	33,3

Примечание

1. Согласно социологическим данным, 33,3 % юношей-«директоров» и 66,7% девушек-«директоров» управленческого профиля имеют гуманистическо-управленческий потенциал, который обеспечивает их оптимальное взаимодействие с окружающими и со своими подчиненными.

2. В то же время 66,7 % юношей-«директоров» управленческого профиля и 33,3% девушек-«директоров» имеют низкий гуманистическо-управленческий потенциал. У юношей это качество в 2 раза ниже, чем у девушек.

Кроме этого, они полагают, что у них нет необходимости расширять круг своего взаимодействия и общения.

Выводы

Во-первых, согласно табличным данным, 66,7 % юношей-«директоров» управленческого профиля и 33,3 % девушек-«директоров» имеют низкий гуманистическо-управленческий потенциал, для них он является «дефицитным»: до достижения максимально востребованного уровня у юношей дефицит составляет 40,0% (рейтинговый показатель 3,0 балла), а у девушек - 14,0%, (рейтинговый показатель составляет 4,3 балла), т.е., у юношей он (дефицит) почти в 3 раза выше, чем у девушек.

Эта часть респондентов еще не реализуют эффективно установку на формирование умений и навыков деловых «человеческих» взаимодействий с подчиненными.

Во-вторых, в решении проблемы ликвидации «дефицитных» качеств – гуманистическо-управленческого потенциала у формируемых специалистов, согласно социологическим данным, важно показывать роль гуманистическо-управленческого потенциала в использовании сущностных сил подчиненных.

В-третьих, представляется возможным на основе реализации выводов п.п. 1-2 акцентировать внимание на роли гуманистическо-управленческого потенциала у формируемых «директоров» - юношей и девушек.

Следовательно, для решения проблемы формирования этих качеств в социализационном процессе вводится в действие познание «некоторых секретов эффективного взаимодействия» – «способов реализации закономерностей взаимодействия руководителя и подчиненных в реальных социально-производственных ситуациях на предприятии».

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы не только должны, но и, согласно социологическим данным, могут на основе знаний законов естественных наук, законов социальных наук, общесоциологических и формационных законов, экономики, управления, могут обладать способностями, используя свои сущностные силы, создавать и применять конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

Таким образом, управление вузовскими социализационными процессами неотделимо от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологическая информация о роли готовности специалиста к более полному использованию потенциала 3 определяющих подсистем предприятия и главной подсистемы - социальной подсистемы предприятия, первичных трудовых объединений обуславливает возможность её проектирования: применение своего потенциала, начиная с социализационного процесса - в условиях реальных социально-

производственных ситуаций предстает начальным ключевым условием проектирования конкурентного преимущества у специалиста.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2. Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «АВТОРИТЕТ - ИСТОЧНИКА ВЛАСТИ СПЕЦИАЛИСТА УСПЕШНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

С.Н. Ахмедова, П.А. Вишталюк, Н.М. Калямин, И.В.Коваль
Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Значительная группа исследователей проблематики управления вообще, а его эффективности в частности, отмечает наличие зависимости результативности деятельности специалистов от типов и источников их власти. В то же время они не акцентируют внимание на возможностях их формирования. За пределами их внимания остаются способы, модели, технологии формирования типов и источников управленческой власти. Кроме этого, не ставится проблема их формирования в социализационных процессах социальных институтов образования и науки.

Ключевые слова: власть: типы власти; источники власти; специалисты; востребованность управленческой власти

SOCIOLOGICAL FORECASTING "FORESIGHT-DETERMINANTS" AUTHORITY - SOURCE OF POWER OF A SPECIALIST OF SUCCESSFUL INDEPENDENT MANAGEMENT ACTIVITIES "

S.N. Akhmedova, P.A. Vishtalyuk, N.M. Kalyamin, I.V. Koval
Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. A significant group of researchers on the issues of management in general, and its effectiveness in particular, notes the dependence of the effectiveness of specialists on the types and sources of their power. At the same time, they do not focus on the possibilities of their formation. Methods, models, technologies for the formation of types and sources of managerial power remain outside their attention. In addition, the problem of their formation in the socialization processes of social institutions of education and science is not raised.

Keywords: power: types of power; sources of power; specialists; demand for management power

Роль делового и эмоционального лидерства невозможно переоценить. Особый интерес представляет мнение специалистов в области управления Г. Кунца и С. О'Доннела (1981) по поводу возможностей руководителя влиять на своих подчиненных. Установлено, что должностной авторитет руководителя, способен обеспечить не более 65,0 % подобного влияния. Максимальный эффект использования потенциала подчиненных руководитель может получить, лишь опираясь на свой авторитет, который в свою очередь состоит из морального и функционального авторитета. Именно ему и принадлежит особая роль. Ядро функционального авторитета составляют компетентность специалиста, его деловые качества, отношение к своей профессиональной деятельности.

Сказанное не означает того, что моральный авторитет (эмоциональное лидерство) абсолютно незначимо. Профессионально несостоятельный руководитель (даже если допустить, что он исключительно высокоморальный человек) - вряд ли большое благо для организации. Именно по этой причине студенты и преподаватели должны понимать, что умение быть в контакте с подчиненным является имманентным качеством специалиста, которое формируется и развивается сознательно.

С этих позиций представляют интерес результаты исследований о коммуникативных взаимодействиях руководителей с подчиненными и коллегами, которые можно дифференцировать на две ведущие группы:

одна из которых выступает тогда, когда уверена в адекватности отражения реальности, она говорит то и о чем, в чем она уверена;

вторая группа респондентов стремится к тому, чтобы исходящая от них информация и мысли вызвали доверие.

Как видно, обе группы исследователей отмечают важность качества специалиста - своего взаимодействия с подчиненными. Они понимают, что коммуникативное взаимодействие играет существенную роль в их успехе. Различие заключается в акцентах коммуникативного взаимодействия, что является следствием особенностей специалистов.

Согласно социологическим данным, от 40 до 50% респондентов всегда последовательны в общении со своими коллегами и подчиненными, т. е. коммуникативное взаимодействие может быть охарактеризовано как ситуативное и с полной информированностью, что обуславливает высокий уровень доверительности в отношениях как с коллегами, так и подчиненными.

Другой аспект пооперационного изучения деятельности руководителя - измерение времени, проводимого им с подчиненными. Руководители разных рангов проводят с группой от 34,0% до 60% своего служебного времени, тогда как 40-66% их времени уходит на общение с людьми за пределами трудового объединения: с более старшими и равными по статусу менеджерами, коллегами, представителями других рабочих групп и организаций. Иными словами, активность руководителя не ограничивается рамками возглавляемого им трудового объединения. Причем интересно, что с вышестоящими руководителями менеджеры взаимодействуют весьма нечасто, редко затрачивая на это около 20 %, а обычно до 10 % своего времени. В рассматриваемом случае проявляется влияние экспертной и референтной власти специалиста, статусного фактора межличностного общения.

Наконец, еще один результат специального хронометража менеджерской активности – это показатель информационного обмена между руководителем и подчиненными.

Социологическая информация, отражающая готовность формирующихся специалистов к эффективному управлению, позволяет преподавательскому и студенческому факторам определять совместные действия по возрастанию формирования авторитета как одного из важнейших источников эффективного управления (См. табл. 1).

Табл.1

Социологические данные о готовности обучающихся управленческого профиля 323 потока ЭФ СИБУПа к профессиональной деятельности на

предприятия (2024 г.)

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Могут ли люди доверять Вашим словам?		
А) Говорю так, чтобы бы не сомнений в моих мыслях, искренне	66,7	33,3
Б) я пытаюсь быть на уровне почти всегда, но иногда я говорю то, что легче;	33,3	50,0
В) зачем я буду «потеть», если кому-то всё равно.		16,7

Примечание

1. Согласно табличным данным, 66,7 % юношей-«директоров», 33,3% девушек-директоров управленческого профиля в общении используют только ту информацию, в качестве которой они полностью уверены.

2. 33,3% юношей-директоров и 66,7% девушек – «директоров» управленческого профиля в использовании своих знаний в общении иногда идут по пути неполноты или утрирования имеющихся информационных данных.

Выводы

У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 4,3 балла, а у девушек – 3,3 балла. «Дефицит» этого качества у девушек почти в 2,4 раз больше, чем у юношей.

Юноши в большей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, девушки не имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными

Согласно социологическим данным, 66,7 % девушек-«директоров» не рассматривают общение как средство формирования своего авторитета. По этой причине они могут недооценивать роль своего коммуникативного потенциала для своей управленческо-профессиональной деятельности.

Несомненно, что преподавательские установки, а также социологические данные о вербальном и невербальном коммуникативном потенциале студентов потока в ходе формирования их в качестве специалистов должны быть использованы в социализационном процессе.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУПе.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом. Образование служит основой формирования профессионализма, выступает в качестве «интеллектуального капитала», который в соединении с «физическим капиталом» дает увеличение и производительности, и качества, и эффективности труда.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы конструировать инновации - конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологическая информация о роли «форсайт-детерминант «способность осуществлять конкурентную актуализацию деятельности на предприятии, первичном трудовом объединении при конструировании инноваций» позволяет обучаемым приступить к проектированию своего опыта для лично-управленческого взаимодействия с подчиненными в условиях реальных социально-производственных ситуаций и одновременном с ними решать проблемы своего конкурентного преимущества.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2.Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов

экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

БКК 88.41

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТСКИЕ ТРАВМЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ВЗРОСЛУЮ ЖИЗНЬ

М.А. Безверхова, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: в данной статье рассмотрены влияние детских психологических травм на жизнь человека во взрослом возрасте и их причины возникновения.

Ключевые понятия: психологическая травма, взрослый возраст, детство

PSYCHOLOGICAL CHILDHOOD TRAUMAS AND THEIR IMPACT ON ADULT LIFE

M.A. Bezverkhoya, A.S. Samarina

Autonomous non-profit Organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract: In this article, the authors examined the impact of childhood psychological traumas on human life in adulthood and their causes.

Key concepts: psychological trauma, adulthood, childhood

Психологические детские травмы являются одной из наиболее серьезных проблем, с которыми сталкиваются дети и подростки в нашем обществе. Эти травмы могут быть вызваны различными факторами, такими как насилие, злоупотребление, развод родителей, потерей близких и другие неблагоприятные события. Несмотря на то, что некоторые дети справляются с стрессом и эмоциональными трудностями, связанными с травмами, у других детей эти события могут иметь долгосрочные последствия, повлиять на их эмоциональное и психологическое благополучие, а также на их развитие и функционирование взрослой жизни [7].

Психологическая травма – это нарушение психики человека, вызванное воздействием какого-либо внешнего, неблагоприятного для психики человека

фактора, например, действиями других людей, обстоятельствам, условиями жизни. Может иметь временный, функциональный характер, а также порождать долговременные, далеко идущие последствия для состояния психики, поведения и здоровья человека, вызвать нервные расстройства и серьезные заболевания [10].

Актуальность данной статьи обусловлена широким распространением детской психической травмы среди населения и недостаточной изученностью вопроса ее влияния на поведение индивида во взрослом возрасте. Проведенные мировым научным сообществом исследования показали, что влияние детской психотравмы на поведенческие особенности взрослых очень велико. Психологические травмы детства бывают в действительности практически у каждого индивида, только с различной интенсивностью проявленности, а также с различной величиной влияния на его жизнь.

Понимание влияния психологических детских травм на взрослую жизнь является не только академическим интересом, но и имеет практическое значение для разработки и реализации эффективных методов помощи и поддержки детей, страдающих от последствий травм. Это также поможет сформировать политики и программы, направленные на предотвращение травматических ситуаций и насилия в отношении детей, а также на поддержку их восстановления и адаптации взрослой жизни [6].

Психологические детские травмы оказывают глубокое влияние на развитие и поведение человека, а также на его взрослую жизнь. Некоторые из них включают следующие:

1. Эмоциональная травма: это может быть связано с насилием, небрежностью, отвержением или постоянными родительскими конфликтами. Дети, пережившие эмоциональную травму, могут чувствовать тревогу, страх, депрессию, низкую самооценку и трудности в установлении доверительных отношений.

2. Физическая травма: это включает физические повреждения, полученные в результате насилия или несчастного случая. Пострадавшие могут испытывать посттравматический стрессовый синдром, физическую боль, хронические заболевания или ограниченную мобильность.

3. Сексуальная травма: это насилие и/или эксплуатация детей сексуального характера. Жертвы подобных травм могут столкнуться с проблемами, включая посттравматический стрессовый синдром, депрессию, сексуальные дисфункции, низкую самооценку и проблемы в межличностных отношениях [5].

4. Травма из-за домашнего насилия: это включает свидетельство насилия между родителями или насилия со стороны домашнего партнера. Дети, пережившие такое жестокое обращение, могут иметь проблемы с агрессией, тревогой, депрессией, нарушениями поведения и проблемами с самооценкой [9].

Таким образом, травмы в детстве оказывают устойчивое влияние на взрослую жизнь человека. Они могут привести к развитию психических заболеваний, таких как посттравматический стрессовый синдром, депрессия, тревожные расстройства и нарушения адаптации. Также могут возникнуть проблемы во взаимоотношениях, как с партнерами, так и с коллегами. Люди,

пережившие детские травмы, могут испытывать сложности в установлении доверительных отношений и иметь низкую самооценку.

Многие авторы отмечают, что детские психологические травмы вызваны неправильным воспитанием. Это может выражаться в нездоровом отношении матери или отца к ребёнку, когда вступают в силу родительские предписания, противоречащие сущности и желаниям ребенка. Нередко родители склонны возлагать на ребенка чрезмерные ожидания и надежды. Зачастую эти ожидания связаны с тем, что не сбылось в их собственной жизни и они ожидают, чтобы успехи ребёнка скомпенсируют их прошлые неудачи.

Необходимо помнить, что в раннем возрасте дети полностью зависят от взрослых и не способны защитить себя физически и эмоционально. В итоге те события, которые происходят в детстве, в большинстве случаев оказывают определяющее, и чаще всего негативное влияние на всю жизнь человека. Взрослый человек зачастую ведёт себя соответственно определенному жизненному «сценарию», который формирует его психика еще в детстве. Очень часто эти «сценарии» вовсе не способствуют успеху индивида и его счастливой жизни [3].

Если родители игнорировали ребенка или пренебрежительно относились к чувствам ребенка, то во взрослом возрасте он сомневается в правильности своих мыслей и поступков, не доверяет своим чувствам и эмоциям. Его самооценка зачастую занижена, и он испытывает недоверие к себе и окружающему миру. Таким образом, родители забирают у своего ребенка возможность стать самостоятельной и зрелой личностью.

Из-за постоянных сомнений и страхов взрослый человек, перенесший психотравму, не решается строить с людьми доверительные и открытые отношения: «Меня постоянно обманывают. Я боюсь признаться в своих чувствах». Такой индивид не может самостоятельно принимать важные жизненные решения и добиваться поставленных целей - «Я беспомощный, глупый. Я не смогу».

Если имел место родительский газлайтинг, то ребенок привыкает терпеть от своего окружения неуважение, оскорбления, не замечает нарушения личных границ и не противостоит агрессивному вторжению на его территорию и прямому насилию: «Лучше я промолчу, возможно, я сам виноват в этой ситуации» [1].

У взрослых людей последствия психологической травмы, произошедшей в детстве, могут проявляться в развитии депрессии, в раздражительности, немотивированной агрессии и постоянном чувстве вины. Это отрицательно сказывается в том числе на самочувствии самого человека, а также на его здоровье и отношениях с другими людьми. В результате человек не может жить полноценной жизнью, постоянно испытывая трудности в общении и личной жизни. Психологи отмечают, что у взрослых людей, переживших травматическое событие, возникает высокий риск развития обсессивно-компульсивного расстройства.

Некоторые психотравмы возможно исцелить во взрослом возрасте под наблюдением грамотного специалиста: психотерапевта или психолога. В этом случае человек рассчитывает на преодоление последствий своей травм с помощью современных методов лечения. Опытный специалист с помощью

различных методов психотерапии способен помочь человеку внутренне переработать последствия своей травмы, и найти пути преодоления вызванных ею отрицательных последствий [8].

Важно понимать, что сценарии родительского воспитания зачастую передаются из поколения в поколение на неосознанном уровне. Сначала происходит копирование и воспроизведение психологических паттернов поведения у собственных родителей, а также бабушек и дедушек, а затем перенос на своих детей. Таким образом, травмирующие события и отношения переносятся на следующие поколения. В результате проработки своих детских травм и обид человек не только изменяет собственную жизнь, но и может повлиять благоприятным образом на все последующие поколения [2].

В заключении можно подчеркнуть следующие основные результаты и выводы, сделанные в ходе анализа научной статьи о психологических детских травмах и их влиянии на взрослую жизнь:

1. Детские травмы имеют серьезные последствия для психического и эмоционального развития ребенка. Они могут привести к появлению различных психологических и психосоматических проблем во взрослой жизни, таких как депрессия, тревожность, нарушения самооценки и отношений, а также различные физические заболевания.

2. Влияние психологических детских травм на взрослую жизнь зависит от типа, частоты, продолжительности и интенсивности травматических событий. Например, длительные и частые травмы обычно создают более серьезные и продолжительные последствия, чем единичные случаи.

3. Взрослые, пережившие психологические детские травмы, могут испытывать сложности во взаимоотношениях с другими людьми, включая проблемы доверия и аффективной связи. Они также могут иметь трудности в саморегуляции эмоций и в создании стабильной жизни.

4. Однако влияние психологических детских травм на взрослую жизнь не является неизбежным. Важно помнить, что реакции на травмы индивидуальны и могут быть различными в зависимости от личностных особенностей и ресурсов ребенка. Реализация интервенционных программ и психологическая поддержка в детстве могут снизить негативные последствия детских травм и помочь взрослому индивиду исправить негативные впечатления и фоновые связи [4].

Библиографический список

1. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер ; пер. с нем. и вступ. ст. А. М. Боковой. – Москва : АСТ, 2019. – 292 с.

2. Альбуханова-Славская, К. А. Жизненные перспективы личности / К. А. Альбуханова-Славская. – Москва : Изд. «Мысль», 2022. – 259 с.

3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций : учебное пособие / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. – Москва : Российское педагогическое агентство, 2019. – 263 с.

4. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности / Е. И. Головаха // Психология личности в трудах отечественных психологов / сост. Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург: Питер, 2020.–С.256– 269.

5. Колодзин, Б. Как жить после психической травмы / Б. Колодзин. – Москва : НИИ «Геодезия», 2019. – 207 с.

6. Мазур, Е. С. Психотерапия психической травмы / Е. С. Мазур, И. О. Хруленко-Варницкий. – Москва : ГНЦССП им. В. П. Сербского, 2019. – 234 с.
7. Погудина, Е. Ю. Исцеление Внутреннего ребенка / Е. Ю. Погудина. – Москва: Litres, 2019. – 288 с.
8. Решетников, М. М. Психическая травма / М. М. Решетников. – Санкт-Петербург : Восточно-Европейский институт Психоанализа, 2021. – 200 с.
9. Шашмурина, Ю. Ф. Влияние психотравмы на жизненную перспективу личности / Ю. Ф. Шашмурина // Молодой ученый. – 2020. – № 10. – С. 21 – 200.
10. Плетка, О. Интенсивная работа с травмой: психотерапевтические методы: пособие / О. Плетка, Ю. Чаплинская. – Киев : Талком, 2017. – 232 с.

ББК 32.81

ЦИФРОВАЯ ГИГИЕНА КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ

М.С. Береговых, М.В. Шестакова

ФГОБУ ВО Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации - Красноярский филиал

Аннотация: Цифровая гигиена - не просто модное словосочетание, это целая концепция, которая включает в себя комплекс мер и правил, направленных на обеспечение безопасности и сохранение здоровья в интернет-пространстве. О том, каким правилам нужно следовать, чтобы соблюдать гигиену в интернете, какие угрозы скрываются в digital-пространстве и почему грамотная фильтрация информации так необходима в нашей жизни

Ключевые слова: цифровая гигиена, информационный поток, меры, цифровые технологии, интернет, информационные угрозы

DIGITAL HYGIENE AS A PREVENTION FACTOR

M.S. Beregovykh, M.V. Shestakova

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education Financial University under the Government of the Russian Federation - Krasnoyarsk branch

Abstract: Digital hygiene is not just a fashionable phrase, it is an entire concept that includes a set of measures and rules aimed at ensuring safety and maintaining health in the Internet space. About what rules you need to follow to maintain hygiene on the Internet, what threats are hidden in the digital space and why competent filtering of information is so necessary in our lives

Keywords: digital hygiene, information flow, measures, digital technologies, Internet, information threats

Возрастающий информационный поток влияет на здоровье. Рассматривается распространённость информации как фактора окружающей среды. При росте традиционной информационнозависимой заболеваемости по МКБ-10 появляется новая патология: компьютерный синдром; аддикции от телевидения; депрессии от соцсетей; интернетмания, лудомания; номофобия; интернет-суициды. Представлен понятийный аппарат профилактических трендов: информационные гигиена, экология, этика; цифровая-, кибер-, интернет-гигиена.

Цифровая гигиена — это концепция, которая включает в себя комплекс

мер и правил, направленных на обеспечение безопасности и сохранение здоровья в интернет-пространстве. О том, каким правилам нужно следовать, чтобы соблюдать гигиену в интернете, какие угрозы скрываются в информационном пространстве и почему грамотная фильтрация информации так необходима в нашей жизни.

В современном мире, где цифровые технологии прочно вошли в повседневную жизнь, вопрос обеспечения безопасности в Сети становится все более актуальным. С каждым годом люди проводят в интернете все больше времени, так как технологии развиваются невероятно быстрыми темпами и открывают новые возможности.

Как правило, о гигиене привычнее слышать в физическом отношении - как о поддержании чистоты тела. Однако в сфере обмена данными тоже важна своего рода чистоплотность. Тысячелетиями люди передают друг другу традиции личной гигиены, и сегодня уже почти не возникает вопросов о том, как позаботиться о своем здоровье. С гигиеной в онлайн-пространстве дела обстоят иначе. Человечество осваивается во Всемирной сети чуть более пятидесяти лет и находится пока на уровне ребенка, которому еще нужно учиться чистоплотности в цифровом пространстве.

Первостепенная задача гигиены в обычной жизни — это поддержание иммунитета. Необходимо следить за состоянием систем своего тела, чтобы не занести инфекцию или не заразиться каким-либо вирусом. Таким же образом следует относиться и к своим гаджетам

Почему же не все пользователи соблюдают эти простые правила? Причин может быть несколько: недостаточная осведомленность о каналах распространения вирусов, незнание механизмов борьбы против вредоносных программ или же банальная «неопрятность», то есть лень вовремя принять профилактические меры.

Рассмотрим различные угрозы в интернет пространстве и каким образом можно обезопасить себя от морального и физического вреда здоровью:

1. Мошенники. Одним из главных аспектов интернет-гигиены является защита от киберугроз, исходящих от мошенников: это и вредоносные программы, и фишинговые атаки, и цифровой шпионаж. Такие виды киберпреступлений основываются на неосведомленности интернет-пользователей, а те могут даже не догадываться, что были обмануты.

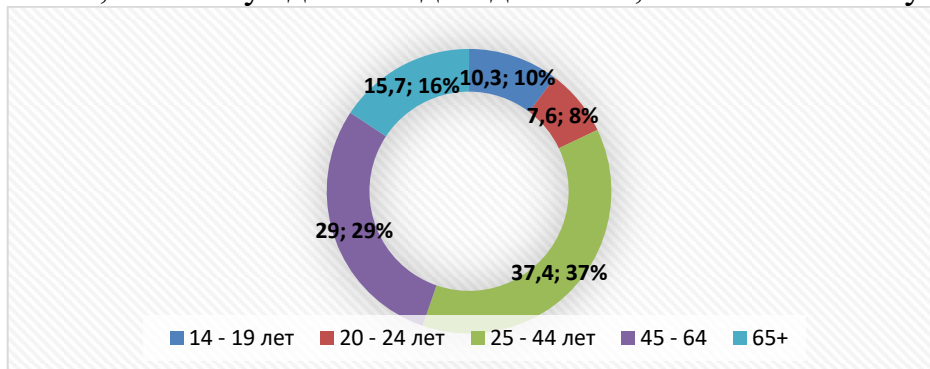
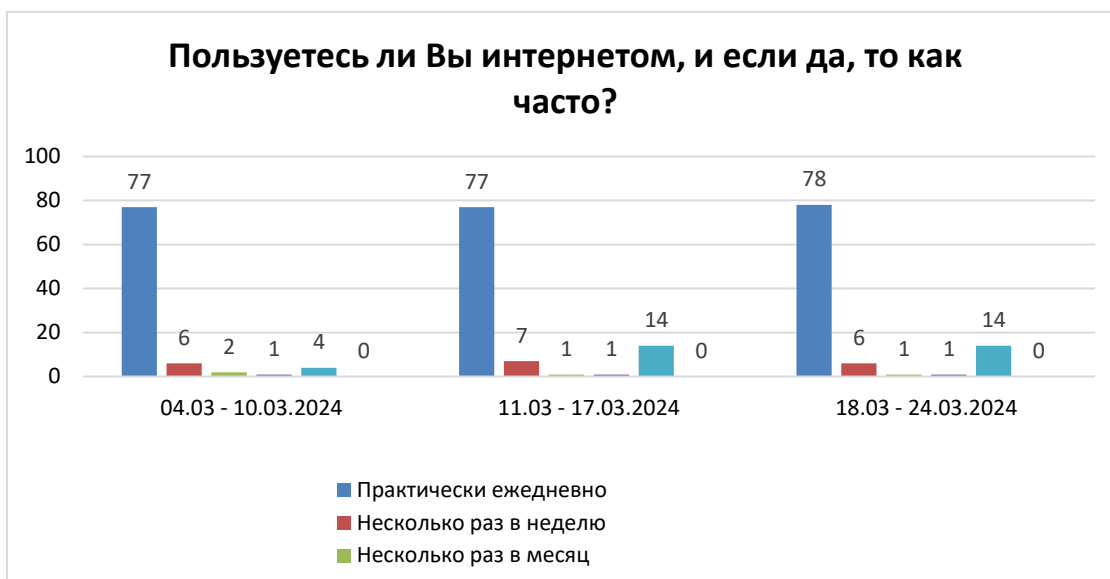


Рис. 1 Категории граждан, наиболее уязвимых к действиям финансовых мошенников

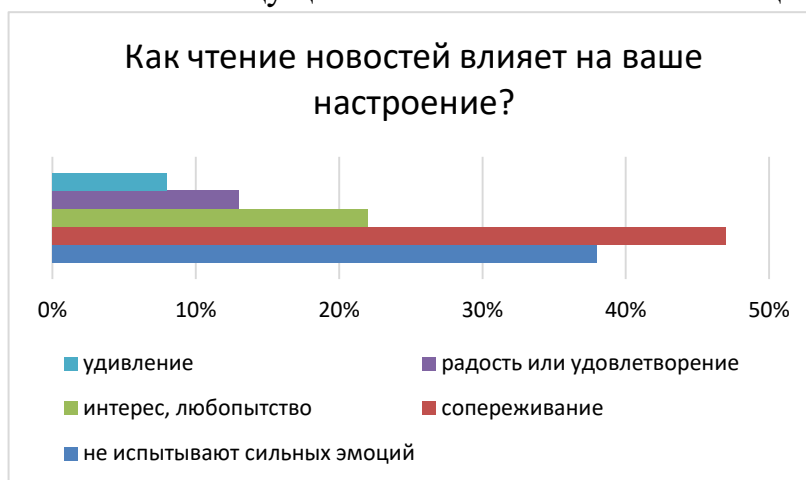
2. Потеря времени. Колоссальное количество источников информации и отсутствие правовых лекал и эффективного инструментария по регулированию

новых медиа, предлагающих пользователю самый разнообразный контент на ежедневной основе, приводят к бесполезному блужданию по интернету и, как следствие, к потере времени. Время в эпоху информационных технологий стало особенно ценным ресурсом, а "праздное блуждание" в Сети точно мешает его



рациональному использованию. Грамотным решением проблемы так называемого «думскроллинга» (явления, характерного для современной информационной эпохи, при котором пользователь погружается в новостную ленту, преимущественно негативного содержания, и бесцельно тратит время, поглощая контент - прим. «РГ») могут стать диверсификация источников и выбор исключительно качественных изданий, авторитетных СМИ и уже состоявшихся авторов в качестве информационных ресурсов.

3. Вред здоровью и эмоциональному состоянию. Попытки «охватить неохватное» и следить за всем происходящим в мире через интернет редко бывают продуктивными, особенно если человек не имеет определенной подготовки. Более того, длительный «серфинг» в Сети может оказать и негативное влияние на здоровье - как физическое (зрение, осанка), так и психическое (вызвать тревожность и бессонницу). Кроме того, молодежь подвержена виртуальному давлению, которое может стать причиной появления у юного пользователя ощущения собственной неполноценности. Сравнение



своей жизни с идеализированными образами, представленными в интернете, может привести к чувству беспомощности и отчаяния. Поэтому обычным пользователям и особенно пользователям со слабым здоровьем или тем, чья

основная деятельность связана с работой в Сети, просто необходимо соблюдать хотя бы минимальную цифровую гигиену.

4. Фейки и дезинформация. Умение распознавать фейки в Сети - одно из главных правил цифровой гигиены. Пока мировое сообщество только вырабатывает стратегию контроля над распространением ложных новостей, в наших силах остается вовремя распознать "утку" и не позволить исказить свое представление о мире. Существует несколько основных методик, согласно которым нужно всегда обращать внимание на:

- заголовок, его возможную броскость и эпатажность;
 - источники и их авторитетность;
 - старые фотографии низкого качества;
 - отсутствие объективного освещения темы, наличие лишь одной точки зрения;
 - опечатки в тексте, сомнительный адрес домена.
- Как соблюдать гигиену в интернете: правила поведения
- Использовать надежные пароли и двухфакторную аутентификацию
 - Это правило включает использование надежных паролей, двухфакторной аутентификации и регулярное обновление программного обеспечения для защиты от вирусов и хакерских атак.

Подобная фильтрация необходима для защиты личной информации от мошенников и сохранения конфиденциальности. Многие люди хранят важные данные, такие как финансовые сведения, личные фотографии и документы, в онлайн-сервисах или социальных сетях. Соблюдение правил гигиены в интернете, использование надежных паролей, ограничение доступа к персональным данным и установка антивирусного программного обеспечения помогают пользователю обезопасить себя. Так же на сегодняшний момент такая фильтрация возможна к применению при помощи искусственного интеллекта.

5. Избегать шокирующего контента и фокусироваться на главном. Социальные сети и новостные порталы дали нам возможность постоянно находиться в потоке новостей и мнений. Поэтому цифровая гигиена подразумевает умение фильтровать информацию, отделять факты от мнений, избегать негативного контента и беречь психологическое здоровье. Важно также ограничивать экранное время: переизбыток информации, которая далеко не всегда является объективной, может повлечь за собой потерю связи с реальностью или развить тревожность. Только самодисциплина и здоровый скептицизм помогут избежать участи "заложника" Сети, таящей в себе куда больше опасностей, чем кажется на первый взгляд. Безусловно, необходимым остается умение фокусироваться на важном и игнорировать несущественное. Здесь, скорее, разумнее говорить об индивидуальных предпочтениях, однако общим фундаментальным правилом выступает развитие критического мышления. Ни для кого не секрет, что распространители информации часто прибегают к манипуляциям с целью оказания влияния на мнение аудитории или получения прибыли. Именно поэтому необходимо быть внимательным и беспристрастным, проверять достоверность любых сведений и тщательно анализировать полученные данные.

6. Вести себя корректно. Гигиена в интернете способствует формированию здоровых привычек и этичному поведению в онлайн-среде. Этот пункт предполагает уважение к другим пользователям, отказ от размещения оскорбительного или незаконного контента, а также осознанное использование времени в интернете (такой образ поведения называют "нонтоксик"). Уважение к другим пользователям - основа безопасного и дружелюбного онлайн-взаимодействия.

Не стоит забывать и про опасность кибербуллинга - пресекать онлайн-травлю помогут своевременная модерация сообщений и сознательный выбор пути неконфронтации.

Отрицать сегодняшнее влияние интернета на образ жизни человека невозможно. Цифровая гигиена - не просто временный тренд, она является необходимой в эпоху цифрового прогресса. Соблюдение правил цифровой гигиены помогает обеспечить безопасность, защитить нашу личную жизнь и сохранить эмоциональное равновесие в мире информационных технологий.

Библиографический список

1. Цифровая гигиена. Как вести себя в интернете, чтобы обеспечить безопасность данных, защитить личную жизнь и сохранить эмоциональное равновесие в эпоху информационных технологий / Игорь Бессмертный, Анастасия Квачко [и др.] // Российская газета : [сайт]. – URL: <https://rg.ru/> (дата обращения: 02.04.2024).

2. Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ) : [сайт], 2024. – URL : <https://wciom.ru/> (дата обращения: 27.03.2024).

3. Панина, Г. Чистые помыслы: три правила информационной гигиены / Галина Панина // Forbes : [сайт]. – URL: <https://www.forbes.ru/> (дата обращения: 02.04.2024).

4. Балановский, В. В. Методические рекомендации и материалы по информационной гигиене в молодежной среде : учебное электронное издание / В. В. Балановский. – Калининград: Издательство БФУ им. И. Канта, 2023. – 40 с.

5. Rambler&Co Опрос показал, что чувствуют россияне при чтении новостей / Rambler&Co // РИА Новости: [сайт]. – URL : <https://ria.ru/> (дата обращения: 18.03.2024).

ББК 26.891

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЧАТ-БОТА «ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО ЛЕСОСИБИРСКУ» В TELEGRAM В СФЕРЕ ТУРИЗМА

И.М. Блинцова

Научный руководитель Н.В. Басалаева

Лесосибирский педагогический институт - филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский федеральный университет»

Аннотация. Статья посвящена применению чат-бота «Путеводитель по Лесосибирску» в туризме. В статье показано, что чат-бот может быть использован в туризме и краеведении для привлечения туристов, а также в образовании для просвещения жителей города об истории, культурном наследии Лесосибирска.

Ключевые слова: чат-бот, туризм, культура, образование, краеведение, культурное наследие

USING THE CHATBOT «GUIDE TO LESOSIBIRSK» IN TELEGRAM IN THE FIELD OF TOURISM

I.M. Blintsova

Scientific supervisor N.V. Basalaeva

Lesosibirsk Pedagogical Institute - branch of the Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education «Siberian Federal University»

Abstract. The article is devoted to the use of the chatbot "Guide to Lesosibirsk" in tourism. The article shows that the chatbot can be used in tourism and local history to attract tourists, as well as in education to educate residents about the history and cultural heritage of Lesosibirsk.

Keywords: chatbot, tourism, culture, education, local history, cultural heritage

Исследование выполнено при поддержке Краевого государственного автономного учреждения «Красноярский краевой фонд поддержки научной и научно-технической деятельности»: проект 20231127-07210, Разработка чат-бота «Путеводитель по Лесосибирску»

На данный момент использование чат-ботов в туризме является очень актуальным и важным с точки зрения улучшения качества обслуживания клиентов. В современном мире все больше людей предпочитают онлайн-коммуникацию и привыкли получать информацию и решать свои вопросы через мессенджеры и чат-платформы. Они могут помочь клиентам быстро найти необходимую информацию, сократить время ожидания ответа и сделать процесс общения более удобным и эффективным.

Концепция федеральной целевой программы «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2019 - 2025 годы)» направлена на максимально полное использование потенциала территорий субъектов Российской Федерации для развития туризма. К числу приоритетных направлений в государственной политике относится сохранение и популяризация культурного наследия народов России. К важным задачам социальной и молодежной политики государства на современном этапе развития также относится гражданское образование и патриотическое воспитание молодежи, содействие формированию культурных и нравственных ценностей среди молодежи. Решение указанных задач предусматривается посредством стимулирования интереса молодежи к историческому и культурному наследию России путем развития системы внутреннего туризма [1]. Одним из путей реализации данного направления является содействие развитию культурно-познавательного туризма, что предполагает широкое внедрение инноваций и новых технологических решений.

Чат-бот представляет собой программу, способную автоматически общаться с пользователем без контроля со стороны человека [2]. Для привлечения туристов и предоставления им информации о достопримечательностях, учреждениях культуры и местах отдыха в городе Лесосибирске нами был разработан чат-бот «Путеводитель по Лесосибирску» в Telegram.

Для реализации нашей цели было необходимо выполнить несколько задач, среди которых можно выделить следующие:

1. Обеспечить доступность культурных ценностей, приобщить молодых граждан России к краеведению, изучению истории родного края.
2. Сформировать уникальный туристский продукт о городе Лесосибирске для популяризации места отдыха среди жителей Сибирского региона и РФ.
3. Увеличить активный спрос на внутренний региональный туристский продукт.

Использование чат-бота предполагает два направления:

- Туризм, краеведение: направлен на привлечение туристов и предоставление им информации о достопримечательностях, развлечениях и услугах в городе Лесосибирске.

- Образование: чат-бот ориентирован на информирование жителей города об истории, культурном наследии Лесосибирска.

Наш чат-бот представляет собой программу в социальной сети Telegram, которая предоставляет информацию о городе Лесосибирске, о достопримечательностях, местах отдыха, культурных событиях, услугах и развлечениях в доступной форме. Он может общаться с пользователями с помощью текстовых сообщений и изображений. Чат-бот «Путеводитель по Лесосибирску» включает в себя следующие разделы: «Интересные места», «Питание», «Транспорт», «Активный отдых», «Образование», «Гостиницы», «Экскурсионные агентства», «Детский туризм», «Базы отдыха» и «Интересные факты о Лесосибирске».

После его разработки была проведена первичная проверка функциональности и удобства в использовании данного чат-бота среди студентов и преподавателей Лесосибирского педагогического института – филиала Сибирского федерального университета.

В результате чего были установлены положительные стороны применения чат-бота в туризме:

1. Доступность. Чат-бот может работать круглосуточно, что позволяет туристам получать необходимую информацию в любое время суток.

2. Снижение нагрузки на персонал. Использование данного чат-бота позволяет снизить нагрузку на сотрудников туристических компаний и гостиниц, освобождая их время для выполнения других задач [3].

3. Персонализация обслуживания. Чат-бот позволяет выбрать туристам необходимую информацию в связи с их потребностями и предпочтениями, предлагая им подходящие варианты отдыха и развлечений.

4. Увеличение конверсии и удовлетворенности. Благодаря удобной коммуникации и оперативной обратной связи с туристами, чат-бот способствует увеличению конверсии и уровня их удовлетворенности.

Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что чат-бот «Путеводитель по Лесосибирску» является инновационным инструментом для развития туризма в Лесосибирске, который не только облегчит путешествия, но и поспособствует повышению качества обслуживания и улучшению взаимодействия с посетителями.

Библиографический список

1. Батчаева, З. Б. Цифровизация в сфере туризма / З. Б. Батчаева, М. Х. Чомаева // Тенденции развития науки и образования. – 2022. – № 90-3. – С. 80-83.
2. Вервейн, П. В. Цифровизация в сфере туристического бизнеса / П. В. Вервейн, Е. С. Зуб, М. Б. Хрипунова // Самоуправление. – 2023. – № 2(135). – С. 323-326.
3. Зарецкая, М. С. Телеграмм-боты в сфере туризма / М. С. Зарецкая, Е. К. Сонькина, В. Ю. Белаш // Тенденции развития науки и образования. – 2023. – № 103-8. – С. 141-143.

ББК 51.1(2),3

РЕАБИЛИТАЦИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ФУНКЦИЙ КОЛЕННОГО СУСТАВА ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ: «АРТРОСКОПИЯ, АБРАЗИВНАЯ ХОНДРОПЛАСТИКА» С ПОМОЩЬЮ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Г.Н. Бортникова

Сибирский государственный университет науки технологий имени академика М.Ф. Решетнёва

Аннотация: В статье рассматриваются основные понятия артроскопии и хондропластики. Как производится артроскопия. Для чего нужна абразивная хондропластика. Методы реабилитации упражнений для восстановления коленного сустава.

Ключевые слова: Артроскопия, спорт, хондропластика, реабилитация, лечебно-физическая культура

REHABILITATION AND RESTORATION OF KNEE JOINT FUNCTIONS AFTER SURGERY: "ARTHROSCOPY, ABRASIVE CHONDROPLASTY" WITH THE HELP OF PHYSICAL EXERCISES

G.N. Bortnikova

Siberian State University of Science and Technology named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation: The article discusses the basic concepts of arthroscopy and chondroplasty. How is arthroscopy performed? What is Abrasive Chondroplasty? Methods of rehabilitation. And an example of exercises for the restoration of the knee joint

Key words: Arthroscopy, sports, chondroplasty, rehabilitation, physical therapy

Коленные суставы наиболее подвержены травмам в спорте. Коленные суставы являются наиболее нагруженными и хрупкими суставами, которые обеспечивают опору. Реабилитация после травм колена может затягиваться годами, если своевременно не начать терапию. Для спортсменов восстановление колена после травмы – это очень важный этап в процессе подготовки к соревнованиям и тренировочным занятиям. При увеличении нагрузок на сустав возникает риск получения повторной травмы сустава. Без лечения и восстановления функций колена у спортсменов повышается риск возникновения деформирующих артрозов. На протяжении многих лет методы реабилитации спортсменов, травмирующих коленный сустав, изменялись и совершенствовались. В первую очередь это связано с введением новых

артрологических технологий и развитием физических методов реабилитации. Существует множество способов восстановления функций колена, но наибольшим эффектом обладает лечебная физическая культура (ЛФК).

Как известно, движение это жизнь. Подвижные движения осуществляют суставы и хрящи, которые обеспечивают стабильность суставов. Гиалиновый и фиброзноволокнистый хрящи необходимы для того, чтобы смягчить нагрузку на суставы и обеспечить их стабильность. Они регулируют процессы синтеза и распада коллагеновых волокон. Травма, повышенная нагрузка на суставы и естественный процесс старения может привести к изнашиванию хряща. В таком случае суставы не могут правильно функционировать. [1]

Повреждения и заболевания хрящевых покровов сустава весьма распространены в наши дни. Причина болезни – спортивные или другие виды травм, а также возрастные недуги, повлекшие за собой постепенную дегенерацию ткани, которая в свою очередь приводит к повреждению хрящей. Симптомы заболевания: резкая боль, отечность, ригидность, тугоподвижность, блокада сустава [1].

Недостаточное внимание к ним может стать причиной контрактур и деформаций опорно-двигательного аппарата человека.

Методика артроскопии позволяет восстановить поверхность хряща, восстанавливая его целостность. Это уникальная методика, позволяющая пациенту встать на ноги за несколько недель. После них проводятся пассивные тренировки мышц, выполняющих движение сустава.

Малоинвазивное вмешательство также применяется для диагностики и лечения заболеваний суставов. При помощи этого прибора можно определить состояние колена, выявить причины боли и определить дальнейшую тактику терапии. Операция проходит без разрезов, травм и повреждений здоровых тканей тела.

Технологию разработали и впервые применили в швейцарской лаборатории. В настоящее время такие операции проводятся во многих европейских странах, в том числе и в нашей стране. С помощью этой мази можно вылечить практически любой сустав в организме.

Эффективность лечения артроза лазером достигает 90-95%, что очень высоко. Артроскопия сустава проводится по следующим показаниям:

- Повреждения хрящевой ткани травматического происхождения;
- Дегенеративно-дистрофические изменения суставных хрящей;
- Начальная стадия артроза.

-Артроскопия является одним из самых эффективных методов диагностики артроза, так как она позволяет оценить состояние суставов. Врач может осмотреть каждую часть сустава и определить, есть ли в нем патология.

Артроскопия проводится в несколько этапов, в каждый прокол вводится специальный инструмент с линзами и световыми системами. Свет проходит через оптические волокна. Изображение сустава передается в цифровом виде на экран монитора. Во время второго прокола врач использует хирургический инструмент для проведения необходимых операций.[1]

Артроскопия при травмах и повреждениях суставов:

- Поврежденный участок хряща обрабатывается;
- Прodelываются отверстия в костях;

- Выполняется дренирование мягких тканей;
- Промывается суставная чашечка.
- На рану накладывают повязку.

При проведении артроскопической операции снижается риск кровопотери и развития послеоперационных осложнений. Несмотря на минимальную инъекцию, пациенты не испытывают болезненных ощущений после операции и быстро восстанавливаются.

Хондроктомия – это хирургическая операция, в ходе которой восстанавливаются небольшие дефекты хряща.

При больших нагрузках на коленный сустав могут пострадать хрящи бедренных и бедренных костей, в том числе надколенные. Обычно такие изменения не вызывают никаких неприятных ощущений.

Методы лечения артроза коленного сустава могут быть разделены на несколько видов, в зависимости от того, как обрабатывается область дефекта (абразивная пластика, туннельное лечение, микрофрагментирование), а также способы стимулирования регенерации [1]. Кроме того, дефект можно прикрыть имплантатом из собственного хряща (например, мозаичная хондроктомия, пересадка клеток мезокортикальной ткани). Так же, на пораженных участках могут быть имплантаты, которые достаются от других людей или создаются искусственно.

Мы рассмотрим еще один метод, который мы назовем абразивной реабилитацией. Все методики, представленные в списке, основаны на перекраивании поверхности костной ткани, после чего хрящ очищается специальными приспособлениями. После этого в хрящевых тканях проделываются небольшие отверстия, которые делаются специальными инструментами. Через них из пораженной зоны выбрасываются клетки, являющиеся родоначальниками клеточной структуры соединительных тканей. Таким образом, организм заполняет дефекты хрящевой тканью, а через некоторое время на месте дефектов появляется хрящевая структура.

Эта методика используется хирургами-ортопедами уже достаточно давно, и не только в области ортопедии.

Восстановление хряща часто бывает сложной, но выполнимой процедурой. Важную роль для закрепления эффекта от операции играет программа реабилитации. Предназначением реабилитации является создание идеальных физических условий, в которых клетки костного мозга могут преобразовываться в линии однородных хрящеподобных клеток. Когда идеальная физическая среда комбинируется с идеальной химической средой, производимой сгустком крови из костного мозга, восстановленный хрящ может заполнить возникший дефект. Таким образом благодаря повреждению и ответной работе организма происходит восстановление хрящевой поверхности.

Программа реабилитации для каждого пациента после фрактурирования будет варьироваться в зависимости от следующих факторов:

- местоположение дефекта
- размер дефекта
- была ли параллельно с микрофрактуриванием сделана операционная процедура (например, пластика ПКС) [2].

Восстановление коленного сустава после оперативного лечения хондромалиции начинается с движений в функциональной шине в пределах 90% от максимально возможной амплитуды. В этот период рекомендованы ритмические сокращения четырёхглавой мышцы бедра в положении разгибания коленного сустава, многократно повторяемые в течение дня. Широко применяются ортезы коленного сустава, в которых можно заниматься кинезиотерапией, преследующей основной своей целью увеличение объема движений в суставе и укрепление передней группы мышц бедра. В дальнейшем, подключаются свободные активные движения, упражнения с самопомощью, на нестабильных платформах, приседания и выпады. Немаловажную роль играют различные мануальные техники, в том числе, массаж и физиотерапевтические процедуры: магнитотерапия, лазеротерапия, ультразвук. Определенную помощь может оказать кинезиотейпирование и ношение индивидуальных ортопедических стелек. Из лекарственных препаратов целесообразно назначать нестероидные противовоспалительные средства, помогающие снять воспаление и устранить болевой синдром. А вот, по поводу так популярного на сегодняшний день внутрисуставного введения различных хондропротекторов - препаратов, содержащих глюкозаминогликаны, достоверно подтверждающих их клиническую значимость при лечении острых и хронических повреждений суставного хряща данных нет. При полном купировании болей и восстановлении функции коленного сустава пациентам разрешается приступать к обычным нагрузкам и занятиям спортом [3]. Восстанавливаем коленный сустав после операции Артроскопия с применением ЛФК.

Комплекс упражнений на коленный сустав разрабатывается исключительно врачом. Обычно занятия делятся на три этапа, каждый из которых отличается сложностью. Нагрузка должна постепенно увеличиваться.

Первый этап, после операции, длится две недели. Это самые простые упражнения, которые помогают колену приспособиться к нагрузкам. Этот этап занимает около двух недель. ЛФК включает в себя следующие упражнения: лечь на пол и согнуть колени, ноги придвинуть как можно ближе к себе. Затем следует напрягать мышцы ягодичных мышц, задерживаться на пять секунд, затем расслабляться. Принять положение лежа на спине, под колено положить подушку. Попытаться разогнуться как можно более сильно, опираясь на валики. Разогнутую конечность зафиксировать в таком положении на 5 минут. Затем пациенты пробуют механотерапевтические процедуры на аппаратах "Артротек" и "Кинетек". На аппарате амплитуда движения увеличивается по мере его переносимости, до момента полной перегрузки. [4]

После того, как пациент освоил упражнения, он может приступить к следующему шагу – второй этап.

На этой стадии занятия уже более сложные. Пациенты делают следующее: лечь на пол, подложить под поврежденное колено валик. Так же, как и в предыдущем упражнении, разгибать конечность, но уже с утяжелением. Для этого потребуется использовать предмет, вес которого повышают постепенно на протяжении месяца, начиная с 400 г и заканчивая 2 кг. Прикрепляют груз к голенистопопу. Также выполняют упражнения на сгибание и разгибание с резинками разной тяжести. И ещё одно упражнение шагать и

держат баланс на нестабильных платформах. Самое эффективное упражнение на колено – это велотренажер. Выполнять нужно без особых усилий.

Упражнения завершающего этапа требуют больше усилий, поэтому к ним приступают с уже подготовленными суставами. В комплекс включены следующие упражнения: встать прямо на обе ноги и начать приседать. Достигая угла 90 градусов между бедром и голенью, задержаться на 5 секунд, затем медленно вернуться в исходное положение. Здоровую ногу отставить назад и на больную, потихоньку, выполнять выпады. Ходить по ступенькам, опираясь на травмированную ногу.[4]

Таким образом, реабилитация, а особенно ЛФК очень важны для правильного и быстрого восстановления функций коленного сустава. Не выполнение этих требований пациенту грозит возвращение травмы и последующие серьезные осложнения

Библиографический список

1. Артроскопия при повреждении хряща (хондропластика) // TRAVMASUSTAVA.RU : [сайт], 2024. – URL [https://travmasustava.ru/artroskopiya_kolennogo_sustava/artroskopiya_pri_povrezhdanii_hryashha_\(hondroplastika\).html](https://travmasustava.ru/artroskopiya_kolennogo_sustava/artroskopiya_pri_povrezhdanii_hryashha_(hondroplastika).html) (дата обращения 20.06.23)

2. Восстановление хряща: примеры программ реабилитации // Orthoclass : реабилитация в домашних условиях : [сайт]. – Москва, 2024. – URL <https://orthoclass.ru/vosstanovlenie-hryashha-reabilitatsiya> (дата обращения 20.06.23)

3. Реабилитация после артроскопической операции по поводу хондромалиции коленного сустава // medalp : артроскопия. ортопедия. флебология : [сайт]. – Санкт-Петербург, 2024. – URL : <https://www.medalp.ru/vosstanovitel'naja-medicina-i-reabilitacija/reabilitacija-posle-artroskopicheskikh-operacii/hondromaljacii-kolennogo-sustava/> (дата обращения 20.06.23)

4. Эффективные методы реабилитации после операции на коленном суставе. – URL <http://cdc-nv.ru/articles/ortopediya-travmatologiya/13912-effektivnye-metody-reabilitatsii-posle-operatsii.html> (дата обращения 20.06.23)

ББК 75

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ В ВУЗАХ

Г.Н. Бортникова

Сибирский государственный университет науки технологий
имени академика М.Ф. Решетнёва

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы патриотического воспитания молодого поколения, обучающегося в современных условиях. Изучено влияние физической культуры и спорта на формировании патриотического сознания. Определены эффективные формы и методы патриотического воспитания с использованием средств физической культуры и спорта.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, патриотизм, студенты, патриотическое воспитание, формы и методы патриотического воспитания

ADOPTION OF A CODIFIED ACT ON THE REGULATION OF ENGINEERING RELATIONS

G.N. Bortnikova

Siberian State University of Science and Technology named after
Academician M.F. Reshetnev

Abstract: The article deals with the problems of patriotic education of the younger generation studying in modern conditions. The influence of physical culture and sports on the formation of patriotic consciousness has been studied. Effective forms and methods of patriotic education using physical culture and sports have been identified. The positive results of the experimental work are presented.

Keywords: physical education, sports, patriotism, students, patriotic education, forms and methods of patriotic education

Патриотическое воспитание молодёжи - один из самых актуальных вопросов. Родители, которые имеют детей, должны понимать важность воспитания у детей чувства патриотизма. Любовь к Родине у детей формируется постепенно в процессе их общения в школе с педагогами и с окружающими, в семье, общаясь с родными и близкими.

Патриотическое воспитание молодежи предполагает воспитание физически развитого, здорового человека. Физическая культура и спорт играют важную роль в решении этой задачи. Из этого следует, что физическое развитие является неотъемлемой частью обучающего процесса. Физически развитый человек способен защитить, направить свои способности на помощь нуждающимся.

Патриотизм, это любовь и уважение к своему народу, желание созидать и защищать, а также чувство гордости за свои достижения, готовность пожертвовать своей жизнью ради Отечества, готовность рисковать собой ради интересов народа.

В спорте патриотизм, это готовность спортсмена повышать свои спортивные результаты. Быть готовым тренироваться для достижения более высоких спортивных достижений.

Патриотизм всегда был и будет характерной чертой русского народа. В настоящее время существует опасность того, что многие духовные ценности общества будут фактически утрачены. Физическая культура и спорт является основным средством, воспитания патриотизма у граждан, подготовки их к защите Родины, развития и укрепления дружбы между народами [8].

Патриотическое воспитание студенческой молодежи в современных условиях является особенно важным. Для развития общества, Российского государства, идея патриотического воспитания и гражданский патриотизм имеют огромное значение в воспитании нравственности и в формировании моральных, волевых качеств.

В современных условиях патриотическое воспитание рассматривается как образовательный процесс, направленный на воспитание молодого поколения, способного выполнять гражданский долг и обязанности по защите интересов своей Родины. Цель физического воспитания заключается в том, чтобы сосредоточить учебный процесс на всестороннем, гармоничном развитии обучающихся и на приобретении выбранной профессии [2].

В специальной спортивной литературе утверждается, что различные виды спортивной деятельности являются своеобразным средством воспитания и помогают в формировании личности человека [2].

Физкультурно-спортивной деятельностью оказывает на занимающихся положительное воздействие. Занятия видами боевого искусства в области физического воспитания и духовного развития личности должны основываться на принципе воспитательной тренировки. Тренировочные занятия должны быть основаны на педагогических принципах, на позиции, что человек формируется как личность в процессе реальной деятельности и взаимодействия с другими людьми [4].

Преподаватели общеобразовательных предметов, в том числе учителя физкультуры, должны привлекать учащихся к занятиям, в ходе которых формируются определенные личностные качества, коммуникативные навыки и нравственные устои личности. В этом случае учебная программа должна гармонично сочетать социальные и гуманитарные дисциплины, которые формируют основу личностного мировоззрения. Результатом подлинно нравственного воспитания является осознание ценностей и идеалов гуманистического общества, принципов, норм и правил нравственности, активной жизни в коллективе, осознание таких ценностей, как ответственность, организованность, дисциплина, долг, честь, достоинство, порядочность и правдивость, мужество и решимость быть несовместимым с проявлениями безнравственности и негативными проявлениями общества. Проявление и воспитание патриотизма, должно просматриваться на всех Правительственных уровнях, органов законодательной, исполнительной власти, министерств образования и науки, спорта, туризма и молодежной политики, здравоохранения, социального развития [3].

Формы патриотического воспитания условно разделяют на три группы:

- учебно-воспитательная работа, применяемая на учебных и тренировочных занятиях;
- спортивно-массовая работа и культурно-досуговая;
- формы работ, связанные с участием в создании комнат боевой и спортивной славы, мемориальных памятников, монументов на местах знаменательных событий и битв, музеев, приведением в порядок воинских захоронений и др.

Особое значение, как средство воспитания патриотизма у учащихся в процессе занятий спортом и физической культурой имеют командные соревнования, чемпионаты среди тренировочных групп или образовательных учреждений.

Работа по патриотическому воспитанию студентов должно включать педагогические направления как во время занятий, так и вне образовательной деятельности. Для положительных результатов необходимо взаимодействие вузов с учреждениями общего и дополнительного образования, с учреждениями физической культуры и спорта, с воинскими частями и центрами патриотического воспитания.

Низкий уровень физического развития и всесторонней физической подготовленности студентов объясняется тем, что отсутствует достаточное количество спортивно-оздоровительной работы, направленной на укрепление

здоровья студентов, поддержание и развития высокого уровня физических качеств.

В большинстве вузов страны не уделяется серьезного внимания к физической подготовке студентов и развитию у них физических качеств, тем более к формированию военно-прикладных навыков у молодежи призывного возраста. Физическая культура и спорт предоставляют большие возможности для патриотического воспитания и повышения физической активности молодежи. Служба в армии требует особой подготовки, психологической уравновешенности, а также хорошей физической формы.

Для повышения уровня физической подготовленности учащихся и развития военно-прикладных навыков в процессе обучения следует использовать следующие виды физических сложных упражнений: восхождение на различные виды альпинизма, скалолазание, ходьба и бег с препятствиями, эстафеты с ношением различных предметов [6].

Физическое воспитание и спорт должны способствовать тому, чтобы все физические качества были хорошо развиты у будущих защитников Отечества. Правильно организованное физическое воспитание позволяет молодому поколению призывного возраста быстро адаптироваться к условиям военной службы и приобрести опыт в военной профессии.

В постановлении Правительства РФ «О национальной доктрине образования в Российской Федерации на период до 2025 года» определены основные направления, цели, задачи развития образования. В этом документе большое внимание уделено разработке и реализации некоторых мер, предусматривающих всестороннюю заботу о сохранении жизни, здоровья и физическом воспитании и развитии молодежи.

В этом документе отмечена важность и необходимость совершенствовать системы образования и патриотического воспитания [9].

Огромное значение в данной программе придается разработанным планам и их реализации в районах и регионах России. Работа по патриотическому воспитанию учащейся молодежи должна внедряться с учетом национальных традиций, культуры, языков, народов и этносов, проживающих в России. Поэтому патриотизм занимает особое место в социальном, нравственном и физическом развитии личности студента [10].

В настоящее время воспитание патриотизма находится на недостаточно хорошем уровне. Поэтому необходимо в дальнейшем совершенствовать систему патриотического воспитания студентов.

Таким образом, целенаправленное и эффективное обеспечение патриотического воспитания возможно при всестороннем развитии молодого поколения и использовании интеллектуальных, нравственных, информационных и других возможностей общества. Патриотическое воспитание студентов, обучающихся в вузе должно сочетаться с использованием средств физического воспитания и спорта, а также с методами воспитания и методикой тренировки.

Библиографический список

1. Андреева, Г. В. Патриотическое воспитание молодёжи: подходы, опыт, пути решения / Г. В. Андреева // ВАНТИТ. – 2001. – 11-17 с.

2. Белорусова, В. В. Воспитание в спорте / В. В. Белорусова. – Москва : Физкультура и спорт, 1974. – 119 с.

3. Еганов, А. В. Воспитание патриотизма учащейся молодежи в процессе занятий спортивной и физкультурной направленности / А. В. Еганова, Л. М. Куликов // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2010. – № 12. – С. 65-67. – URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=992> (дата обращения: 16.03.2024).

4. Еганов, А. В. Воспитание патриотизма учащейся молодежи в процессе занятий спортивной и физкультурной направленности / А. В. Еганов, Л. М. Куликов // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2010. – № 12. – С. 65-67. – URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=992> (дата обращения: 16.03.2024).

5. О физической культуре и спорте Российской Федерации : закон : принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года : одобрен Советом Федерации 23 ноября 2007 г. : в ред. федер. закона от 21.07.2014 № 211-ФЗ // Российская газета, № 276 от 8 дек. 2007 г. 6-8 с.

6. Бортникова, Г. Н. Физическая культура и здоровый образ жизни современной молодежи / Г. Н. Бортникова // Развитие науки и практики в глобально меняющемся мире в условиях рисков : сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Махачкала : ООО Институт развития образования и консалтинга, 2021. – С. 85-87.

7. Микрюков, В. Ю. Педагогические инновации в содержании учебных программ, учебников и учебных пособий в интересах обеспечения качественного военно-патриотического образования учащихся / В. Ю. Микрюков // Вестник академии военных наук. – 2007 – № 4. – 94-98 с.

8. Найн А. Я., Найн А. А., Ефимова Е. А. Теория и практика воспитания учащихся образовательных учреждений средствами физической культуры в современных условиях // Центр развития личности. – Москва : Центр развития личности РАО, 1996. – 59 с.

9. Патриотическое воспитание подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01, 13.00.04 / Паутов Виталий Геннадьевич; [Место защиты: Ур. гос. ун-т физкультуры]. – Челябинск, 2010. – 22 с.

10. «О национальной доктрине образования в Российской Федерации» : П постановление РФ № 751 от 4 октября 2000г. // Бюллетень Министерства образования РФ. – 2002. – 2-11 с.

ББК: 65.050.1

НОВЫЙ ВИД БРОКЕРСКОГО СЧЕТА ИИС – 3

П.К. Бурмакин, В.В. Сербинович

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса управления и психологии»

Аннотация: был проведен сравнительный анализ и выявлены преимущества и недостатки нового инвестиционного счета, также рассмотрено, что представляет индивидуальный инвестиционный счет, его цель, условия

содержания, раскрытие информации о старых видах индивидуальных инвестиционных счетов в сравнении с новым ИИС -3.

Ключевые слова: ИИС, возврат НДФЛ, инвестиции, брокерский счет, льготы от государства

A NEW TYPE OF BROKERAGE ACCOUNT IIS – 3

P.K. Burmakin, V.V. Serbinovich

Autonomous non-profit organization of higher education Siberian Institute of Business Management and Psychology

Abstract: a comparative analysis was carried out and the advantages and disadvantages of the new investment account were identified, it was also considered what an individual investment account is, its purpose, conditions of maintenance, disclosure of information about old types of individual investment accounts in comparison with the new IIS - 3.

Keywords: IIS, personal income tax refund, investments, brokerage account, benefits from the state

С начала 2024 года 1 января вышли поправки N 39-ФЗ «О рынке ценных бумаг», которые создают законодательную базу для нового типа индивидуального инвестиционного счета.

ИИС (индивидуальный инвестиционный счет) — это вид брокерского счёта с дополнительными налоговыми льготами от государства. На него можно положить деньги и инвестировать их в ценные бумаги, валюту и другие биржевые инструменты. Помимо дохода от вложений, владельцы ИИС могут вернуть налог на доходы.

Далее в тексте статьи будет использована сокращенная аббревиатура – ИИС, и номера этих счетов ИИС – 1, ИИС – 2, ИИС – 3.

Цель ИИС — стимулировать накопление гражданами денежных средств. Инвестор, использующий ИИС, получает налоговые льготы от государства, но при этом ограничен в выводе денег на определенный срок.

Если рассматривать ИИС с самостоятельным управлением, то это, по сути, брокерский счет с налоговыми вычетами и некоторыми ограничениями. [1]

Открыть ИИС можно практически в любой брокерской компании или крупном банке, где у вас есть счёт. Открытие счёта - это простой процесс, который можно сделать онлайн.

Более того, большинство банков будут рады клиенту, заинтересованному в инвестициях. [2]

В отличие от обычного брокерского счета можно заметить, что ИИС дает пользователям получать налоговые льготы от государства.

Согласно № 39-ФЗ «О рынке ценных бумаг», которые создают законодательную базу для нового типа индивидуального инвестиционного счета. [4]

Новый тип инвестиционного счета назвали ИИС – 3, далее мы разберемся, какие поправки были внесены, и проведем сравнительный анализ ИИС - 3 и старых инвестиционных счетов.

ИИС-3 — новый тип инвестиционного счета, который должен заменить ИИС типа 1 и ИИС типа 2. Счета старых типов продолжают действовать наряду с ИИС-3 на прежних условиях, но открыть такие счета уже нельзя.

ИИС-3 позволяет его владельцам получать сразу две налоговые льготы: вычет на взнос и вычет на доход. [1]

Таким образом, можно заметить, что ИИС – 3 стал сочетанием ИИС – 1 и ИИС – 2. Для полноты информации рассмотрим краткую характеристику ИИС– 1 и ИИС–2, чтобы в дальнейшем провести сравнительный анализ с ИИС – 3

Тип 1 (на взнос) - возврат 13% от суммы, внесённой в течение года с ограничением 52 000 рублей в год, либо же 15% от суммы внесенной в течении года с ограничением 60 000 рублей, если доход превышает 5 миллионов рублей в соответствии.

Тип 2 (на доход) - возмещение НДФЛ от инвестиций без ограничений по сумме. [2]

Данные характеристик представлены в таблице 1

Таблица 1

Краткая характеристика ИИС-1 и ИИС-2[1], [2]

ИИС-1	ИИС-2
Возвращает 13% или 15% от суммы которую внесли (то есть максимальная сумма с которой можно получить возмещение в полном размере это 400.000 рублей)	Освобождает инвестора от налога на весь доход
Лимит на взнос составляет 1 млн рублей в год.	Лимит на взнос составляет 1 млн рублей в год.
Для получения вычета деньги нужно держать на счету 3 года	Для получения вычета деньги нужно держать на счету 3 года
Вычет 1 предназначен только для плательщиков НДФЛ.	Предназначен для плательщиков НДФЛ, также для тех, у кого нет официального дохода, пенсионерам, ИП и т.д.

Ранее можно было открыть только один инвестиционный счет на выбор на 3 года – это счет на получение налогового вычета (ИИС -1), и освобождение инвестора на весь полученный доход. (ИИС – 2)

То есть в течении трех лет деньги должны находиться на ИИС, чтобы получать налоговые льготы, в случае если снимались деньги с него ранее трех лет, то полученные налоговые льготы нужно вернуть (по ИИС 1), а ИИС-2 будет облагаться налогом на доход.

Ограничение на внесение суммы в год это один миллион рублей.

ИИС – 1: максимальную сумму налога, которую можно вернуть в год это при вложении 400 тысяч рублей с которых в год можно вернуть 52 тысяч для тех, кто платит подоходный налог 13%, а для тех, кто платит 15%, у того 60 тысяч рублей (13% от 400 тысяч или 15% от 400 тысяч).

Главное условие, что вы должны быть трудоустроены официально, так же ваш максимальный налоговый вычет зависит от того сколько вы внесли денежных средств, а также сколько денег уходит на НДФЛ, то есть если у вас в год подоходный налог менее 52 тысяч рублей, а, например, 48 тысяч рублей, то вы сможете вернуть его в размере 48 тысяч рублей.

Рассмотрим на примере. Инвестор получает доход 60 000 в месяц, с которых уплачивает 13% налога. Он оформил ИИС типа 1. Рассчитаем сумму НДФЛ, которую он выплатил в год:

$60\,000 * 0,13 * 12 = 93\,600$ тысяч рублей.

Помним об ограничении по размеру вычета:

$400\,000 * 0,13 = 52\,000$ тысяч рублей.

Таким образом, несмотря на то, что инвестор заплатил за год 93 600 в виде налогов, вернуть он сможет только 52 000 из них.

ИИС – 2: данный вид счета открывается с целью освобождения от налога на весь доход.

Самый главный плюс, что его открыть может любой гражданин или резидент РФ, то есть это может быть обычный пенсионер, ИП и т.д.

Таким образом из-за совмещения данных видов счетов получился ИИС – 3, который сочетает в себе два вида налоговых льгот, которые мы перечисляли выше, а также начиная с 2024 года изменились условия данных счетов, которые мы рассмотрим далее в таблице 2, где будут новые условия ИИС – 3 в сравнении с счетами ИИС – 1 и ИИС - 2.

Таблица 2

Сравнительный анализ ИИС – 3 и ИИС - 1,2[1],[2]

Сравнительная характеристика	ИИС 1,2.	ИИС -3
Минимальный срок существования счета для получения вычетов.	Три года	От пяти лет при открытии в 2024 -2026 годах. От шести лет при открытии в 2027 году. От семи – в 2028 году От восьми - в 2029 году От девяти – в 2030 году От десяти – в 2031 году.
Налоговые вычеты	Налоговый вычет или вычет на доход	Оба вычета одновременно (вычет на доход – в размере до 30 миллионов рублей.)
Сумма пополнения	1 миллион рублей (в год)	Не ограничена
Снятие средств	При закрытии счета	При закрытии счета или в случае дорогостоящего лечения
Начисление дивидендов	Допускалось начисление на другой банковский счет	Только на ИИС
Допустимое количество счетов	Один	Три

Изменился минимальный срок существования счета для получения вычетов, который зависит от года, когда вы завели инвестиционный счет. Например, если инвестиционный счет открыть в 2027 году, то деньги на счете должны находиться от 6 лет для получения налоговых льгот, но у клиента есть возможность снять денежные средства и ранее без определенных на то причин, но тогда ранее полученные налоговые льготы придется вернуть, и договор на ведение ИИС будет расторгнут.

Налоговые вычеты совместили в один счет и можно получать оба вида льгот, как мы и указывали ранее.

Ограничения по сумме внесения денежных средств не ограничена, но чтобы получать второй вид льготы то максимальная сумма дохода должна быть не более 30 миллионов рублей

Так же изменился порядок снятия средств ранее который можно было сделать, но льготы сразу же отменялись и договор на ИИС был расторгнут, сейчас по такому же принципу закрывается счет, но и появился еще один критерий, когда деньги можно снять по причине дорогостоящих болезней, при этом договор на ведение ИИС не будет расторгнут.

К дорогостоящему относится лечение онкологических заболеваний, инсульта, острого инфаркта миокарда, туберкулеза, тяжелых форм заболеваний слухового аппарата и глаз, заболеваний аорты, доброкачественной опухоли мозга, а также пересадка клапанов сердца.

До этого допускалось, что дивиденды могли отправиться на другой банковский счет, но теперь они будут находиться на ИИС

Так же изменилось количество открытия счетов, ранее это был один счет, теперь можно открыть три в соответствии с ФЗ «О рынке ценных бумаг», а связанные с ними налоговые льготы - ст. 219.1 НК РФ налоговые поправки одобрили в середине марта 2024 года. [5]

По мнению Анны Субботиной некоторые брокеры пока не открывают обновленные счета своим клиентам. Они хотят понять, как нововведения будут работать на практике, и убедиться, что условия не пересмотрят. [6]

Далее перейдем к преимуществам и недостаткам нового ИИС – 3, данные представлены в таблице 3.

Таблица 3

Преимущества и недостатки ИИС – 3.

Преимущества	Недостатки
Клиент сразу получает два вида вычета	Неизвестность как будет работать в дальнейшем ИИС, и будут ли пересмотры работы инструмента
Отмена лимита на внесение денежных средств на счет	Срок от 5 лет
Срок от 5 лет	

Из плюсов клиент может пользоваться двумя льготами сразу, отменили лимит на внесение денежных средств, а из минусов это неизвестность будут ли внесены дополнительные поправки в законодательство РФ касаясь ИИС – 3, увеличение срока нахождения денежных средств для кого-то считается возможностью, а для кого-то это очень большой срок. Поэтому если есть желание инвестировать в течении небольшого срока относительно нынешних изменений, то нужно начинать в ближайшее время, иначе срок хранения денежных средств увеличивается.

Библиографический список

1. Сайт Сбер банк для инвесторов, электронный ресурс, режим доступа - <https://www.sberbank.ru>. (Дата обращения 04.04.2024)
2. Сайт Тинькофф банк для инвесторов, электронный ресурс, режим доступа - <https://www.tinkoff.ru/invest/help/brokerage/iis/all-about-iis/types/>
3. Сайт Центрального Банка РФ, электронный ресурс, режим доступа - <https://cbr.ru/> (Дата обращения 04.04.2024).
4. Федеральный закон «О рынке ценных бумаг» от 22.04.1996 N 39-ФЗ (последняя редакция 12.03.2024) электронный ресурс, режим доступа - https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10148/?ysclid=lusagdaxks345003305 (Дата обращения 06.04.2024).

5. Налоговый кодекс Российской Федерации (часть вторая) от 05.08.2000 N 117-ФЗ (ред. от 23.03.2024) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024), электронный ресурс, режим доступа - https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28165/2b69106f66601ba5b58aaeb82395674581c66c20/?ysclid=lusalus5qn686603706 (Дата обращения 06.04.2024).

6. Совкомблог, электронный ресурс, режим доступа - <https://journal.sovcombank.ru/investitsii>.

ББК 65.431-80

АДАПТАЦИЯ ФРАНЧАЙЗИНГА ПРЕДПРИЯТИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ К СОВРЕМЕННЫМ УСЛОВИЯМ РАЗВИТИЯ РОССИИ

А. Быкова, Е.Э. Лобанова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

В статье проведен анализ специфики применения франчайзинга предприятий общественного питания в современной России. На примере конкретного предприятия брэнда KFC показана возможность адаптации его деятельности с учетом введенных западных санкций и улучшением показателей деятельности.

Ключевые слова: франчайзинг, франшиза, бренд, санкции, ребрендинг, маркетинговые исследования, оптимизация деятельности

ADAPTATION OF FRANCHISING OF A CATERING COMPANY TO MODERN CONDITIONS OF DEVELOPMENT IN RUSSIA

A. Bykova, E.E. Lobanova

Autonomous non-profit organization of higher education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

The article analyzes the specifics of the application of franchising of public catering enterprises in modern Russia. Using the example of a specific enterprise of the KFC brand, the possibility of adapting its activities taking into account the imposed Western sanctions and improving performance indicators is shown.

Keywords: franchising, franchise, brand, sanctions, rebranding, marketing research, optimization of activities

В настоящее время развитие российского предпринимательства, в первую очередь малого, затрудняется повышенными коммерческими рисками. Организация предприятия на условиях франшизы значительно снижает предпринимательские риски, так как в этом случае происходит использование уже отработанного и доказавшего свою эффективность бизнеса.

В российском законодательстве франчайзинг регулируется договором коммерческой концессии (статьи 1027–1040 Гражданского Кодекса РФ). [7, стр. 248] Одной из наиболее успешных франшиз в общественном питании в РФ (до начала проведения специальной военной операции (СВО)) на Украине являлись McDonald's, Subway, «Баски н-Роббинс», Burger King, KFC и др. [1, с. 165], [6]. Ресторанный бизнес в России (до начала СВО) существовал в трех нишах,

неравных по объему и количеству игроков, — фаст-фуд, рестораны среднего ценового уровня и рестораны «высокой кухни» (таблица 1).

Таблица 1

Ресторанный бизнес франчайзинговой системы в России

Ниша рынка	Компании
фаст-фуд	Макдональдс, Ростик'с, Sbarro, Subway, Крошка-картошка, Стефф, Народная кухня и другие
рестораны среднего ценового уровня	TGI Fridays, American Bar & Grill, Планета суши, Il Patio, Якитория, Гин-но-таки, Шеш-беш,
рестораны среднего ценового уровня	Молли Гвинз, Елки-Палки, Му-Му, Старлайт дайнерз и другие
рестораны «высокой кухни»	Пушкин, Сыр, Le Duc, Шинок, Улей, Обломов на Пресне, Абсент и другие

В предыдущие годы большим ударом для ресторанного бизнеса стала пандемия и связанные с ней ограничения. С начала марта 2022 года (в связи с СВО) об уходе и временном прекращении работы на российском рынке объявили более 300 крупных иностранных компаний. В изменяющихся условиях в РФ, прежде всего, в связи с санкционным давлением западных стран, происходят и изменения в реализации франчайзинга. Так, с 12 июня 2022 года все оставшиеся рестораны Макдональдс, работающие в России по франшизе, приостановили свою работу. На их месте начала работать новая сеть "Вкусно и точка". [2] На современном этапе главной проблемой является уход многих брендов с рынка России. Среди брендов ресторанов фастфудов - KFC - является серьезным игроком, большинство заведений которых открывали на условиях франчайзинга местные партнеры Yum! Brands, при этом часть партнеров перешли еще из «Ростик'с». Крупнейшим франчайзи по количеству ресторанов KFC является ООО «ИНТЕРНЭШНЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС», головной офис которого расположен в г. Москва. Одним из его филиалов является ООО «ИНТЕРНЭШНЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» г. Красноярск. В середине апреля 2023 года владелец бренда популярной сети фастфуда KFC объявила о закрытии сделки по продаже своего бизнеса в России, в которой покупателем стал один из местных партнеров Yum! Brands («Смарт Сервис»). [3] По условиям договора новый владелец получил в собственность не только эти 66 ресторанов KFC, но также права на мастер-франшизу, операционную систему и торговую марку Rostic's. [4] Одним из условий Yum! Brands по передаче партнеру прав на сеть KFC в России был ее ребрендинг, то есть стратегия системных изменений в идеологии бренда и его восприятия. Бренд Rostic's уже известен потребителю, и задача, которая стоит перед новыми владельцами, — сделать переход ресторанов KFC под новые вывески «бесшовным».

Анализ деятельности ООО «ИНТЕРНЭШНЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» показал, что основная доля потребителей – это люди от 16 до 25 лет. Небольшой ресторан в гипермаркете Лента (KFC Лента Ястынская г. Красноярск), показывает неплохие финансовые результаты, за анализируемые три года он прошёл все внутренние аудиты на 98-99%. В то же время, анализ выявил ряд проблем, в частности, неэффективное использование персонала, слабая мотивация к эффективной его работе за счет низкой заработной платы,

проблемы с формированием штатной численности персонала и избыточные показатели текучести кадров и т.д. Главными конкурентами на рынке являются сеть «Вкусно и точка», заменивших бренд MacDonald's, и BurgerKing. Маркетинговые исследования показали, что большая часть потребителей отдадут предпочтение ООО «ИНТЕРНЭШЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» из-за удобства, дизайна, качества и расположения ресторана, единственный минус, по сравнению с конкурентами, низкое разнообразие меню. Для ресторана KFC Лента Ястынская в г. Красноярске, работающая под франчайзи ООО «ИНТЕРНЭШЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» (срок действия договора по использованию бренда KFC закончился в конце 2023 г.), можно рассмотреть, как основную, стратегию ребрендинга для совершенствования деятельности компании. Для ООО «ИНТЕРНЭШЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» является перспективным переход под Rostic's для продолжения деятельности на рынке России. Работая над Rostic's, компания сделала фокус на новую современную концепцию, сохранив основные черты ресторанов KFC. Визуальные составляющие сообщают о преемственности между KFC и Rostic's. Также ребрендинг затронул рекламные баннера, форму сотрудников и логотипы на продукцию. [5]

Помимо ребрендинга KFC Лента Ястынская требуется сделать упор на несколько факторов по улучшению качества обслуживания ресторана: время обслуживания; качество продукта; точность сбора заказов; доброжелательность сотрудников. Все эти слабые места выявлены из отзывов гостей, которые приходят на данный ресторан (по первой позиции – 24 % респондентов отметили эту проблему, по второй, третьей и четвертой позициям, соответственно, – 13 %, 59%, 4 % респондентов отметили соответствующую проблему). Отзывы учитываются в сбалансированной оценке деятельности ресторана (BSC) и влияют на её общий результат. Для мотивации сотрудников компания использует премии за отсутствие либо допустимую норму отзывов. В ресторане Лента Ястынская данная мотивационная программа показывает плохие результаты, так как корень у всех этих проблем кроется в другом. Главной проблемой является малочисленность штата рядовых работников. Из-за нехватки сотрудников в первую очередь страдает время обслуживания, особенно в часы пик. Качество продукта также зависит от штата сотрудников, а именно отсутствием достаточного количества инструкторов, которые занимаются обучением стажеров на станциях. Из-за неопытности и отсутствия должного обучения сотрудников возникают проблемы с незнанием стандартов бренда, точностью сбора заказов. Доброжелательность сотрудников зависит в основном от их загруженности, при недостаточным трудовом стаже сотрудники работают за троих -пятерых сотрудников. Также влияет и уровень стресса, особенно на первой линии. В настоящее время данная проблема возникает во многих ресторанах Красноярска, да и по России в целом.

Компании следует поднять заработную плату, для привлечения рядовых сотрудников. Так как заработная плата в KFC одна из самых низких в сфере общественного питания, от 22 240 до 33 360 рублей, в том же «Вкусно и точка» заработная плата выше, от 24 480 до 36 720 рублей. Проведя опрос сотрудников, в котором участвовали 24 человека, выяснилось, что 50% работников не устраивает уровень заработной платы.

Другая рекомендация по улучшению деятельности компании в современных условиях состоит в том, чтобы увеличить мотивацию сотрудников к работе. Исходя из опроса выяснилось, что уровень существующих мотивационных программ 92% сотрудников оценивают как средний. Для совершенствования деятельности ресторана можно ввести премию за работу по графику, который будет утверждать ресторан по своим нуждам, как это сделала компания «Вкусно и точка». Премия «Временные возможности» будет выплачиваться ежемесячно в размере 7 000 рублей сотрудникам, которые подписали договор работы по утверждённому рестораном графику и работают не менее двух месяцев в компании. Таким образом можно будет избежать нехватки сотрудников в дни интенсивного потока гостей (среда, пятница, суббота, воскресенье) и избежать потерь клиентов из-за плохого обслуживания или долгого ожидания.

Далее следует обратить внимание на эмоциональную разгрузку сотрудников, так как опрос показал, что 71% сотрудников оценивают уровень стресса как «высокий» (в основном это сотрудники первой линии). Смена характера труда персонала в течении рабочего дня, сохранения его содержательности и привлекательности позволят сотруднику, даже в самые критические ситуации, не терять самообладание и сохранить доброжелательное отношение к гостям.

Из рекомендаций для совершенствования ассортимента меню стоит отметить расширение клиентской базы гостей. Для этого можно сделать следующие мероприятия: разработать и добавить детское меню, что позволит расширить клиентскую базу, так как ресторан находится в спальном районе, где много жилых многоквартирных домов, что даст возможность для гостей приходить всей семьей; вернуть завтраки в меню, что позволит увеличить выручку за утренний период работы ресторана (с 8 до 12 часов) за счёт прихода работников «Ленты» для быстрого перекуса перед работой; разработать и добавить в меню диетические и полезные блюда, что также позволит расширить клиентскую базу, за счёт развивающейся в современных условиях тенденции на здоровое и правильное питание.

При оценке эффективности ребрендинга в ресторане KFC Лента Ястынская, нужно учесть многие факторы, которые могут повлиять на результаты деятельности ресторана. Для этого был проведён опрос среди гостей возрастной группы от 16 до 25 лет, так как это основная доля покупателей (165 человек), по результатам которого можно сделать выводы об актуальности стратегии «бесшовного» ребрендинга, которую выбрала компания «Смарт Сервис». При ребрендинге появятся следующие затраты: на замену всех вывесок и рекламных баннеров; на закупку новой формы для всего штата сотрудников полными комплектами; на замену документации. На основе экспертного опроса и проведенных расчетов, данные затраты в общем составят 891 000 руб., что окупается за два месяца. По прогнозам, сильного спада по товарообороту не ожидается, что доказывают нынешние показатели деятельности ресторана и результаты опроса гостей. Ребрендинг реально осуществить без закрытия ресторана постепенно, не теряя при этом в прибыли. Замена оборудования не требуется, производственные мощности останутся такими же. Для гостей изменится только визуальная часть, но незначительно

(смена названия, рекламы на баннерах и кассовых мониторах, внешний вид персонала), но всё остальное останется прежним.

Оценка мероприятий по улучшению качества обслуживания включают повышение мотивации и нормализации нагрузок персонала. Окупаться мероприятия будут за счет снижения имеющейся высокой текучести персонала (при условии внедрения предложенных мероприятий по росту заработной платы, повышения мотивации к эффективному труду сотрудников, снижению их эмоционального напряжения). Экономия от снижения текучести составит 12 183 333 рублям. Средний прирост прибыли компании, рассчитанный с учетом того, что плохие отзывы не будут поступать и ресторан перестанет терять клиентов, составит 246 192 рубля.

Оценка мероприятий по совершенствованию ассортимента меню для привлечения новых гостей и ростом продаж (путем метода экспертного опроса) оценивается по затратам на сумму в 13 325 тыс. руб., а по результатам: прирост выручки - в 20 880 тыс. руб., прибыли - в 6 928,6 тыс. руб. Срок окупаемости данного мероприятия составит 2 месяца.

Таким образом, самым перспективным предложением является ребрендинг, так как с минимальными затратами, он даёт самый большой прирост в прибыли. Предложения по увеличению маркетинговых акций несут за собой самые большие затраты, но тоже дают неплохой прирост в прибыли. Предложения по улучшению качества обслуживания несут средние затраты, которые быстро окупаются, и после внедрения также дают стабильный небольшой прирост в прибыли (таблица 2).

Таблица 2

Оценка экономической эффективности предложений по адаптации франчайзинга ООО «ИНТЕРНЭШНЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» KFC Лента Ястынская к современным условиям

Предложения	Затраты, тыс. руб.	Прирост прибыли (снижение ущерба), тыс. руб.
1. Ребрендинг ресторана	891	34 485
2. Улучшение качества обслуживания	1 283,336	12 183,333 + 246,192
3. Совершенствование ассортимента меню для привлечения новых гостей	13 325	6 928,6
Итого:	15 499,336	54 843,125

Срок окупаемости всех предложений равен 2 месяцам. Это подтверждает экономическую целесообразность предложений (ребрендинг, улучшение качества обслуживания, включая рекомендации по повышению заработной платы, мотивации сотрудников снижения уровня стресса при работе, совершенствование ассортимента меню) и позволяет предприятиям общественного питания (на примере ООО «ИНТЕРНЭШНЛ РЕСТОРАНТ БРЭНДС» KFC Лента Ястынская г. Красноярска) успешно использовать технологии франчайзинга в современных реалиях российской экономики.

Библиографический список

1. Денисов, Д. И. Фаст-фуд. Рестораны быстрого обслуживания / Д. И. Денисов. – Москва : ИД Ресторанные ведомости, 2016. – 236 с.
2. Интернет-сайт «GOGOV» – URL: <https://gogov.ru/articles/mcdonalds-russia> (дата обращения: 10.03.2024).

3. Интернет-сайт «RBC» – URL: <https://www.rbc.ru/business/25/04/2023/644266499a794739efd82334> (дата обращения: 17.05.2023).

4. Интернет-сайт «MR7.RU» – URL: <https://mr7.ru/articles/2022/10/25/restorany-kfc-zhdiot-rebrending-posle-prodazhi-rossiiskoi-kompanii> (дата обращения: 21.12.2023).

5. Интернет-сайт «Sostav» – URL: <https://www.sostav.ru/publication/kfc-rebrending-60185.html> (дата обращения 12.01.24).

6. Скрипник, Р. В. Франчайзинг в сфере общественного питания / Р. В. Скрипник // Актуальные исследования. – 2023. – № 22. – С. 42-45. - URL: <https://apni.ru/article/6378-franchajzing-v-sfere-obshchestvennogo-pitaniy> (дата обращения: 29.12.2023)

7. Сосна, С. А. Франчайзинг. Коммерческая концессия / С. А. Сосна, Е. Н. Васильева. – Москва : Академкнига, 2015. – 375 с.

ББК 65.4

АНАЛИЗ РЕКЛАМНОЙ СТРАТЕГИИ ОБЩЕСТВА С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ТОРГОВАЯ СЕТЬ «КОМАНДОР»

А.В. Вишнякова, В.В. Сербинович

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса управления и психологии»

Аннотация: в данной статье проведен анализ рекламной стратегии компании ООО ТС «Командор». Рассмотрены ключевые аспекты разработки рекламной стратегии для торговой сети. Изучены основные элементы успешной рекламной кампании, такие как акцент на качество, разнообразие коммуникационных каналов, честность и инновации.

Ключевые слова: рекламная стратегия, качество, цифровой маркетинг, инновации, управление репутацией, маркетинговый план, клиенты

ANALYSIS OF THE ADVERTISING STRATEGY OF THE LIMITED LIABILITY COMPANY TRADING NETWORK "COMMANDER"

A.V. Vishnyakova, V.V. Serbinovich

Autonomous Non-profit organization of Higher Education
Siberian Institute of Business Management and Psychology

Abstract: this article analyzes the advertising strategy of the company TC Commander LLC. The key aspects of the development of an advertising strategy for a retail network are considered. The main elements of a successful advertising campaign have been studied, such as an emphasis on quality, a variety of communication channels, honesty and innovation.

Keywords: advertising strategy, quality, digital marketing, innovation, reputation management, marketing plan, customers

Реклама играет ключевую роль в успехе любого бизнеса, поэтому важно разработать эффективную рекламную стратегию. Рассмотрим факторы, которые необходимо учитывать при построении рекламной стратегии:

1. Целевая аудитория. Прежде всего, необходимо определить, кто будет вашей целевой аудиторией. Изучить их поведение, интересы, потребности и

предпочтения, чтобы создать рекламу, которая будет привлекать их внимание;

2. Уникальное предложение. Компания должна иметь яркое и привлекательное уникальное предложение, которое будет выделять её среди конкурентов. Это поможет привлечь внимание потенциальных клиентов и создать у них интерес к вашему продукту или услуге;

3. Бюджет. Необходимо определить бюджет, который компания готова выделить на рекламу. Важно учитывать, что различные виды рекламы требуют разного уровня инвестиций, поэтому важно выбрать оптимальные каналы и форматы рекламы;

4. Каналы продвижения. Необходимо выбрать те каналы, которые наиболее эффективны для вашей целевой аудитории. Это могут быть социальные сети, поисковая реклама, телевидение, радио, пресса и другие. Рассмотреть комбинированный подход для максимального охвата аудитории;

5. Метрики эффективности. Разработать систему мониторинга и аналитики для отслеживания результатов рекламной кампании. Изучить ключевые показатели эффективности, такие как конверсия, ROI, охват аудитории и другие, чтобы оптимизировать рекламные усилия и улучшить результаты.

В целом, построение рекламной стратегии требует комплексного подхода и учета множества факторов. Но при правильном планировании и анализе возможно создать эффективную рекламную кампанию, которая привлечет новых клиентов и увеличит прибыль вашей компании.[1]

Рекламная стратегия играет ключевую роль в успехе любого бизнеса, особенно в сфере розничной торговли. Красноярский холдинг «Командор» является одним из ведущих игроков на российском рынке розничной торговли. Управляя самой крупной в Восточной Сибири сетью продуктовых магазинов, компания стремится не только удовлетворить потребности своих клиентов, но и эффективно продвигать свои товары и услуги с помощью рекламных стратегий.

Сильные стороны рекламной стратегии Красноярского холдинга «Командор»:

1. Широкий охват аудитории: Благодаря крупной сети продуктовых магазинов, рекламные кампании компании могут достичь большой аудитории, что способствует увеличению узнаваемости бренда.

2. Привлечение внимания потребителей: Компания активно использует различные каналы коммуникации, такие как ТВ, радио, интернет, наружная реклама и пр., чтобы привлечь внимание потенциальных покупателей.

3. Акции и специальные предложения: «Командор» регулярно проводит акции, скидки и специальные предложения для своих клиентов, что стимулирует покупку и увеличивает лояльность к бренду.

Слабые стороны рекламной стратегии Красноярского холдинга «Командор»:

1. Недостаточное использование цифровых технологий: В современном мире цифровые технологии играют ключевую роль в продвижении бренда, однако компания может не использовать их в полной мере.

2. Монотонность в рекламных кампаниях: Некоторые рекламные кампании «Командора» могут быть монотонными и не вызывать интерес у аудитории, что может привести к потере внимания.

3. Нецелевое направление рекламы: Рекламные сообщения компании могут быть направлены на широкую аудиторию, вместо того чтобы сосредотачиваться на целевой аудитории, интересующейся продуктами розничной торговли.

В целом, рекламная стратегия Красноярского холдинга «Командор» имеет свои сильные и слабые стороны. Для повышения эффективности рекламных кампаний компании следует уделить больше внимания использованию цифровых технологий, разнообразить контент и сосредоточиться на целевой аудитории.[2]

Одним из ключевых элементов рекламной стратегии компании является акцент на качество продукции и обслуживания. "Командор" стремится предложить клиентам только лучшие товары, что способствует укреплению доверия потребителей и повышению лояльности к бренду. Кроме того, компания использует разнообразные коммуникационные каналы, чтобы расширить свою аудиторию и донести до потенциальных клиентов информацию о своих услугах.

Однако, анализируя рекламную стратегию ООО ТС "Командор", можно выделить несколько слабых мест. Недостаточное использование цифрового маркетинга и обновление креативных концепций может привести к утрате интереса со стороны аудитории. Кроме того, компания должна активно управлять своей онлайн-репутацией и разрабатывать четкий маркетинговый план для более эффективного продвижения своих услуг.

Одной из особенностей рекламной стратегии компании является активное использование традиционных рекламных каналов, таких как телевидение, радио и наружная реклама. Эти каналы позволяют бренду "Командор" оставаться видимым для широкой аудитории и привлекать новых клиентов. Компания проводит регулярные рекламные кампании в различные сезоны и времена года, что способствует увеличению узнаваемости бренда и увеличению числа покупателей.

Но, с развитием цифровых технологий и увеличением числа пользователей интернета, компания также должна активно развивать свою онлайн стратегию. На сегодняшний момент популярность цифровых каналов привела к необходимости использования социальных сетей, контекстной рекламы, email-маркетинга и других онлайн-инструментов для продвижения бренда и привлечения новых клиентов. Важно, чтобы компания смогла адаптировать свою рекламную стратегию под требования современного рынка и удовлетворить потребности цифровых потребителей.

Помимо рекламы, важным аспектом успешной стратегии "Командор" является уход за имиджем бренда и общественные отношения. Поддержание своей репутации и взаимодействие с общественностью помогают компании строить долгосрочные отношения с клиентами и создавать позитивное восприятие бренда в глазах потребителей.[3]

Показатели эффективности рекламной стратегии "Командор" включают в себя уровень узнаваемости бренда, увеличение числа клиентов и объемов продаж. Компания проводит регулярные исследования рынка и анализирует результаты своих рекламных кампаний, чтобы оптимизировать свою стратегию и повысить ее результативность. Они могут быть разнообразными и включать

следующие ключевые элементы:

1. Увеличение узнаваемости бренда: одним из основных показателей успешной рекламной стратегии является повышение узнаваемости бренда "Командор". Медиа-кампании, цифровое присутствие, а также активное участие в мероприятиях и событиях позволяют расширить осведомленность о компании среди целевой аудитории.

2. Увеличение числа клиентов: рекламные кампании направлены на привлечение новых покупателей в магазины "Командор". Успешное привлечение новых клиентов свидетельствует о росте популярности и привлекательности бренда, а также о том, что рекламная стратегия нацелена на правильную целевую аудиторию.

3. Увеличение объемов продаж: одним из главных показателей успешности рекламной стратегии является увеличение объемов продаж продукции "Командор". Рост прибыли и оборота свидетельствует о том, что рекламные кампании приводят к конверсии и увеличению спроса на товары компании.

4. Увеличение лояльности клиентов: постоянные клиенты - это важный источник дохода и роста бренда. Рекламная стратегия "Командор" направлена на поддержание и повышение лояльности существующих покупателей через проведение акций, скидок, программ лояльности и специальных предложений.[4]

Результативность рекламной стратегии "Командор" можно оценить по росту прибыли компании, повышению ее репутации и лояльности клиентов. Благодаря успешной рекламе "Командор" удастся занять лидирующие позиции на рынке и удерживать своих покупателей, что обеспечивает ей стабильный рост и развитие.

Результативность рекламной стратегии торговой сети розничной торговли "Командор" может быть измерена и оценена по следующим показателям:

1. ROI (Return on Investment): данный показатель позволяет оценить эффективность затрат на рекламу. Рассчитывается как отношение прибыли от рекламы к затратам на нее. Высокий ROI свидетельствует о том, что рекламная стратегия компании успешна и окупает свои инвестиции.

2. Увеличение трафика и конверсии: мониторинг трафика на сайте и конверсии (превращения посетителей в покупателей) позволит оценить, насколько эффективно работают рекламные кампании. Увеличение трафика и повышение конверсии свидетельствует о том, что реклама привлекает заинтересованных пользователей и подталкивает их к совершению покупок.

3. Увеличение среднего чека: это показатель отражает среднюю сумму покупки клиента за одно посещение магазина. Увеличение среднего чека свидетельствует о том, что рекламные кампании стимулируют покупателей совершать более крупные покупки.

4. Рост доли рынка: измерение доли рынка компании позволяет оценить ее позицию на рынке относительно конкурентов. Увеличение доли рынка может говорить о том, что рекламная стратегия успешно привлекает новых клиентов и удерживает существующих.

5. Увеличение доли повторных покупок: данный показатель отражает процент клиентов, которые совершили повторную покупку. Увеличение доли повторных покупок говорит о том, что рекламные кампании успешно поддерживают взаимодействие с клиентами и стимулируют их к возвращению.

6. Увеличение числа подписчиков и активность в социальных сетях: мониторинг числа подписчиков на страницах бренда в социальных сетях, а также уровня их вовлеченности и активности (количество лайков, комментариев, репостов) позволяет оценить эффективность коммуникации с аудиторией и влияние рекламных кампаний на поведение пользователей в сети.

7. Качественные показатели: оценка качественных параметров, таких как узнаваемость бренда, позиционирование на рынке, уровень удовлетворенности клиентов и их лояльность, также могут быть важными показателями результативности рекламной стратегии.

Анализ этих дополнительных показателей поможет компании "Командор" получить более полное представление о результативности своей рекламной стратегии и принять необходимые меры для ее оптимизации и улучшения.[5]

Брендинг является ключевым элементом рекламной стратегии компании. ООО ТС "Командор" уделяет особое внимание созданию узнаваемого бренда с помощью логотипа, цветовой гаммы, слоганов и корпоративного стиля, что помогает укрепить имидж компании и создать доверие у потребителей. Брендинг является одним из важнейших элементов успешной рекламной стратегии любого бизнеса. ООО ТС «Командор» также осознает важность создания и укрепления своего бренда на рынке.

Брендинг не просто о создании красивого логотипа или приятного слогана. Это о создании уникальной идентичности, которая помогает потребителям узнавать и запоминать вашу компанию среди множества других. Бренд "Командор" стремится вызывать у потребителей ассоциации с качественными товарами, отличным обслуживанием и надежностью.

Брендинг также способствует установлению доверия к вашей компании. Когда потребители видят знакомый логотип или слоган, они чувствуют себя увереннее в том, что покупают у проверенного и надежного поставщика. Бренд "Командор" стремится к тому, чтобы каждый покупатель ассоциировал его с высоким уровнем сервиса и качественными товарами.

Брендинг также помогает создать лояльную аудиторию. Постоянные клиенты "Командор" будут возвращаться к вашей компании снова и снова, доверяя ей и предпочитая ваши товары и услуги конкурентам. Кроме того, с помощью брендинга можно привлекать новых клиентов, которые услышав о вашей компании, будут знать, что вас можно доверять.

Бренд "Командор" стремится к созданию уникальной идентичности, которая будет отличать его от конкурентов и привлекать клиентов. Благодаря узнаваемому логотипу, слогану и общей атмосфере, бренд "Командор" становится надежным партнером для своих клиентов, создавая лояльность и доверие к компании.[6]

Все эти элементы рекламной стратегии работают вместе для того, чтобы привлечь новых клиентов, удержать постоянных покупателей, увеличить

продажи и укрепить позиции компании на рынке розничной торговли.

Библиографический список

1. Васильев Г.А. Основы рекламной деятельности : учеб. пособие для вузов / Г. А. Васильев, В. А. Поляков. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2021. – 414 с.
2. Командор – крупнейшая торговая сеть Восточной Сибири / // ООО ТС «Командор» : [сайт]. – URL: <https://sm-komandor.ru/> (дата обращения: 07.04.2024).
3. Реклама в магазинах // ООО ТС «Командор» : [сайт]. – URL: <https://sm-komandor.ru/partners/advertising/> (дата обращения: 08.04.2024).
4. Парабеллум, А. 42 секрета эффективной рекламы. Управление потребителем / А. Парабеллум, Н. Мрочковский, С. Бернадский. – Москва : Питер, 2020. - 442 с.
5. Назайкин, А. Как оценить эффективность рекламы. Практическое пособие / А. Назайкин. – Москва : Солон-Пресс, 2020. - 313 с.
6. Имидж России: концепция национального и территориального брендинга / под ред. И. А. Василенко. – Москва : Экономика, 2012. - 222 с.

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ ДЕТЕРМИНАНТЫ «ЛИДЕРСКО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ СПЕЦИАЛИСТОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ – РЕЗУЛЬТАТ СОЦИАЛИЗАЦИОННОГО ПРОЦЕССА»

П.А. Вишталюк, А.Д. Зевалич, Е.В. Забуга, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В настоящее время сложились две ведущие точки зрения: согласно одной, лидерские качества специалиста связаны с его наследственностью; согласно второй, лидерские качества специалиста связаны с процессом его социализации. Мы занимаем следующую позицию: нельзя отрицать, что лидерские качества специалиста не связаны с его наследственностью, но они в большей мере зависят от состояния социализационных процессов, а потому для формирования этого качества необходимо имманентно императивное социологическое обеспечение.

Ключевые слова: лидерские качества; формирование лидерских качеств; социализационный процесс; социологические исследования

SOCIOLOGICAL DESIGN "FORESIGHT-DETERMINANTS" LEADER- MANAGERIAL POTENTIAL OF SPECIALISTS FOR INDEPENDENT MANAGEMENT ACTIVITIES - THE RESULT OF THE SOCIALIZATION PROCESS "

P.A. Vishtalyuk, A.D. Zevalich, E.V. Zabuga, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. Currently, two leading points of view have developed: according to one, the leadership qualities of a specialist are associated with his heredity; according

to the second, the leadership qualities of a specialist are associated with the process of his socialization. We take the following position: it cannot be denied that the leadership qualities of a specialist are not related to his heredity, but they are more dependent on the state of socialization processes, and therefore immanently imperative sociological support is necessary to form this quality.

Keywords: leadership qualities; leadership development; socialization process; sociological research

Актуальность проблемы. Практики и исследователи состояния деятельности мета фактора и его составляющих отмечают наличие у них ряда существенных недостатков, обусловленных состоянием социализационных процессов. Анализ их состояния показывает, что они в значительной мере обусловлены несовершенством применяемых моделей и технологий, используемых в формировании способностей у специалистов.

Несомненно, что их изменение предполагает разработку и использование более высокого уровня технологий. Одним из таких способов выступает «форсайт-детерминанта «социологическое проектирование формирования лидерско-управленческого потенциала у специалистов к самостоятельной деятельности».

Этот способ является одним из существенных в совершенствовании деятельности социального института образования. Он ориентирован на обеспечение потенциала и грамотности специалиста к самостоятельной управленческой деятельности. Он обеспечивает реализацию социального заказа «Создание конкурентоспособных предприятий и формирование основ конкурентоспособности страны в целом».

Важно, что введение в вузовский социализационный процесс социологического проектирования лидерско-управленческого потенциала для подготовки вузовских специалистов к самостоятельной деятельности для конструирования инноваций – средств конкурентных преимуществ - позволяет применять их в жизнедеятельности предприятий и социально-территориальных общностей.

В современном понимании лидерские функции складываются из двух компонентов: профессионально-технократических и эмоционально-личностных.

Ответственность. В действительности люди хотят быть ответственными и добиваться своих целей. В то же время существует мнение о том, что «просто одни боятся ее больше, другие – меньше».

Согласно исследованиям, эти явления связаны с тем, что в течение многих лет работников учат послушанию и следованию правилам. Когда же от них требуются совершенно иные навыки, они находятся в ожидании инструкций, объяснений и могут абсолютно искренне не понимать, что значит быть ответственным в истинном понимании этого слова. Поэтому от руководителя потребуются немалое терпение, чтобы преодолеть такую инерцию мышления у сотрудника.

Однако, по-настоящему быть ответственным можно тогда, когда работник участвует в постановке целей и принятии решений, когда он включен в процесс их обсуждения и реализации. Социологические данные о формировании специальных управленческих качеств у специалистов

свидетельствуют о наличии существенных позитивных характеристик в социализационном процессе (см. табл. 1).

Табл.1

Социологические данные о предрасположенности студентов
управленческого профиля 323 потока СИБУП 20224г.

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Можете ли Вы руководить другими людьми?		
А) когда я начинаю что-либо делать, я могу убедить людей идти за собой;	66,7	66,7
Б) я могу отдавать приказания, если кто-нибудь скажет мне, что нам нужно делать;	33,3	33,3
В) пусть кто-нибудь другой занимается этим, а я буду выполнять, если захочу.		

Примечание

1. Согласно социологическим данным, 66,7 % юношей-«директоров», 66,7 % девушек-«директоров» управленческого профиля имеют необходимый деловой управленческий потенциал для активного взаимодействия со своими подчиненными. Они могут отдавать приказания и распоряжения подчиненным.

2. 33,3 % юношей-«директоров», 33,3 % девушек-«директоров» управленческого профиля не имеют необходимого делового управленческого потенциала для активного взаимодействия со своими подчиненными. Они заявляют о том, что не могут решать проблемы оптимального взаимодействия на предприятии.

Выводы

Расчетный рейтинговый показатель у юношей-«директоров» и девушек-«директоров» составляет 4,3 балла, а востребованный «дефицит» равен 14,0% от максимально проектного востребованного уровня.

В данной ситуации следует учитывать, что студенты в момент исследования имеют первый начальный уровень социолого-управленческого потенциала.

В то же время необходимо учитывать, что в настоящее время наступил этап совершенствования подготовки конкурентоспособных специалистов.

Здесь необходимо учитывать, что востребованность социолого-управленческого потенциала и социолого-управленческой грамотности и их обеспечения у формируемых специалистов, которые не могут быть раз и навсегда постоянным качеством, они предстают изменяющимися условиями профессионально-управленческого образа жизнедеятельности специалиста.

В данной ситуации следует учитывать, во-первых, у 33,3% юношей и девушек-«директоров» нет востребованного уровня социолого-управленческого потенциала; во-вторых, востребованность социолого-управленческого потенциала и социолого-управленческой грамотности и их обеспечение у формируемых специалистов потока предполагают усиление акцентов совершенствования управленческих качеств в подготовке к конструированию инноваций – средств конкурентных преимуществ.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом. Образование служит основой формирования профессионализма, выступает в качестве «интеллектуального капитала», который в соединении с «физическим капиталом» дает увеличение и производительности, и качества и рост эффективности труда.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы не только должны, но и, согласно социологическим данным, могут на основе знаний законов естественных наук, законов социальных наук, общесоциологических и формационных законов, экономики, управления, могут обладать способностями, используя свои сущностные силы, создавать и применять конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов находится в зависимости от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Существенно то, что социологические данные о «готовности специалиста к непосредственному контактному управленческому взаимодействию с подчиненными» позволяют студентам начать проектирование своего управленческого потенциала и грамотности для взаимодействия с ними в условиях реальных социально-производственных ситуаций, в которых главным направлением выступает готовность конструировать инновации – средства своих конкурентных преимуществ.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2. Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ:

монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 88.212.2: 88.252.1

ВЛИЯНИЕ ЖИВОТНЫХ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

А.В. Воронцова, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассматривается влияние животных на психоэмоциональное состояние человека. Также описываются механизмы, с помощью которых общение с животными и забота о них могут снижать уровень стресса, улучшать настроение. Приводятся данные о том, как животные-терапевты, такие как собаки, лошади, кошки, и дельфины помогают людям с различными заболеваниями, включая психические расстройства и физические недуги. Также обсуждается роль домашних животных в семьях, их способность создавать чувство комфорта, стабильности и любви.

Ключевые слова: животные, психоэмоциональное состояние, человек, стресс, настроение, животные-терапевты, собаки, кошки, заболевания,

HOW DO ANIMALS AFFECT A PERSON'S PSYCHOEMOTIONAL STATE

A.V. Vorontsova, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of higher education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Annotation. The article examines the influence of animals on the psycho-emotional state of a person. It describes the mechanisms by which communicating with and caring for animals can reduce stress levels, improve mood and improve quality of life. Data is provided on how animal therapists, such as dogs, horses and cats, help people with various diseases, including mental disorders and physical ailments. The role of pets in families, their ability to create a sense of comfort, stability and love is also discussed.

Keywords: animals, psycho-emotional state, human, stress, mood, animal therapists, dogs, cats, diseases, mental disorders, pets, comfort

Животные играют важную роль в жизни человека, особенно в психоэмоциональном состоянии. С давних времен люди взаимодействовали с животными. В древнем обществе люди носили амулеты с изображением животных, поклонялись тотемным животным, обращались к священным животным во время ритуалов по лечению больных – все эти действия можно считать предшественниками животной терапии. В дальнейшем у египтян и древних греков изображения животных и живые животные были богами, духами и являлись важной частью искусства.

В 1962 году психиатр Борис Левинсон впервые использовал свою собаку для терапевтических сеансов и заметил, что животное положительно влияет на эмоциональное состояние пациентов и ускоряет их восстановление.

В 1792 г. в больнице для душевнобольных в Йорке (Англия) животные использовались как часть терапевтического процесса. Общение с ними оказывало положительное влияние на поведение людей и повышало эффективность лечения. Ф. Найтингейл (Англия, 1820 – 1910 гг.) – первая медсестра, документально подтвердившая терапевтическую ценность мелких домашних животных (такие как кошки, собаки и птицы).

В 1919 г. были опубликованы документы о включении животных в программу психического здоровья США. В больнице Святой Елизаветы (Вашингтон) в работе с пациентами, имеющими психиатрические заболевания, использовали кошек, собак и лошадей [1, с. 9].

Позднее терапию с использованием животных стали применять и в других учреждениях: домах престарелых и тюрьмах. Было отмечено, что пожилые пациенты стали более активными и заинтересованными в жизни, а заключенные стали менее агрессивными и получили возможность пользоваться некоторыми дополнительными свободами.

Как самостоятельный метод лечения терапия с использованием животных получила свое развитие со второй половины XX в., когда в исследовании взаимодействия человека и животных стали применять научные методы.

В настоящее время в России и за рубежом среди инновационных форм и методов социальной работы с людьми с ограниченными возможностями

здоровья терапия при помощи животных пользуется наибольшей популярностью. Терапия и лечение с помощью животных известна как «анималотерапия» (от латинского «animal» – животное) или «фаунотерапия», а также «зоотерапия» – вид терапии, использующий животных и их образы для оказания психотерапевтической помощи. Замечено, что животные способны благотворно влиять на психофизиологическое состояние человека [2].

Анималотерапия, или лечение через общение с животными, имеет несколько видов, каждый из которых использует определенный вид животных. Рассмотрим некоторые виды анималотерапии.

Фелинотерапия, или кототерапия, или взаимодействие с кошками, является одним из направлений анималотерапии. Кошки известны своими лечебными свойствами, и общение с ними может помочь снизить уровень стресса и улучшить самочувствие. Они также могут помочь при болях в мышцах и суставах.

На сегодняшний день в России уже распространена работа с кошками, хотя многие не верят в истинную пользу данного метода, из-за чего проводили исследования влияния данного метода на разные возрастные группы и с разным уровнем здоровья. Результат показал, что фелинотерапия эффективна, потому что учитывает различные психологические особенности человека, включая ограниченные возможности здоровья, благодаря адаптивности и социальной контактности с кошкой [5].

Пожилые люди часто не выходят из дома из-за недомоганий или страха перед улицей. В этом случае кошка становится их единственным собеседником. Кошка дарит им не только любовь и общение, но и чувство, что их жизнь имеет смысл. Она охотно прыгает на колени к пожилому человеку, приходит, когда ее зовут, и даже «общается» с ним, когда он с ней разговаривает.

Канистерапия, или общение с собаками, является популярным видом анималотерапии. Собаки имеют способность передавать свои эмоции человеку, что помогает улучшить настроение и снять стресс. Канистерапия может быть полезна для людей, страдающих от депрессии, тревоги или просто нуждающихся в повышении самооценки.

Учеными экспериментально доказано, что 15 минутное поглаживание собаки приводит в норму сердечную деятельность, улучшает настроение, а на уровне вегетативной нервной системы происходит снижение гормонов стресса, приходят в норму пульс человека и частота его дыхания, снижается артериальное давление. Это приводит к улучшению настроения, снижению уровня тревожности, мобилизации внутренних ресурсов организма. После сеансов канистерапии человек становится спокойным, воодушевленным, и готов к новым свершениям [4].

Дельфинотерапия – это вид анималотерапии, который использует дельфинов для реабилитации и лечения различных заболеваний. Общение с дельфинами помогает улучшить когнитивные функции, моторику и эмоциональное состояние.

Мысль возможных эффектов лечебного взаимодействия с дельфинами впервые была высказана американским нейрофизиологом Лили Джоном. Идею развитие и научное подтверждение этого предположения мы наблюдаем в работах клинического психолога из Флориды Дэвида Натансона,

который в 1971 году, совместно с антропологом Бетси Смит (Симпсон), создал прецедент использования дельфинов для лечения и улучшения социальной адаптации детей с синдромом Дауна [6].

Ученые заметили, что дельфины вели себя так, будто на самом деле понимали, что детям нужна их помощь. В результате были разработаны специальные методики обучения умственно отсталых детей с помощью дельфинов, которые использовались и как гипотетические «природные терапевты», и как инструменты поведенческого эмоционального подкрепления (поощрения).

Этот метод продемонстрировал свою высокую эффективность в рамках данного лечения: дельфины действительно смогли ускорить социальную адаптацию этих сложных детей примерно в четыре раза (по сравнению с контрольной группой).

Эффективность дельфинотерапии во многом обусловлена уникальными навыками дельфинов. Они обладают высокой степенью социализации, что проявляется в строгой иерархии внутри стаи. Дельфины дружелюбны по отношению к представителям других видов, они играют с черепахами и другими животными и людьми.

Один из самых известных и распространенных методов лечения с помощью животных – это иппотерапия, в которой для лечения используются лошади.

Иппотерапия – лечение с помощью лошади, при котором с больными занимается иппотерапевт или специально обученный инструктор по лечебной верховой езде. Больной выполняет упражнения, разработанные для него специалистом по иппотерапии, сидя верхом на идущей лошади. Лошадь ведёт коновод, рядом с больным находятся один или два инструктора. При лечебно-педагогической верховой езде всадник управляет лошадью самостоятельно под руководством инструктора с минимальной помощью [3].

Психологи считают, что верховая езда помогает развить концентрацию на важных задачах и уверенность в себе, а из-за того, что занятия проводятся на свежем воздухе, катание на лошадях развивает оптимизм и поднимает настроение.

Интерес к лошади, восхищение ее природной красотой, силой и грацией свойственны каждому человеку. При встрече и общении с этим прекрасным животным мы испытываем большую радость, а у тяжело больных людей – особенно.

Животные искренне любят нас, ценят нас такими, какие мы есть, с нашими ошибками и недостатками. Более того, они прививают нам чувство ответственности и наделяют уникальной способностью выходить из замкнутого внутреннего мира. Иными словами, они пробуждают в нас желание общаться с окружающими, познавать мир, наслаждаться жизнью, ценить жизнь и окружающих людей.

Долгое время врачи наблюдали за тем, как пожилые люди и дети со различными расстройствами (заболеваниями) вели себя в присутствии животных. В результате они выявили, что у детей и взрослых уменьшается агрессивность, они становятся терпимее, больше улыбаются, у них появляется желание жить и радоваться жизни, появляется чувство самоконтроля.

Животные оказывают значительное влияние на наше психоэмоциональное состояние. Также животные могут снизить уровень стресса, состояние депрессии и тревожности, чувство одиночества, улучшить настроение и самооценку. Кроме того, животные могут помочь в лечении различных заболеваний, таких как депрессия, тревога, так же хорошо подойдёт для человека, имеющего ограниченные возможности здоровья, и другие. В целом, можно отметить, что общение с животными может быть очень полезным для нашего здоровья и благополучия.

Библиографический список

1. Астахова, А. Фелинотерапия: когда кошка превращается в доктора / А. Астахова // ed pro: Наша психология: [сайт], 2018 – 2023. – URL: <http://www.psyh.ru/rubric/3/articles/2620/> (дата обращения 27.02.2024)

2. Гунина, Ю. Г. Анималотерапия в работе с пожилыми людьми в стационарных условиях (на базе Пансионата для ветеранов труда № 31) / Ю. Г. Гунина, О. В. Архипов. – Москва : [Б.М.], 2010 – 43 с. – URL: https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1709051220&tld=ru&lang=ru&name=animaloterapija_metodichka (дата обращения 27.02.2024)

3. Загайнова, О. С. Прикладные аспекты зоопсихологии: анималотерапия : учеб. метод. пособие / О. С. Загайнова, О. В. Ломтатидзе, А. С. Алексеева ; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2019 – 112 с.

4. Услуги по адаптивной верховой езде (иппотерапии) : методические рекомендации. – Москва : НФ ИАКС, 2022 – 108 с.

5. Непомнящих, Т. А. Анималотерапия как вид медико-социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями / Т. А. Непомнящих // https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1709052266&tld=ru&lang=ru&name=Nepomnyashhix_T.A._Animaloterapiya_kak_vid_mediko-socialnoj....pdf&text (дата обращения 27.02.2024)

6. Клинико-психологические аспекты развития дельфинотерапии как метода психологической коррекции психических и поведенческих расстройств у детей с ограниченными возможностями здоровья (аналитический обзор литературы). Ч. 1 / С. В. Гундаренко, С. Б. Селезнёв, В. Г. Косенко [и др.] // Медицинская психология в России. – 2019. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kliniko-psihologicheskie-aspekty-razvitiya-delfinoterapii-kak-metoda-psihologicheskoy-korreksii-psihicheskikh-i-povedencheskih> (дата обращения: 27.03.2024).

ББК 68.903

ВАЖНЕЙШИЕ АСПЕКТЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

И.В. Габбасов, Г.М. Максимов

Уфимский университет науки и технологий

Аннотация. Доклад посвящен актуальной проблеме безопасности жизнедеятельности человека, охватывающей различные аспекты, такие как личная безопасность, безопасность на производстве, дорожное движение, бытовая безопасность и охрана окружающей среды. В докладе

рассматриваются основные аспекты безопасности жизнедеятельности и предлагаются рекомендации по их соблюдению для обеспечения здоровья и благополучия человека.

Ключевые слова: безопасность, жизнедеятельность, личная безопасность, производство, дорожное движение, бытовая безопасность, окружающая среда, здоровье, благополучие, правила безопасности, аварии, травмы, предотвращение, обучение, экология, угрозы

THE MOST IMPORTANT ASPECTS OF HUMAN LIFE SAFETY

I.V. Gabbasov, G.M. Maximov

Ufa University of Science and Technology

Abstract. The report is dedicated to the pressing issue of human life safety, covering various aspects such as personal safety, workplace safety, road safety, household safety, and environmental protection. The report discusses the main aspects of life safety and offers recommendations for their compliance to ensure human health and well-being.

Keywords: safety, life, personal safety, workplace, road safety, household safety, environment, health, well-being, safety rules, accidents, injuries, prevention, education, ecology, threats

Введение

Безопасность жизнедеятельности – фундаментальное понятие, охватывающее все сферы человеческой жизни, начиная от обеспечения личной безопасности индивида и безопасности на рабочем месте, и заканчивая защитой окружающей среды. Это понятие играет ключевую роль в обществе, поскольку непосредственно влияет на благополучие, здоровье и жизнь каждого человека. Обеспечение безопасности жизнедеятельности является задачей, стоящей перед каждым индивидуумом, организацией и обществом в целом, ибо от эффективности проводимых мер и действий зависит предотвращение аварий, травм и угроз для здоровья и жизни.

Основные аспекты безопасности жизнедеятельности:

1. Личная безопасность человека

Личная безопасность является одним из важнейших аспектов обеспечения безопасности жизнедеятельности человека. Этот аспект включает в себя множество сфер, начиная от обеспечения физической защиты индивида до защиты его психического здоровья. Обеспечение личной безопасности предполагает соблюдение определенных правил и мер для минимизации рисков и угроз, которые могут навредить здоровью и благополучию человека. Обеспечение личной безопасности требует внимания и действий как со стороны самого человека, так и со стороны общества и государства. Обучение основам безопасности, умение реагировать на угрозы и принимать правильные решения в экстренных ситуациях, а также поддержка социальных и правовых институтов играют важную роль в обеспечении безопасности личности. В целом, забота о личной безопасности должна стать обязательной частью повседневной жизни каждого человека, так как только через внимание к этому аспекту можно гарантировать сохранение здоровья и благополучия.

2. Безопасность на производстве

На производстве безопасность играет особенно важную роль. Обеспечение безопасности на производстве – это необходимое условие для предотвращения травм, несчастных случаев и аварий, а также для обеспечения эффективной и безопасной работы персонала. Основные аспекты безопасности на производстве включают в себя создание безопасных рабочих мест, обеспечение сотрудников необходимыми средствами индивидуальной защиты, проведение регулярного обучения и инструктажа по вопросам охраны труда, а также соблюдение правил техники безопасности и пожарной безопасности. Для обеспечения безопасности на производстве необходимо также проводить анализ опасностей и рисков, адекватно реагировать на возможные угрозы для здоровья и жизни сотрудников, улучшать условия труда и внедрять современные технологии и стандарты безопасности. Работодатели должны активно поддерживать безопасность на производстве, создавая условия для открытого общения и обучения персонала, а также систематически контролировать соблюдение правил и норм безопасности. В итоге, обеспечение безопасности на производстве важно не только для защиты работников, но и для повышения производительности и эффективности труда, что в итоге приводит к улучшению условий труда и благополучия всего коллектива.

3. Безопасность дорожного движения

Безопасность дорожного движения – это один из наиболее важных аспектов обеспечения безопасности жизнедеятельности человека. Этот аспект включает в себя множество аспектов, начиная от обеспечения безопасности пешеходов и водителей до предотвращения дорожно-транспортных происшествий и травм. Основные принципы безопасности дорожного движения включают в себя знание и соблюдение правил дорожного движения, осторожное и внимательное вождение, использование ремней безопасности и других средств пассивной безопасности, а также общественное сознание и воспитание граждан в области безопасности. Для предотвращения дорожно-транспортных происшествий необходимо также принимать меры по повышению безопасности дорожного движения в обществе. Это включает в себя улучшение инфраструктуры, внедрение новых технологий и систем безопасности, обучение граждан правилам и нормам безопасного поведения на дороге, а также повышение ответственности за нарушение правил дорожного движения. В целом, обеспечение безопасности на дороге – это важный аспект, который требует усилий со стороны всех участников дорожного движения для предотвращения аварий, травм и гибели на дорогах.

4. Безопасность в быту

Безопасность в быту является важным аспектом обеспечения безопасности жизнедеятельности человека, так как дом – это место, где каждый проводит значительное время и где возможны различные опасности. Обеспечивая безопасность в быту, мы защищаем себя и своих близких от различных аварий, травм и угроз. Основные аспекты безопасности в быту включают в себя следующие меры и правила. В первую очередь, это правильное и безопасное использование бытовой техники, электроприборов и газового оборудования. Необходимо следить за состоянием и исправностью техники, использовать ее согласно инструкциям, и регулярно проводить техническое обслуживание. Одним из важных аспектов безопасности в быту

является предотвращение пожаров. Это включает в себя правильное хранение и использование огненно-опасных материалов, регулярную проверку и обслуживание электропроводки, установку дымовых и пожарных сигнализаций, а также знание правил эвакуации и действий в случае пожара. В целом, обеспечение безопасности в быту - это необходимое условие для сохранения здоровья и благополучия семьи, поэтому каждый человек должен обращать внимание на правила и меры безопасности в домашних условиях и следовать им в повседневной жизни.

5. Безопасность окружающей среды

Безопасность окружающей среды - это важный аспект обеспечения безопасности жизнедеятельности человека, так как состояние окружающей среды напрямую влияет на здоровье и благополучие человека. Этот аспект учитывает взаимосвязь между деятельностью человека и состоянием природы, а также влияние экологических факторов на здоровье людей. Для обеспечения безопасности окружающей среды необходимо внедрять современные технологии и методы производства, стремиться к энерго-эффективности и использованию возобновляемых источников энергии, соблюдать экологические стандарты и нормы, а также пропагандировать экологическое осознание и устойчивые формы потребления. Каждый человек может внести свой вклад в обеспечение безопасности окружающей среды, соблюдая принципы экологически ответственного поведения, экономя природные ресурсы, разделяя и утилизируя отходы, и поддерживая экологически чистые способы передвижения и образа жизни. Обеспечение безопасности окружающей среды - это обязанность каждого человека, так как сохранение природы - залог здоровья и благополучия нашего будущего.

Заключение

Итак, в результате исследования было выявлено, что рассматриваемая проблема имеет сложную природу и множество факторов, влияющих на нее. Были проанализированы различные точки зрения и подходы к решению проблемы. Однако, необходимо провести дополнительные исследования и разработать конкретные меры для улучшения ситуации. Заключительный вывод заключается в том, что для успешного решения проблемы необходимо учитывать все аспекты и находить комплексные подходы к решению. Также важно учитывать мнение заинтересованных сторон и обеспечивать их участие в процессе принятия решений. Без сомнения, дальнейшая работа в этом направлении является необходимой и важной для достижения желаемых результатов.

Библиографический список

1. Козловский, В. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. А. Козловский, А. В. Козловский, О. Л. Упоров. – Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. – 314 с.
2. Коробко, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. И. Коробко, Л. С. Цветлюк ; [Институт непрерывного образования]. - Москва : Ин-т непрерывного образования, 2016. - 346 с.
3. Гребенникова, Е. В. Современные аспекты культуры безопасности жизнедеятельности / Е. В. Гребенникова, А. А. Айол // Педагогика высшей школы. – 2016. – № 3.1(6.1). – С. 56-58. – URL:

ББК 88.6

**ПСИХОДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, СКЛОННЫХ К ИГРОВОЙ
КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

Д.А. Гавалян, А.О. Куцаева

Филиал ГБОУ ВО «Ставропольский государственный
педагогический институт»

Аннотация: в данной статье представлен анализ личностных особенностей младших школьников, склонных к игровой компьютерной зависимости. Определены критерии, позволившие сделать вывод об отношении обучающихся к компьютерным играм; подобраны диагностические методики.

Ключевые слова: игровая компьютерная зависимость, младший школьник, диагностика, тревожность, коммуникативные навыки

**PSYCHODIAGNOSTICS OF PERSONALITY TRAITS OF YOUNGER
SCHOOLCHILDREN PRONE TO GAMING COMPUTER ADDICTION**

D.A. Gavalyan, A.O. Kutsaeva

Branch of the Stavropol State Pedagogical Institute

Abstract: this article presents an analysis of the personal characteristics of younger schoolchildren who are prone to computer gaming addiction. Criteria were determined that allowed us to draw a conclusion about the attitude of students to computer games; diagnostic techniques were selected.

Keywords: computer gaming addiction, primary school student, diagnosis, anxiety, communication skills

В нынешнем мире компьютер является незаменимой составной частью жизни человека. Невзирая на то что, персональные компьютеры существенно облегчили жизнедеятельность, наше общество встретилось с такого рода глобальной проблемой, как появление зависимости от компьютера [1].

Современными исследователями подтверждено, что одним из основных условий развития компьютерной аддикции считаются качества характера личности [2]. Человек, который зависит от компьютерных систем как правило, очень раним, обладает высокой обидчивостью и высокой тревожностью, очень низко оценивает себя, имеют склонность к депрессиям, имеют низкую стрессоустойчивость, такие люди не могут разрешать конфликты и стремятся уйти от проблем. Школьники, которые страдают компьютерной зависимостью, больше всего, больше всего, никак не могут создавать взаимоотношения с ровесниками и противоположным полом, недостаточно приспособятся к коллективу [3].

На основании изученной психолого-педагогической литературы, было проведено экспериментальное исследование.

С целью изучения отношения детей младшего школьного возраста к компьютерным играм была проведена экспериментальная работа на базе общеобразовательной школы в 3 «А» и 3 «Б» классах в количестве 24 человека

(по 12 человек из каждого класса). Из-за различной наполняемости класса была сделана средняя выборка на основе сведений классных руководителей и педагога-психолога. Обучающиеся данных классов учатся по традиционной системе обучения.

Организация исследования выполнялась в соответствии с планом:

1. Проведение исследовательской работы с целью определения зависимости младших школьников от компьютерных игр.

2. Разработка и внедрение комплекса профилактических мероприятий.

3. Анализ, обработка и систематизация полученных данных в результате проведения исследовательской работы, формулирование заключения, формирование итогов исследовательской работы.

На первом этапе разрабатывался и проводился констатирующий эксперимент. В процессе диагностического этапа выполнялось исследование, направленное на определение пристрастия к компьютерным играм у детей младшего школьного возраста, и кроме того изучалась динамика результатов профилактических мероприятий и внедрение выбранных для формирующего этапа исследования условий:

– формирование наиболее подходящей атмосферы для создания условий необходимых для проведения профилактических мероприятий;

– регулярное использование учителем начальных классов таких методов, как метод эмоционального воздействия, метод побуждения, словесных методов;

– формирование желания к взаимодействию среди учащихся и создания благожелательного взаимоотношения со своими товарищами.

С целью установления отношения младших школьников к компьютерным играм, на основе обобщения опыта выявлены следующие критерии, позволившие делать вывод об отношении учащихся компьютерным играм и позволившие подобрать диагностические методики.

1. Потребность ребенка в использовании компьютера, Интернета.

2. Коммуникативные навыки.

3. Тревожность.

А также на решение поставленных целей исследования, которые включали анализ научных источников по проблеме исследования, анализ итогов исследования.

В ходе исследования были применены надежные и валидные методы: наблюдение, анкетирование, тестирование и беседа. Данные методы позволяют оценить уровень проблем, которые возникают у школьников. Основываясь на характеристиках диагностических критериев были определены уровни предрасположенности к компьютерной зависимости у учеников 3-х классов.

Высокий уровень – ребенок систематически использует компьютер, интернет, мобильное устройство как средство досуга, информации и общения, домашние обязанности игнорирует, считает, что без компьютерных игр жизнь была бы скучна, безрадостна, пытается скрыть от родителей время своего пребывания в сети интернет, у ребенка меняется самооценка, испытывает затруднения в живом общении.

Средний уровень – ребенок использует компьютер, интернет, мобильные устройства во время своего отдыха, по мере необходимости использует для

получения информации и общения, от домашних обязанностей не отказывается, выполняет их добросовестно. Такие дети имеют адекватную самооценку, однако испытывает затруднения в общении, соморегуляция недостаточно сформирована.

Низкий уровень – ребенок не имеет, не пользуется или не получает удовольствия от пользования компьютером и Интернетом, отдает предпочтение непосредственному, живому общению со сверстниками. Коммуникативные навыки сформированы хорошо, самооценка адекватная.

Для определения склонности к игровой компьютерной зависимости были отобраны методики: русский вариант теста К. Янга, адаптированный В.А. Буровой на определение уровня Интернет-зависимости.

Исследование можно проводить путем группового тестирования. Группе зачитываются предложенные вопросы, ответы необходимо фиксировать в специальных индивидуальных бланках.

Тест «Определение зависимости от компьютерных игр» (А.В. Котляров). Тест дает возможность выявления ранних признаков компьютерной зависимости у учащихся и определения ее уровень.

Шкала явной тревожности для детей CMAS (адаптирована А.М. Прихожан).

В результате проведенного исследования были получены следующие результаты по тесту К. Янга на определение уровня Интернет–зависимости.

Тестирование проводилось путем группового тестирования. Ответы фиксировались на индивидуальных бланках, детям зачитывались вопросы теста.

Таблица – 1 Результаты теста К. Янга, адаптированного В.А. Буровой К. Янга на определение уровня Интернет-зависимости

Класс	склонны		не склонны	
	Кол-во	%	Кол-во	%
3 «А»	5	42%	7	58%
3 «Б»	3	25%	9	75%

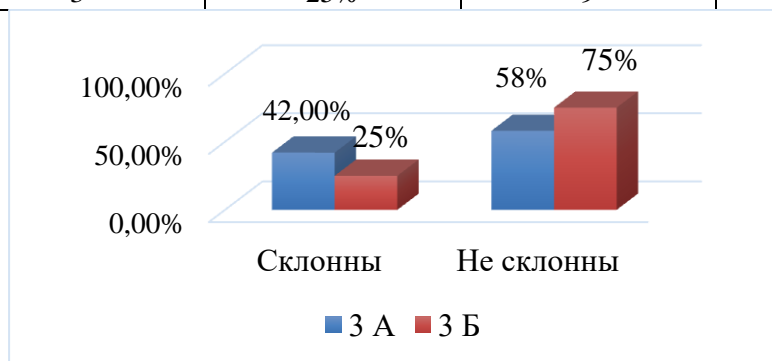


Рисунок 1. Результаты теста К. Янга на определение уровня Интернет–зависимости обучающихся

Было опрошено 24 человека из них по результатам тестирования предрасположенность к зависимости у 8 человек, что составляет (33%) опрошенных. Мы можем предположить, что эти обучающиеся часто используют Интернет как источник досуга.

Для дальнейшей диагностической работы был использован тест «Определение зависимости от компьютерных игр» (А.В. Котляров) второй блок был предложен родителям испытуемых детей.

Таблица 2 – Результаты теста «Определение зависимости от компьютерных игр» (А.В. Котляров)

Класс	Склонны		Не склонны		Склонны		Не склонны	
	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%
	обучающиеся				родители			
3 «А»	5	42%	7	58%	5	42%	7	58%
3 «Б»	3	25%	9	75%	3	25%	9	75%

Сравнив полученные результаты диагностики детей с результатами тестирования проведенного с родителями, были получены практически идентичные результаты. Что говорит о том, что родители, достаточно внимательно следят за детьми.

Шкала явной тревожности для детей СМАС (адаптирована А.М. Прихожан). После подсчета сырых баллов и перевода их в «стены» была составлена таблица.

Таблица 3 – Результаты исследования по методике «Шкала явной тревожности для детей СМАС (адаптирована А.М. Прихожан)»

№	Участник	Результаты в стенах	№	Участник	Результаты в стенах
3 «А» класс			3 «Б» класс		
1	испытуемый 1	9	1	испытуемый 1	1
2	испытуемый 2	2	2	испытуемый 2	7
3	испытуемый 12	9	3	испытуемый 12	8
4	испытуемый 3	3	4	испытуемый 3	3
5	испытуемый 4	10	5	испытуемый 4	6
6	испытуемый 5	7	6	испытуемый 5	9
7	испытуемый 6	9	7	испытуемый 6	2
8	испытуемый 7	4	8	испытуемый 7	9
9	испытуемый 8	6	9	испытуемый 8	4
10	испытуемый 9	5	10	испытуемый 9	10
11	испытуемый 10	9	11	испытуемый 10	4
12	испытуемый 11	5	12	испытуемый 11	5

Из таблицы видно, что в 3 «А» классе 5 человек с явно повышенной и очень высокой тревожностью, это составляет 42%. В 3 «Б» классе 3 человека с явно повышенной и очень высокой тревожностью, это составляет 25%. Состояние этих учеников характеризуется нервозностью, беспокойством, напряжением. Дети склонны воспринимать различные ситуации как угрозу и реагируют на нее состоянием тревоги, беспокойства.

В обоих классах нормальный уровень тревоги наблюдается у 6 человек, что составляет 50% в каждом классе. Данный уровень совершенно не мешает их жизни, а чаще помогает в учебной деятельности, обеспечивая необходимый уровень беспокойства за результаты своей деятельности и мотивируя их труд.

В 3 «А» классе для 1 (8%) ребенка состояние тревоги не свойственно, в 3 «Б» классе – 2 ученика (16%). В данном случае учителю следует обратить внимание на то, что низкая тревожность требует внимания к мотивам деятельности. Учащиеся с низким уровнем тревожности, так же входят в зону риска, так как у них снижены пороги страха. Сравнив все результаты исследования можно сделать вывод о том, к категории риска можно отнести 5 человек из 3 «А» класса это участники №1, №4, №6, №10, №12. В 3 «Б» классе

3 участника это участник №5, №7, №10.

Подводя итог, было определено, что в 3 «А» классе 42 % обучающихся и в 3 «Б» классе 25 % имеют высокий уровень зависимости от компьютера. Эти дети систематически используют компьютер, интернет, мобильное устройство как средство досуга, информации и общения, домашние обязанности игнорируют, считают, что без компьютерных игр жизнь была бы скучна, безрадостна, пытаются скрыть от родителей время своего пребывания в сети интернет, у этих детей меняется самооценка, они испытывают затруднения в живом общении.

В 3 «А» классе 42 % обучающихся и в 3 «Б» классе 42 % имеют средний уровень – ребенок использует компьютер, интернет, мобильные устройства во время своего отдыха, по мере необходимости использует для получения информации и общения, от домашних обязанностей не отказывается, выполняет их добросовестно. Пользование Интернетом заранее не планирует, находит возможность заполнения досуга вне Интернета, время пребывания в Интернете не скрывает от взрослых, общается со сверстниками и друзьями непосредственно. Может оставаться в сети немного дольше обычного, может контролировать время, проведенное в Интернете. Такие дети имеют адекватную самооценку, однако испытывает затруднения в общении, соморегуляция недостаточно сформирована.

В 3 «А» классе 16 % обучающихся и в 3 «Б» классе 33 % имеют низкий уровень – ребенок не имеет, не пользуется или не получает удовольствия от пользования компьютером и Интернетом, отдает предпочтение непосредственному, живому общению со сверстниками. Коммуникативные навыки сформированы хорошо, самооценка адекватная.

Представим сравнительные данные эксперимента в виде гистограммы (рисунок 2).

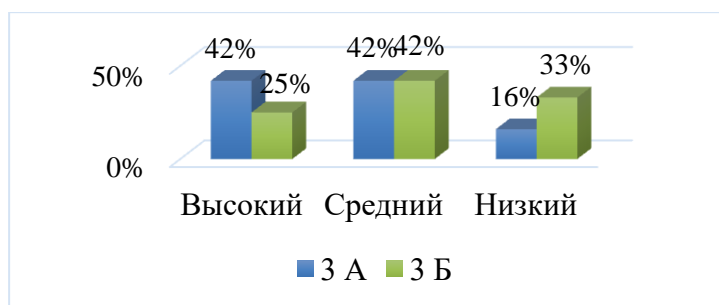


Рисунок 2. Сравнительные данные констатирующего этапа эксперимента

Таким образом, подводя итог, отметим, что у детей необходимо формировать адекватный уровень тревожности и самооценки, коммуникативные умения и саморегуляцию и в личностных, и в поведенческих особенностях, которые должны препятствовать формированию игровой компьютерной зависимости и понижение потребности детей в чрезмерном использовании современных компьютерных гаджетов.

Подготавливая программу профилактической и коррекционной работы необходимо обратить внимание на этих обучающихся.

Библиографический список

1. Анферов, А. С. Компьютерная зависимость – миф или реальность? / А. С. Анферов // Инновационные образовательные технологии: материалы конференции – Пермь, 2013 – С. 33 – 35.

2. Ахметова, А. Г. Профилактика зависимости младших школьников от компьютерных игр во взаимодействии педагога с семьей / А. Г. Ахметова // Трансформация образования в цифровом обществе : сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Челябинск : Общество с ограниченной ответственностью «Край Ра», 2023. – С.35-37.

3. Захарова, О. В. Профилактика компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста / О. В. Захарова // Актуальные проблемы дошкольного образования, Челябинск, 29 апреля 2022 года. – Челябинск: ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2022. – С. 194-198.

ББК 88.7

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Е.А. Гаврась, Г.Г. Дулинец

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье представлены результаты исследования психологических особенностей врачей с различным стажем работы. Результаты эмпирического исследования психологических особенностей врачей с различным стажем профессиональной деятельности. Диагностика проведена при помощи методик: диагностика профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой, индивидуально-типологический опросник Собчик Л.Н.; метод диагностики межличностных отношений Т. Лири.

Ключевые слова: психологические особенности, профессиональная мотивация, коммуникативная компетентность, профессиональные обязанности, эмоциональное истощение

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DOCTORS WITH DIFFERENT PROFESSIONAL EXPERIENCE

E.A. Gavras, G.G. Dulinets

Autonomous Non-profit Organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Annotation. The article presents the results of a study of the psychological characteristics of doctors with different work experience. The results of an empirical study of the psychological characteristics of doctors with different professional experience. The diagnosis was carried out using the following methods: diagnosis of professional burnout K. Maslach, S. Jackson, adapted by N.E. Vodopyanova, individual typological questionnaire Sobchik L.N.; method of diagnosis of interpersonal relations T. Leary.

Keywords: psychological characteristics, professional motivation, communicative competence, professional responsibilities, emotional exhaustion

На сегодняшний день эффективность лечения зависит не только от принятия пациентом назначенных препаратов, но также и от наличия у врача способности к эмпатии, внимательности, от умения понятно доносить информацию и т.д. Это означает, что лечение многих заболеваний невозможно

без учета социально-психологических факторов отношения человека с окружающей средой, что требует, в свою очередь, умения врача строить доверительные отношения с пациентом.

Отношение к себе, к другим, к работе, определяет профессиональное будущее специалиста и влияет на его психоэмоциональное состояние, в том числе на развитие профессионального выгорания и на появление конфликтных ситуаций.

Работа врача зачастую связана с эмоциональными перегрузками, стрессовыми ситуациями, дефицитом времени, с необходимостью принимать важные решения при ограниченной информации. Важно отметить, что врач имеет дело с высокой частотой и интенсивностью межличностного взаимодействия.

Медицина как профессиональная сфера деятельности тесно связана с проявлением негативных эмоций. Пациенты зачастую ожидают сочувствия к себе, проявления эмпатии со стороны врача. Данный фактор влияет на общепринятое мнение о том, что врач должен быть человеком с высоким уровнем эмпатии, так как он сможет лучше соотнести себя с пациентом и понять, что тот испытывает.

Цель исследования: определить психологические особенности врачей с различным стажем профессиональной деятельности на базе Абанской ЦРБ

Гипотеза исследования: психологические особенности врачей различаются в зависимости от стажа их профессиональной деятельности.

В исследовании приняли участие 15 врачей, работающих в КГБУЗ «Абанская РБ».

Методики исследования:

1. Методика диагностики профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой).

2. Индивидуально-типологический опросник Собчик Л.Н.

3. Метод диагностики межличностных отношений Т. Лири.

На сегодняшний день организация оказывает первичную медико-санитарную помощь, которая включает в себя профилактику, диагностику, лечение заболеваний и состояний, медицинскую реабилитацию, наблюдение за течением беременности, формирование здорового образа жизни и санитарно-гигиеническое просвещение населения.

Структура КГБУЗ «Абанская РБ» представлена на рисунке 1.



Рис. 1 Структура КГБУЗ «Абанская РБ»

Анализ отечественной и зарубежной литературы показал что с точки зрения науки, не существует единого подхода, выработанного учеными к индивидуально-психологическим особенностям личности, в связи с чем, трактовка этого понятия достаточно объемна, разнообразна. Но, несмотря на отсутствие единства мнения касательно психологических особенностей, в большинстве вариантов акцент делается на то, что именно мышление, восприятие, эмоциональность, и т.д. определяют поведение личности, возможные векторы развития в отношении с другими людьми. Они формируются в результате взаимодействия генетических и внешних факторов. Психологические особенности могут быть как наследственными, так и обусловлены внешней средой и влиянием общества.

Итак, на основании обзора теоретических источников, выявили следующее: успешная деятельность врача определяется такими психологическими особенностями: как высокий уровень коммуникативной компетентности, реализуемой в отношении пациентов, их родственников, а также медицинского персонала. Важную роль играют независимость и автономность врача, его уверенность в собственных силах и устойчивость в различного рода ситуациях, в сочетании с гибкостью и пластичностью поведения в изменяющихся нестандартных профессиональных ситуациях. Высокая степень устойчивости к стрессу, к эмоциональным и информационным перегрузкам, наличие развитых механизмов адаптации и компенсации с высокой значимостью экзистенциально – гуманистических ценностей.

Современные психологические исследования, касающиеся работников социальных профессий, показывают подверженность их профессиональным деформациям. Одним из частых негативных проявлений у представителей названных профессий является феномен «эмоционального выгорания» или, в другой редакции, синдром эмоционального выгорания. Данный синдром возникает в ситуациях интенсивного профессионального общения под влиянием множества внешних и внутренних факторов и проявляется как «приглушение» эмоций, исчезновение остроты чувств и переживаний, увеличение числа конфликтов с партнёрами по общению, равнодушие и отгороженность от переживаний другого человека, потеря ощущения ценности жизни, утрата веры в собственные силы и др. [4].

В исследовании приняли участие 15 человек, с профессиональным стажем от 8 до 44 лет.

Испытуемых разделили на группы по стажу работы:

- 1-я группа - стаж до 13 лет (13,3 %);
- 2-я группа - стаж от 14 до 25 лет (33,3 %);
- 3-я группа - стаж от 26 лет (53,4 %).

Рассчитав среднее значение в каждой группе, приходим к следующим результатам.

Используя методику диагностики профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой, получили результаты, представленные на рисунке 2.

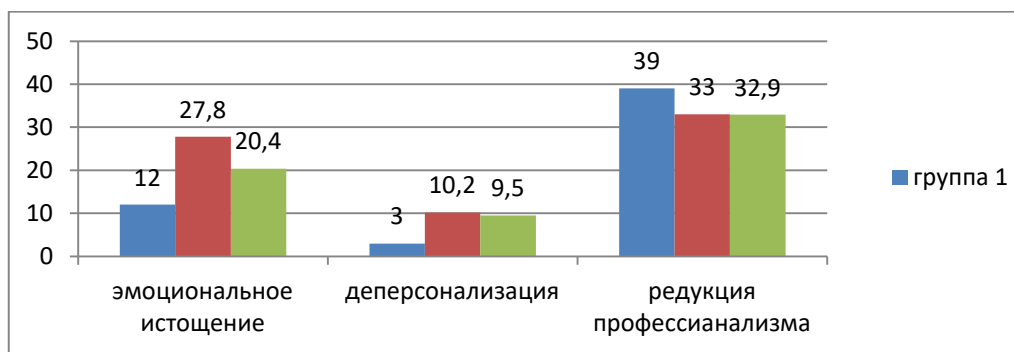


Рис. 2 Результаты (среднее значение) методики профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой

На рисунке 2 видно, что во второй и третьей группе присутствуют признаки эмоционального истощения, причем вторая группа имеет высокий уровень снижения эмоционального тонуса, повышенное психическое истощение, утратили интерес и позитивные чувства к окружающим, «пресыщены» работой и неудовлетворенны жизнью в целом. Обе группы близки к формальному выполнению своих профессиональных обязанностей, не совсем удовлетворены собой как личностями и как профессионалами.

Использование индивидуально - типологического опросника Собчик Л.Н. представлено на рисунке 3.

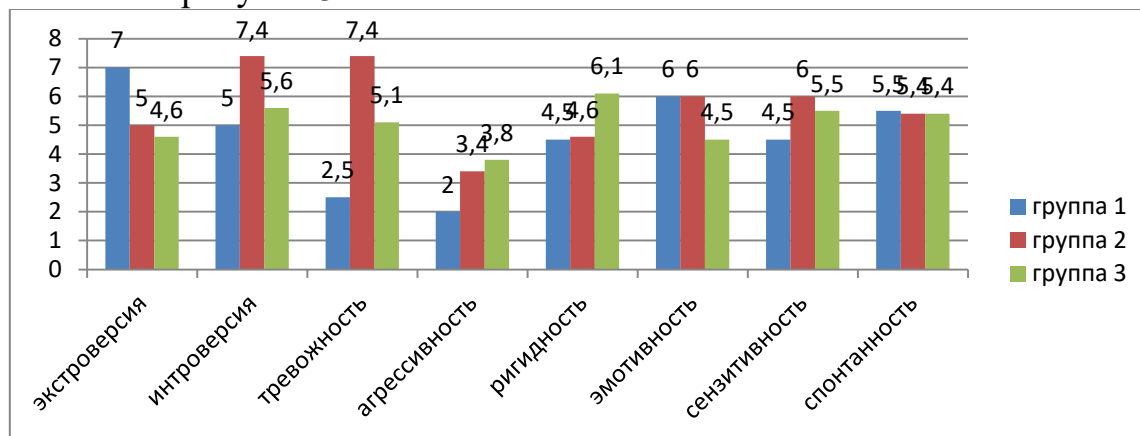


Рис. 3 Результаты (среднее значение) тестов: ИТО Л.Н. Собчик

На рисунке 3 по показателям выделяется вторая группа, представители данной группы застенчивы и недостаточно общительны, мнительны и боязливы, тесты имеют умеренно выраженный уровень тревожности.

Данные диагностики межличностных отношений Т. Лири представлены на рисунке 4.

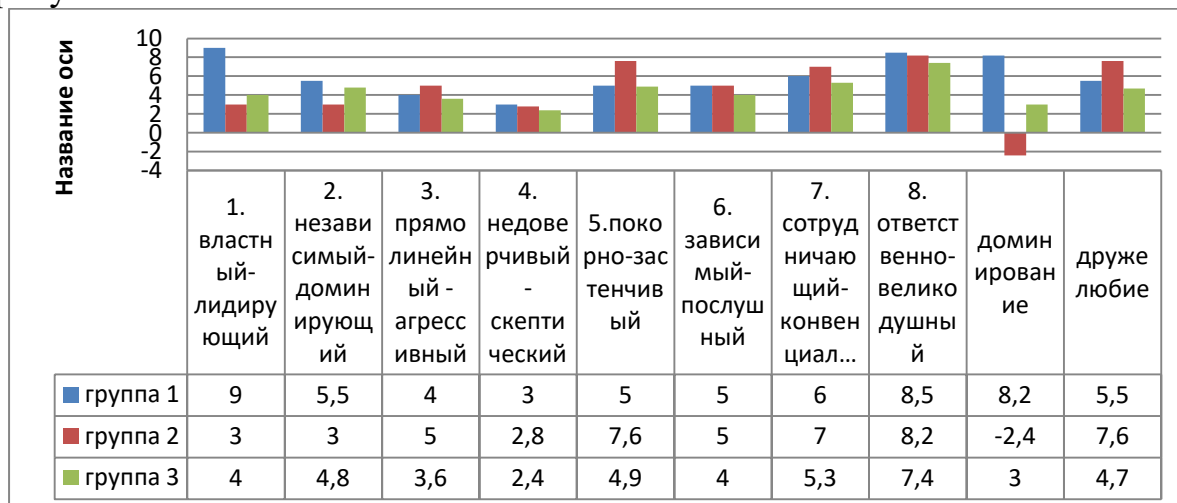


Рис. 4. Результаты диагностики межличностных отношений Т. Лири.

По данным диагностики межличностных отношений Т. Лири можно заметить, что испытуемые в первой и второй группе уверены в себе, умеют быть хорошими наставниками и организаторами, обладают свойствами руководителей, первая же группа – не терпимы к критике, могут переоценивать собственные возможности. Причем первой и третьей группе свойственны лидерские черты, а испытуемые второй группы могут быть зависимыми.

Исходя из этого, можно сделать вывод, что на психологические особенности личности врача влияют такие факторы как возраст, стаж работы, особенности характер, воля, эмоции, мотивация личности, профессиональная мотивация, самосознание, межличностные отношения, высокая эмоциональная устойчивость, умения противостоять стрессу, коммуникативную компетентность и многое другое.

Таким образом, гипотеза доказана, психологические особенности врачей различаются в зависимости от стажа профессиональной деятельности.

Библиографический список

1. Андронов В.П. Психологические основы формирования профессионального мышления врача. // «Вопросы психологии» – 1991 - № 4, - С. 12 -19.

2. Заковоротная М. В. Идентичность человека : Социал.-филос. аспекты / М. В. Заковоротная; Сев.-Кавк. науч. центр высш. шк. Рост.-на-Дону гос. ун-т. – Ростов на Дону : Изд-во СКНЦ ВШ, 1999. – 198 с.

3. Караванов, Г. Г. Индивидуально – психологические особенности личности врача – хирурга / Г. Г. Караванов, В. В. Коршунова. – Львов : Медицина, 1974. – 152 с.

4. Левина, В.Н. Личностные качества врача в сотрудничестве с пациентом : учебное пособие / В.Н. Левина. – Ижевск : ГБОУ ВПО «Ижевская государственная медицинская академия», 2016. – 60 с.

5. Маклаков А. Г. Общая психология : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А. Г. Маклаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 582 с.

6. Мухаммадеева. Л. И. Изучение индивидуально-психологических особенностей личности / Л. И. Мухаммадеева, Ю. Ш.Зиннатуллина // Будущее науки – 2016 : сборник научных статей 4-й Международной молодежной научной конференции в 4-х т. Т. 2. – Курск : Закрытое акционерное общество «Университетская книга», 2016. – С. 118-120.

7. Собчик, Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. – Санкт-Петербург: Речь, 2005. – 624 с.

8. Погорельцева Ю.А. Психология личности: учебное пособие / Ю. А. Погорельцева ; СПбГТУРП. – Санкт-Петербург : издательство «Санкт-Петербургский государственный технологический университет растительных полимеров», 2011. – 105с.

9. Полянцева, О. И. Психология для средних медицинских учреждений : учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся в медицинских училищах и колледжах / О. И. Полянцева ; под ред. Б. В. Кабарухина. – Изд. 5-е, испр. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. – 414 с.

10. Соловьева, С. Л. Индивидуальные психологические особенности

личности врача / С. Л. Соловьева. – Санкт–Петербург: ГОУВПО, 2001. – 110 с.

11. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учеб. для сред. мед. учеб. заведений / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2005 (ГУП Тип. Наука). – 445 с.

12. Тылевич, И.М. Руководство по медицинской психологии / И. М. Тылевич, А. Я. Немцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Ленинград : Медицина : Ленингр. отд-ние, 1985. – 216 с.

13. Утлик Э.П. Психология личности : учебное пособие / Э. П. Утлик. – Москва : Академия, 2008. – 314 с.

14. Ясько, Б.А. Формирование личностной готовности к профессиональной деятельности в условиях многоуровневого образовательного пространства : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.07. — Краснодар, 1998. – 193 с.

15. Ясько, Б. А. Психология личности и труда врача. Курс лекций / Б. А. Ясько. – Ростов на Дону : Феникс, 2005. – 304 с.

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ПРОЕКТЫ И АЛГОРИТМЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОТЕНЦИАЛА И ГРАМОТНОСТИ ФОРМИРУЕМЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ В СОЦИАЛИЗАЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ»

Е.А. Герасимова, А.А. Жданов, Е.В. Забуга, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Достижение поставленных результатов роста производительности труда осуществляется, благодаря конструированию инноваций. В общей совокупности проблем формирования специалистов исследователи полагают, что такие способности не появляются случайно или стихийно, а они формируются социальными институтами образования и науки.

Ключевые слова: метафактор: специалисты; способности; повышение производительности труда

SOCIOLOGICAL FORECASTING "FORESIGHT-DETERMINANTS" PROJECTS AND ALGORITHMS USING THE POTENTIAL AND LITERACY OF FORMED SPECIALISTS IN THE SOCIALIZATION PROCESS "

E.A. Gerasimova, A.A. Zhdanov, E.V. Zabuga, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. The achievement of the set results of labor productivity growth is carried out through the design of innovations. In the totality of the problems of the formation of specialists, researchers believe that such abilities do not appear

accidentally or spontaneously, but they are formed by social institutions of education and science.

Keywords: metafactor: specialists; ability; increasing labor productivity

Управленческая деятельность в современных условиях требует ноосферного научного мировоззрения, интеллекта и способностей конструировать инноваций - конкурентных преимуществ – средств роста производительности труда.

Более полное применение потенциала работников имеет несколько аспектов, одним из которых выступает способность обеспечивать участие подчиненных в конструировании инноваций – средств решения актуальных проблем повышения эффективности деятельности на предприятиях и социально-территориальных общностях (См. табл. 1).

Табл.1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля к деятельности на предприятии 323 потока СИБУПа 2024 г.

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Насколько Вы хороший работник?		
А) могу работать сколько потребуется;	66,7	83,3
Б) некоторое время буду работать много;	33,3	16,7
В) не вижу смысла в долгой и тяжелой работе.		

Примечание

1. Согласно табличным данным видно, что 66,7 % юношей-«директоров», 83,3 % девушек– «директоров» управленческого профиля могут работать для достижения запланированных результатов необходимое количество времени, отдавая при этом достаточно сил и энергии.

2. 33,3 % юношей-«директоров» управленческого профиля и 16,7% девушек–«директоров» отметили, что они не готовы к длительной и напряженной деятельности. Они способны трудиться к востребованному социально-профессиональными ситуациями в ограниченный промежуток времени.

Они не имеют необходимой энергии и стремлений к достижению поставленных целей.

Количество юношей в 2 раза больше, чем девушек с «дефицитом» этого качества.

У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 4,3 балла, а у девушек - 4,7 балла. «Дефицит» этого качества у девушек почти в 2,3 раз меньше, чем у юношей, Юноши в меньшей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными

Как видно, у этой группы респондентов имеется потребность в повышении уровня знаний о роли готовности специалистов для достижения запланированного успеха, а также умения обеспечивать у себя необходимый деловой потенциал, способности самостимулирования и самомотивирования, восстанавливать свою управленческую форму для достижения высокого

конечного результата.

Выводы

Из социологических данных вытекает следующее: необходимо внести коррекцию в осуществляемый социализационный процесс; можно предположить, что их введение позволит повысить имеющийся уровень управленческо-делового потенциала обучающихся; внесение корректив в социализационный процесс обусловит готовность формируемых специалистов приблизиться к требованиям современной практики. Благодаря этому осуществлять важные функции научного управления на предприятии; достигнутый уровень управленческо-делового потенциала позволит активизировать взаимодействие специалистов с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы личностно ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологические данные о **роли «конкурентных качествах хорошего работника»** для максимального использования потенциала подчиненных и в целом первичного трудового объединения» позволяют студентам определить «дефицит этого компонента своей управленческой готовности к взаимодействию с подчиненными на предприятии для конструирования инноваций - конкурентных преимуществ.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2.Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в

инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ГОТОВНОСТЬ ФОРМИРУЕМЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ К БОЛЕЕ ПОЛНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ПОДЧИНЕННЫХ В РАЗРАБОТКЕ И РЕАЛИЗАЦИИ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ НА ПРЕДПРИЯТИИ»

Е.А. Герасимова, В.М. Заведеев, А.С. Циванюк, Е.В. Забуга, И.В. Коваль
Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Подготовка специалистов со способностями повышать производительность труда предполагает применение адекватных способов и

технологий в деятельности социальных институтов образования и науки.

Одним из таких аспектов совершенствования их деятельности выступает социологическое прогнозирование «форсайт-детерминанты «готовность формируемого руководителя к конструированию инноваций – конкурентных преимуществ - средств роста производительности труда».

Ключевые слова: социальные институты; совершенствование деятельности; проектирование подготовки специалистов: социологические способы

**SOCIOLOGICAL FORECASTING "FORESIGHT-DETERMINANTS"
READINESS OF FORMED MANAGERS FOR MORE COMPLETE USE OF
MANAGERIAL POTENTIAL OF SUBORDINATES IN DEVELOPMENT
AND RELEASE OF COMPETITIVE ADVANTAGES
AT THE ENTERPRISE»**

E.A. Gerasimova, V.M. Zavedeev, A.S. Tsivanyuk, E.V. Zabuga, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. The training of specialists with the ability to increase labor productivity involves the use of adequate methods and technologies in the activities of social institutions of education and science.

One of such aspects of improving their activities is the sociological forecasting of "foresight determinants" the readiness of the formed leader to design innovations - competitive advantages - means of increasing labor productivity. "

Keywords: social institutions; improvement of activities; designing specialist training: sociological methods

Актуальность проблемы

Практики и исследователи правомерно полагают, что решение всех проблем неотделимо от использования потенциала «человеческого фактора». В этом аспекте сделаны выводы о необходимости совершенствование подготовки специалистов и повышение квалификации работающих в социализационном процессе.

Согласно нашим исследованиям одним из таких способов преодоления сложившихся недостатков выступает социологическое прогнозирование готовности формируемого руководителя к конструированию инноваций – конкурентных преимуществ - средств роста производительности труда», достигаемых в социализационном процессе.

С этих позиций введение в вузовский социализационный процесс социологического прогнозирования потенциала и грамотности в системе подготовки специалистов к самостоятельной готовности формируемого руководителя к конструированию инноваций – конкурентных преимуществ - средств роста производительности труда на предприятиях и социально-территориальных общностях выступает главным фактором решения этих проблем.

Менеджер, имея, во-первых, сформированные у него типы и источники власти, выступают определяющим условием материализации его управленческо-лидерской гуманистической направленности потенциала; во-

вторых, его деловая направленность (наличие харизмы и (или) имманентных способностей) позволяет ему ввести в действие социально-психологические механизмы активизации подчиненных, более полного использования их потенциала во взаимосвязи с совокупностью применяемых методов убеждения, вербального и невербального влияния на подчиненных.

Благодаря сформированному потенциалу и грамотности, специалисты используют свой когнитивный потенциал, позволяющий им исследовать состояние социально-производственных ситуаций, вскрывать потенциал подсистем предприятия, определять способы конструирования инноваций. Результаты такого уровня анализа обуславливают уверенность у подчиненных в качестве принятых решений и возможности роста потенциала предприятия (См. табл. 1).

Табл.1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля 323 потока СИБУПа (2024 г.)

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Можете ли Вы взять на себя ответственность?		
А) я могу принять вызов ситуации и начать ее рассматривать;	33,3	66,7
Б) я смогу, если мне придется этим заняться, но лучше пусть кто-нибудь другой несет ответственность:	66,7	33,3
В) всегда кто-нибудь высовывается, желая показать себя, пусть он за все и отвечает.		

Примечание

1. Согласно социологическим данным, 33,3 % юношей-«директоров», 66,7 % девушек-«директоров» управленческого профиля готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, имеют необходимый управленческо-деловой потенциал для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

2. В то же время 33,3 % юношей-«директоров», 66,7 % девушек-«директоров» управленческого профиля не готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют необходимого уровня управленческо-деловой потенциал для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

3. Количество юношей в 2 раза больше, у которых это качество ниже, чем у девушек.

4. Рейтинговые показатели составляют у юношей 3,6 балла, а у девушек 4,3 балла. «Дефицит» этого качества у девушек в 2 раза меньше, чем у юношей.

Выводы

В данной ситуации, во-первых, следует учитывать, что в момент исследования определен начальный уровень социолого-управленческого потенциала у студентов; во-вторых, они еще не проводили анализ различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций.

Исходя из социологических данных, видно, что готовность к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных

ситуаций является осознанным качеством для тех юношей и девушек, которые приняли решение «стать директорами».

У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 3,6 балла, а у девушек 4,3 балла. «Дефицит» этого качества у девушек в 2 раза меньше: юноши в меньшей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

Отсюда вытекает, что в ходе социализационного процесса подготовки конкурентоспособных специалистов необходимо внесение корректив в него, усиление акцентов на «качественную» востребованность социолого-управленческого потенциала и социолого-управленческой грамотности.

Как показывает практика, востребованность социолого-управленческого потенциала и социолого-управленческой грамотности и их повышение у формируемых специалистов имеет тенденцию к своему совершенствованию, они предстают изменяющимися условиями и предполагают познание их роли в качественных изменениях профессионально-управленческого образа жизнедеятельности специалиста.

Итоговые выводы

В результате социологического проектирования в социализационном процессе становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом.

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

Применение изобретательского уровня технологий детерминирует реализацию концепции «Опережающая социализация» в действующих вузах [1; 2].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологические знания о «готовности специалиста к ответственности за качество управленческих решений при конструировании инноваций», по сути, это начало проектирования личностного потенциала для своей жизнедеятельности в условиях реальных социально-производственных ситуаций - это его конкурентное преимущество.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2. Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ НА ИММУННУЮ СИСТЕМУ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Е.М. Горбатенко

Научный руководитель М.А. Новожилова

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. Данная статья исследует влияние занятий плаванием на иммунную систему студентов вузов. Целью исследования являлось выяснение, как плавание может повлиять на уровень иммунитета у студентов. В ходе исследования был проведен анализ данных о состоянии иммунной системы студентов, участвующих в занятиях плаванием, по сравнению с теми, кто не плавает.

Ключевые слова: плавание, иммунная система, занятия, состояние, иммунитет

THE EFFECT OF SWIMMING LESSONS ON THE IMMUNE SYSTEM OF UNIVERSITY STUDENTS

E.M. Gorbatenko

Scientific supervisor M.A. Novozhilova

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation. This article examines the effect of swimming lessons on the immune system of university students. The aim of the study was to find out how participation in swimming can affect the level of immunity in students. The study-analyzed data on the state of the immune system of students participating in swimming classes, compared with those who do not swim.

Keywords: swimming, immune system, classes, condition, immunity

В современном мире у молодежи особенно актуальна проблема поддержания и укрепления иммунной системы. В условиях высокого эмоциональной нагрузки, нерегулярного и несбалансированного питания и недостатка физической активности студенты ВУЗов сталкиваются с рядом неблагоприятных внешних воздействий, которые негативно сказываются на их здоровье. Однако, занятия плаванием, эффективный и приятный вид физической активности, могут иметь положительное влияние на иммунную систему студентов и повысить их общий уровень здоровья. Плавание является популярным видом двигательной рекреации, как в нашей стране, так и за рубежом. Этот вид физической активности имеет свои уникальные особенности, связанные с движением в водной среде. Влияние плавания на организм связано с физическими свойствами воды, такими как плотность, вязкость, давление, температура и теплоемкость.

Плавание оказывает благоприятное воздействие на организм человека. Участие в этом виде спорта требует движений, которые создают дополнительное сопротивление воды и требуют большого физического напряжения. Такие упражнения способствуют развитию мышц и силы. Они

также требуют особого ритма дыхания и способствуют улучшению функции дыхательной системы. Контакт с водой также стимулирует иммунную систему. Плавание улучшает кровообращение и стимулирует образование кровяных клеток. Это приводит к повышению количества эритроцитов, лейкоцитов и гемоглобина в крови. Такие изменения способствуют укреплению иммунной системы и повышению ее защитных функций.

Одна из особенностей плавания – горизонтальное положение тела. То есть у нас есть возможность дать нагрузку достаточно высокой интенсивности с минимальным давлением на суставы и позвоночник. Это положение снижает нагрузку на сердце и способствует расслаблению мышц. Также вода обеспечивает охлаждающий эффект, что помогает организму поддерживать температурный баланс и предотвращать перегрев. Теплоемкость воды в 4 раза больше и теплопроводность в 25 раз выше, чем воздуха. Поэтому, когда человек находится в воде, его тело излучает на 50-80 % больше тепла, чем на воздухе. В связи с чем у него повышается обмен веществ для сохранения теплового баланса в организме. Вследствие этого совершенствуются механизмы, обеспечивающие сохранение температурного гомеостаза.

С учетом задач, которые стоят перед учебной дисциплиной «Физическое воспитание» и плавания в частности, возникает вопрос, каковы педагогические условия развития и модель эффективного процесса, оказывающего положительный эффект от занятий плавания на общее состояние студента? Данный процесс и его эффективность во многом зависят от правильной организации учебного занятия, соответствующего технического и кадрового обеспечения. Есть пять основных аспектов в теории и практике формирующих навыков. Каждый из них детально характеризует качественную реализацию учебно-воспитательных, оздоровительно-гигиенических, профессионально-прикладных, лечебно-профилактических и спортивно-педагогических влияний процесса плавания на людей различного возраста с учетом их анатомических, морфологических, функциональных и гендерных отличий. Особенно стоит акцентировать внимание на уровне и степени формирования навыков плавания и считать необходимым корректировку принятых тестов и утвержденных программ по физическому воспитанию разных групп населения. Вместе с тем, такой подход позволил установить ведущие аспекты формирования навыков плавания для разных возрастных групп. [2]

Изучение актуальной литературы по вопросам влияния плавания на молодой организм показало, что данный спорт несет положительный эффект на сердечно-сосудистую систему. Регулярные занятия плаванием улучшают функциональные возможности сердца и делают его работу более экономичной. Также плавание повышает выносливость к физическим нагрузкам и положительно влияет на дыхательную систему. Исследования также показали, что плавание как спортивно-оздоровительный комплекс укрепляет и тренирует опорно-двигательный аппарат. Данный факт особенно важен для студентов, учитывая их высокую психофизиологическую нагрузку в учебном процессе.

Кроме того, если посещать занятия плавания в качестве физической нагрузки, то однозначно будет оказано положительное влияние на дыхательную систему. Прежде всего тренируется дыхательная мускулатура: повышается сила дыхательных мышц, увеличивается их тонус;

совершенствуется дыхательный ритм, вырабатывается более глубокое и редкое дыхание; усиливается вентиляция легких, увеличивается количество альвеол и их эластичность; в работу включаются мало-задействованные ткани легких; увеличивается устойчивость организма к пониженному содержанию кислорода в организме. Благодаря исследованиям, нам удалось установить, что плавание как спортивно оздоровительный комплекс способствует укреплению, а также процессу тренировки опорно-двигательного аппарата. Это особенно полезно для студентов, так как нам известно, что учебный день в ВУЗе составляет около 6–8 ч. А также, затрачивается время на самоподготовку, и оно колеблется в среднем 3–4 ч, в период сессии возрастает до 7–8 ч. Это очень значимая психофизиологическая нагрузка на организм молодых людей, которая в итоге показывает, что учебный процесс является весьма напряженным. Длительное ограничение двигательной активности приводит к снижению умственной работоспособности, ослаблению скелетной мускулатуры, нарушению осанки. В основном на лекциях студенты принимают сидячее положение. И конечно же после лекционных занятий каждый студент нуждается в снятии напряжения позвоночника. У тех, кто занимается плаванием, имеется прекрасная возможность усовершенствовать осанку, ведь во время плавания: уменьшается статическое напряжение тела, происходит естественная разгрузка позвоночника от давления на него веса тела; укрепляются мышцы позвоночника и всего скелета; улучшается координация движений; исчезает асимметрия в работе межпозвонковых мышц; восстанавливаются условия для нормального роста тел позвонков; формируется чувство правильной осанки. Помимо физического благополучия, плавание помогает в совершенствовании себя, придаёт уверенности в себе и несёт хорошее настроение.

В рамках нашего исследования мы провели анкетирование среди студентов СибГУ им. М.Ф. Решетнева. В опросе приняли участие 80 студентов: 40 первокурсников и 40 учащихся 3-4 курсов. Отметим, что анкетирование проходило в начале учебного семестра, то есть учащиеся первого курса еще только начали занятия по освоению плавания, а учащиеся 3-4 курса посещают их регулярно каждый семестр в течение 1,5-3 лет. Перед нами стояла задача узнать, как часто студенты болеют простудными заболеваниями, насколько тяжело их переносят и есть ли между состоянием здоровья и посещением бассейна в рамках занятий по физической культуре.

Первым вопросом анкетирования был «Сколько раз за год Вы болеете простудными заболеваниями?». В ответах мы получили, что на первом курсе только треть студентов практически не сталкиваются с подобными заболеваниями или сталкиваются крайне редко, а более 60% учащихся находят у себя симптомы инфекции 3-4-5 и более раз за год. Такая частота уже может негативно сказаться на успеваемости студента, а так же на общем качестве жизни. На старших курсах почти 80% опрошенных болеют редко или почти никогда (рис. 1).

Далее нас заинтересован вопрос «Оцените тяжесть течения болезни, где 1 – переношу легко, почти не замечаю, а 5 – очень тяжело, после требуется время на восстановление». На диаграмме мы можем увидеть, что практически половина учащихся оценивает свои ощущения при болезни на 3, то есть как

среднюю. В то время, как большинство студентов старших курсов ставят 1-2 балла, то есть время болезни они преодолевают достаточно легко (рис. 2).

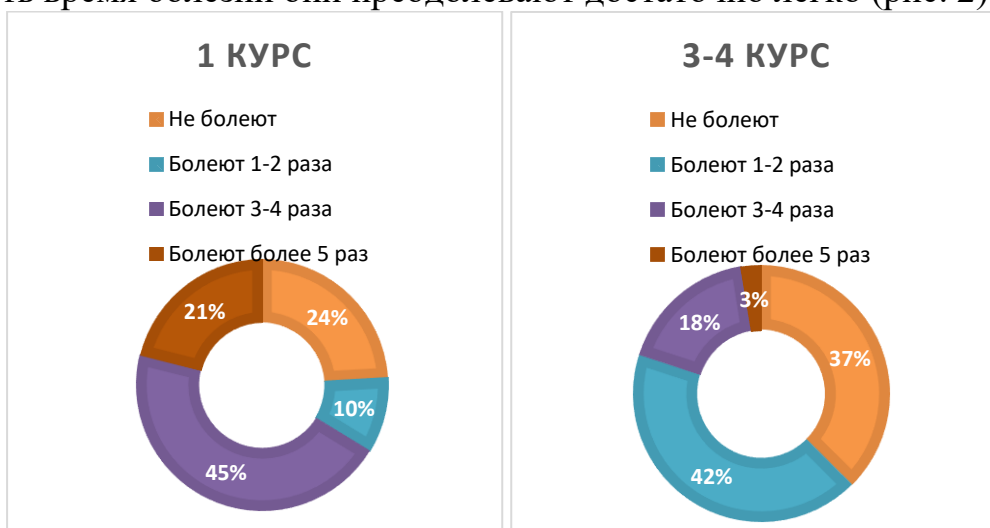


Рис. 1 – «Сколько раз за год Вы болеете простудными заболеваниями?»

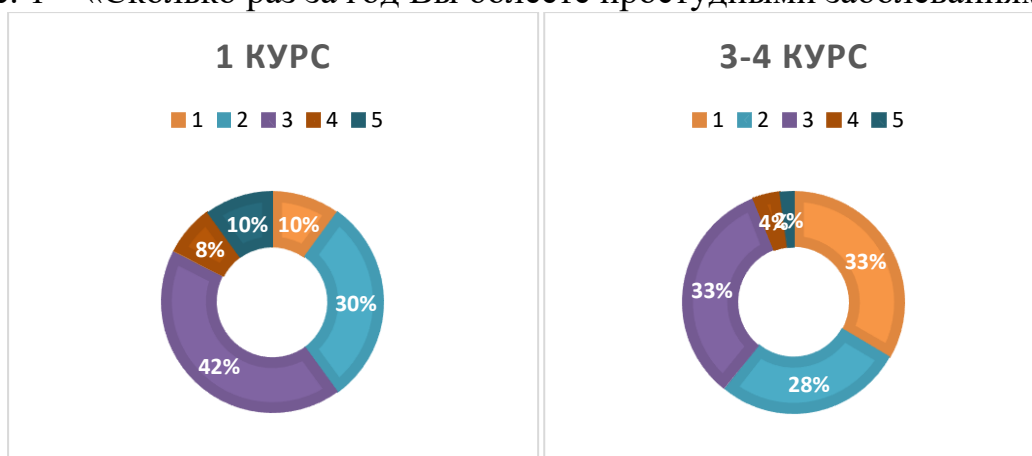


Рис. 2 – «Оцените тяжесть течения болезни, где 1 – переношу легко, почти не замечаю, а 5 – очень тяжело, после требуется время на восстановление»

Так же в рамках опроса мы поинтересовались у учащихся 3-4 курса, замечают ли они изменения в своем иммунитете и состоянии здоровья после регулярных занятий плаванием. Из 40 респондентов, более половины заметили улучшение со стороны состояния здоровья в сравнении с первым годом обучения в ВУЗе, 12 – не связывают частоту простудных заболеваний с регулярными занятиями плаванием, 3 – отметили, что стали болеть чаще после начала посещения бассейна.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что для большинства студентов занятия плаванием оказывают положительное влияние на иммунную систему. Укрепление иммунитета, повышение устойчивости к стрессу и общее улучшение физического состояния – основные преимущества этого вида физической активности. Регулярные тренировки позволяют студентам не только поддерживать свое здоровье, но и улучшать качество жизни в целом. Плавание становится неотъемлемой частью их образа жизни, которая способствует более успешной учебе и достижению личных целей.

Библиографический список

1. Оздоровительное влияние плавания на организм человека // StydFiles URL: <https://studfile.net/> (дата обращения: 29.10.2023).

2. Андреев Т.А., Имангалиева А.М. Влияние плавания как физкультурно-оздоровительного процесса на уровень здоровья студента // Наука-2020. - 2020. - №2 (38). - С. 64-67.

3. Лисевская А.И., Павленко Е.П. Занятие плаванием как средство повышения уровня здоровья у студентов // Наука-2020. - 2019. - №7 (32). - С. 123-126.

4. Аргунов Л.Э., Плеханова Е.В. Роль плавания для здоровья человека // Актуальные исследования. - 2023. - №22 (152). - С. 87-91.

ББК 63.3(2)

ОБЩЕСТВЕННЫЙ ИДЕАЛ ЮРОДСТВА В ИСТОРИИ РУСИ

Д.В. Горенский

Научный руководитель И.И. Крылов

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассматривается культурный феномен юродивых на Руси, основываясь на юродивых во имя Христа. Внимание уделяется понятию юродства и основным чертам представителей подвижничества, а также отношению общества, к юродивым основываясь на образе, полученном из христианских произведений о житиях.

Ключевые слова: юродство, юродство во имя Христа, подвижники, святой, блаженный, аскет

THE SOCIAL IDEAL OF FOOLISHNESS IN THE HISTORY OF RUSSIA

D.V. Gorensky

Scientific supervisor I.I. Krylov

Autonomous non-profit organization of higher education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Annotation. The article examines the cultural phenomenon of the fools in Russia, based on the fools in the name of Christ. Attention is paid to the concept of foolishness and the main features of representatives of asceticism, as well as the attitude of society towards the fools based on the image obtained from Christian works about lives.

Key words: foolishness, foolishness in the name of Christ, holy, ascetics, blessed, ascetic

На протяжении веков русская культура была пронизана различными явлениями и символами, отражающими ее уникальность и глубину. Одним из таких явлений является юродство - необычная форма духовной практики, связанная с проявлением святости сквозь необычное поведение и действия. Большую роль в православной культуре Руси играли идеалы, которые являлись образцами для подражания. Общественным идеалом стало юродство как высший вид подвижничества, подвиг во имя Христа, общества. В дальнейшем подвижничество стало важной частью русской культуры. Многие святые, которые были канонизированы за богоугодную деятельность, - это подвижники. Что символизировала их жизнь? К чему призывала человека?

Исследование отношения к юродивым на Руси представляет собой важную задачу для понимания духовной культуры русского народа. В данной статье мы ставим перед собой цель рассмотреть духовный феномен юродства в общественной жизни Руси, проанализировать отношения к юродивым, для более глубокого понимания исторического контекста, влияния и значимости этого явления для русской культуры и духовности.

Изучая данный термин, мы пришли к выводу, что он имеет многомерный характер. Так в толковом словаре Ушакова Д.Н. даётся несколько определений слову юродивый: глуповатый, чудаковатый, безумный; христианский аскет-безумец или принявший вид безумца и обладающий, по мнению верующих, даром прорицания (церк., религ.) [6].

Как правило, это были люди, которые полностью отреклись от мирской жизни и подвергли себя суровым испытаниям: уходили жить в далекие места, становились «пустынниками». Жили в пещерах, шалаш, подвергали себя суровому посту и голоду, испытанию затворничеством. Похожие обычаи встречались в Византии, но в суровом климате Московской Руси аскетизм подобного рода, был настоящим подвигом.

Юродивый во имя Христа - человек, который живет среди обычных людей, вынужденно переносит их издевательства и оскорбления. Считается, что поступок юродивого во имя Христа намного выше жизни аскета в монастыре, потому что монах стремится избегать соблазнов мира, в то время как юродивый остается среди этих соблазнов, принимая их на себя в своем видимом безумии. Своим эксцентричным поведением и резким обличением он пытается разбудить сознание окружающих его людей и, таким образом, возможно, вдохновить кого-то на спасение души. Подвиг юродивого возможен только при полном отрешении от мира, когда он уже не воспринимает мирскую жизнь как что-то значимое. Поэтому юродивый насмехается над миром и, как считают многие, старается направить его к спасению.

Смысл подвига юродивого, который он осуществляет, живя вне храмов на улицах городов, в грязи и холоде, проникает глубже в народную душу, чем канонические проповеди, произносимые из высоких кафедр. Юродивый чаще всего молится не в храме, где он «играет», а на улице, в одиночестве (что символизирует его изоляцию). Церковь, слишком величественна, слишком изобилует материальной красотой, чем принципиально противостоит юродству. Кроме того, подвиг юродивого изначально предполагает критику формальной религиозной практики, тогда как настоящая вера требует истинного отречения от мира.

Необычные для обывателя поступки юродивых, их сложные «постановки», зачастую свидетельствующие о пронизательности этих людей, выполняют воспитательную функцию и часто имеют ироничный оттенок по отношению к толпе. Юродивые насмехаются над миром, отвергая его недостатки, терпят за это издевательства и насмешки «непонимающих» людей. Следует заметить, что юродивые не стремятся избежать «битья и преследования», напротив, они смиренно переносят все унижения со стороны «непонимающей» толпы, так же, как Иисус Христос мирно и смиренно переносил все оскорбления и страдания перед своим крестным путем. Таким образом, «непонимающая» толпа, как в одном, так и в другом случае, не

осознает и не ценит подвиг мученичества, считая его напрасным и даже опасным [4].

Отношение на Руси к юродивым было неоднозначным. Согласно текстам жития юродивых, можно проследить отношение общества к ним. Так Василий Блаженный, в шестнадцатилетнем возрасте, сознательно выбравший путь юродства и начавший его исполнение в городе Москве, оставил глубокий след в коллективном сознании народа. Его нагой вид и странные выходки, включая провокационное поведение, такие как опрокидывание лотка, с калачами или проливание кувшина с квасом, часто вызывали агрессивную реакцию со стороны окружающих. Однако ему приписываются чудотворные деяния и сбывающиеся пророчества, формирующие уже другое мнение и укрепляющие веру в его святость, к примеру, ходьба по воде, исцеление слепых, предсказание пожара в Новгороде, он защищал простых людей перед властью, не боялся обличать царя Ивана Грозного. Отношение народа к блаженному можно увидеть и в похоронах Василия Блаженного, на которые съехался почти весь город, включая царя и князей. На этих похоронах царь Иван Васильевич сам понёс тело Блаженного в церковь, что может свидетельствовать об уважении к святому [1].

Следует также упомянуть, что Покровский собор в Москве был прозван народом «собором Василия Блаженного», что является ещё одним подтверждением глубокого уважения и почитания к этой выдающейся фигуре в истории русской православной церкви.

Другой блаженный, святой Русской православной церкви, Прокопий Устюжский происходивший из знатного купеческого рода, приняв христианство в Новгороде, решил раздать все свои вещи и избрал путь юродства. Подобная резкая перемена в жизни вызвала уважение у народа. «Этот человек должен быть велик перед Богом; посмотрите пришёл он из дальней страны, принял здесь правоверье, и раздал всё имение своё нищим и теперь юродствует Христа ради» говорили о нём [2]. В дальнейшем Блаженный Прокопий Устюжский скитался по миру, но основные события, связанные с его юродством, происходят в городе Устюге, где над ним издеваются и смеются, а позже почитают за пророческие деяния и наставления [2].

Подобные примеры просматриваются и у остальных известных святых. В своих их житиях они неожиданно становятся юродивыми, терпят издевательства и ненависть окружающих, но после проявления мистических способностей становятся почитаемыми. Все это придает этому культурному феномену национальный характер, почитание церковью юродивых нашло отражение в иконописи XVI-XVII вв.

С началом эпохи Петра Первого юродство постепенно стало исчезать из общественной жизни, связано это с изменением культуры и новой политикой государства преследующего всех «безумцев». Со временем в России стали появляться дома для людей с психическими заболеваниями, куда попадали люди с отличающимся от остального поведением [5].

Несмотря на это, даже в то время присутствовали юродивые признанные церковью и почитаемые народом. Одним из самых ярких примеров, блаженных в то время это образ Ксении Петербургской. Опять же основным источником её биографии является житие и в нём также прослеживается основной мотив в

неожиданном становлении Ксении юродивой после смерти мужа, терпении мучений, появление пророческих способностей и получение общественного почитания.

Вера в чудотворную силу Ксении Петербургской сохраняется и в наше время, в конце 70-х годов XX века, она была канонизирована Русской православной церковью [3].

Таким образом, можно сделать вывод, что отношение к юродивым было неоднозначным, с одной стороны действия юродивых при жизни сопровождались издевательствами, непониманием общества, но с другой стороны им приписывают чудотворные способности и почитают как святых, тем самым как бы формируя образ святого - праведного мученика.

Какой же идеал проповедовали подвижники? Этот идеал - отказ от мирской жизни, имущества, земных радостей, суровый аскетизм. Влияние этих идеалов на русское общество было столь велико, что даже некоторые представители аристократии перед смертью предпочитали принять схиму (постричься в монахи), для того чтобы предстать перед Богом освобожденным от всего земного, оставляли завещание похоронить себя в храмах или монастырях.

Библиографический список

1. Житие Святого блаженного Василия. Христа ради юродивого, московского чудотворца. // - URL: <http://saints.ru/v/vasblaj.html> (дата обращения: 10.03.2024)

2. Житие святого праведного Прокопия Христа ради юродивого Устюжского чудотворца // (сост. по Четьи-Минее). - М.: Тип. И. И. Смирнова, - 1881. - 36 с.

3. Житие блаженной Ксении Петербургской // URL: <http://www.pravoslavie.ru/1586.html> (дата обращения 19.03.2024)

4. Кузнецова, О. Н. Мировоззренческие основы феномена юродства Христа ради в русской православной традиции / О. Н. Кузнецова // Культура в евразийском пространстве: традиции и новации. - 2019. - №1 (3).

5. Самойловский, А. Л. Типологические черты образа юродивых в русской православной традиции (на примере московских святых) // Наука. - Общество. - Оборона. - 2022. - №3 (32).

6. Ушаков, Д. Н. Толковый словарь русского языка / Д. Н. Ушаков. - М.: АСТ, 2000 - 1424 с.

ББК 74.470: 74.204.43

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОЛЛЕДЖА КАК ОСНОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

А.В. Доманова

Научный руководитель Т.В. Фурьева
ФГАОУ ВО Сибирский Федеральный Университет

Аннотация. В статье раскрывается понятие образовательной адаптации и предлагается обзор проведенного исследования возрастных особенностей

студентов профессионального колледжа. Результаты исследования проанализированы и описаны в статье с опорой на значимые теоретические материалы в области возрастной психологии. Даны рекомендации для достижения студентами разного возраста успешной образовательной адаптации в профессиональном колледже.

Ключевые слова: возрастная психология, образовательная адаптация, профессиональный колледж, старшие подростки, учебная адаптация

AGE FEATURES OF PROFESSIONAL COLLEGE STUDENTS AS A BASIS FOR VARIOUS APPROACHES TO THE ORGANISATION OF EDUCATIONAL ADAPTATION

A.V. Domanova

Scientific advisor T.V. Furyaeva

Siberian Federal University

Annotation. The article explains the definition of educational adaptation and provides an overview of the study of the professional college students' age characteristics. The results of the study are analysed and described in the article with the support of significant theoretical materials in the field of age psychology. Recommendations for achieving successful educational adaptation in professional college by students of different ages are given.

Key words: age psychology, educational adaptation, older adolescents, professional college, student adaptation

Анализ современных тенденций выбора образовательных маршрутов выпускниками девярых и одиннадцатых классов, как следует из современных социологических и психолого-педагогических исследований, свидетельствует об увеличении количества желающих продолжить свое образование в учреждениях среднего профессионального образования. В качестве мотивов выбора среднего профессионального образования выступают: отсутствие, в основном, вступительных экзаменов; наличие большего по сравнению с вузами количества бюджетных мест; сокращение срока получения профессии и быстрое нахождение места на рынке труда; возможная перспектива дальнейшего продолжения обучения в высшей школе по сокращенной программе и т.д. Более того, государственная ориентация на повышение качества среднего профессионального образования находит свое отражение в улучшении материально-технических условий обучения, что также привлекает выпускников общей школы.

Образовательная адаптация в учреждениях СПО распространенная проблема среди студентов разного возраста. Смена социально важного периода жизни, т.е. окончание школы, поступление в колледж, смена места жительства, сепарация от родителей, вход в новый коллектив, знакомство с профессией и освоение новой учебной нагрузки – это аспекты, влияющие на процесс образовательной адаптации студентов.

Образовательная адаптация – это процесс приспособления к новым условиям обучения, формирование новых социально-эмоциональных связей и отношений внутри учреждения со сверстниками и преподавателями. «Адаптация студента – процесс приведения основных параметров его

социальных и личностных характеристик в состоянии равновесия с новыми условиями образовательной среды как внешнего фактора» [1].

Успешная адаптация определяет мотивацию, особенности учебной деятельности студентов, эмоционально-психологический комфорт, укрепление самооценки и удовлетворенность обучением в колледже.

Процесс учебной адаптации протекает дифференцированно у студентов разного возраста. В данной статье будут представлены результаты проведенного анкетирования среди студентов от 15 до 19 лет в профессиональном колледже при Сибирском Институте Бизнеса, Управления и Психологии направления «Туризм и гостеприимство». В анкетировании приняли участие более 40 студентов разного возраста. В целом, речь идет о значительной дифференциации студенческого контингента разных возрастных групп: 15-16 летние и 17-19 летние, которые существенно отличаются по характеру социальной и психологической зрелости. Как известно из психологии развития, существует значительная разница в самосознании и поведении между старшими подростками (15-16 лет) и юношеским возрастом (17-19).

Важно отметить, что данные возрастные группы характеризуются завершающим этапом подросткового возраста. «Л. С. Выготский характеризовал подростковый возраст как стабильный период, выделяя в нем негативную и позитивную фазы» [2]. Негативная фаза обусловлена резкими изменениями во всех системах организма (эндокринной, нервной, сердечнососудистой, костной и т.д.), что приводит к снижению внимания, памяти, мышления, мотивации и саморегуляции. В рамках этой фазы появляются первые сексуальные влечения, проявляются отрицательные особенности поведения. Позитивная фаза отвечает за формирование новых интересов, позитивно ориентирующих личностное развитие подростка, поскольку развивается эмпатия к окружающим, внимание к собственным психологическим переживаниям и первые осознанные мысли о будущем.

Таким образом, в анкетировании по исследованию образовательной адаптации студентов колледжа разного возраста были затронуты следующие сферы: самоотношение и самооценка, актуальные проблемы и переживания, личностно-ценностные ориентации и смысл жизни, отношение к колледжу и преподавателям, взаимоотношения со сверстниками, мотивация и успеваемость.

Выявлено, что для старших подростков в возрасте 15-16 лет, окончивших неполную общую школу, характерно активное становление собственной системы ценностей, ярко выраженное стремление к самоутверждению, к свободе выбора, к разным способам самовыражения, отрицанию контроля и давления со стороны взрослых. В контексте сложного периода пубертатного созревания возможно снижение чувства самосохранения, падение родительского авторитета. Выпускники одиннадцатых классов находятся в другом возрасте (17-19 лет), где возникают другие задачи. Общение перестает быть ведущим видом деятельности. Главной становится учебно-профессиональная деятельность. Таким образом, нами была поставлена исследовательская задача по определению характера сопровождения процесса образовательной адаптации студентов профессионального колледжа.

Как показывают результаты нашего исследования, новые формы и методы обучения в профессиональном образовательном учреждении по сравнению с общей школой представляют трудности для 40% студентов, независимо от предыдущего образовательного опыта.

Проведенный письменный опрос и беседы с первокурсниками после окончания девяти классов по поводу вхождения в новые образовательные условия свидетельствуют об их значительной тревожности и о трудностях в обучении. Они отмечают существенную учебную нагрузку, наличие большого количества домашних заданий, не понимание со стороны преподавателей. Налицо значительная ориентация бывших девятиклассников на ожидание «морального отношения» со стороны преподавателей. Остро переживаются ситуации «давления», контроля, требования дисциплинированности и ответственности за результаты своего учебного труда. Вместе с тем бывшие девятиклассники нуждаются в конкретной помощи в организации собственного обучения, в поддержке позитивных социальных связей в учебной группе, нахождении контакта с новыми сверстниками. Анкетирование студентов показывает особые ожидания психолого-педагогической помощи со стороны кураторов групп. Следует отметить, что большинство опрошенных бывших девятиклассников в сравнении с выпускниками одиннадцатых классов в своем ценностном отношении к жизни ориентированы на развлечения, материальное благополучие и в меньшей степени на здоровье и создание семьи.

В то же время ценностные ориентации студентов юношеского возраста (старше 17 лет) в значительной степени связаны с собственным здоровьем, будущей семьей, с уважением со стороны окружающих. Бывшие выпускники полной общей школы не испытывают тревогу или другие отрицательные чувства по отношению к образовательному процессу в новых условиях. Большинство опрошенных находит понимание со стороны преподавателей, относительно легко преодолевает трудности. Однако есть и те, кто с трудом осваивают специфику нового образовательного процесса, имеют пропуски и долги по некоторым учебным предметам. Интервью с ними свидетельствуют о слабой учебно-профессиональной мотивации, желанием «пересидеть» год или несколько и попытаться поступить снова в вуз.

Проведенная аналитико-диагностическая работа по выявлению характера образовательной адаптации выпускников разного возраста и разных уровней общего образования свидетельствует о важности учета конкретных социально-психологических и дидактических запросов студентов первого курса. В частности, речь идет о разработке и реализации проекта образовательной адаптации первокурсников с учетом их возрастных особенностей, намерений и степени подготовленности к учебно-профессиональной деятельности.

Библиографический список

1. Гришанов А. К. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов / А. К. Гришанов, В. Д. Цуркан // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе. – 1990. – С. 29-41.

2. Катерина А. А. Психология подросткового возраста : учебное пособие / А. А. Катерина. – Орск : Издательство Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, 2015. – 159 с.

**КОНФЛИКТ ИНТЕРЕСОВ НА ГОСУДАРСТВЕННОЙ
И МУНИЦИПАЛЬНОЙ СЛУЖБЕ. ПРОБЛЕМЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА
В ДЕЙСТВИЯХ ОРГАНОВ АНТИКОРРУПЦИОННОГО КОНТРОЛЯ**

В.Н. Егорова, А.Г. Быкова

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский юридический университет»

Аннотация. В статье рассмотрены характеристики конфликта интересов, проведен сравнительный анализ законов и нормативных актов, который позволил определить количество органов и лиц, занимающихся вопросами борьбы с коррупцией, их полномочия и иерархию в контексте конфликта интересов на государственной и муниципальной службе. Также в статье отмечены недостатки законодательства, особенно в отношении полномочий органов, борющихся с коррупцией, включая ограниченные возможности правоохранительных органов в этой сфере. Итогом проведенной аналитической работы стали меры по улучшению антикоррупционного законодательства.

Ключевые слова: коррупция, конфликт интересов, государственная служба, муниципальная служба, антикоррупционный контроль, органы антикоррупционного контроля

**CONFLICT OF INTEREST IN PUBLIC
AND MUNICIPAL SERVICE. LEGISLATIVE ISSUES
IN THE ACTIONS OF ANTI-CORRUPTION AUTHORITIES**

V.N. Egorova, A.G. Bykova

Siberian Law University

Annotation. The article examines the characteristics of a conflict of interest, conducts a comparative analysis of laws and regulations, which makes it possible to determine the number of bodies and persons involved in the fight against corruption, their powers and hierarchy in the context of a conflict of interest in the state and municipal service. The article also notes the shortcomings of the legislation, especially with regard to the powers of bodies fighting corruption, including the limited capabilities of law enforcement agencies in this area. The result of the analytical work was measures to improve anti-corruption legislation.

Keywords: corruption, conflict of interest, public service, municipal service, anti-corruption control, anti-corruption authorities

С 2003 года в Российской Федерации применяется понятие конфликта интересов в государственной службе [1, 2], а с 2007 года – в муниципальной службе [3]. Однако с принятием Федерального закона «О противодействии коррупции» институт конфликта интересов быстро распространился на все виды служб.

В законодательстве Российской Федерации под конфликтом интересов понимается ситуация, при которой прямая или косвенная личная заинтересованность лица, замещающего должность, которая предполагает

обязанность по принятию мер по предотвращению и урегулированию конфликта интересов, влияет на надлежащее, объективное и беспристрастное исполнение им должностных обязанностей [4].

Конфликт интересов может возникнуть по следующим причинам:

1. Личная заинтересованность – это возможность должностного лица или лиц, состоящих с ним в близком родстве или свойстве, извлечь выгоды при принятии какого-либо решения.

2. Получение выгоды, которое вытекает из личной заинтересованности. Конфликт возникает только там, где сотрудник, служащий или связанные с ним лица могут получить деньги, имущество, встречное исполнение услуг и так далее.

3. Наличие полномочий. Конфликт интересов возникает только в том случае, если у одной из сторон есть достаточно полномочий для принятия того или иного решения.

Современные исследователи все чаще высказывают мнение о том, что конфликт интересов играет важную роль в возникновении коррупции [6].

В современных условиях процедура предотвращения и разрешения конфликта интересов в контексте борьбы с коррупцией подробно регламентируется нормативно-правовыми актами. Вопросами по противодействию коррупции занимаются следующие органы власти Российской Федерации:

1. Президент Российской Федерации. Определяет основные направления государственной политики в области противодействия коррупции.

2. Федеральное Собрание Российской Федерации. Обеспечивает разработку и принятие федеральных законов по вопросам противодействия коррупции, а также контролирует деятельность органов исполнительной власти в пределах своих полномочий.

3. Правительство Российской Федерации. Распределяет функции между федеральными органами исполнительной власти по противодействию коррупции.

4. Федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации и органы местного самоуправления. Осуществляют противодействие коррупции в пределах своих полномочий.

5. Генеральный прокурор Российской Федерации и подчиненные ему прокуроры. Координируют деятельность органов внутренних дел Российской Федерации, органов федеральной службы безопасности, таможенных органов Российской Федерации и других правоохранительных органов по борьбе с коррупцией.

6. Счётная палата Российской Федерации. В пределах своих полномочий обеспечивает противодействие коррупции.

Закон также обязывает лиц, занимающих должности, принимать меры по предотвращению и разрешению конфликта интересов. Эта обязанность распространяется на государственных и муниципальных служащих, а также на служащих Центрального банка, государственных корпораций, Фондов пенсионного и социального страхования [4].

Указом Президента Российской Федерации № 1065 определен механизм проверки достоверности и полноты сведений, представляемых гражданами, претендующими на замещение должностей федеральной государственной службы, и федеральными государственными служащими, и соблюдения федеральными государственными служащими требований к служебному поведению [7].

Еще один указ Президента Российской Федерации № 821 регулирует создание специальных комиссий, которые проверяют соблюдение требований к поведению федеральных государственных служащих и регулируют конфликты интересов [8].

Комиссии включают: заместителя руководителя государственного органа (председателя комиссии), руководителя подразделения, ответственного за противодействие коррупции (секретаря комиссии), и служащих подразделения. Также в комиссии могут быть представители Управления Президента Российской Федерации по борьбе с коррупцией или Аппарата Правительства Российской Федерации, а также представители научных и образовательных учреждений.

Руководитель государственного органа имеет возможность включить дополнительных участников, таких как представители общественного совета, организации ветеранов или профсоюза.

Исходя из этого, можно сделать вывод, что законодательством определены лица, которые занимаются вопросами по противодействию коррупции, только из числа должностных лиц, представителей научных и образовательных учреждений, общественного совета, организации ветеранов или профсоюза. Тем самым, например, представители коллегий адвокатов или бизнеса не попадают в это число. А ведь первые ознакомлены с законодательством Российской Федерации, а вторых можно привлечь при оценке ущерба или размера обогащения.

Если расходы служащего и членов его семьи за последние три года превысят доходы, сотрудниками прокуратуры будет возбуждена проверка относительно легальности доходов служащего. Однако судебная практика складывается неоднозначно.

Механизм обращения в доход государства имущества чиновника, несоизмерного его доходам, закреплен в Законе о контроле за доходами госслужащих. [5] Сравниваются расходы чиновника и его семьи с их общими доходами и, в случае обнаружения превышения расходов над доходами, сотрудник прокуратуры обращается в суд с иском о конфискации нечестно нажитого имущества.

В судебной практике встречаются дела, как с доказательством незаконного дохода, так и дела с доказательством легальности дохода служащим. Чаще всего, государственные служащие, оправдывая расхождения в своих доходах и расходах, предоставляют в суд договоры дарения, займа, кредита. В таком случае прибегают к свидетелям, которые подтверждают факт получения государственным служащим денег или имущества в дар. В одном из споров прокурор обратился в суд с требованием обратить в доход государства автомобиль служащего. Сумма покупки превышала совокупный доход чиновника за три года,

и, следовательно, автомобиль был приобретен незаконно. Суд первой инстанции полностью удовлетворил данное требование. Однако чиновник в свою защиту привел доводы о том, что часть денег была подарена его матерью, а другая часть взята им в кредит. Верховный суд принял указанные доводы и отменил решение суда первой инстанции.

Из этого можем сделать вывод, что в настоящее время существуют пробелы в законодательстве, которое регулирует вопросы коррупции, как с точки зрения участия не всех категорий граждан, задействованных в проверке соблюдения требований к поведению федеральных государственных служащих и регулировке конфликта интересов, так и с точки зрения нормативных документов, применяемых в судебном делопроизводстве.

Библиографический список

1. Российская Федерация. Законы. О государственной гражданской службе Российской Федерации : Федер. закон № 79-ФЗ : принят Государственной Думой 7 июля 2004 г. : одобрен Советом Федерации 15 июля 2004 г. : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_48601/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: свободный доступ;

2. Российская Федерация. Законы. О системе государственной службы Российской Федерации : Федер. закон № 58-ФЗ : принят Государственной Думой 25 апреля 2003 г. : одобрен Советом Федерации 14 мая 2003 г. : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_42413/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: свободный доступ;

3. Российская Федерация. Законы. О муниципальной службе в Российской Федерации : Федер. закон № 25-ФЗ : принят Государственной Думой 7 февраля 2007 г. : одобрен Советом Федерации 21 февраля 2007 г. : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_66530/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: свободный доступ;

4. Российская Федерация. Законы. О противодействии коррупции : Федер. закон № 273-ФЗ : принят Государственной Думой 19 декабря 2008 г. : одобрен Советом Федерации 22 декабря 2008 г. : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_82959/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: свободный доступ;

5. Российская Федерация. Законы. О контроле за соответствием расходов лиц, замещающих государственные должности, и иных лиц их доходам : Федер. закон № 230-ФЗ : принят Государственной Думой 23 ноября 2012 г. : одобрен Советом Федерации 28 ноября 2012 г. : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_82959/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: для зарегистрир. пользователей https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_138550/

6. Шуман К. А. Понятие конфликта интересов / К. А. Шуман. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2021. – № 4 (346). – С. 460-463;

7. Указ Президента Российской Федерации от 21.09.2009 № 1065 «О проверке достоверности и полноты сведений, представляемых гражданами, претендующими на замещение должностей федеральной государственной службы, и федеральными государственными служащими, и соблюдения федеральными государственными служащими требований к служебному поведению» : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_91754/942772dce30cfa36b671bcf19ca928e4d698a928/ (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: для зарегистрир. пользователей;

8. Указ Президента Российской Федерации от 01.07.2010 № 821 «О комиссиях по соблюдению требований к служебному поведению федеральных государственных служащих и урегулированию конфликта интересов» : послед. ред. // КонсультантПлюс : сайт. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_102226/942772dce30cfa36b671bcf19ca928e4d698a928/ / (дата обращения: 13.03.2024). Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.

ББК 88.4

НАЛИЧИЕ ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА

А.В. Ефремова

Научный руководитель Н.В. Басалаева

Лесосибирский педагогический институт – филиал Сибирского
федерального университета

Аннотация. Целью исследования является изучить иррациональные установки у студентов педагогического института. Согласно цели исследования было организовано и проведено эмпирическое исследование на базе ЛПИ – филиала СФУ среди 38 студентов разных направлений подготовки и специальностей от 18 до 23 лет. В качестве диагностического инструментария для изучения иррациональных установок студентов авторы использовали методику «Диагностика иррациональных установок Эллиса» (автор – А. Эллис). Согласно полученным результатам, у всех студентов, принявших участие в исследовании, присутствуют те или иные иррациональные установки. В частности, преобладают иррациональные установки «катастрофизация» и «долженствования в отношении себя». От установок зависит, как человек выстраивает межличностные отношения, как он оценивает себя и окружающую действительность. В целях личностного и будущего профессионального роста необходимы в том числе распознавание и выявление иррациональных установок.

Ключевые слова. Иррациональные установки, катастрофизация, долженствование, фрустрационная толерантность, самооценка, рациональность, студенты

THE PRESENCE OF IRRATIONAL ATTITUDES IN STUDENTS OF THE PEDAGOGICAL INSTITUTE

A.V. Efremova

Annotation. The purpose of the study is to study irrational attitudes among students at a pedagogical institute. According to the purpose of the study, an empirical study was organized and conducted on the basis of LPI, a branch of Siberian Federal University, among 38 students of different areas of training and specialties from 18 to 23 years old. As a diagnostic tool for studying students' irrational attitudes, the authors used the "Ellis Diagnostics of Irrational Attitudes" methodology (author – A. Ellis). According to the results obtained, all students who took part in the study have certain irrational attitudes. In particular, the irrational attitudes of "catastrophization" and "shoulds in relation to oneself" predominate. How a person builds interpersonal relationships, how he evaluates himself and the surrounding reality depends on attitudes. For the purposes of personal and future professional growth, it is also necessary to recognize and identify irrational attitudes.

Keywords. Irrational attitudes, catastrophizing, obligation, frustration tolerance, self-esteem, rationality, students

Согласно теории Альберта Эллиса установки могут быть как рациональными, так и иррациональными [2]. Рациональные установки базируются на желаниях и предпочтениях человека, в то время как иррациональные на долженствованиях и требованиях. Рациональные установки помогают человеку успешно функционировать в различных сферах жизни, делать осознанные выборы и развиваться как личность. Иррациональные установки формируют ложное представление о событиях, вызывают негативные эмоции и как результат – необдуманные действия.

От установок зависит, как человек выстраивает межличностные отношения, как он оценивает себя и окружающую действительность. Установки и убеждения не остаются постоянными, а могут изменяться. После выявления иррациональных установок человек может скорректировать свое неправильное поведение [1].

Целью проведенного исследования являлось изучить иррациональные установки у студентов педагогического института. В эксперименте приняли участие студенты ЛПИ – филиала СФУ разных направлений подготовки и специальностей от 18 до 23 лет. Количество испытуемых – 38 человек.

В качестве диагностического инструментария для изучения иррациональных установок студентов нами была использована методика «Диагностика иррациональных установок Эллиса» (автор – А. Эллис). В методике выделены четыре шкалы, соответствующие основным видам иррациональных установок: 1) шкала «катастрофизации»; 2) шкала «долженствование в отношении себя»; 3) шкала «долженствование в отношении других»; 4) шкала «оценочная установка». Также в методике выделено две дополнительных шкалы: 1) шкала «самооценка и рациональность мышления»; 2) шкала «оценка фрустрационной толерантности личности». Высокие значения по субшкалам означают отсутствие склонности руководствоваться иррациональными установками, соответственно – низкий балл приравнивается высокой склонности к использованию иррациональных установок.

В ходе изучения иррациональных установок у студентов были получены результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1

Результаты изучения иррациональных установок

Шкалы по методике «Диагностика иррациональных установок Эллиса»	Уровни		
	Низкий (чел., %)	Средний (чел., %)	Высокий (чел., %)
Катастрофизация	24 (63%)	14 (37%)	0 (0%)
Долженствование в отношении себя	26 (68%)	11 (29%)	1 (3%)
Долженствование в отношении других	14 (37%)	24 (63%)	0 (0%)
Оценочная установка	11 (29%)	25 (66%)	2 (5%)
Самооценка и рациональность мышления	13 (34%)	24 (63%)	1 (3%)
Оценка фрустрационной толерантности личности	6 (16%)	29 (76%)	3 (8%)

Из таблицы видно, что по шкале «катастрофизация» большей половины студентов (63%) свойственно оценивать каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое. У 37% респондентов выявлен средний уровень по данной шкале, для них также характерно рассматривать любые неблагоприятные события как негативные и тяжелые, но в целом не воспринимают их излишне драматично. Студентов, у которых данная иррациональная установка отсутствует не было выявлено.

По шкале «долженствования в отношении себя» у большей части испытуемых (68%) низкий уровень, что позволяет говорить о чрезмерно завышенных требованиях к себе, что приносит массу тревог и недовольство собой. У 29% студентов данная установка находится на среднем уровне выраженности. У одного студента (3%) данная установка отсутствует, он руководствуется адекватными требованиями к себе.

По шкале «долженствования в отношении других» отмечается преобладание среднего уровня выраженности установки (63%). У 37% студентов низкие баллы, говорящие о чрезмерно высоких требованиях к другим, что может негативно отражаться на качестве их взаимоотношений с окружающими. Отсутствие данной установки наблюдается у 3% испытуемых, которые лишены чрезмерной требовательности по отношению к другим людям.

По шкале «оценочная установка» у 29% студентов данная установка находится на низком уровне выраженности, для них характерно оценивать личность по отдельному аспекту. У большей части испытуемых (66%) выявлен средний уровень. Отсутствие данной установки наблюдается у 5% испытуемых.

По шкале «самооценка и рациональность мышления» у студентов преобладает средний уровень (63%). У 34% респондентов выявлен низкий уровень самооценки и рациональности мышления. У одного испытуемого (3%) высокий уровень самооценки и рациональности мышления.

По шкале «оценка фрустрационной толерантности личности» в выборке студентов преобладает средний уровень (76%). 16 % студентов с трудом переносят фрустрирующие ситуации, это говорит о низком уровне стрессоустойчивости. У 8% респондентов выявлен высокий уровень стрессоустойчивости.

Согласно полученным результатам, у всех студентов, принявших участие в исследовании, присутствуют те или иные иррациональные установки. В

частности, преобладают иррациональные установки «катастрофизация» и «долженствования в отношении себя». Большинство студентов педагогического института имеют склонность к серьезному и длительному переживанию каждого негативного или неприятного события, рассматривая его как нечто непереносимое и сложное. Эта тенденция сопровождается с высокими требованиями к себе, самокритикой и переживаниям по поводу собственной неполноценности.

Таким образом, мы вполне обоснованно можем заключить, что у студентов педагогического института присутствуют иррациональные установки. Для того, чтобы студент мог успешно выстраивать межличностные отношения, делать осознанные выборы, и в дальнейшем мог эффективно осуществлять педагогическую деятельность, необходимо на данном этапе проводить с ними работу по распознаванию и выявлению иррациональных установок.

Библиографический список

1. Ионина О. С. Изучение иррациональных установок студентов (на примере педагогического ВУЗа) // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2021. № 2(50). С. 225-230.

2. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход. Санкт-Петербург: Сова, 2002. 272 с.

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОПТИМАЛЬНОЙ ФОРМЫ СОСТОЯНИЯ СПЕЦИАЛИСТА - ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ КАЧЕСТВО ЭФФЕКТИВНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

А.А. Жданов, А.С. Циванюк, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Решение проблемы роста производительности труда неотделимо от более полного использования сущностных сил работающих. На одно из ведущих способностей становятся способности специалистов обеспечивать возрастание трудового и интеллектуального потенциала работников. Вместе с тем, эффективность деятельности специалиста зависит от его формы жизнедеятельности. У специалиста присутствуют два компонента управленческой деятельности: 1) обеспечение состояния здоровья и 2) обеспечение формы качественных управленческих решений, которых находятся во взаимосвязи.

Ключевые слова: повышение производительной силы труда; специалист; обеспечение формы принятия управленческих решений

SOCIOLOGICAL FORECASTING "FORESIGHT-DETERMINANTS" ENSURING THE OPTIMAL FORM OF THE STATE OF THE SPECIALIST - DETERMINING THE QUALITY OF EFFECTIVE INDEPENDENT LIFE "

A.A. Zhdanov, A.S. Tsivanyuk, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education

Abstract. The solution to the problem of growth in labor productivity is inseparable from the more complete use of the essential forces of workers. One of the leading abilities is the ability of specialists to ensure an increase in the labor and intellectual potential of employees. At the same time, the effectiveness of a specialist depends on his form of life. The specialist has two components of management activities: 1) ensuring the state of health and 2) ensuring the form of high-quality management decisions, which are interrelated.

Key words: increasing the productive force of labor; special list; ensuring the form of management decision-making

В условиях перехода к преимущественно интенсивному типу развития производства здоровье наряду с другими качественными характеристиками приобретает роль ведущего фактора экономического роста. Известно, что доля лиц, участвующих в общественном производстве, достигает своего максимального значения в возрастных потоках 30–39 лет и 40–49 лет. С 50-ти лет наблюдается снижение трудовой активности, основная причина которого - ослабление здоровья.

Достаточный уровень здоровья и физического развития - одно из важнейших условий качества деятельности специалистов. Работоспособность руководителя – это его способность к продолжительной, напряженной творческой деятельности. Очень необходимы: физический потенциал (здоровье, возраст, тренированная нервная система, отсутствие вредных привычек); эмоционально-волевой комплекс качеств (твердость, трудолюбие, упорство в работе, удовлетворенность ее результатами, увлеченность трудом, жизнерадостность, оптимизм).

В зависимости от этих показателей оценивается возможность участия специалиста во всех сферах трудовой деятельности. Поэтому уже на этапе выбора специальности ставится и решается проблема психофизиологического соответствия личности конкретным видам профессиональной деятельности.

Ускорение ритма жизни и усложнение современного производства при повышенной механизации и автоматизации определяют значительные нагрузки на организм. Актуальными и становятся такие качества личности, как быстрота реакции, скорость принятия решения, собранность, сосредоточенность, внимательность. Именно они в большей мере определяются всем комплексом показателей здоровья.

Потребность в здоровье носит всеобщий характер: она присуща как отдельным работникам, так и обществу в целом. Внимание к собственному здоровью, способность обеспечить индивидуальную профилактику нарушений, сознательная ориентация на здоровье - все это показатели общей культуры человека.

Существуют различные определения понятия «здоровье»:

- отсутствие болезней;
- нормальное состояние организма;
- единство морфологических, психоэмоциональных и социально-экономических констант.

Общее в этих определениях то, что здоровье понимается как нечто противоположное болезни, отличное от нее, как синоним общепринятой нормы.

Поэтому понятие «здоровье» можно определить следующим образом: здоровье - нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное состояние, обеспечивающее эффективное выполнение трудовых, социальных и биологических функций.

Болезнь имеет два вида причин: внутренние, исходящие из организма человека, и внешние, воздействующие на него. Следовательно, для предупреждения болезней - повышения жизнеустойчивости организма - есть два способа: удаление внешних причин; оздоровление, укрепление организма для того, чтобы он был в состоянии нейтрализовать их влияние.

Первый способ малоэффективен, поскольку специалист – личность практически не в силах устранить все внешние факторы болезни.

Второй способ более результативен. Он заключается в том, чтобы по мере возможности избегать поводов, провоцирующих болезни, и в то же время закалять свой организм, приучать его приспосабливаться к внешним влияниям в целях снижения чувствительности к воздействию неблагоприятных факторов. Поэтому способность к адаптации - один из важнейших критериев здоровья.

Сохранение и воспроизводство здоровья находятся в прямой зависимости от уровня культуры. Культура подразумевает не только систему знаний о здоровье, но и соответствующие действия для его поддержания и укрепления, основанные на нравственных началах.

Здоровье - это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность, которая занимает верхнюю ступень на иерархической лестнице этих ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония, красота, смысл и счастье жизни, творческий труд, программа и ритм жизнедеятельности.

По мере роста благосостояния населения, удовлетворения его естественных первичных потребностей (в пище, жилье и др.) относительная ценность здоровья все больше будет возрастать.

Ценностями выступают биологическое, психофизиологическое состояние специалиста (жизнь, здоровье, нормальное самочувствие и т.д.), условия общественной жизни (социальные и природные), в которых происходят формирование, развитие, удовлетворение потребностей, а также предметы и средства их реализации, т.е. продукты материального и духовного производства.

Ценностный подход учитывает мотивационно-личностное отношение специалиста к здоровью, которое может выражаться не только в форме поведения, но и в виде психологического контроля мнений, суждений.

Ценность здоровья не снижается, даже если не осознается человеком, т.е. остается скрытой (латентной). Как показывает практика, большинство людей осознают ценность здоровья только тогда, когда оно находится под серьезной угрозой или почти утрачено.

В то же время в иерархии потребностей специалиста здоровье занимает ведущие ценности. Умение обеспечивать оптимальную форму для принятия эффективных решений необходимо начинать в социализационном процессе (см.табл. 1).

Социологические данные о направленности студентов управленческого профиля 323 потока ЭФ СИБУПа обеспечивать оптимальную для принятия качественных управленческих решений (2024 г.).

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Здоровы ли Вы? А) парень (девушка), мужчина (женщина) я неистощимый (мая) Б) у меня достаточно энергии для большинства вещей, которые я хочу сделать; В) кажется, я устаю раньше, чем большинство моих друзей.	100,0	100,0

Примечание

1. Согласно социологическим данным 100,0 % юношей-«директоров» и 100,0% девушек-директоров, по их мнению, не имеют достаточно сил и энергии для того, чтобы бороться за достижение запланированного результата.

2. У юношей и девушек: рейтинговые показатели составляют 3 балла. «Дефицит» этого качества у юношей и девушек достигает 40,0%.

3. 100,0 % юношей и девушек не готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют достаточно сил и энергии для того, чтобы бороться за достижение запланированного результата

Они не представляют роль оптимальной формы личностного состояния для достижения поставленных целей.

Они не учитывают, что их «успех», «победа» всегда требуют мобилизации существенных сил.

Они не обладают такими качествами и умениями, как оптимизация своих сил и энергии для достижения запланированного результата.

3. Социолого-идентификационные данные о студентах потока свидетельствуют о том, что значительная часть респондентов нуждается в знаниях о роли своего социально-управленческого состоянии, а также умений в корректировании и обеспечении необходимого уровня здоровья для того, чтобы применять соответствующие установки и рекомендации в самостоятельной управленческой деятельности.

Наличие значительной группы студентов, согласно социологическим данным, готовых к активной самостоятельной управленческой деятельности может возрасти при использовании специальных технологий с установками и информацией о потенциальных возможностях оптимизировать форму своей жизнедеятельности.

Безусловно, что противоречие между достижением успеха и необходимостью специалисту быть здоровым разрешимо на пути совершенствования условий жизнедеятельности.

В то же время важны собственные установки и стереотипы реального отношения к своему здоровью как к непреходящей ценности.

Выводы

1. Согласно социологическим данным, 100,0 % юношей и 100,0% девушек не представляют востребованность для достижения поставленных целей полной отдачей сил и энергии. Они не учитывают, что их «успех»,

«победа» всегда требуют мобилизации существенных сил.

2. Они не обладают такими качествами и умениями, как оптимизация своих сил и энергии для достижения запланированного результата.

Безусловно, что противоречие между достижением успеха и необходимостью специалисту быть здоровым разрешимо на пути совершенствования объективных условий жизнедеятельности.

В то же время важны собственные установки и стереотипы реального отношения к своему здоровью как к непреходящей ценности.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУПе.

Образование является важнейшей качественной характеристикой специалиста, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом. Образование служит основой формирования профессионализма, выступает в качестве «интеллектуального капитала», который в соединении с «физическим капиталом» дает увеличение и производительности, и качества, и эффективности труда.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы должны научить специалистов более полному использованию своих существенных сил – готовности своего потенциала для конструирования инноваций - конкурентные преимуществ в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы личностно ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Вместе с тем, социологические данные о «форсайт-детерминантах» - способностях обеспечивать уровень «управленческого здоровья» - применять индивидуальные способности в постоянной самостоятельной готовности и восстановлении уверенности в успехе – это умения и навыки специалиста обеспечивать успешное конструирование инноваций во взаимодействии с подчиненными на предприятии - их применения в управленческих компетентностных решениях в условиях реальных социально-производственных ситуаций - это конкурентное преимущество специалиста, формируемое в социализационном процессе СИБУП.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И.

Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2. Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТ» ПОДГОТОВКИ В СИБУП СПЕЦИАЛИСТОВ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В.М. Заведеев, А.А. Ильинская, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования

Аннотация. Согласно данным социологических исследований, значительная часть студентов проектирует свою жизнедеятельность в качестве директоров предприятий. Поэтому важно, чтобы социализационный процесс учитывал проектирование обучаемыми своего статуса и обеспечивал влияние жизненных на его реализацию.

Ключевые слова: жизненные стратегии обучаемых; проектирование; подготовка студентов к самостоятельной управленческой деятельности

**SOCIOLOGICAL DESIGN OF "FORESIGHT-DETERMINANT" TRAINING
OF MANAGEMENT SPECIALISTS AT SIBUP
INDEPENDENT MANAGEMENT ACTIVITIES**

V.M. Zavedeev, A.A. Ilyinskaya, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. According to sociological research, a significant part of students designs their life activities as directors of enterprises. Therefore, it is important that the socialization process takes into account the design by students of their status and ensures the influence of life on its implementation.

Keywords: life strategies of trainees; design; preparing students for independent management activities

Согласно социологическим данным, значительная часть студентов, начиная с первых курсов вузовского социализационного процесса, проектирует свое активное участие в жизнедеятельности предприятий.

Исходя из этой информации, социализационный процесс призван учитывать социально-профессиональные интересы обучающихся. Более того, социологические данные выступают в качестве «форсайт-детерминант» формирования деловых и личностных качеств проектируемых специалистов. Среди них выделяется имманентные такие качества, как самостоятельность, независимость, автономность, которые характеризуют личность специалиста, опережающее формирование его управленческого потенциала.

Правомерно, что значительная группа исследователей проблематики подготовки управленческих специалистов включают эти качества в совокупности общих способностей. В то же время кроме общих способностей руководителя выделяют и специфические способности личности, к которым относят, в частности, специальные умения, знания, компетентность, информированность.

Другой стороной анализа подготовки специалиста выступает познание и применение «форсайт-детерминант» формирования необходимых деловых и личностных качеств у специалиста – его готовности конструировать инновации. Именно поэтому необходимы социологические исследования связи их менеджерских функций с жизненными ценностями.

Наличие социологических данных о проектировании студентами своего активного участия в самостоятельной управленческой деятельности на предприятии обуславливает информационное обеспечение принятия ими

управленческого решения «стать директорами предприятий вообще, а директорами предприятий самостоятельного бизнеса в частности.

Мы рассматриваем принятие студентами решения «стать директорами предприятия» в качестве одной из определяющих «форсайт-детерминант» социализационного процесса, который осуществляют в следующей взаимосвязи: социологическое исследование «определение студентами уровня своего участия в самостоятельном бизнесе» - «информационное обеспечение состояния и уровней участия личности в самостоятельном бизнесе» - «установочная информации об особенностях использования специалистом в своей практике специальных управленческих технологий для достижения личного и группового результата» - «установочные рекомендации для формирования управленческих качеств у специалистов» - «установочная информация о роли личностного и социально-экономического потенциала и управленческого потенциала в реализации образа социально-профессиональной деятельности, а также в достижении целей при использовании форм и уровня активного участия в самостоятельном бизнесе» - «установочные рекомендации для принятия студентами проектировочного управленческого решения – использование определяющей формы – и уровня своего активного участия в самостоятельном бизнесе – «принятие решения студентами заняться самостоятельным бизнесом в качестве директора» - реализация решения: формирование «директорских» потенциала и грамотности.

Исследования показывают, что на этапе реализации проекта «стать директором» и формирование специалиста в таком качестве является высокий уровень его готовности к этому виду деятельности. Социологические исследования показывают, что при низком уровне готовности к управленческой деятельности формируемые и действующие специалисты не могут принять решение начать совершенствование своей личности в качестве директора предприятия.

Следовательно, социализационное обеспечение, в первую очередь, высокого уровня готовности к этому виду деятельности у студентов предстает «форсайт - детерминантой» их уверенности в возможности реализации своего проекта, закрепленного в принятом решении «стать директором предприятия».

Несомненно, что коррекция вузовского социализационного процесса на обеспечение готовности высокой степени призвана обеспечить рост количества молодых специалистов, стремящихся к руководству предприятиями, повысить «престижность личности специалиста качественного управленческого решения», уверенность в своих способностях.

Профессиональная компетентность - это наличие знаний и умений в области управления производством и персоналом, - экономическая культура руководителя. Социологические данные свидетельствуют о том, что этот процесс идет успешнее тогда, когда студенты представляют взаимосвязь всех подсистем предприятия.

Социологические исследования направлений планирования студентами своей профессиональной деятельности и достигаемого социального статуса показали, что они находятся во взаимосвязи. Согласно социологическим данным, ключевым звеном этой взаимосвязи стало определение формируемыми специалистами активного участия в самостоятельном бизнесе. Далее важно то,

что преподавательский фактор намерен применять «со-творческую» полученную совместно со студентами социологическую информацию в социализационном процессе для обеспечения готовности обучаемых конструировать изобретения и создавать конкурентные преимущества – средства формирования конкурентной среды взаимодействия производителей материальных и духовных ценностей.

Важно, что социологические исследования позволяют установить наличие зависимости социально-статусных решений с проектируемой профессиональной деятельностью. С этих позиций представляют интерес социологические данные об особенностях гендерных, «социально-статусных решений» и «профессиональной ориентации обучаемых в социализационного процесса» (См. табл. 1).

Табл.1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля СИБУПа (2024 г.)

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Можете ли Вы начинать дело самостоятельно?		
А) да, я делаю все по собственным побуждениям. Никому не придется мне подсказывать, что мне делать	66,7	83,3
Б) если кто-то поможет мне начать, то я буду работать хорошо	33,3	16,7
В) начинайте сами, ребята. Я не буду вылезать, пока не придется.		

Примечание

1. Согласно социологическим данным, 66,7 % «юношей-директоров», 83,3% девушек-директоров управленческого профиля могут предпринимать действия самостоятельно и, руководствуясь своими стремлениями, способны принимать решения.

Количество девушек – «директоров» с готовностью действовать самостоятельно на 24,8 % больше, чем юношей-«директоров».

33,3% юношей-директоров и 16,7% девушек-«директоров» управленческого профиля для начала своих действий предпочитает воспользоваться помощью других. Количество юношей-директоров с менее высокой готовностью к самостоятельной управленческой деятельности почти в 2 раза больше, чем девушек-директоров.

Интегральный рейтинговый показатель готовности к самостоятельной управленческой деятельности на предприятии у юношей-директоров составляет 3,3 балла, а у девушек-директоров 3,7 баллов, что на 12,0% выше, чем у юношей-директоров.

Выводы

Во-первых, согласно расчетным данным, «дефицит» самостоятельности и автономности составляет 17,5% у юношей-директоров, а у девушек-директоров 7,5%.

Во-вторых, в решении проблемы ликвидации «дефицитных» качеств самостоятельности и автономности у формируемых специалистов, согласно социологическим данным, их позитивные изменения связаны с решением стать «директорами».

В-третьих, представляется возможным на основе положений п. 2 прогнозировать, что повышение уровня самостоятельности и автономности у

формируемых специалистов окажет влияние на качественное изменение в состоянии «директоров» юношей и девушек.

В-четвертых, на потоке проявляется действие компонентов «форсайт-детерминанты «социолого-управленческая идентификация потенциала обучаемых и гендерного фактора».

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой специалиста, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы не только должны, но и, согласно социологическим данным, могут на основе знаний законов естественных наук, законов социальных наук, общесоциологических и формационных законов, экономики, управления, могут формировать готовность у обучаемых конструировать инновации - конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

Таким образом, в результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский и студенческий факторы, используя социологические данные, проектируют обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в компетентностной готовности конструировать инновации – средства повышения производительности труда.

Социологические данные о роли «автономности и независимости» в формировании готовности специалиста к конструированию инноваций на предприятии предстают основой проектирования конкретного преимущества к своему трудоустройству и успешной управленческой деятельности.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2.Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов

физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты –кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты –кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты –кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 65.291.6

АНАЛИЗ СИСТЕМЫ МОТИВАЦИИ ОАО «XXX»

А.М. Замкевич, В.В. Сербинович

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса управления и психологии»

Аннотация: проведен анализ системы мотивации персонала в одной из крупнейших транспортных компаний России. Рассмотрены основные элементы мотивационной системы, включая материальные и нематериальные аспекты, и выделяет ключевые направления для её совершенствования.

Ключевые слова: материальная мотивация, нематериальная мотивация, система управления персоналом, корпоративная культура, обучение и развитие, социальная ответственность, улучшение системы мотивации, рынок труда

ANALYSIS OF THE MOTIVATION SYSTEM OF JSC "XXX"

A.M. Zakolyevich, V.V. Serbinovich

Abstract: the analysis of the personnel motivation system in one of the largest transport companies in Russia is carried out. The main elements of the motivational system, including material and non-material aspects, are considered and highlights the key areas for its improvement.

Keywords: material motivation, non-material motivation, personnel management system, corporate culture, training and development, social responsibility, improvement of motivation system, labor market

Система мотивации – это материальные и нематериальные стимулы, ради которых сотрудники готовы эффективно работать и дольше оставаться в компании. Эффективная система мотивации объединяет собственные потребности сотрудников цели работодателей.

Мотивация трудовой деятельности – это процесс удовлетворения работниками своих потребностей и ожиданий в выбранной ими работе, осуществляемый в результате реализации их целей, согласованный с целями и задачами предприятия, и одновременно с этим это комплекс мер, применяемых со стороны субъекта управления для повышения эффективности труда работников.

Система мотивации персонала играет ключевую роль в повышении эффективности работы любой организации. Она направлена на стимулирование работников к достижению лучших результатов своей деятельности, а также на укрепление их лояльности к компании. ОАО "XXX" - это одна из крупнейших транспортных компаний в России, для которой актуальным является вопрос создания и реализации эффективной системы мотивации сотрудников.

Система мотивации в XXX характеризуется своей многоуровневостью и разнообразием подходов к стимулированию персонала. Она включает в себя как материальные, так и нематериальные формы мотивации.

Материальная мотивация представлена заработной платой, премиями за достижение высоких результатов в работе, дополнительными выплатами за сложность и интенсивность труда, а также социальными гарантиями и льготами.

Нематериальная мотивация охватывает различные формы поощрения: возможности профессионального и карьерного роста, обучение и развитие навыков, создание комфортных условий труда, укрепление корпоративной культуры и др [5].

Основные элементы системы мотивации XXX

Материальная мотивация

Заработная плата: в компании применяется градация заработной платы в зависимости от квалификации, сложности и объема выполняемой работы. Важно отметить, что компания регулярно проводит анализ рынка труда для корректировки уровня заработной платы, что позволяет оставаться конкурентоспособными.

Премии и бонусы: применяются для стимулирования достижения краткосрочных и долгосрочных целей. Премии могут быть как индивидуальными, так и командными, завися от результатов работы

подразделения или компании в целом[4].

Льготы и социальные программы: включают в себя пенсионные программы, медицинское обслуживание, поддержку в образовании и жилищных вопросах. Эти меры направлены на создание долгосрочной привязанности сотрудников к компании.

Нематериальная мотивация

Карьерный рост: в компании большое внимание уделяется системе управления карьерой. Сотрудникам предоставляются возможности для профессионального развития и продвижения по службе.

Обучение и развитие: компания активно инвестирует в программы повышения квалификации и обучения сотрудников, что не только способствует росту их профессиональных навыков, но и повышает лояльность.

Корпоративная культура: ХХХ работает над созданием и поддержанием сильной корпоративной культуры, включая корпоративные мероприятия, награды за долгосрочную работу в компании и прочие инициативы, направленные на укрепление командного духа.

Были выявлены возможности для совершенствования системы мотивации персонала

Изменения на рынке труда: рост конкуренции за высококвалифицированные кадры требует от ХХХ постоянной адаптации и улучшения условий труда и мотивации.

Внутренние изменения: реорганизация и оптимизация бизнес-процессов в компании могут вызывать сопротивление среди сотрудников, что требует дополнительных усилий в области мотивации[2].

Повышение ожиданий сотрудников: С ростом уровня жизни и доступности информации возрастают ожидания сотрудников относительно условий труда, что требует более тонких и индивидуализированных подходов к мотивации.

Цифровизация процессов: внедрение современных технологий в процесс управления персоналом и мотивации может повысить прозрачность и объективность оценки результатов работы сотрудников[3].

Флексибельность: разработка более гибких и адаптивных программ мотивации, способных учитывать изменения во внешней и внутренней среде, а также индивидуальные особенности сотрудников.

Социальная ответственность: усиление внимания к социальной ответственности компании может стать мощным фактором мотивации, укрепляя смысловую связь сотрудников с организацией.

Анализ эффективности системы мотивации в ХХХ можно провести, основываясь на официальных отчётах компании и отзывах сотрудников. По данным за последние годы, можно отметить ряд положительных моментов, таких как:

- увеличение производительности труда сотрудников;
- снижение текучести кадров;
- повышение уровня удовлетворенности работой среди персонала.

Такие результаты говорят о том, что система мотивации в ХХХ действительно работает и способствует достижению поставленных перед компанией целей. Однако существуют и области, требующие дополнительной

проработки и улучшения. Например, в некоторых подразделениях компании отмечается недостаточная прозрачность и объективность в оценке достижений сотрудников, что может влиять на их мотивацию и вовлеченность в работу.

Для дальнейшего повышения эффективности системы мотивации в ХХХ можно рекомендовать следующие направления развития:

1. Усиление индивидуального подхода в мотивации, учитывая интересы и потребности различных категорий сотрудников;

2. Расширение программ обучения и развития навыков, что позволит сотрудникам чувствовать свою вовлеченность в процессы развития компании и повысит их лояльность;

3. Улучшение системы обратной связи между руководством и сотрудниками для своевременного выявления и решения возникающих проблем и конфликтов;

4. Внедрение дополнительных нематериальных форм мотивации, направленных на укрепление корпоративной культуры и повышение уровня внутренней мотивации сотрудников.

Система мотивации персонала в ОАО "ХХХ" представляет собой сложный механизм, включающий в себя множество разнообразных элементов. Её эффективность подтверждается положительными изменениями в работе компании и уровнем удовлетворенности сотрудников. Однако для поддержания и улучшения достигнутых результатов необходимо постоянно анализировать и совершенствовать систему мотивации, адаптируя её к меняющимся условиям внутренней и внешней среды.

Библиографический список

1. Адашев, А. У. Мотивация персонала как функция менеджмента / А. У. Адашев, Х. О. Арслонов // *Мировая наука*. – 2021. – № 1(22). – С. 36.

2. Афанасьева, В. С. Эффективные методы мотивации персонала / В. С. Афанасьева // *Аллея науки*. – 2020. – Т. 2. – № 12(51). – С. 456.

3. Балаев, В. А. Мотивация персонала. Современные подходы в мотивации персонала / В. А. Балаев, В. С. Гридчин, Н. А. Чаплыгин // *Молодой исследователь: вызовы и перспективы* : Сборник статей по материалам CLX международной научно-практической конференции, Москва, 06 апреля 2022 года. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Интернаука», 2022. – С. 268.

4. Басюк, А. С. Мотивация, как механизм эффективного управления персоналом / А. С. Басюк, А. Д. Якименко, Л. В. Клаус // *Социально-экономические и гуманитарные науки* : сборник избранных статей по материалам Международной научной конференции, Санкт-Петербург, 27 декабря 2021 года. – Санкт-Петербург: Частное научно-образовательное учреждение дополнительного профессионального образования Гуманитарный национальный исследовательский институт «НАЦРАЗВИТИЕ», 2020. – С. 102.

5. Кондратьев О.В. Нет мотива – нет работы. Мотивация у нас и у них / О.В. Кондратьев, Ю.Е. Мелихов, М.В. Снежинская. — М.: Альфа-Пресс, 2021. — 216 с

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «КОНЦЕНТРАЦИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА И ГРАМОТНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА НА КОНСТРУИРОВАНИЕ ИННОВАЦИЙ - СРЕДСТВ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ И СОЦИАЛЬНО-ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ОБЩНОСТЯХ»

А.Д. Зевалич, В.С. Старцев, Е.В. Забуга, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Достижение поставленных результатов роста производительности труда осуществляется на основе конструирования инноваций. В общей совокупности проблем формирования потенциала у специалистов исследователи правомерно отводят готовности личности субъекта управлять конструированием инноваций. Такие способности должны формировать социальные институты образования и науки.

Ключевые слова: управление; управленческие решения; эффективность управления; специалисты

**SOCIOLOGICAL DESIGN "FORESIGHT-DETERMINANTS"
CONCENTRATION OF MANAGERIAL POTENTIAL AND SPECIALIST
LITERACY ON THE DESIGN OF INNOVATIONS - MEANS OF
COMPETITIVE ADVANTAGES AT ENTERPRISES AND SOCIAL-
TERRITORIAL COMMUNITIES "**

A.D. Zevalich, V.S. Startsev, E.V. Zabuga, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. The achievement of the set results of labor productivity growth is carried out on the basis of the design of innovations. In the totality of the problems of potential formation among specialists, investigators legitimately assign the willingness of the subject's personality to manage the design of innovations. Such abilities should form joint institutions of education and science.

Keywords: management; management decisions; management efficiency; experts

Деятельность руководителя - это реализация им функций научного управления, позволяющих получать максимальный эффект.

Для этого он должен самостоятельно и сознательно обеспечивать подготовку и выработку лучших управленческих решений. Для чего ему необходимо проводить анализ и самостоятельные исследования, обеспечивать активное участие подчиненных в конструировании инноваций.

Многие исследователи утверждают, что некоторые руководители ведут речь о пассивности или даже противодействии подчиненных реализации ими принятых хороших решений. Поэтому говорят, что от руководителя потребуется немалое терпение, чтобы преодолеть такую инерцию мышления у подчиненных. Согласно нашим исследованиям, работники хотят и могут

принимать управленческие решения. Они желают материализовать свои сущностные во всем многообразии видов жизнедеятельности. Они этого не делают по той причине, что они отчуждены от собственности и власти, как в стране, социально-территориальной общности, так и в трудовом объединении и (или) в первичном трудовом объединении.

Социально-психологическое состояние трудового объединения и первичного трудового объединения и работников «нежелания» принимать участие в управлении, принимать самостоятельно качественные управленческие решения, брать и нести ответственность за их реализации, предстают вторичными процессами, а не первичными явлениями:

Во-первых, по-настоящему быть ответственным можно тогда, когда участвуешь в постановке целей и принятии решений, когда вовлечен в процесс их обсуждения.

Во-вторых, когда работники не отчуждены от собственности и власти, как в стране, социально-территориальной общности, так и трудовом объединении и (или) в первичном трудовом объединении.

Если первое во многом детерминировано профессионализмом руководителя, то второй в большей мере тем, как решены на предприятии проблемы отчуждения работников от собственности и власти в стране, социально-территориальной общности, и трудовом объединении и в первичном трудовом объединении.

Действительно, характер и качество управленческих отношений на предприятии в большей мере детерминированы личностными качествами специалистов: они в большей мере зависимы от того, как решаются проблемы преодоления отчуждения работников от собственности и власти. При капиталистическом производстве отчуждение является важнейшей причиной отсутствия «желания» и (или) даже сопротивления работников «быть активными участниками решения социально-производственных проблем».

Мы утверждаем, что необходимо в системе управления выделять объективные причины и субъективные факторы, обуславливающие активное «со-участие» или самостоятельное принятие работниками решений на предприятии, в первичном трудовом объединении.

Субъективные причины неотделимы от профессиональной подготовки специалиста. Однако, имеются общие установочные рекомендации: каждый руководитель должен учитывать:

во-первых, вся его жизнедеятельность связана с участием решения проблемы отчуждения его подчиненных от собственности и власти;

во-вторых, они испытывают и будут находиться в ситуациях затруднения там и тогда, где и когда у них будет недостаточно управленческого профессионализма для активного взаимодействия с подчиненными;

в-третьих, управленческий потенциал специалиста нельзя считать неиссякаемой величиной, его конкурентоспособность должна обеспечиваться самим специалистом.

Таким образом, формирование у подчиненных ответственности и способности принимать решения требуют от специалиста адекватной оценки сложившейся профессионально-производственной ситуации. Предвидение - способность специалиста предугадывать участие в ее решении своих

подчиненных, а также представлять результат и развитие событий на предприятии.

На этой основе видеть и формулировать долгосрочные цели трудового объединения, определять стратегию, создавать планы. Все перечисленное позволяет эффективно управлять информационными потоками внутри организации, а это является одним из условий детерминант востребованного уровня управленческого фактора и его специалистов, признаков хорошего менеджмента.

В целом можно предположить, что руководители, разрабатывая и реализуя планы, смогут повысить управленческий потенциал своего трудового объединения.

Социологические данные дают представление о готовности формирующихся специалистов к этому аспекту профессионально-управленческой деятельности (См. табл. 1).

Табл. 1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля 323 потока СИБУПа обеспечивать уровень управленческих взаимодействий на предприятии (2024 г.)

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Можете ли Вы принимать решения?		
А) Могу при любых обстоятельствах;	66,7	50,0
Б) Смогу при необходимости	33,3	50,0
В) Пусть принимает решение кто-нибудь другой		

Примечание

66,7 % юношей - «директоров», 50,0% девушек – «директоров» управленческого профиля намерены и могут принимать управленческие решения при любых ситуациях.

1. В то же время 33,3 % юношей - «директоров» и 50,0 % девушек – «директоров» управленческого профиля заявили о том, что они не намерены и не могут принимать управленческие решения при любых ситуациях. По этому показателю девушки - «директоры» управленческого имеют показатели в 1,5 раза выше, чем юноши.

Выводы

У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 4,3 балла, а у девушек – 3,5 балла. «Дефицит» этого качества у девушек в 2 раз выше, чем у юношей.

Юноши в большей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными

В этой ситуации необходимо наметить повышение этого показателя, используя актуализацию и конкурентную актуализацию в социализационном процессе в вузе.

Кроме этого становится необходимым в социализационном процессе обеспечить формирование у студентов готовности к принятию управленческих

решений, акцентируя внимание на то, что это их имманентная функция не только на предприятии, но и во всей жизнедеятельности.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы должны конструировать инновации - конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологические данные о роли «форсайт-детерминант» специалиста принимать качественные нестандартные управленческие решения» для конструирования инноваций в проектируемом социализационном процессе для жизнедеятельности в реальных социально-производственных ситуациях является конкурентным преимуществом формируемого специалиста.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2.Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов

экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 75.717

СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ Е.А. Земба

СибГУ «Сибирский государственный университет науки и технологий
имени М.Ф. Решетнева»

Аннотация: В данной статье скандинавская ходьба рассматривается как уникальное и максимально доступное большинству людей средство оздоровления. Польза скандинавской ходьбы рассматривается как при любительских занятиях, так и в целях медицинской реабилитации.

Ключевые слова: скандинавская ходьба, спорт, здоровый образ жизни

NORDIC WALKING AS A METHOD OF RECOVERY E.A. Zemba

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: In this article, Nordic walking is considered as a unique and maximally accessible means of recovery for most people. The benefits of Nordic walking is considered both for amateur sports and for medical rehabilitation purposes.

Keywords: nordic walking, sports, healthy lifestyle

Скандинавская ходьба или северная ходьба – вид физической активности, представляющий собой пешие прогулки, во время которых при ходьбе нужно опираться на специальные палки, вид которых отдаленно напоминает лыжные. Во время пешей прогулки, кроме ног организм получает нагрузку так же на позвоночник, спину и плечи.

Исторически скандинавская ходьба зародилась в 30-е годы прошлого века в Финляндии, как способ тренировки лыжников в тёплое время года. С этого момента постепенно такой способ тренировки, а затем и отдельного, не связанного с лыжами времяпрепровождения распространялся и в другие страны. В 1997 году ходьба с палками получила название на финском языке «sauvakvely». Для международного использования компания Exel, которая является мировым лидером по производству лыжного инвентаря и палок для скандинавской ходьбы, предложил официальное название «Nordic walking». Однако в русскоязычных странах больше применяется термин «Скандинавская ходьба», хотя в официальном приказе Министерства спорта Российской Федерации для данного вида физической активности применяется название «Северная ходьба» [1]. Существенных отличий между всеми этими названиями нет, а помимо них неофициально используются названия «Норвежская» или «Финская ходьба», хотя обозначают все они одно и то же.

Основной плюс этого вида физической нагрузки активное распространение и популярность, а так же доступность для людей с разным уровнем подготовки, в том числе малоподвижных и пожилых. Занятия такой ходьбой увеличивает частоту сердечных сокращений, но при этом человек не чувствует серьёзной нагрузки.

Для скандинавской ходьбы экипировкой является лишь удобная обувь и одежда, а также специальные палки. Высота палок подбирается индивидуально, обычно это около 66 % от роста. Благодаря такому простому и недорогому снаряжению, северная ходьба является очень доступным средством физической активности для большинства людей любого возраста, пола и физической подготовки.

Противопоказаниями к скандинавской ходьбе могут быть только постельный режим, инфекционные заболевания или проблемы с сердечно-сосудистой системой. В таком случае перед занятием необходимо проконсультироваться с лечащим врачом [3]. В отдельных случаях, к примеру, после перенесённых операций или травм опорно-двигательного аппарата, северная ходьба используется как реабилитационная терапия.

Для занятий скандинавской ходьбой нужно внимательно следить за своим физическим состоянием и планомерно повышать нагрузку. Этот вид физической активности задействует мышцы спины и плечевого пояса (тем самым улучшая осанку), заметно меньше активности приходится на коленные и тазобедренные суставы, а также на пяточные кости вследствие опоры на палки. Отдельно следует отметить, что, при скандинавской ходьбе задействовано большое количество мышц, она сжигает энергии почти в полтора раза больше, чем обычная прогулочная ходьба.

Фактически, скандинавская ходьба – это простое улучшение обычного маха руками при прогулке. Следует ориентироваться на следующие фазы движения:

- ✓ Плечи опущены и расслаблены. Палки расположены близко к телу.
- ✓ Руки слегка раскрыты, чтобы позволить палкам перемещаться вперед; опоры не надо захватывать, они свободно качаются на ремнях для запястий.
- ✓ В момент шага и отталкивания палки от земли, рука согнута под углом до 90 градусов.
- ✓ За счёт перемещения тела вперёд рука выпрямляется и стремится к центру тяжести тела.
- ✓ Опора переносится назад, рука выпрямляется, образуя прямую линию с палкой.
- ✓ При смене ног палка отталкивается от земли, рука возвращается в исходное положение.

Сохранение рук расслабленными и удержание палки позади тела – ключевые элементы правильной техники [2].

Довольно часто проводятся фестивали и строятся совместные маршруты организованными энтузиастами скандинавской ходьбы. Примером одного из таких мероприятий может служить Красноярский фестиваль скандинавской ходьбы «Краски осени».

Таким образом, можно сделать вывод о том, что скандинавская или северная ходьба – очень полезный и довольно популярный вид физической активности, который подходит как профессиональным спортсменам, так и людям далёким от постоянной физической активности.

Библиографический список

Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм» : приказ Министерства спорта РФ № 1038 от 21 ноября 2022 г. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405884989/> (дата обращения 22.11.2023).

1. Земба, Е. А Скандинавская ходьба в учебном процессе студентов : учеб. пособие / Е. А. Земба, М. Д. Кудрявцев, Т. Н. Кочеткова. – Красноярск : Сиб. гос. ун-т науки и технологий, 2017 – 96 с.

2. Что такое скандинавская ходьба с палками? : статья // ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора. – URL: <https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyuy-obraz-zhizni/что-такое-skandinavskaya-khodba-s-palkami/> (дата обращения 13.11.2023). – Текст. Изображение : электронные.

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАТЫ – «ГОТОВНОСТЬ ФОРМИРУЕМЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ КОНСТРУИРОВАТЬ ИННОВАЦИИ – ГЛАВНАЯ ФУНКЦИИ НАУЧНОГО УПРАВЛЕНИЯ В ПЕРВИЧНОМ ТРУДОВОМ ОБЪЕДИНЕНИИ»

В.А. Иванова, М.В. Соболев, Е.В. Забуга, И.В. Коваль
Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Решение проблем роста производительности труда предполагает совершенствование управления социальными и экономическими процессами. Гносеология потенциала научного управления и его применения неотделимы от формирования и освоения специалистами новых и новейших знаний, которые обеспечивают обучаемых специалисты высокой и высшей квалификации.

Ключевые слова: научное управление; функции научного управления; специалисты; подготовка специалистов

SOCIOLOGICAL DESIGN "FORESIGHT DETERMINATES -" THE READINESS OF FORMED SPECIALISTS TO DESIGN INNOVATIONS - THE MAIN FUNCTIONS OF SCIENTIFIC MANAGEMENT IN THE PRIMARY LABOR ASSOCIATION "

V.A. Ivanova, M.V. Sobol, E.V. Zabuga, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. The solution to the problems of increasing labor productivity involves improving the management of social and economic processes. The epistemology of the potential of scientific management and its application is not separable from the formation and development by specialists of new and latest knowledge, which is provided by highly and highly qualified specialists.

Keywords: scientific management; scientific management functions; specialists; training of specialists

Актуальность проблемы

Анализ деятельности социально-территориальных общностей и их предприятий свидетельствует о том, что они не могут самостоятельно обеспечивать конструирование инноваций - создание конкурентных преимуществ.

Несомненно, что изменение в их деятельности предполагает конструирование и использование более высокого уровня технологий. Одним из таких способов выступает Социологическое проектирование готовности формируемых руководителей к конструированию инноваций с применением управленческого потенциала подчиненных.

Социологические данные показывают, что замена используемой ныне модели подготовки студентов к успешному трудоустройству на их готовность к самостоятельной управленческой деятельности в системе мета фактора ориентирована на реализацию социального заказа «Создание конкурентоспособных предприятий и формирование основ конкурентоспособности страны в целом».

С этих позиций введение в вузовский социализационный процесс социологического проектирования готовности формируемых руководителей к конструированию инноваций с применением управленческого потенциала подчиненных позволяет реализовывать функции научного управления для подготовки специалистов к самостоятельной деятельности, ориентированной на создание конкурентных преимуществ, их применение в жизнедеятельности предприятий и социально-территориальных общностей.

Социологические данные о готовности обучаемых к реализации этих функций связаны с совершенствованием социализационных процессов (См. табл. 1).

Табл. 1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля к деятельности на предприятии 323 потока СИБУПа 2024 г.

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Хороший ли Вы организатор?		
А) мне нравится иметь план до начала действий. Обычно именно я организую все, когда мои подчиненные хотят что-то сделать;	33,3	83,3
Б) я ничего не предпринимаю, пока за это дело не возьмется какой-либо «дурак», тогда приходится включаться;		16,7
В) что бы ни происходило, всегда найдется кто-нибудь, кто потащит «мешок» проблем. Высовываться ни к чему.	66,7	

Примечание

1. Согласно социологическим данным, 33,3 % юношей-«директоров», 83,3 % девушек-«директоров» управленческого профиля заявляют о следующем:

во-первых, «им нравится иметь план до начала действий»;

во-вторых, они «обычно разрабатывают план-проект», осознают его организующую функцию для успешного взаимодействия со своими подчиненными»;

в-третьих, они разрабатывают план, предвидя, что он станет предметом совместного обсуждения со своими подчиненными;

в-четвертых, эта группа респондентов осознает, что их результаты реализации планов детерминированы тем, насколько их план станет достоянием деятельности их подчиненных»;

в-пятых, разрабатывая план, специалисты уверены в том, что их подчиненные готовы и склонны к соучастию в планировании жизнедеятельности предприятия;

в-шестых, планирование руководителем результатов деятельности и участие подчиненных в этом процессе предстает условием повышения уровня управленческой компетентности на предприятии.

2. Согласно социологическим данным, количество девушек – «директоров», готовых к высокому уровню управленческой деятельности в 2,5 раза больше, чем юношей.

Выводы

1. У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 2,3 балла, а у девушек - 4,7 балла. «Дефицит» этого качества у девушек почти в 9 раз меньше, чем у юношей, Юноши в меньшей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

Согласно социологической информации, значительная часть юношей, принявшие решение стать «директором», с одной стороны не осознают

необходимость реализации в своей управленческой деятельности одной из важнейших функций научного управления - планирования, а с другой, они пока не готовы использовать метод планирования для достижения поставленных целей.

2. Несомненно, что без наличия этих качеств у специалистов невозможно использование этого ключевого звена формирования научного подхода к управлению первичными трудовыми объединениями, а также предприятиями самостоятельного бизнеса.

3. В то же время, если формируемые специалисты не имеют знаний о роли планирования в своей самостоятельной управленческой деятельности, то, согласно практике, нельзя признать их готовыми к ней. Преодоление этого недостатка позволит повысить уровень их управленческого потенциала.

В данной ситуации следует учитывать, что в момент исследования только начинается формироваться первый уровень социолого-управленческого потенциала у той группы потока, в которой находятся студенты-юноши и девушки, принявшие решение «стать директорами».

Внесение корректив в социализационный процесс позволит ликвидировать дефицит в способности предвидеть, прогнозировать, проектировать и планировать социально-производственные и социально-профессиональные ситуации, осуществлять функции активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУП.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования связана с проблематикой обеспечения конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы могут на основе знаний законов естественных наук, законов социальных наук, общесоциологических и формационных законов, экономики, управления, могут обладать способностями, используя свои сущностные силы, создавать и применять конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Значение социологических данных о качествах «хорошего организатора для максимального использования потенциала

подчиненных и в целом первичного трудового объединения» состоит в том, что конструирование инноваций совместно с подчиненными имманентно предполагает наличие опыта планирования, который представляет одно из существенных конкурентных преимуществ специалиста.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2. Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы

ББК 60

СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ФОРМИРОВАНИЕ ТИПОВ И ИСТОЧНИКОВ ВЛАСТИ ДЛЯ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЕМЫХ К ЭФФЕКТИВНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ В ПРОЦЕССАХ КОНСТРУИРОВАНИЯ ИННОВАЦИЙ – КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ»

А.А. Ильинская, Е.А. Яковлева, И.В. Коваль

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. Одной из проблем в системе управления является обеспечение его эффективности. Доказано, что в этом аспекте является имманентным элементом обеспечение обратной связи между субъектом и объектом управления. Установлено, что в системе управления социальными процессами имманентную функцию выполняют типы и источники управленческой власти специалиста. Социологическая информация о состоянии деятельности личности, социальных образований позволяет обеспечивать субъекту эффективные управленческие взаимодействия, обеспечивать более полное использование потенциала работающих.

Ключевые слова: управление; эффективность управления; социологическое обеспечение управления

SOCIOLOGICAL DESIGN "FORESIGHT-DETERMINANTS" FORMATION OF TYPES AND SOURCES OF POWER FOR THE READINESS OF STUDENTS FOR EFFECTIVE INTERACTION IN THE PROCESSES OF DESIGNING INNOVATIONS - COMPETITIVE ADVANTAGES "

A.A. Plyinskaya, E.A. Yakovleva, I.V. Koval

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. One of the problems in the management system is ensuring its effectiveness. It has been proven that in this aspect it is an immanent element to provide feedback between the subject and the subject of management. It has been established that in the system for managing social processes, the types and sources of managerial power of a specialist perform an independent function. Sociological information on the state of activity of the individual, social entities allows the subject to provide effective managerial interactions, to ensure a more complete use of the potential of workers.

Keywords: management; management efficiency; sociological management support

Управленческая деятельность – это принятие и реализация эффективных решений. Выработка управленческих решений предполагает наличие субъекта их реализации. Следовательно, субъект деятельности выступает ключевым звеном в их осуществлении. Поэтому необходимо учитывать его возможности воспринимать и реализовывать принятые решения.

Практика показывает, что успех реализации решений в существенной мере зависит от настойчивости, конкурентоспособности, ориентации на успех специалиста и его подчиненных. Кроме этого, их реализация предполагает предвидение их восприятия – это самооценка, самоощущение, восприятие их подчиненными, уверенность и самоуверенность в их эффективности.

Оптимизм и уверенность в успехе, благодаря новым решениям, тогда достигают цели, когда подчиненные и вышестоящие, коллеги помогают и содействуют реализации принятых решений. Как правило, индивидуально принятые решения, ориентированные на информирование других (вышестоящих, коллег, подчиненных), предполагают терпение, настойчивость, ориентацию на успех и конкурентность в первую очередь у специалиста. Именно по этим основаниям руководитель предстает в качестве самоактуализирующегося, самоосуществляющегося, самосоревнующегося, использующего и выражающего свой управленческо-гуманистический потенциал с позиций необходимости реализации социального заказа. Другими словами, руководитель призван по своим качествам соответствовать требованиям подготовки и выработки лучших управленческих решений.

Менеджер самостоятельно и сознательно стремящийся к подготовке и выработке лучших управленческих решений (для чего: проводит анализ и самостоятельные исследования, обеспечивает активное участие во всех процессах подготовки и принятия и реализации управленческих решений). Это руководители, знающие и использующие способы оптимизации личной формы, группового взаимодействия, адаптирующие себя и своих подчиненных к позитивному взаимодействию.

У каждого руководителя имеются «свои деловые и личностные качества» - типы и источники его управленческой власти. Однако далеко не каждая его способность обеспечивает успех в деятельности. В его деятельности важно знать и осуществлять, чтобы его подчиненные не сомневались и были уверены в том, что реализации принятым решениям «ничто не может помешать» (См. табл.1).

Табл. 1

Социологические данные о предрасположенности студентов управленческого профиля 323 потока СИБУПа устанавливать деловые отношения с подчиненными (2024 г.).

Выбранный достигаемый социальный статус: Директор		
Характеристика деловых качеств	Юноши	Девушки
Достаточно ли у Вас терпения?		
А) Моему решению ничто не может помешать;	33,3	83,3
Б) обычно я заканчиваю начатое	33,3	
В) если сразу ничего не выходит, я бросаю начатое	33,3	16,7

Примечание

1. 33,3 % юношей - «директоров», 83,3 % девушек – «директоров» управленческого профиля в своей деятельности ориентированы на достижение конечного результата и успеха, они полностью уверены в том, что смогут достичь поставленной цели. Более того, по их мнению, реализации их решения «ничто не может помешать». Правомерно, констатировать, что они готовы к реализации функций научного управления: они способны предвидеть, прогнозировать, проектировать, планировать, использовать управленческие

технологии, мотивировать и контролировать реализацию своих решений, они терпеливы и настойчивы.

2. В то же время 66,7 % юношей - «директоров», управленческого профиля и 16,7% девушек-директоров в использовании своего потенциала не ориентированы на достижение конечного результата и успеха, они полностью не уверены в том, что смогут достичь поставленной цели. По этому показателю девушки опережают юношей почти в 4 раза.

По мнению юношей, реализации их решению «могут помешать многочисленные причины». Они не готовы к реализации функций научного управления: они не способны предвидеть, прогнозировать, проектировать, планировать, использовать управленческие технологии, мотивировать и контролировать реализацию своих решений, они недостаточно терпеливы и настойчивы.

3. У юношей положение отличается от девушек: рейтинговые показатели у юношей составляют 3,0 балла, а у девушек - 4,3 балла. «Дефицит» этого качества у девушек почти в 3 раза меньше, чем у юношей. Юноши в меньшей мере готовы к анализу различных социально-производственных и социально-профессиональных ситуаций, они не имеют необходимого уровня управленческо-делового потенциала для активного взаимодействия с вышестоящим руководством, коллегами, со своими подчиненными

Выводы

Согласно социологическим данным, значительная часть юношей - «директоров» и девушек-«директоров», согласно социологическим данным, не подготовлены к реализации функций научного управления.

Они не рассматривают свой потенциал достаточным для реализации функций научного управления. Эта часть студентов не обладает качественными управленческими способностями, у неё нет активной позиции для использования своего потенциала в реализации функций научного управления в своей профессионально-управленческой деятельности.

Несомненно, что преподавательские установки, а также социологические данные о потенциале студентов потока в ходе формирования их в качестве специалистов, должны быть использованы в коррективах социализационном процессе.

Итоговые выводы

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» в СИБУПе.

Образование является важнейшей качественной характеристикой человека, определяющей характер и эффективность его трудовой деятельности, его социальный статус.

В современных условиях в сфере предпринимательства, проблематика образования напрямую связана с проблематикой конкурентоспособности специалистов, предприятий и страны в целом. Образование служит основой формирования профессионализма, выступает в качестве «интеллектуального капитала», который в соединении с «физическим капиталом» дает увеличение и производительности, и качества, и эффективности труда.

Согласно концепции «Опережающая социализация», действующие вузы должны конструировать и управлять конструированием инноваций

- конкурентные преимущества в своей жизнедеятельности.

В результате осуществления этих мероприятий становится возможной реализация концепции «Опережающая социализация» [1; 2].

Как видно, преподавательский фактор, используя социологические данные, может обеспечить более высокий уровень подготовки студентов в вузе [3,125-177С; 4, 106-151Р; 5,204-272,С].

В общей сложности, как показывает опыт управления вузовскими социализационными процессами, эффект качественной подготовки формируемых специалистов неотделим от применения непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки в подготовке конкурентоспособных специалистов.

Социологические данные о роли «форсайт-детерминант «способности-управленческие ценности – типы и источники управленческой власти специалиста - добиваться успеха на предприятии (организации), первичном трудовом объединении» - один из компонентов готовности вуза конструировать инновации – условие успеха в конкурентных взаимодействиях - детерминанта нового типа готовности специалиста во взаимодействия с подчиненными на предприятии.

Библиографический список

1. Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Системно-комплексный способ перехода от типа «догоняющего обучения» к «опережающему типу обучения» (Идентификационный №2008102905); Коваль И. В., Коваль Д.И., Коваль О.И. Социологический способ перехода от типа «догоняющего бизнес-образования» к «опережающему типу бизнес-образования» (Идентификационный №2008101606).

2.Коваль И. В. Подготовка специалистов для создания конкурентных преимуществ» (Идентификационный № 2012108063); Коваль И. В. Использование изобретательно-инновационной грамотности специалистов в инновационных системах (Идентификационный № 2012119768).

3.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы готовности специалистов физкультурно-спортивного профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 8. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 374с.

4.Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

5. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

6. Коваль И. В. Применение непосредственной производительной силы лично ориентированной социологической науки на экономическом факультете СИБУП для подготовки конкурентоспособных специалистов.- Красноярск: «Литера-принт», 2015. – 500 с.

7. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты мотивационно-деятельностной сферы подготовки специалистов

экономического и управленческого профиля к созданию конкурентных преимуществ: монография. Том 9. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 520с.

8. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Теоретико-методическое обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 11. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 240с.

9. Коваль И.В. Социологическое эссе: «форсайт-детерминанты – «Компоненты – кластеры «Социолого-изобретательское обеспечение подготовки специалистов к созданию конкурентных преимуществ: монография: опыт, проблемы. Том 12. – Красноярск, Литера-принт. 2018. - 276с.

10. Послание Президента РФ В.В. Путина Федеральному собранию. От 29 февраля 2024 г.

11. Указ Президента РФ «О некоторых вопросах совершенствования системы высшего образования» (12 мая 2023 г).

ББК 81.2

СЛОЖНОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ЯПОНСКОГО ЯЗЫКА СТУДЕНТАМИ НЕЯЗЫКОВЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

А.В. Исаева

Научный руководитель А.В. Правкина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье раскрывается актуальность изучения иностранных языков в современном обществе. Анализируются лингвистические и культурно-коммуникативные сложности при изучении японского языка студентами.

Ключевые слова: японский язык, Япония, языки, обучение, мотивация, возможности, значимость языка

DIFFICULTIES OF STUDYING JAPANESE LANGUAGE BY STUDENTS OF NON-LINGUISTIC SPECIALTIES

A.V. Isaeva

Scientific supervisor A.V. Pravkina

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Annotation. The article reveals the relevance of learning foreign languages in modern society. Linguistic and cultural-communicative difficulties in studying Japanese by students are analyzed.

Key words: Japanese language, Japan, languages, learning, motivation, opportunities, importance of language

В условиях стремительного развития современных технологий и их разнообразном применении в экономической, научной и образовательной сферах, владение иностранным языком становится необходимостью для их конкурентоспособности на рынке труда, а также подтверждается квалификационными требованиями к специалистам [5].

Изучение иностранного языка в современном, сверхсвязанном, быстромеющемся мире – это важная составляющая жизни современного, успешного человека. Таким образом, в соответствии с требованиями новых образовательных стандартов студенты неязыковых факультетов должны овладеть навыками устного и письменного перевода, всеми видами речевой деятельности, аудированием, лексико-грамматическими навыками для научной и профессиональной деятельности, поскольку иностранные языки являются одним из компонентов успешной профессиональной реализации личности [2].

Но во время изучения нового языка всегда возникают различные сложности. Запоминание грамматики, новых слов и конструкций – это всегда непростой процесс. Однако, когда вы знакомитесь с такими необычными языками, как японский, у вас могут возникнуть и присущие только этому одному языку трудности.

Азиатские языки могут иметь несколько азбук, иероглифы, у некоторых, большой упор идет на фонетический аспект, для них очень важны интонация и тоны. В европейских же языках отсутствуют тоны, что делает язык, с точки зрения звукового разнообразия, более легким для усваивания. Например, если вы не знаете испанский, то вы все равно можете прямо сейчас открыть испанскую книгу и, хотя бы прочитать написанное. С японским будет необходимо целенаправленно изучать хирагану и катакану, но это для начала.

Рассмотрим основные сложности изучения японского языка.

Во-первых, кандзи (иероглифы), которыми японцы привыкли пользоваться с детства. Вообще, исторически сложилось, что основой японской письменности стала китайская письменность. И уже на этапе знакомства с иероглифами большинство студентов, которые так и не смогли найти себе мотивацию в начале обучения, сталкиваются с проблемами запоминания такого разнообразия. Японцы, запоминая иероглифы постепенно с момента знакомства с письмом, могут угадать смысл иероглифа, даже если он его видит впервые. Однако студентам, выросшим вдали от иероглифов, приходится начинать с самого начала.

Во-вторых, множество выражений, которые нельзя перевести дословно. Студенты сталкиваются с огромным пластом совершенно новой культуры, а значит и новой лексикой. Огромное количество культурных отсылок, которые абсолютно непонятны без погружения в историю страны восходящего солнца. Это имена известных людей, имена эпох (Япония - очень древнее государство с длинной историей), множество лексики, связанной с этими историческими эпохами.

Японский язык богат выражениями, перевод которых получается «странным». На это влияет японская культура и обычаи, которые складывались веками. И для того чтобы овладеть этими «знаниями», лучшим вариантом будет погружение в языковую среду, где в естественной среде можно проследить их истинное значение.

В-третьих, заимствованные слова из других языков. Проблема заключается в том, что при переносе слова в свой язык, значение, а также произношение японцы могли кардинально поменять.

В-четвертых, счетные суффиксы. В японском языке, например, нет деления на мужское и женское, но есть огромное количество счетных

суффиксов для каждой категории слов.

В Японии счетные суффиксы учат с детского сада, и к моменту их полного взросления японцы отлично ориентируются, в то время как студентам необходимо все выучить за короткие сроки.

Японский язык объективно очень тяжелый. И с психологической точки зрения для студентов неязыковых специальностей, для которых изучение японского языка всего лишь «получение зачета», которые, не имея никакой заинтересованности или хотя бы зачатков мотивации, их путь изучения к сожалению, будет сопровождаться «дорогой в никуда».

Таким образом, можно сделать вывод, что японский язык для изучения является не таким простым занятием, как это может показаться на первый взгляд. Это продолжительный и сложный процесс, требующий много времени и усилий. Кроме того, знание японского может открыть для вас дверцу в волшебный и гигантский мир богатой японской истории и культуры.

Различны и причины, способствующие усилению мотивации в изучении языка. Рассмотрим факторы, мотивирующие изучение нового языка [4]:

1. Преимущество в рабочей силе. Владение иностранным языком открывает возможности за границей, которые просто недоступны для тех, кто ищет работу с одним языком.

2. Наука, как было описано выше, при знании иностранного языка, можно почерпнуть полезную информацию из иностранных источников.

3. Язык помогает понимать мир. Изучение другого языка – это не только слова и грамматика. История и культура народа отражаются в языке, и наоборот.

Важно помнить, что языки – это не просто разные наборы слов для выражения одних и тех же идей – это совершенно разные взгляды на мир. Иностранные языки – это потрясающе, а японский невероятно интересен именно тем, как сильно он отличается от английского. Возможно мне никогда не удастся освоить японский, тем не менее я получаю большое удовольствие от изучения! Как говорится «Японский – это по любви».

Библиографический список

1. Алпатов, В. М. История лингвистических учений: учебник / В. М. Алпатов, С. А. Крылов. – Москва, 2024. – 452 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/537972> (дата обращения: 09.04.2024).

2. Байденко, В. И. Болонский процесс: концептуально-методологические проблемы качества высшего / В.И. Байденко. – Москва, 2009 – 403 с.

3. Котик-Фридгут, Б. С. Психология обучения иностранным языкам: как учить язык, чтобы выучить: учебное пособие / Б. С. Котик-Фридгут. – Москва, 2024. – 145 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/544177> (дата обращения: 09.04.2024).

4. Миэринь, Л. А. Иностранные языки в экономических вузах России: Всероссийский научно-информационный альманах № 13. - Санкт-Петербург / Л. А. Миэринь. – Санкт-Петербург, 2016. – 168 с. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/535408> (дата обращения: 09.04.2024).

5. Чеснокова, Н. Е. Проблемы обучения языку специальности студентов неязыковых вузов / Н. Е. Чеснокова // Педагогика высшей школы. – 2016. – №4. – С. 77-81. – URL: <https://moluch.ru/th/3/archive/21/655/> (дата обращения: 09.04.2024).

СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**Т.Н. Клепцова**Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. В данной работе представлены социальные проблемы физической культуры и пути их решения. Высокой эффективностью решение этой социальной проблемы можно найти через развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях, начиная с детского сада и заканчивая вузом. Только тогда мы сможем создать здоровое общество.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, социальные проблемы, общество, активность, здоровье

SOCIAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE**T.N. Kleptsova**Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M. F. Reshetnev

Annotation. This paper presents the social problems of physical culture and ways to solve them. A highly effective solution to this social problem can be found through the development of physical culture and sports in educational institutions, from kindergarten to university. Only then will we be able to create a healthy society.

Keywords: physical culture, sport, social problems, society, activity, health

Физическая культура, несомненно, играет важную роль в нашем обществе, оказывая значительное влияние на различные социальные проблемы. Одной из самых актуальных является проблема ожирения, которая становится все более распространенной среди населения разных возрастных групп. Недостаток физической активности, сидячий образ жизни и неправильное питание являются основными факторами, приводящими к этой проблеме.

Эффективное решение этой социальной проблемы можно найти через развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях, начиная с детского сада и заканчивая вузом. Введение обязательных физкультурных занятий в школьные программы поможет развить у детей любовь к спорту с самого раннего возраста. Кроме того, создание доступных и современных спортивных объектов и площадок, а также проведение различных спортивных соревнований и мероприятий будут способствовать активному образу жизни и укреплению здоровья.

Еще одной социальной проблемой, связанной с физической культурой, является неблагополучие детей и подростков, оставшихся без попечения родителей или живущих в неблагополучных семьях. Физическая активность может стать для них не только способом поддержания физического здоровья, но и мощным средством для социализации и включения в общество. Развитие спортивных секций и клубов, проведение тренировок и соревнований для детей, находящихся в сложных жизненных ситуациях, даст им возможность найти новых друзей, почувствовать себя востребованными и обрести уверенность в своих силах[2].

Социальные проблемы также связаны с дискриминацией в сфере физической культуры и спорта. Женщины, люди с ограниченными возможностями и представители меньшинств часто сталкиваются с преградами на пути к занятиям спортом и проявлению своих спортивных способностей. Однако, реализация принципов инклюзии и равноправия может сделать физическую культуру и спорт доступными и привлекательными для всех. Создание адаптивных спортивных программ и условий, проведение информационных кампаний и образовательных мероприятий по преодолению стереотипов и предрассудков поможет преодолеть эту проблему.

В целом, социальные проблемы физической культуры требуют комплексного и всестороннего подхода. Сотрудничество государственных органов, образовательных учреждений, общественных организаций и физкультурных специалистов необходимо для разработки и реализации эффективных стратегий и программ по преодолению данных проблем. Только через совместные усилия мы сможем создать благоприятную среду, где физическая активность станет нормой и достижение физического и социального благополучия станет возможным для всех.

В наше время все больше и больше детей сталкиваются с проблемой недостаточного физического развития. Они проводят большую часть своего времени перед экранами, не получая необходимых нагрузок и не уделяя должного внимания своему физическому состоянию. Это является серьезной проблемой, которая может отрицательно сказаться на здоровье и будущем развитии молодого поколения[3].

Одной из основных причин такого состояния дел является увлечение компьютерными играми и использование гаджетов. Дети проводят часы за игровыми консолями и смартфонами, не оставляя времени на физическую активность. Более того, культура низкомобильности проникает в их повседневную жизнь. Общественный транспорт, эскалаторы, лифты и другие устройства, созданные для удобства, становятся причиной утраты привычки к движению и личной активности.

Недостаточная физическая активность в раннем возрасте может привести к серьезным последствиям, как физическим, так и психическим. Отсутствие подвижных игр и упражнений влияет на правильное формирование и развитие костно-мышечной системы ребенка. Это может привести к преждевременному старению, нарушению осанки и проблемам с опорно-двигательным аппаратом.

Кроме того, недостаток физической активности в юном возрасте может негативно сказываться на эмоциональном и психическом состоянии детей. Физическая нагрузка способствует выработке эндорфинов — гормонов счастья, которые отвечают за бодрость и хорошее настроение. Отсутствие физической активности может привести к развитию депрессивных состояний, страхов и низкой самооценки в раннем детстве.

Однако существует ряд мер, которые позволят преодолеть проблему физической неактивности в юном возрасте. Во-первых, важно обратить внимание на образовательные учреждения, где уже сегодня ведутся некоторые мероприятия по пропаганде занятий физической культурой. Расширение этой работы позволит внедрить программы, направленные на возрождение интереса у детей к спорту, регулярные занятия физическими упражнениями и

проведение разнообразных спортивных мероприятий[1].

Дополнительную поддержку могут оказать родители, организовывая для своих детей занятия спортом, посещая спортивные секции и клубы. В современном мире существует огромное количество различных видов спорта, чтобы каждый ребенок мог выбрать то, что ему нравится и принесет удовольствие. Важно заинтересовать детей спортом и поддерживать их активность, показывая пример со своей стороны.

Кроме того, необходимо изменить окружающую среду так, чтобы она способствовала активной жизни ребенка. Общественные места должны быть обустроены таким образом, чтобы дети имели возможность активно проводить время на игровых и спортивных площадках. Развитие городской инфраструктуры и создание доступных условий для физической активности могут существенно повлиять на культуру занятий физической культурой в юном возрасте.

В заключение, проблема физической неактивности в юном возрасте требует незамедлительного вмешательства. Развитие и поддержка занятий физической культурой способно преодолеть эту проблему, способствуя здоровому физическому и психическому развитию детей. Совместные усилия образовательных учреждений, родителей и государства помогут обеспечить будущее молодого поколения более активной и здоровой жизнью[3].

Одним из ключевых компонентов успешного решения данной проблемы является деятельность в образовательных учреждениях. Необходимо обратить особое внимание на создание и развитие программ физического воспитания, которые будут способствовать включению детей и молодежи в активные виды деятельности. Кроме того, важно предоставить возможность для доступных и доступных клубов или открытых тренировочных площадок в каждом населенном пункте, чтобы максимально возможное число людей могли с удовольствием заниматься физической активностью.

Наконец, государственная поддержка в этой сфере также является важным фактором в решении данной проблемы. Необходимо создать специальные программы и инвестировать в развитие физической культуры и спорта на всех уровнях, начиная от общегосударственных программ и заканчивая региональными и муниципальными инициативами. Это поможет обеспечить доступность и равномерное распространение физической активности среди всех слоев населения.

В заключение, решение социальной проблемы физической культуры требует комплексного подхода и совместного участия различных сторон, начиная от государственных органов и образовательных учреждений и заканчивая самими обывателями. Только таким образом мы сможем создать здоровое общество, активное и счастливое[1].

Библиографический список

1. Зубарев Ю.А. Социально-экономические аспекты развития физической культуры и спорта: актуальные проблемы / Ю.А. Зубарев, К.В. Филиппова // Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: [сайт]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-ekonomicheskie-aspekty-razvitiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta-aktualnye-problemy> (дата обращения: 15.03.2024).

2. Ильин Р. Ю. Физическая культура как часть современного общества / Р.Ю. Ильин, Е.А. Волкова // Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: [сайт]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-kak-chast-sovremennogo-obschestva> (дата обращения: 15.03.2024).

3. Попова Н.В. Социально-педагогические проблемы формирования физической культуры студентов / Н. В. Попова // Форум молодых ученых.– 2016. – № 3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-pedagogicheskie-problemy-formirovaniya-fizicheskoy-kultury-studentov>(дата обращения: 15.03.2024).

ББК 88.61-8

**КОНТРОЛЬ И ПОДЧИНЕНИЕ:
КАК АВТОРИТАРНОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЛИЯЕТ НА МУЖЧИН**

Е.О. Клименко, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассматриваются детско-родительские отношения и как эти отношения влияют на взрослых мужчин в будущем.

Ключевые слова: детство, детско-родительские отношения, авторитарные родители, типы отношений, рекомендации

**CONTROL AND SUBORDINATION:
HOW AUTHORITARIAN PARENTING AFFECTS MEN**

E.O. Klimenko, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of higher education
Siberian Institute of Business, Management and Psychology

Abstract. The article discusses parent-child relationships and how these relationships affect adult men in the future.

Key words: childhood, parent-child relations, authoritarian parents, types of relationships, recommendations

Детство – это время, когда закладываются основы личности и формируются наши отношения с окружающим миром. Ошибки, допущенные родителями в этот период, могут оказать влияние на всю нашу дальнейшую жизнь.

Мама. Первая женщина, с которой знакомится в жизни маленький человек. Она играет важную роль в его будущем. Если мать была авторитарной, то это может негативно сказаться на его личной жизни. Мальчик, воспитанный такой матерью, привыкает к контролю и подчинению. Когда он вырастает, он продолжает подчиняться матери. Такой мужчина испытывает трудности в выборе партнера, потому что все решения принимает его мать. Она контролирует его личную жизнь, «отваживает» неподходящих, на ее взгляд, подруг, невест, и даже может вмешиваться в его брак. Главная проблема здесь заключается в том, что мужчина не может сказать «нет» своей матери и попросить ее не лезть в его жизнь. Зачастую, он просто боится это сделать.

Этот страх может быть вызван тем, что мать всегда была для него авторитетом, и он привык подчиняться ей, с тем, что он не научился отстаивать свои границы и защищать свою личную жизнь. В итоге такой мужчина может испытывать трудности в создании здоровых отношений, потому что он не умеет принимать решения самостоятельно и не может доверять своим партнерам. Он постоянно ищет одобрения своей матери и боится ее разочаровать.

Этот сценарий может быть изменен, если мужчина осознает проблему и начнет работать над собой. Он может, в конце концов, обратиться к психологу, чтобы научиться устанавливать границы и отстаивать свои интересы. Он также может начать строить отношения с женщинами, которые не всегда вызывают одобрение его матери, чтобы научиться принимать решения самостоятельно. Но, увы, чаще всего сценарий развития событий совсем другой...

Детско-родительские отношения – это одна из самых важных и сложных тем в психологии. Эти отношения формируют основу нашей личности, влияют на наше поведение и эмоциональное состояние [1]. Однако не всегда эти отношения складываются гармонично и счастливо. В некоторых случаях родители могут подавлять волю своих детей, не давать им свободу выбора или же, наоборот, не уделять им достаточно внимания и заботы, эмоционально отстраняясь.

В этой статье рассмотрим конкретную историю, которая иллюстрирует эту проблему. Мы также обсудим различные типы этих отношений, их психологический анализ и дадим рекомендации для улучшения отношений между родителями и детьми.

Детско-родительские отношения – это не только вопрос воспитания и заботы о детях. Это также вопрос любви, уважения и понимания. Только при наличии здоровых и гармоничных отношений между родителями и детьми возможно создание счастливой и успешной семьи [1].

Давайте начнем наше путешествие в мир детско-родительских отношений и узнаем, как сделать их более гармоничными и счастливыми.

История Алены и Ивана, которую мы хотим вам рассказать – это яркий пример того, как зернышки, заложенные в сына в раннем детстве властной матерью-тираном, могут повлиять на жизнь и отношения между людьми.

Алена выросла в благополучной семье, где ее уважали как личность и поддерживали во всех ее стремлениях. Она пошла учиться на медика, а затем решила продолжить свое образование и поступила на факультет психологии. Алена на момент встречи с Иваном была умной, самостоятельной, доброй и отзывчивой девушкой, которая искренне хотела помогать людям, мечтала о семье, детях. О любви.

Алена познакомилась с Иваном. Он произвел на нее впечатление красивого и умного молодого человека, который сразу же привлек ее внимание. Они начали встречаться и вскоре поняли, что любят друг друга. Алена была уверена, что Иван – это тот самый человек, с которым она хочет провести всю свою жизнь. Но не все так просто. Иван вырос в семье, где мать была авторитарной, властной и контролирующей. Она всегда была рядом с ним, принимала за него все решения и не давала ему свободы выбора. Порой просто унижала и даже оскорбляла его. Иван боялся своей матери и не мог ей

противостоять.

Когда Алена и Иван начали встречаться, мать Ивана сразу же начала проявлять недовольство. Она не хотела, чтобы ее сын встречался с Аленой, потому что она считала, что Алена не подходит для ее сына. Мать Ивана начала звонить ему каждый день и требовать, чтобы он прекратил отношения с Аленой. Кроме того, Иван, находясь в отношениях с Аленой, отдавал все заработанные деньги маме по ее требованию. Иван был в замешательстве. Он любил Алену, но не мог противостоять своей матери. Он начал скрывать свои отношения с Аленой от своей семьи и друзей.

Алена была очень расстроена таким поведением Ивана. Это унижало ее достоинство. Она не понимала, почему он не может просто сказать своей матери, что любит ее и хочет быть с ней. Алена пыталась поговорить с Иваном, но он всегда находил оправдания и не хотел обсуждать эту тему, врал и изворачивался.

Со временем отношения между Аленой и Иваном начали ухудшаться и держались только на терпении Алены. Алена чувствовала, что Иван любит ее, но... маму любит сильнее, и это какая-то другая любовь, основанная на почти животном страхе. Но все же дело шло к женитьбе, и даже было подано заявление в ЗАГС. Как вдруг накануне регистрации Иван просто исчез, предварительно заблокировав для Алены все свои аккаунты.

Занавес. Мама «победила».

История Алены и Ивана – это яркий пример того, как детско-родительские отношения могут повлиять на жизнь и отношения между людьми. В данном случае, мать Ивана не дала ему свободы выбора и не позволила ему быть счастливым с Аленой. Это привело к тому, что отношения между Аленой и Иваном разрушились.

Давайте рассмотрим несколько типов и форм детско-родительских отношений.

Авторитарные отношения – это отношения, которые характеризуются строгим контролем и ограничением свободы выбора ребенка. В таких отношениях родители принимают все решения за своих детей, не учитывая их мнение и желания. Они контролируют каждый шаг своих детей, не позволяя им принимать самостоятельные решения. Также родители могут использовать физические наказания и угрозы, унижают ребенка, сравнивают с другими. Они могут быть очень требовательными и не прощать ошибок, что может привести к тому, что ребенок будет чувствовать себя неуверенно и неудовлетворенно [2].

Гиперопекающие отношения – это отношения, которые характеризуются чрезмерной заботой и контролем со стороны родителей. В таких отношениях родители слишком заботятся о своих детях и не дают им возможности развиваться самостоятельно. Они постоянно контролируют своих детей и не позволяют им принимать даже самые незначительные решения. Т.е. родители не позволяют своему ребенку самостоятельно выбирать одежду или друзей. Они могут постоянно проверять его домашние задания и не давать ему возможности ошибаться. В результате ребенок может чувствовать себя неуверенно и становится неспособным принимать решения без помощи родителей даже во взрослом возрасте. Гиперопекающие отношения могут привести к тому, что ребенок будет чувствовать себя зависимым. Это может

негативно сказаться на его развитии и самооценке [2].

Равноправные отношения – это отношения уважением и взаимопониманием между родителями и детьми. В таких отношениях родители помогают своим детям принимать решения, но не контролируют каждый их шаг. Они уважают мнение и желания своих детей, а также учитывают их потребности и интересы [2].

Примером равноправных отношений может служить ситуация, когда родители обсуждают с ребенком его планы на будущее и помогают ему принимать решения, но не навязывают свое мнение, обсуждать с ребенком его проблемы. Равноправные отношения между родителями и детьми приводят к тому, что ребенок будет чувствовать себя уверенно и сможет принимать решения самостоятельно. Это положительно скажется и на его развитии, и на его самооценке во взрослом возрасте.

Отстраненные отношения – это тип отношений, в которых родители не уделяют своим детям достаточно внимания и заботы. Они не интересуются жизнью своих детей и не помогают им в решении проблем. Такие отношения могут привести к чувству одиночества, беспомощности и низкой самооценки у детей [2].

Отстраненные отношения могут быть вызваны различными причинами, такими как занятость родителей, их личными проблемами или отсутствием эмоциональной связи с ребенком. Однако, независимо от причины, такие отношения могут иметь негативные последствия для развития ребенка.

Дети, которые растут в отстраненных отношениях, могут испытывать трудности в установлении здоровых отношений с другими людьми, так как они не получили достаточного опыта эмоциональной поддержки и заботы от своих родителей. Они могут также испытывать проблемы с самооценкой и уверенностью в себе.

Компромиссные отношения – это тип отношений, в которых родители и дети находят компромиссы и уважают друг друга. Они общаются на равных и помогают друг другу в решении проблем. Такие отношения приводят к чувству уверенности, безопасности и поддержки у детей [2].

Дети, которые растут в компромиссных отношениях, испытывают меньше стресса и тревоги, так как они получают достаточное количество внимания и заботы от своих родителей. У них более высокая самооценка и уверенность в себе, так как они получают поддержку и понимание от своих родителей.

Таким образом, авторитарные отношения могут привести к тому, что дети не будут уметь принимать самостоятельные решения, а гиперопекающие – к тому, что дети не будут уметь справляться с жизненными трудностями. Равноправные отношения и компромиссные, напротив, смогут помочь детям стать самостоятельными и уверенными в себе.

Каждый тип отношений имеет свои особенности и требует индивидуального подхода, ведь и дети все разные.

Давайте теперь вернемся к истории Алены и Ивана и попробуем провести психологический анализ их истории, чтобы понять, какие факторы могли повлиять на их отношения. В случае с Аленой мы видим, что, поскольку она выросла в благополучной семье, где ее уважали как личность и поддерживали в

ее стремлениях, Алена выросла осознанным, самостоятельным человеком. Наверняка тип отношений в ее семье был равноправный или компромиссный, возможно, и была некоторая авторитарность родителей в ее здоровом проявлении. Но это не помешало Алене вырасти готовой к таким отношениям, где она могла бы быть равноправным партнером и иметь свободу выбора.

В случае же Ивана мы видим, что он вырос в семье, где его мать была авторитарной и контролирующей. Она всегда была рядом с ним, принимала за него все решения и не давала ему свободы выбора. Иван боялся своей матери и не мог ей противостоять. Как итог – Иван застрял в состоянии «ребенок», не повзрослел, не научился отвечать за свои поступки и принимать решения самостоятельно, в результате, не смог отстоять свою любовь и свое личное счастье.

Анализ этой истории позволяет нам понять, что детско-родительские отношения могут оказать значительное влияние на отношения между людьми уже во взрослом возрасте. В данном случае, мать Ивана не дала ему свободы выбора и не позволила ему быть счастливым с Аленой. Это привело к тому, что отношения между Аленой и Иваном разрушились.

Детско-родительские отношения – это сложный процесс, который требует внимания и заботы со стороны обеих сторон.

В литературе выделяют некоторые рекомендации, которые помогут улучшить отношения с детьми и создать здоровую семейную обстановку:

1. Уважайте своих детей как личность: родители должны уважать своих детей и давать им свободу выбора. Важно понимать, что каждый ребенок уникален и имеет свои собственные интересы и потребности.

2. Общайтесь на равных: родители должны общаться со своими детьми на равных и слушать их мнение. Важно уметь слушать и понимать своих детей, а также помогать им в решении их детских проблем, а не авторитарно навязывать им свое видение ситуации.

3. Не контролируйте каждый шаг своих детей: родители должны давать своим детям возможность развиваться самостоятельно и принимать решения. Доверяйте детям. Важно понимать, что контроль может привести к тому, что дети не будут уметь справляться с жизненными трудностями.

4. Учите своих детей ответственности: родители должны учить своих детей ответственности за свои поступки и решения. Важно понимать, что ответственность – это ключевой фактор для успешной жизни.

5. Не вмешивайтесь в отношения своих детей: родители должны уважать отношения своих детей и не вмешиваться в них. Каждый человек имеет право на свободу выбора и на то, чтобы строить свою жизнь так, как он считает нужным.

6. Учите своих детей самостоятельности: родители должны учить своих детей самостоятельности и умению справляться с жизненными трудностями [3].

Надо помнить о том, что каждый человек имеет право на свою личную жизнь и на принятие собственных решений. Если мы хотим быть счастливыми, мы должны научиться отстаивать свои интересы и не позволять другим людям контролировать нашу жизнь.

В заключение, можно сказать, что детско-родительские отношения играют огромную роль в формировании личности и отношений с окружающим

миром. Ошибки, допущенные родителями в детстве, могут оказать влияние на всю дальнейшую жизнь человека. В частности, авторитарное воспитание матери может негативно сказаться на личной жизни мужчины, вызывая страх перед принятием решений и неспособность устанавливать границы. Однако осознание проблемы и работа над собой могут помочь изменить сценарий развития событий. Это не только вопрос воспитания и заботы о детях, но и вопрос любви, уважения и понимания. Только при наличии здоровых и гармоничных отношений между родителями и детьми возможно во взрослом возрасте создание ими счастливой и успешной семьи.

Библиографический список

1. Вартанова, И. И. Мотивация учебной деятельности и особенности детско-родительских отношений : дайджест / И. И. Вартанова // Психология обучения. – 2005. – № 9. – С. 5 – 7.

2. Голубева, Е. В. Диагностика типов детско-родительских отношений / Е.В. Голубева // Российский психологический журнал. – 2009. – Т. 6. – С. 25-34.

3. Коновалова, А. М. Отношение подростков к родителям : уважение, любовь, признание авторитета / А. М. Коновалова // Семейная психология и семейная терапия. – 2009. – № 4. – С. 100- 114.

ББК 67.409.01

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАВ НА СВОБОДУ ВЕРОИСПОВЕДАНИЯ В КОНТЕКСТЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ МИНИМАЛЬНЫХ СТАНДАРТНЫХ НОРМ ПИТАНИЯ ОСУЖДЕННЫХ

М.А. Кляйн

Научный руководитель Ю.С. Пестерева

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский юридический университет»

Аннотация. Автор рассматривает проблему обеспечения верующих осужденных питанием с учетом религиозных пищевых запретов. Установленные минимальные нормы питания нарушают права осужденных, поскольку не предусматривает раздельного питания в зависимости от их вероисповедания, что закономерно влечет к обострению проблемы. Автором рассмотрены причины, которые препятствуют установлению норм питания для верующих осужденных, а также предложены пути решения такой проблемы.

Ключевые слова: нормы питания, религия, пищевые запреты, осужденные, дифференциация норм питания

PECULIARITIES OF THE REALIZATION OF THE RIGHTS TO FREEDOM OF RELIGION IN THE CONTEXT OF ENSURING MINIMUM STANDARD NUTRITIONAL STANDARDS FOR CONVICTS

M.A. Klyayn

Scientific supervisor Y.S. Pestereva

Private educational institution of higher education
«Siberian Law University»

Annotation. The author considers the problem of providing believing convicts with nutrition taking into account religious food prohibitions. The established

minimum nutritional standards violate the rights of convicts because they do not provide for separate nutrition depending on their religion, which naturally leads to the aggravation of the problem. The author considers the reasons that prevent the establishment of nutritional standards for believing convicts, and also suggests ways of solving such a problem.

Keywords: nutrition standards, religion, food prohibitions, convicts, differentiation of nutrition standards

Европейские пенитенциарные правила устанавливают, что заключенные обеспечиваются комплексным питанием с учетом их возраста, состояния здоровья, религии, культуры и характера их работы. Они носят рекомендательный характер для членов Совета Европы. Российской Федерация прекратила свое членство в Совете Европы 16 марта 2022 года. До определенного момента пенитенциарное законодательство развивалось в рамках европейских стандартов, но в связи с прекращением членства Россия юридически не связана с правовыми актами организации. Соответственно, согласно статье 3 УИК рекомендации (декларации) международных организаций по вопросам исполнения наказаний и обращения с осужденными, больше не используются и не реализуются в уголовно-исполнительном законодательстве Российской Федерации.

Нормы питания осужденных подразделяются на: общие минимальные нормы (для всех осужденных) и повышенные нормы питания (для беременных и кормящих женщин, больных, инвалидов I и II групп, несовершеннолетних, лиц, занятых на работах с тяжелыми и вредными условиями труда). Отсюда следует, что законодатель предусмотрел дифференциацию норм питания в зависимости от демографо-биологических особенностей состояния здоровья. Однако, на сегодняшний день стоит вопрос с установлением норм питания для отдельной категории лиц, а именно осужденных, относящих себя представителям определенных религий. Известно, что в России существует четыре традиционных конфессии: православие, ислам, иудаизм и буддизм. В каждой религии существуют свои ограничения, закрепленные священными текстами, которые распространяются не только на поведение человека в жизни, но и на питание (пищевые запреты).

Православные христиане, например, придерживаются великих постов в течение года, во время которых воздерживаются от употребления определенных продуктов, таких как мясо (мясные изделия), яйца и молочные продукты и т.д. В исламе и иудаизме, существуют запреты на употребление определенных видов мяса. Мусульманам и иудеям запрещено есть свинину, иудеи в свою очередь не едят мясо животных, которые не имеют раздвоенных копыт и не жуют жвачку. Буддисты, как правило, придерживаются вегетарианства. Вышеперечисленные продукты, на которые распространяются ограничения, входят в ежедневный рацион осужденных и уголовно-исполнительное законодательство не предусматривает учет религиозных пищевых запретов. Поэтому осужденные считают, что установленные минимальные нормы питания нарушают их права, поскольку не предусматривает раздельного питания в зависимости от их вероисповедания.

Рассмотрим с позиции за и против, поскольку однозначно занять позицию затруднительно.

Во – первых, могут (и возникнут) проблемы с идентификацией принадлежности лица к той или иной конфессии (и не просто конфессии, а то что осужденный действительно является верующим). Если брать другие категории осужденных, то например, беременность женщин подтверждается заключением врача и они обеспечиваются соответствующим питанием, установленным для данной категории лиц.

В Германии существует налог на церковь, который обязан платить гражданин, если называет себя последователем определенной конфессии. Такой налог собирается с граждан налоговой службой, соответственно можно получить документ, подтверждающий факт того, что человек действительно является верующим. На фоне закрепления раздельного питания может возникнуть злоупотребление правом осужденными. Считавший себя мусульманином, который не ел свинину, решил стать вовсе христианином и есть все, либо придерживаться вегетарианства уже по своему желанию, а не по религиозным убеждениям.

Во – вторых, это организация питания. Известно, что верующие христиане, в определенный период держат пост, т.е. отказываются от определенных продуктов. Помимо того, что мусульмане и иудеи не едят свинину, мусульмане также держат пост в период священного месяца Рамадана. Пища в такой месяц принимается рано утром (сухур) и вечером (ифтар). Буддисты, которые, придерживаются вегетарианства, т.е. отказываются от потребления продуктов животного происхождения и рацион полностью состоит из растительной пищи. Таким образом, мы видим нюансы, которые есть в религиях, учет которых может привести к трудностям в планировании и приготовлении пищи (разработка меню для с учетом запретов, имеющих в данных религиях, привлечение доп. персонала, отдельное приготовление пищи, а также изменение правил внутреннего распорядка).

В-третьих, нельзя забывать, что заключенные - люди подневольные и лишены свободы. При таких обстоятельствах с человека снимается ответственность за употребление в пищу запрещенного продукта, в том числе можно не держать пост.

В-четвертых, все осужденные равны перед законом, т.е. не устанавливаются какие-либо преимущества для осужденных в зависимости от расы, цвета кожи, пола, языка, религиозных, политических и других убеждений, национального или социального происхождения, имущественного положения, семейного происхождения или социального положения. Уголовно-исполнительное законодательство основано на императивных нормах и требует формализации тех или иных норм, которые могли бы предусматривать питание верующих осужденных. Например, до осужденных было доведено решение начальника УФСИН России по Республике Мордовия о замене во всех ИК УФСИН Мордовии мяса свинины для мусульман на мясо говядины или птицы, учитывая особенности питания осужденных, исповедующих ислам. В таком случае необходимо либо предусматривать отдельные нормы питания для всех верующих (с учетом нюансов) либо не предусматривать вообще, поскольку таким образом нарушаются права других верующих осужденных, где не предусмотрены подобные изменения в питании. С другой стороны, осужденным гарантируются свобода совести и свобода вероисповедания, они

вправе исповедовать любую религию либо не исповедовать. Поскольку у осужденных есть право, то у исправительного учреждения появляется обязанность по организации всеми необходимыми условиями, в том числе и питанием.

Известно, что многие осужденные из числа мусульман вынуждены отказываться от еды, поскольку в ней присутствует свинина и другие запрещённые религией ингредиенты и добавки. Для некоторых осужденных, придерживаться религиозных предписаний очень важно. Ведь любой, кто нарушит такие предписания «навлекает гнев Всевышнего», и учет религиозных пищевых ограничений необходим для обеспечения уважения к религиозным убеждениям осужденных и сохранения их физического и психического здоровья.

Таким образом, однозначно ответить на вопрос «необходимо ли предусмотреть отдельное питание для осужденных из числа верующих?» трудно, поскольку есть объективные причины, которые сейчас так или иначе препятствуют реализации таких положений. Однако, мы можем предложить следующие пути решения:

1) упрощенная идентификация путем предоставления расписки, в которой осужденный указывает, какую он религию исповедует (на протяжении все срока отбывания наказания);

2) разработка норм питания для осужденных, с учетом религиозных пищевых запретов;

3) решение организационных вопросов: привлечение дополнительного персонала, отдельное приготовление пищи, разработка меню с учетом всех нюансов, изменение правил внутреннего распорядка.

Библиографический список

1. Постановление Правительства РФ от 11 апреля 2005 г. N 205 «О минимальных нормах питания и материально-бытового обеспечения осужденных к лишению свободы, а также о нормах питания и материально-бытового обеспечения подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений, находящихся в следственных изоляторах Федеральной службы исполнения наказаний, в изоляторах временного содержания подозреваемых и обвиняемых органов внутренних дел Российской Федерации и пограничных органов федеральной службы безопасности, лиц, подвергнутых административному аресту, задержанных лиц в территориальных органах» // СЗ. - 2005. - № 16. – Ст. 1455

2. Приказ Министерства юстиции РФ от 17 сентября 2018 г. № 189 «Об установлении повышенных норм питания, рационов питания и норм замены одних продуктов питания другими, применяемых при организации питания осужденных, а также подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений, находящихся в учреждениях Федеральной службы исполнения наказаний, на мирное время» // www.pravo.gov.ru 20.09.2018 г

3. Баранков, В. Л. Правовая регламентация питания лиц, отбывающих наказание в учреждениях уголовно-исполнительной системы/ В.Л. Баранков // Журнал российского права. - 2014. - №4. – С. 57-64. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pravovaya-reglamentatsiya-pitaniya-lits->

otbyvayuschih-nakazanie-v-uchrezhdeniyah-ugolovnoispolnitelnoy-sistemy/viewer
(дата обращения: 05.04.2024)

4. Общественная наблюдательная комиссия Республики Мордовия проверила ИК-5 // Федеральная служба исполнения наказания: официальный сайт. – 2012 – URL: https://fsin.gov.ru/news/detail.php?ELEMENT_ID=34817&sphrase_id=2904717 (дата обращения: 05.04.2024)

ББК 65.052.02

УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ УЧЕТ И ЕГО РОЛЬ В ПРИНЯТИИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

А.Ю. Колоскова, П.А. Маренцова

Научный руководитель Е.А. Касюк

АНОО ВО «Сибирский институт бизнеса и информационных технологий»

Аннотация. В статье исследуются основные аспекты управленческого учета и его роль в принятии стратегических и тактических решений, рассматриваются особенности управленческого учета в различных отраслях и типах организаций. Авторы подчеркивают, что эффективное использование управленческого учета требует учета специфических особенностей отраслей и компаний, а также умения интерпретировать полученные данные и применять их для принятия оптимальных управленческих решений.

Ключевые слова: управленческий учет, управленческие решения, принципы управленческого учета, показатели управленческого учета

MANAGEMENT ACCOUNTING AND ITS ROLE IN MANAGEMENT DECISION MAKING

A.Yu. Koloskova, P.A. Marentsova

Scientific adviser E.A. Kasyuk

ANOO VO "Siberian Institute of Business and Information Technologies"

Annotation. The article examines the main aspects of management accounting and its role in making strategic and tactical decisions, examines the features of management accounting in various industries and types of organizations. The authors emphasize that the effective use of management accounting requires taking into account the specific features of industries and companies, as well as the ability to interpret the data obtained and apply them to make optimal management decisions.

Key words: management accounting, management decisions, principles of management accounting, indicators of management accounting

Современный мир требует все более сложного процесса управления организацией. Это вполне логично в условиях постоянного развития рынка, огромной конкуренции и информационного перенасыщения, требующего эффективной обработки для принятия управленческих решений. Руководитель предприятия несет огромную ответственность в выборе стабильного курса развития организации на долгий срок. Ведь положительная динамика развития предприятия в полной мере зависит от качества учета, структуры предприятия и выбора объектов управления. В условиях современных рыночных отношений недостаточно придерживаться традиционных подходов в управлении

предприятием – необходима гибкость и учет особенностей самой организации. Чтобы разработать эффективную стратегию управления, необходимо иметь доступ к адекватной и своевременной информации, уметь использовать ее по назначению. Основой для этого является управленческий учет, благодаря его функциям.

Управленческий учет играет неоспоримую роль в принятии управленческих решений. Это сложная и многогранная система, которая помогает осуществлять контроль за финансовыми и операционными процессами внутри организации. Ее целью является предоставление руководству компании актуальной и объективной информации для принятия взвешенных и обоснованных решений [2].

Одной из важнейших функций управленческого учета является контроль за финансовыми ресурсами предприятия. Благодаря этому процессу руководство имеет возможность анализировать финансовые результаты, оценивать эффективность использования средств, а также выявлять и устранять возможные финансовые риски. Точное и своевременное ведение управленческого учета обеспечивает компании стабильность и позволяет принимать наиболее выгодные финансовые решения [1].

Еще одним важным аспектом управленческого учета является контроль за операционными процессами предприятия. С его помощью можно анализировать затраты на производство, оптимизировать поставки и запасы, а также определить наиболее эффективные методы ведения бизнеса. Регулярный мониторинг операционных процессов позволяет выявлять слабые места и улучшать работу компании в целом.

Владение информацией является ключом к успешному управлению. Управленческий учет предоставляет руководству компании всю необходимую информацию для принятия правильных решений. Этот процесс включает в себя сбор, классификацию, интерпретацию и представление данных, а также анализ финансовых показателей. Благодаря своевременному и точному учету руководство может на основе объективной информации принимать взвешенные решения, что является залогом успеха и развития предприятия [2].

Принципы управленческого учета также играют ключевую роль в принятии управленческих решений в любой организации. Эти принципы помогают собирать, обрабатывать и анализировать информацию о финансовом состоянии компании, ее результативности и эффективности деятельности.

Основные принципы управленческого учета:

- ориентация на потребности руководства. Управленческий учет должен быть ориентирован на конкретные потребности руководства организации и предоставлять информацию, необходимую для принятия стратегических и тактических решений;

- гибкость и адаптивность. Система управленческого учета должна быть гибкой и адаптивной к изменяющимся условиям внешней среды и внутренней деятельности организации;

- целенаправленность. Управленческий учет должен быть направлен на достижение целей организации и обеспечение ее устойчивого развития;

- интегрированность. Управленческий учет должен быть интегрирован в общую систему управления организацией и взаимодействовать с другими

функциональными областями.

Без учета этих принципов организации могут столкнуться с серьезными проблемами в управлении своей деятельностью. Недостоверная и несвоевременная информация может привести к неправильным решениям, потерям и неэффективному использованию ресурсов.

Правильное применение принципов управленческого учета позволяет управленческому персоналу принимать обоснованные решения, оптимизировать бизнес-процессы, улучшать финансовое состояние организации и повышать конкурентоспособность на рынке.

В связи с современными технологическими достижениями, управленческий учет становится еще более эффективным. Автоматизация процессов позволяет ускорить и упростить работу с данными, а также минимизировать возможность ошибок. Программные платформы и специализированные системы упрощают сбор информации, ее анализ и отчетность.

Основные показатели управленческого учета для принятия управленческих решений могут включать:

1) Показатели финансовой устойчивости:

- Отношение собственных средств к общей стоимости активов (собственный капитал / общая стоимость активов);

- Отношение текущих активов к текущим обязательствам (текущие активы / текущие обязательства).

2) Показатели рентабельности:

- Рентабельность активов (чистая прибыль / общая стоимость активов);

- Рентабельность капитала (чистая прибыль / собственный капитал).

3) Показатели эффективности использования ресурсов:

- Оборачиваемость активов (выручка / общая стоимость активов);

- Оборачиваемость оборотного капитала (выручка / оборотный капитал).

4) Показатели ликвидности:

- Коэффициент текущей ликвидности (текущие активы / текущие обязательства);

- Коэффициент быстрой ликвидности (ликвидные активы / текущие обязательства).

5) Показатели структуры активов и обязательств:

- Доля долгосрочных активов в общей стоимости активов;

- Доля долгосрочных обязательств в общей стоимости обязательств.

Для расчета всех вышеперечисленных показателей необходимо иметь доступ к финансовой отчетности компании и провести соответствующие математические операции с финансовыми показателями, полученными из отчетности.

Для эффективного управления организацией при принятии управленческих решений могут быть использованы следующие инструменты и методы [3]:

- анализ SWOT: позволяет оценить сильные и слабые стороны организации, а также выявить возможности и угрозы внешней среды;

- анализ PESTEL: служит для оценки политических, экономических, социальных, технологических, экологических и юридических факторов,

которые могут повлиять на организацию;

- балансировка рисков: позволяет оценить вероятность и последствия возможных рисков и разработать стратегии и тактики их управления;

- проектный менеджмент: метод, позволяющий структурировать и организовать работу по достижению конкретных целей с учетом заданных ресурсов и времени;

- методы качественного и количественного анализа: позволяют оценить эффективность различных альтернативных решений и выбрать оптимальный вариант;

- управление процессами: метод, основанный на анализе бизнес-процессов организации с целью оптимизации их работы и повышения эффективности деятельности;

- ключевые показатели эффективности (KPI): позволяют измерить и оценить результаты работы организации по заданным критериям;

- коммуникационные технологии: помогают обмениваться информацией и координировать работу между различными участниками организации;

- системы управления качеством: методы и инструменты, которые позволяют обеспечить постоянное совершенствование работы организации и удовлетворение требований клиентов;

- автоматизация и информационные системы: позволяют автоматизировать рутинные задачи и обеспечить доступ к актуальной информации для принятия управленческих решений.

В заключение, управленческий учет играет ключевую роль в принятии управленческих решений и оптимизации деятельности организации. Он предоставляет руководству необходимую информацию о финансовом состоянии предприятия, особенностях производственных процессов и стоимости ресурсов. Благодаря этому менеджеры могут принимать обоснованные и обоснованные решения, основанные на анализе данных и прогнозирование будущих результатов. Управленческий учет позволяет эффективно контролировать и оценивать деятельность организации и реагировать на изменения и вызовы бизнес-среды. Управленческий учет играет незаменимую роль в принятии управленческих решений. Благодаря своей всеобъемлющей системе контроля финансовых и операционных процессов, он позволяет руководству компании иметь полную картину текущего состояния дел и влиять на будущее развитие предприятия. Корректность и актуальность учетной информации обеспечивает необходимую обратную связь и позволяет предпринимать меры по оптимизации работы и удовлетворению потребностей клиентов.

Библиографический список

1. Албу, А. А. Управленческий учет и его роль в принятии управленческих решений / А. А. Албу // Молодой ученый. – 2019. – № 13(251). – С. 93-95. – URL: <https://moluch.ru/archive/251/57634/> (дата обращения: 16.03.2024).

2. Райимбердиева, О. Р. Роль и место управленческого учета в управлении предприятием и его совершенствование / О. Р. Райимбердиева. // Молодой ученый. – 2019. – № 10(90). – С. 775-777. – URL: <https://moluch.ru/archive/90/17905/> (дата обращения: 16.03.2024).

3. Управленческий учет: цели, методы и роль в принятии управленческих решений // Научные статьи.Ру : [сайт]. – URL: <https://nauchniestati.ru/spravka/organizacziya-upravlencheskogo-ucheta-i-upravlencheskoj-otchetnosti/> (дата обращения: 16.03.2024).

ББК 74.02

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ УЧЕБНОЙ ИНФОРМАЦИИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

А.А. Колпаков, А.А. Ерошина, А.А. Машанов

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье обсуждаются вопросы применения визуализации учебной информации как одной из тенденций развития современного информационного образовательного пространства. Использование данной технологии дает ряд преимуществ, но также имеет и ряд недостатков, которые необходимо решить

Ключевые слова. Визуализация учебной информации, электронные образовательные ресурсы

VISUALIZATION OF EDUCATIONAL INFORMATION AS A PEDAGOGICAL PROBLEM

A.A. Kolpakov, A.A. Eroshina, A.A. Mashanov

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract: The article discusses the application of visualization of educational information as one of the trends in the development of the modern information educational space. The use of this technology provides a number of advantages, but also has a number of disadvantages that need to be addressed

Keywords: Visualization of educational information, electronic educational resources

В условиях цифровой трансформации образовательной системы широкое распространение, получили электронные образовательные ресурсы (ЭОР). В различных исследованиях отмечается что ЭОР «оптимизируют учебный процесс, предоставляя инструменты, соответствующие духу времени, формируя условия для индивидуализации обучения, повышения учебно-познавательной активности обучающихся, снижения их утомляемости и т.д.» [4]

Существуют разные определения понятия «электронные образовательные ресурсы». Авторы нацпроекта «Образование» под ЭОР понимают «учебные материалы, для воспроизведения которых применяются электронные устройства». В соответствии с национальным государственным стандартом ГОСТ Р 53620-2009 «Информационно-коммуникационные технологии в образовании. Электронные образовательные ресурсы» ЭОР представляет собой «образовательный ресурс, представленный в электронно-цифровой форме и

включающий в себя структуру, предметное содержание и метаданные о них» [2].

Таким образом, можно рассматривать ЭОР, с технической точки зрения, как совокупность вычислительной техники и данных, с точки зрения пользователя, как образовательный контент, то есть комплекс содержательных элементов, представляющих объекты, процессы, абстракции, которые являются предметом изучения.

Существует множество разных видов ЭОР, от самых простых, по сложности исполнения и характеру представления информации, текстовых, до мультимедийных. Но одним из самых популярных видов являются ЭОР, представляющие информацию в визуальном виде, так как современные обучающиеся, в основном, имеют фрагментарно - дискретный (клиповый) способ восприятия информации. Следовательно, актуальной становится технология визуализации учебной информации.

Чаще всего под визуализацией информации понимают «процесс представления данных в виде изображения с целью максимального удобства их понимания, усвоения» [5].

Но, стоит акцентировать, что визуальная учебная информация не является просто иллюстрацией учебного материала, а является «независимым, альтернативным источником на уроке. Такую информацию нужно анализировать, осмысливать, порой генерировать самостоятельно» [6].

Г.В. Лаврентьев, описывая технологию визуализации учебной информации включал в нее: комплекс учебных знаний, визуальные способы их предъявления; визуально-технические средства передачи информации; приемы развития визуального мышления [3].

Применение визуализации учебной информации в образовательном процессе очень разнообразно и зависит от информационных возможностей преподавателя и программно-технического оснащения. Это могут быть достаточно традиционные средства визуализации, такие как мультимедийные презентации, образовательный видеоконтент и т.д. Так и альтернативные средства визуализации, которые моделируют проблемную ситуацию (ролевые игры, ситуационные тренинги, кейсы).

Исследователи отмечают целый ряд педагогических задач, которые могут быть решены применением технологий визуализации учебной информации:

- интенсификация процесса обучения;
- активизация познавательной деятельности;
- формирование и развитие критического и визуального мышления, зрительного восприятия, образного представления знаний и учебных действий;
- передачи знаний и распознавания образов;
- повышения визуальной грамотности и визуальной культуры.

Но, не смотря на всю привлекательность данной технологии, исследователи отмечают достаточно широкий спектр ее недостатков по разным показателям: физическим характеристикам, аналитической направленности, художественно-эстетическим и др.

С.В. Аранова [1] выделяет следующие недостатки:

1. Проблемы научно-дидактического характера. Состоят в противоречии между опытом использования продуктов компьютерной визуализации и

отсутствием научно-дидактического обоснования их применения, а также отсутствием учета возрастных особенностей учащихся и специфики учебной информации;

2. Проблемы технологического характера. Включают зависимость от информационно-технического оборудования.

3. Проблемы этического и нормативного характера. Касаются вопросов заимствования без указания авторских ссылок, из-за чего множатся ошибки, наносится урон ценностно-смысловому базису образовательного процесса. А также отсутствия четких требований к оценке визуальной составляющей ЭОР.

Также С.В. Арановой отмечается тот факт, что обозначенные проблемы усугубляются разными взглядами на визуализацию информации у учителей и учащихся, так как «поле учителя определяется практикой использования наглядности в согласии с принципом дидактики и особенностями учебного предмета, а также интуитивно, на основе готовых визуальных решений из различных ресурсов... Поле учащегося наполняется стихийно: исходя из различия требований учителей-предметников, а в большей степени - под влиянием нерегламентируемого потока ярких и привлекательных продуктов визуализации из области рекламы, массовой культуры, СМИ, сети интернет» [1].

Таким образом, визуализация учебной информации, при всех положительных сторонах ее использования в образовательном процессе, наличие некоторого практического опыта ее использования, педагогическая теория ее использования остаётся не до конца разработанной, что порождает целый ряд противоречий, которые необходимо срочно решать.

Библиографический список

1. Аранова С.В. Формирование культуры визуализации учебной информации школьника: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Аранова С.В.: Санкт-Петербург, 2023. – 412 с.

2. ГОСТ Р 53620-2009 Информационно-коммуникационные технологии в образовании. Электронные образовательные ресурсы: дата введения 01.01.2011, дата актуализации: 01.07.2023 / Федеральное агентство по техническому регулированию. – Изд. официальное. – Москва : Стандартинформ, 2018. – 6 с

3. Лаврентьев Г.В., Колмакова Л.А. Организация обучения в образовательных профессиональных учреждениях с использованием методов когнитивной визуализации учебной информации // Известия АлтГУ. 2014. №2 (82). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-obucheniya-v-obrazovatelnyh-professionalnyh-uchrezhdeniyah-s-ispolzovaniem-metodov-kognitivnoy-vizualizatsii-uchebnoy> (дата обращения: 10.04.2024).

4. Селезнева О.В. Методические аспекты использования средств визуализации в контенте электронных учебников // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2022. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodicheskie-aspekty-ispolzovaniya-sredstv-vizualizatsii-v-kontente-elektronnyh-uchebnikov> (дата обращения: 14.04.2024).

5. Сорока О.Г., Васильева И.Н. Визуализация учебной информации. URL: http://elib.bspu.by/bitstream/doc/10693/1/Soroka_PS_12_2015.pdf (дата обращения: 15.03.2024)

6. Черкасова Л.В. Технология визуализации учебного материала как способ формирования у школьников информационной компетентности // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2019. №1 (58). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-vizualizatsii-uchebnogo-materiala-kak-sposob-formirovaniya-u-shkolnikov-informatsionnoy-kompetentnosti> (дата обращения: 01.04.2024)

ББК 75.0

ОСОБЕННОСТИ БИОМЕХАНИЧЕСКОГО АНАЛИЗА ДВИЖЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА

Е.Н. Коноплева

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева»

Аннотация: В данной работе мы рассматриваем понятие биомеханики, как науки, понятие биомеханического анализа движений человека, этапы биомеханического анализа статических положений или движений человека

Ключевые слова: Биомеханика, опорно-двигательная система, физические упражнения

FEATURES OF BIOMECHANICAL ANALYSIS OF HUMAN MOVEMENTS

E.N. Konopleva

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: In this paper, we consider the concept of biomechanics as a science, the concept of biomechanical analysis of human movements, the stages of biomechanical analysis of static positions or human movements.

Keywords: Biomechanics, musculoskeletal system, physical exercises

Каждый день человек совершает какие-либо движения, будь то ходьба, бег, физические упражнения и т.д. Движения являются основой жизни любого человека и подчиняются законам механики. Биомеханика является одной из старых ветвей биологии. Свое начало она берет в работах Аристотеля и Галена. Данная наука изучает свойства и функции опорно - двигательного аппарата и двигательные действия человека на основании понятий, принципов и законов классической механики. Биомеханика является смежной наукой, так как она совмещает в себе биологию и механику. В данной науке можно выделить три направления исследования:

1. Биомеханика физических упражнений;
2. Инженерная биомеханика;
3. Медицинская биомеханика. [1]

В нашем случае мы будем рассматривать первое направление исследования.

Биомеханика физических упражнений пополняет теорию физического воспитания, благодаря исследованиям одной из сторон физических упражнений – техники. Данное исследование направлено на поиск рациональной техники спортивных упражнений, совершенствование их кинематической и динамической структуры, научное обоснование эффективной методики

обучения двигательным действиям.

В биомеханических исследованиях есть 3 этапа:

1. Регистрация данных (биомеханических характеристик).
2. Обработка результатов регистрации.
3. Биомеханический анализ. [2]

Рассмотрим третий этап - биомеханический анализ. Целью этого анализа является установление биомеханических закономерностей построения техники исследуемых спортивных упражнений, обоснование выводов и рекомендаций.

Разберем основные этапы данного анализа:

Первым этапом является **изучение внешней картины двигательной деятельности**. Данный этап представляет собой выяснение, из каких двигательных действий она состоит, и в каком порядке действия следуют друг за другом. Как пример можно рассмотреть проведение занятия профессионально-прикладной физической культуры в университете. Данное занятие состоит из определенного комплекса упражнений. Для правильного составления данного комплекса на занятие необходимо учитывать влияние предшествующих упражнений на последующие по характеру, продолжительности и интенсивности.

Второй этап представляет из себя **выяснение причин, вызывающих и изменяющих движения**. Данный этап заключается в регистрации динамических характеристик. Необходимость регистрации этих данных обусловлена тем, что отсутствует возможность визуального контроля за причинами, вызывающими и изменяющими движения. Для анализа данных причин наибольшее значение имеют величины сил, действующих на человека извне и создаваемых его собственными мышцами.

Третий этап - **определение топографии работающих мышц**. Для составления списка упражнений для занятия, необходимо правильно понимать какие мышцы задействуются в упражнениях. От понимания того, какие мышцы в большей степени участвуют в двигательной деятельности упражнения можно из неопределенного ряда физических упражнений отобрать комплекс упражнений, способствующий развитию определенных мышц и их координации. Есть 3 типа работы мышц, которые различают в зависимости от количества задействованной мышечной массы:

- глобальную мышечную работу (более 2/3);
- регионарную (от 1/3 до 2/3);
- локальную (менее 1/3).

К глобальной мышечной работе можно отнести такие виды спорта, как бег, плавание, лыжный спорт. Выполнение общеразвивающих гимнастических упражнений относится к региональной работе. Такими упражнениями могут быть гимнастические упражнения, выполняемые только мышцами рук и пояса верхних конечностей, мышцами туловища. К локальной мышечной работе относят изолированные упражнения, например, подъем штанги на бицепс, разгибания на трицепс, стрельбу из лука, из пистолета, определенные гимнастические упражнения. Для определения того, какие именно мышцы участвуют в том или ином упражнении регистрируют их электрическую активность. По данным электрической активности составляют электромиограмму, которая позволяет определить интенсивность работы

мышц. Далеко не секрет, что разные движения характеризуются по кинематике и динамике по-разному. Точно так же и электрокимографический портрет движений неодинаков в разных упражнениях.

Четвертым этапом является **определение энергетических затрат и того, насколько целесообразно расходуется энергия работающих мышц**. На данном этапе происходит регистрация энергетических характеристик. Для понимания целесообразности расхода энергии необходимо определить экономичность. Данный показатель считается по отношению полезных энергозатрат ко всей потраченной энергии.

Пятый этап является заключительным. На данном этапе происходит **выявление оптимальных двигательных режимов**. Этот этап представляет из себя выбор наиболее оптимальной техники двигательных действий и наилучшей тактики двигательной деятельности. На данном этапе происходит подсчет шести критериев оптимальности (показатель, используемый для оценки степени достижения поставленной цели).

Первым критерием является **экономичность**. Данный критерий обратно пропорционален энергии, затрачиваемой на единицу выполняемой работы или метр пройденного пути. Экономичность позволяет правильно организовать количество и качество упражнений.

Второй критерий - **механическая производительность**. Механическая производительность зависит от выполняемого объема работы за определенное время и быстроты выполнения данного объема работы. Данный критерий помогает скорректировать комплекс упражнений для большего КПД работы для определенных видов упражнений.

Точность двигательных действий является третьим критерием. Данный критерий имеет два вида: целевая точность и точность воспроизведения заданной внешней картины движений. Первый вид рассчитывается отклонением точки попадания от центра мишени или отношением числа успешно выполненных двигательных действий к их общему числу. Второй вид напрямую зависит от выполнения того или иного упражнения в соответствии со стандартами.

Четвертым критерием является **эстетичность**. Данный критерий рассчитывается близостью кинематики к эстетическому идеалу – общепринятому или принятому в данном виде спорта (фигурном катании, художественной гимнастике, синхронном плавании и т. п.).

Пятый критерий – **комфортабельность**. Данный критерий определяется плавностью движений. Чем выше плавность движений при ходьбе, беге и т. п., тем выше комфортабельность и наоборот.

Последним, шестым критерием является **безопасность**. Чем меньше вероятность травмы, тем выше безопасность. [3]

В заключение стоит отметить, биомеханика движений человека является одной из самых важных и основополагающих наук. Биомеханический анализ движений человека позволяет определить самый оптимальный, безопасный и комфортабельный комплекс упражнений для занятия спортом. Подсчет разных критериев оптимальности позволяет обеспечить комплекс упражнений большим КПД работы и меньшей вероятности получения травмы. Польза от этого анализа напрямую зависит от стремления человека разобраться в технике и

тактике упражнений. Это показывает, что биомеханический анализ является достаточно трудоемким.

Библиографический список

1. Загrevский В.И. 3-14 Биомеханика физических упражнений: Учебное пособие. - Могилев: МГУ им. АЛ. Кулешова, 2003. - С. 11.

2. Загrevский В.И. 3-14 Биомеханика физических упражнений: Учебное пособие. - Могилев: МГУ им. АЛ. Кулешова, 2003. – С.25.

3. Зданевич А. А. Биомеханика : учебно-методический комплекс / А. А. Зданевич, Л. В. Шукевич ; под общ. ред. А. А. Зданевича. – Брест : БрГУ имени А.С. Пушкина, 2020. – С. 41-44.

4. Курьсь В. Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения: учебное пособие / В. Н. Курьсь. – М.: Советский спорт, 2013. – 368с.

5. Рудаков Р. Н. Теоретическая механика и её приложения к решению задач биомеханики: учебное пособие / Р. Н. Рудаков, Ю. И. Няшин, О. Р. Ильялов, Р. М. Подгаец. – Пермь: Изд-во Пермского государственного технического университета, 2010. – 141с.

ББК 75.1

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Е.Н. Коноплева

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева»

Аннотация: В статье приведен анализ исследования влияние спорта на студентов. Представлено влияние физкультурного образования на здоровье и общее состояние студентов.

Ключевые слова: Физическая подготовка, физические упражнения, студенческий спорт, здоровый образ жизни, современные проблемы здоровья

MODERN PROBLEMS OF HEALTH AND HEALTHY LIFESTYLE IN PHYSICAL EDUCATION

E.N. Konopleva

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: The article provides an analysis of the study of the influence of sports on students. The influence of physical education on the health and general condition of students is presented.

Keywords: Physical training, physical exercises, student sports, healthy lifestyle, modern health problems

Первоочередным вопросом всех существующих сегодня учебных заведений - определено поддержка и усовершенствование физической подготовки обучающихся. Контролирующие мероприятия по массовому студенческому спорту, по общему физическому воспитанию и наблюдением за здоровьем студентов входит в задачи ректора, а непосредственно исполнение мероприятий поручено административным структурам и общественным

объединениям учебного заведения. Ответственность за учебный процесс по физической культуре и спорту обучающихся на основании учебного плана и программы возложена на кафедру физического воспитания учебного заведения. И наконец, спортивная, физкультурная и оздоровительная работа осуществляется кафедрами общественными объединениями.

Возрастающая мода на занятия спортом и здоровый образ жизни можно увидеть по растущему количеству фитнес-центров и повышающемуся спросу на «правильные» продукты и объекты спортивного питания. Высшие учебные заведения, в которых существует какой-либо спортивный клуб, сразу становятся на порядок выше в рейтинге по отношению к другим университетам, следовательно, выглядят более привлекательными для абитуриентов. Спортивные выступления студенческой команды в значимых соревнованиях могут привести к сотрудничеству учебного заведения с фирмой спортивной одежды, которая может использовать спортсменов именно этого ВУЗа для рекламы их бренда. Безусловно, студенческий спорт - не только площадка для реализации талантливых учеников, но и одно из любимых зрелищных мероприятий, которое неоспоримо вызывает большой интерес у зрительной аудитории. А именно ВУЗовский спорт может иметь достаточную аудиторию поклонников.

По имеющимся статистическим данным отношение учащихся к спортивным занятиям и здоровому образу жизни, указываю на большой спрос студентов на занятия физической культурой и оздоровлением организма. Многие студенты уверены, что именно здоровый образ жизни и спорт придает им уверенность в себе, дарит хорошее настроение, и многие хотят остаться в спорте профессионально. Студентам было предложено проанализировать высказывание «вести здоровый образ жизни для студента почти невозможно», на что получили 37 процентов положительных ответов, однако 43 процента не согласились с высказыванием. Интересным фактом является то, что большинство не согласившихся с высказыванием, это студенты, проживающие в квартирах или домах. Они уверены, что студент вполне может ориентироваться на здоровый образ жизни (61 %). Однако, студенты, проживающие в общежитии, имеющие определенные жизненные трудности - не согласны с ними.

Вовсе не все молодые люди имеют возможность заниматься физкультурой и спортом, у многих из них имеются освобождения по медицинским показаниям. В настоящее время в нашем обществе имеется не одна проблема, связанная с состоянием здоровья детей и молодых людей. Не все из них умеют и имеют возможность целенаправленно, осознанно и добровольно вести здоровый образ жизни. Организм человека, а особенно молодой организм - сложная биологическая система, имеющая способности к саморегуляции и саморазвитию. Она находящаяся в непосредственном взаимодействии с динамическими условиями жизни и окружающей внешней среды.

Здоровье можно рассматривать в широком смысле этого слова. Безусловно, это не только отсутствие какой-либо болезни, но и физическое, морально - нравственное, психоэмоциональное, социальное, интеллектуальное благополучие.

Единственным возможным способом сохранения и укрепления здоровья человека можно обозначить здоровый образ жизни (ЗОЖ). Рассмотрим, что

составляет ЗОЖ: первым параметром хочу обозначить - режим дня, затем - рациональное питание и личная гигиена, немаловажную роль играют закаливание и двигательная активность, а также положительные эмоции и позитивность мышления. Безусловно, все они очень важны, но здорового образа жизни не будет, если отсутствует трезвость и присутствуют другие вредные привычки.

Оздоровление организма - это совместная работа студента - спортсмена и преподавателя - тренера. Она направлена на само оздоровление личности, а также на изменение личного отношения к собственному здоровью и изучение методов его сохранения.

Человек чаще всего ощущает потребность в здоровом организме, когда здоровья уже почти не осталось. Всем известная истина в том, что для сохранения здоровья, активной жизни трудового и социального долголетия, особую роль имеют потребности в самовоспитании и самосовершенствовании.

В системе образования основным направлением развития и усовершенствования физической культуры и спорта определено создание условий и возможностей для подрастающего поколения заниматься физкультурой и спортом и вести здоровый образ жизни.

Наиболее важным направлением в решении данной задачи определяется развитие и усовершенствование принципов и методов подачи учебного предмета «физическая культура» в учебных заведениях всех уровней образования, наполнение его новаторским содержанием, которое будет интересно и позволит кардинально поменять отношение к занятиям физкультурой и спортом, а также развитию у молодежи устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Существующие не одно десятилетие программы по предмету «физическая культура», нельзя назвать плохими. На них выращено не одно здоровое поколение. Люди могли решать задачи страны и были физически развиты и дееспособны. Но жизнь не стоит на месте, все изменяется, в том числе изменились дети. Потребности молодого поколения стали немного другими. В настоящее время появляются новые виды спорта, увлечения, в том числе и экстремальные. Это должно учитываться. Преподавая физкультуру, учитель представляет возможность победы ученика в соревновании. Однако, многим учащимся не интересен дух состязания и спортивного азарта. Некоторые, теряя интерес к урокам, всячески от них отлынивают. Другие выполняют упражнения спустя рукава. Следовательно, уроки физкультуры становятся не нужными ни ученикам, ни учителям. Поэтому возникла срочная необходимость помимо традиционных программ искать новые инновационные, которые стали бы востребованы и интересны обоим субъектам, а также, чтобы разнообразить и дать возможность ученику свободу спортивного выбора. В первую очередь новые учебные программы должны стать опорой для сохранения и улучшения здоровья, в том числе и для современной жизни. Каждая из них должна пройти медико-гигиенические, психолого-педагогические исследования, которые позволят адаптировать учеников к спорту и помогут оздоравливать молодежь в рамках образовательного процесса.

В современных условиях здоровый образ жизни молодежи включает в себя четыре основных компонента: информационно-пропагандистская работа, направленная на повышение уровня знаний о негативном влиянии факторов

риска на здоровье, а также о возможностях снижения этого влияния.

В настоящее время, в век информационных технологий, человек получает необходимые знания, которые в той или иной степени могут повлиять на поведение, а как следствие, и на образ жизни человека.

Безусловно, эта информация должна учитывать состав целевой аудитории и ее заинтересованность. Так, если тема лекции вызывает живой интерес у части слушателей, то усвояемость материала остальными слушателями значительно повышается.

Непосредственно само формирование здорового образа жизни, то есть - «обучение здоровью». В данном контексте это комплекс просветительской, обучающей и воспитательной деятельности. Она нацелена на повышение информированности аудитории по вопросам, касающимся здоровья и его охраны, формирования методов и специальных навыков укрепления здоровья, создания мотивации для ведения здорового образа жизни. Здесь стоит обратить внимание на то, что никакая информация не будет значима для человека, если она не подкреплена его личной заинтересованностью. Сегодня - это очень значимо в отношении молодых людей, ведь они находящейся в зоне риска. Каждое учебное заведение становится для учащегося основным центром формирования его мировоззрения и интеллектуального развития. Учебное заведение во время всего периода обучения может дать возможность усвоить необходимые знания о психическом и физическом здоровье, в доступной и достаточной форме определить причины его нарушений, научить специальным навыкам его восстановления и укрепления.

Активная борьба с вредными привычками: усиление борьбы с распространенностью курения и потребления табачных изделий, алкоголя, а также профилактическая работа, направленная на снижение потребления наркотических средств и психотропных веществ.

Физически активный образ жизни, занятия спортом, физкультурой, туризмом, повышение доступности этих видов оздоровления.

В современном обществе коммерциализация спорта препятствует его развитию. Однако, не стоит говорить только об отсутствии доступности спортивных сооружений для большинства молодых людей. Речь нужно вести о борьбе всеми возможными способами с гиподинамией – проблемой современности. Кроме традиционных уроков физкультуры можно использовать физкультминутки на уроках, организовывать экскурсии, походы и другие формы, доступные для массового использования.

Хочу напомнить знаменитое высказывание Остапа Бендера, из романа Ильи Ильфа и Евгения Петрова «Двенадцать стульев»: «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих!». Таким образом, укрепление и сохранение здоровья человека – дело рук самого человека!

Тот, кто ведет здоровый образ жизни и снижает количество неблагоприятных факторов, остается здоровым до глубокой старости, но и имеет возможность восстановить хотя бы часть утраченного здоровья.

Главными составляющими здорового образа жизни являются: здоровое питание, высокая двигательная, в том числе и физическая активность, а также психоэмоциональное равновесие. Весь этот комплект составляет в человеке огромные потенциальные возможности к повышению качества и количества

жизни, плодотворному созиданию, активной самореализации. Существует некая типовая модель под названием «Семь факторов ЗОЖ». Она состоит из семи важных пунктов, каждый из которых является целым рядом определенных правил или мероприятий, позволяющих человеку сохранить и укрепить свое здоровье. Крепкое здоровье – это самая первая потребность человека, определяющая способность его к созидательному труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Поэтому значение физкультуры в развитии здорового образа жизни очень велико.

Библиографический список

1. Давыденко Л. А. Обоснование дифференцированного подхода к формированию здорового образа жизни / Л. А. Давыденко // Гигиена и санитария. – 2010. – № 1. – С. 80-82.
2. Шубочкина Е. И. Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке : материалы Международного конгресса / Е. И. Шубочкина, С. С. Молчанова, А. В. Куликова. - Москва : НЦЗД РАМН, 2004. – С. 371-373.
3. Путров С. Ю. Проблема здоровья человека как глобальная проблема современной науки / С. Ю. Путров // Электронный научно-практический журнал культура и образование. – 2014. – №11(15) – С. 40.
4. Неклиенко А.А. Формирование здорового образа жизни / А.А. Неклиенко, Е.И. Коробейникова // Автономия личности.– 2020.– № 3.–С.39-43.
5. Лунин Н. Н. Формирование здорового образа жизни – приоритетная социальная задача / Н. Н. Лунин // Высшее образование сегодня. – 2009. – № 6 – С.76-79.

ББК 65.052.02

ФИНАНСОВЫЙ АНАЛИЗ ДЛЯ ИНВЕСТОРОВ: КАК ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЯ НА ОСНОВЕ ФИНАНСОВОЙ ОТЧЁТНОСТИ

А.А. Кравченко

Научный руководитель Е.А. Касюк

АНОО ВО «Сибирский институт бизнеса и информационных технологий»

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос принятия инвесторами управленческих решений на основе анализа финансовой отчетности с помощью применения методов финансового анализа, которым в статье дана краткая характеристика. Определены различные факторы, которые могут повлиять на финансовое состояние компании. Приведены примеры расчёта финансовых показателей и описания их значения для инвесторов.

Ключевые слова: финансовый анализ, инвестирование, управленческие решения, методы финансового анализа, показатели финансового состояния

MANAGEMENT ACCOUNTING AND ITS ROLE IN MANAGEMENT DECISION MAKING

A.A.Kravchenko

Scientific adviser E.A. Kasyuk

Siberian Institute of Business and Information Technologies

Annotation. The article considers the issue of making managerial decisions by investors based on the analysis of financial statements using the methods of financial

analysis, which are briefly described in the article. Various factors have been identified that may affect the financial condition of the company. Examples of calculating financial indicators and describing their significance for investors are given.

Key words: financial analysis, investment, management decisions, methods of financial analysis, indicators of financial condition

Инвестирование - это одна из наиболее важных финансовых деятельностей, которой занимаются миллионы людей по всему миру. В своей основе инвестирование представляет собой процесс принятия решений об использовании средств для достижения финансовых целей. Однако, такие решения не всегда просты и требуют глубокого понимания финансовых инструментов и технологий.

Финансовый анализ - это одна из ключевых областей, которая помогает инвесторам принимать обоснованные решения. Он представляет собой процесс изучения финансовой отчетности компаний с целью оценки их финансового состояния. Финансовый анализ позволяет инвесторам оценить степень риска и потенциальную доходность инвестиций, а также оценить эффективность управления компанией.

Важность финансового анализа заключается в том, что он позволяет инвесторам определить, насколько успешно компания управляет своими финансами и какие меры можно принять для повышения ее эффективности. Например, анализ показателей рентабельности и ликвидности может помочь инвестору определить, как быстро компания генерирует доход и может выполнять свои финансовые обязательства. Анализ показателей финансового рычага может помочь инвестору понять, как компания использует свой капитал и какие риски связаны с ее финансовой структурой.

Финансовый учет также важен для инвесторов, поскольку он обеспечивает достоверность и точность финансовой отчетности. Инвесторы могут быть уверены, что финансовая отчетность компании соответствует стандартам и может быть использована для принятия решений по инвестированию. Важность финансового учета также заключается в том, что он обеспечивает полную и точную информацию о финансовых операциях компании, что позволяет инвесторам сделать обоснованные выводы о ее финансовом состоянии и перспективах.

Существует несколько методов финансового анализа, которые помогают инвесторам оценивать финансовое состояние компании и принимать обоснованные решения по инвестированию. Рассмотрим некоторые из них.

1) Вертикальный анализ. Позволяет оценить долю каждого показателя в общей сумме в рамках одного финансового года. Например, доля чистой прибыли от выручки может показать, насколько эффективно компания использует свои ресурсы и какие расходы необходимо сократить. При вертикальном анализе каждый показатель выражается в процентах от общей суммы.

2) Горизонтальный анализ. Используется для оценки изменения показателей за несколько лет. Это позволяет определить тенденции в финансовой отчетности компании и выявить возможные проблемы или

улучшения. Например, если выручка компании увеличилась, но прибыль снизилась, это может указывать на проблемы с управлением расходами.

3) Анализ коэффициентов. Позволяет оценить финансовое состояние компании с помощью расчёта различных коэффициентов. Эти коэффициенты могут включать рентабельность, ликвидность, финансовый рычаг и т.д. Каждый коэффициент предоставляет информацию о различных аспектах финансового состояния компании.

4) Сравнительный анализ. Сравнительный анализ позволяет сравнить финансовую отчётность компании с отчётностью других компаний в той же отрасли или в целом по рынку. Это может помочь определить, как компания справляется с конкуренцией и насколько её финансовое состояние отличается от среднего по отрасли или рынку.

Все эти методы могут быть использованы инвесторами для получения более полного понимания финансового состояния компании и принятия обоснованных решений по инвестированию [1].

Если сказать касательно самого лучшего метода из представленных, то нет одного приоритетного и самого действенного метода финансового анализа, так как каждый метод имеет свои преимущества и ограничения. Например, вертикальный анализ позволяет оценить структуру финансовых показателей внутри компании, а горизонтальный анализ позволяет оценить динамику изменений показателей во времени. Анализ коэффициентов позволяет сравнить финансовые показатели компании с другими компаниями в отрасли или среднестатистическими значениями. Сравнительный анализ позволяет сравнить финансовые показатели компании с другими компаниями, работающими в той же отрасли, чтобы оценить её конкурентоспособность.

Выбор метода зависит от целей анализа и специфики компании. Важно выбрать сочетание методов, которые наиболее полно оценят финансовое состояние компании и её перспективы развития.

Для примера возьмём показатели для компании Apple Inc. на основе ее отчетности за 2021 год:

- чистая прибыль - это общая прибыль компании после вычета всех расходов, включая налоги и проценты по заемным средствам. В 2021 году чистая прибыль Apple Inc. составила 74,125 миллиарда долларов.

- выручка - это общая сумма денег, полученная компанией за продажу своих товаров или услуг. В 2021 году выручка Apple Inc. составила 365,7 миллиарда долларов.

- рентабельность - это отношение чистой прибыли к выручке, и оно используется для определения прибыльности компании. В 2021 году рентабельность Apple Inc. составила 20,2%.

- коэффициент текущей ликвидности - это отношение текущих активов к текущим обязательствам, и оно используется для определения способности компании удовлетворять свои краткосрочные долгосрочные обязательства. В 2021 году коэффициент текущей ликвидности Apple Inc. составил 1,10.

- коэффициент финансового рычага - это отношение суммы заемных средств компании к ее собственному капиталу, и оно используется для определения уровня финансового риска компании. В 2021 году коэффициент финансового рычага Apple Inc. составил 3,62.

Высокая рентабельность и низкий коэффициент финансового рычага могут указывать на финансовую устойчивость компании, а высокий коэффициент текущей ликвидности может свидетельствовать о том, что компания может легко удовлетворить свои краткосрочные обязательства [2].

Чистая прибыль – это прибыль, которую компания получила после вычета всех расходов и налогов. Этот показатель позволяет инвестору оценить эффективность бизнеса компании и его способность генерировать прибыль.

Выручка – это доход, полученный компанией за определенный период. Этот показатель позволяет инвестору оценить объем бизнеса компании и его способность генерировать доходы.

Рентабельность – это отношение прибыли к выручке. Этот показатель позволяет инвестору оценить эффективность использования ресурсов компании и ее способность генерировать прибыль из своей выручки.

Ликвидность – это способность компании погасить свои долги вовремя. Этот показатель позволяет инвестору оценить способность компании управлять своими финансами и обеспечивать свои финансовые обязательства.

Финансовый рычаг – это отношение между заемными и собственными средствами компании. Этот показатель позволяет инвестору оценить риски и возможность компании использовать долгосрочное финансирование для расширения бизнеса.

Анализ этих показателей позволяет инвестору оценить финансовое состояние компании, ее эффективность и устойчивость к рискам. Оценка финансовых показателей также помогает инвестору определить потенциал для роста и оценить риски, связанные с инвестированием в компанию [3].

Эти показатели могут быть использованы инвесторами для оценки финансового состояния компании и принятия решения о ее инвестировании.

Когда инвестор проводит финансовый анализ компании, необходимо учитывать не только внутренние факторы, но и внешние, которые могут повлиять на финансовое состояние компании.

Один из главных внешних факторов, которые могут повлиять на финансовое состояние компании - это экономические условия. Экономические кризисы, инфляция, изменение курсов валют, изменение ставок процента - все эти факторы могут значительно повлиять на финансовые результаты компании. Поэтому, при анализе финансовых показателей, необходимо учитывать текущую экономическую ситуацию и её возможное влияние на деятельность компании.

Политические факторы также могут повлиять на финансовое состояние компании. Например, изменение законодательства или регулирование в отрасли, где действует компания, могут влиять на её прибыльность и конкурентоспособность. Также политические кризисы, например, войны или конфликты между государствами, могут негативно сказаться на финансовых показателях компании.

Конкуренция является одним из ключевых факторов, который может повлиять на финансовое состояние компании. Сильная конкуренция может привести к снижению цен на продукцию и услуги компании, что в свою очередь может повлиять на её прибыльность и общую финансовую стабильность. Кроме того, наличие конкурентов с более высокими

технологиями и эффективным бизнес-моделями может означать, что компания должна инвестировать больше средств в исследование и разработку, чтобы оставаться конкурентоспособной [4].

Одним из примеров конкуренции на рынке может быть сравнение двух крупных ритейлеров - Магнит и Пятерочка.

При анализе финансовой отчетности этих компаний можно увидеть, как они конкурируют между собой. Например, если сравнить рентабельность чистой прибыли Магнит и Пятерочка за 2021 год, то можно увидеть, что у Магнит она составляет 5,5%, а у Пятерочки - 6,7%. Это говорит о том, что в данном году Пятерочка была более эффективна в управлении своими затратами и получении прибыли.

Кроме того, можно проанализировать соотношение между выручкой и расходами на продажи, чтобы определить, какая из компаний более эффективна в управлении своими операционными расходами. В 2021 году Магнит потратил на продажи 86,6 млрд, в то время как Пятерочка потратила на это 66,8 млрд., следовательно, расходы Магнита на продажи составили 21,3% от выручки, а у Пятерочки этот показатель составил 20,8%.

Также можно проанализировать ликвидность компаний, чтобы определить их способность удовлетворять свои краткосрочные обязательства. Например, если сравнить коэффициент текущей ликвидности Магнита и Пятерочки, то можно увидеть, что у Магнита этот показатель составил 0,82, а у Пятерочки - 1,05. Это говорит о том, что Пятерочка имеет большую способность удовлетворить свои краткосрочные обязательства, что может быть важным при принятии решений об инвестировании.

Риски также могут повлиять на финансовое состояние компании. Риски могут быть различными - от нехватки сырья до непредвиденных изменений в правительственной политике. Инвесторы должны учитывать эти риски при принятии решения об инвестировании в компанию и понимать, какие шаги может предпринять компания для снижения рисков и управления ими [4].

В заключение, стоит отметить, что финансовый анализ является неотъемлемой частью принятия решений по инвестированию. На основании данных, полученных из финансовой отчетности компании, инвесторы могут сделать обоснованные выводы о финансовом состоянии и перспективах развития компании. Методы финансового анализа, такие как вертикальный и горизонтальный анализ, анализ коэффициентов, сравнительный анализ и др., позволяют оценить различные аспекты финансовой деятельности компании.

Важно понимать, что каждый показатель финансовой отчетности имеет свою собственную ценность и необходимо рассматривать их в контексте друг друга. Например, высокая рентабельность может быть хорошим показателем, но только если ликвидность и финансовый рычаг также находятся на высоком уровне.

Кроме того, необходимо учитывать факторы, которые могут повлиять на финансовое состояние компании в будущем, такие как экономические и политические условия, конкуренция и риски. Эти факторы должны быть учтены в анализе и приняты во внимание при принятии решений по инвестированию. Важно отметить, что финансовый анализ является динамическим процессом и требует постоянного мониторинга и обновления

данных. Инвесторы должны быть готовы адаптироваться к изменяющимся условиям и использовать информацию из финансовой отчетности, чтобы принимать решения, которые соответствуют их целям и рисковому профилю. В целом, финансовый анализ является необходимым инструментом для инвесторов, позволяющим принимать обоснованные решения и минимизировать риски.

Библиографический список

1. Казакова, Н.А. Финансовый анализ: учебник и практикум для вузов / Н.А. Казакова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 490 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/544772> (дата обращения: 03.04.2024).
2. Лелькова, Т. Э. Методики анализа финансовых результатов / Т. Э. Лелькова // Молодой ученый. – 2017. – № 11(145). – С. 231-234. – URL: <https://moluch.ru/archive/145/40727/> (дата обращения: 03.04.2024).
3. Политаева Е. В. Влияние анализа финансовых результатов на эффективное функционирование организации в современных рыночных условиях / Е. В. Политаева // Молодой ученый. – 2020. – № 5 (109). – С. 389-390. – URL: <https://moluch.ru/archive/109/26499/> (дата обращения: 03.04.2024).
4. Уксуменко А. А. Управление финансовым результатом коммерческой организации / А. А. Уксуменко, Ю. С. Мишина // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 8-1. – С. 157-160. – URL : <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11780> (дата обращения: 03.04.2024).

ББК 32.81: 65.305.143.22

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В НЕФТЕГАЗОВОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

А.А. Красноженов

КГБПОУ Красноярский монтажный колледж

Научный руководитель Е.В. Нуриева

ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет»

Аннотация: В данной научной статье было рассмотрено применение и развитие цифровых технологий и искусственного интеллекта в нефтегазовой отрасли. Представлены текущие разработки и действующие методы использования машинного обучения и AI-технологий¹. В мире современных технологий, нефтегазовая промышленность, как одна из технологичных отраслей, которая постоянно совершенствует сложные методы и способы геологоразведки, бурения, добычи, переработки и транспортировки флюида, которые в свою очередь будут способствовать снижению затрат и росту прибыли, за счет ускорения и более точного анализа.

Ключевые слова: искусственный интеллект, цифровые технологии, нефтегазовая промышленность, добыча, экономика, геология

EXPERIENCE IN THE APPLICATION OF DIGITAL TECHNOLOGIES AND ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN THE OIL AND GAS INDUSTRY

A.A. Krasnozhenov

Abstract: This scientific article examined the application and development of digital technologies and artificial intelligence in the oil and gas industry. Current developments and current methods of using machine learning and AI technology¹ are presented. In the world of modern technologies, the oil and gas industry, as one of the technological industries, is constantly improving complex methods and methods of exploration, drilling, extraction, processing and transportation of fluid, which in turn will help reduce costs and increase profits by accelerating and more accurate analysis

Keywords: artificial intelligence, digital technologies, oil and gas industry, extraction, economy, geology

Цифровая экономика – это экономика, основанная на технологиях с работающим искусственным интеллектом, чрезвычайно важным здесь является качество человеческого капитала, и, если эти технологии преодолевают культурный барьер, они дают разнообразные экономические эффекты.

Искусственный интеллект – компании уделяют ему большое внимание, рынок уже согласился, что здесь - огромные перспективы по повышению эффективности по всем направлениям: разведке, добыче, переработке», - отметила актуальность технологии уже для добычи углеводородов заместитель исполнительного директора института развития «Иннопрактика» Анастасия Павленко, выступая на конференции Artificial Intelligence Journey 2022. [5]

Отрасль нефти и газа является одной из самых активных в плане внедрения искусственного интеллекта (ИИ) и машинного обучения. Пандемический кризис в 2020 году придал импульс к ускорению цифровой трансформации и внедрению технологии. Только в нефтегазовой промышленности ИИ был оценен в 89 млн долларов в 2019 году, и ожидается, что среднегодовой темп роста составит 10,14% с 2021 по 2026 год. Минэнерго оценивает накопленный эффект от внедрения ИИ² в российском нефтегазе в размере 700 млрд руб./год. [4]

«У России, как и у других нефтедобывающих стран, происходит ухудшение качества ресурсной базы. Компании все больше вынуждены переходить на более сложные проекты, где себестоимость добычи нефти выше. Здесь Роснедрам предстоит провести колоссальную работу по восполнению ресурсной базы», — пояснил эксперт Финансового университета и Фонда национальной энергетической безопасности Юшков на совещании премьер-министра РФ. [6]

Организации по всему миру стараются сделать процессы разведки и добычи более эффективными и оптимизированными.

ИИ имеет множество применений в нефтегазовой отрасли, например, оптимизация добычи с помощью компьютерного зрения для более быстрого анализа сейсмических и геологических данных, минимизация времени простоя для профилактического обслуживания нефтегазового оборудования, понимание коллектора и моделирование для прогнозирования рисков коррозии нефти с целью снижения затрат на техническое обслуживание. Машинное обучение позволяет компаниям также улучшать производительность и добычу.

Ситуация с AI в России. Нефтегазовая отрасль в России занимает важное место, и компании, такие как Газпром, Роснефть и другие участники этого сектора, регулярно делают заявления о своих разработках в области искусственного интеллекта. Эти усилия заслуживают серьезного внимания, поскольку они нацелены на разработку продуктов, которые могут опережать международные стандарты.

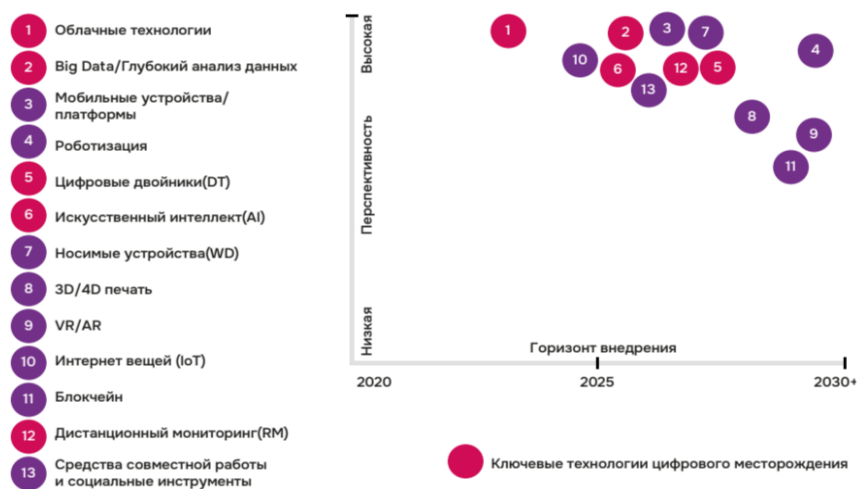


Рис. 2. Основные цифровые технологии, внедряемые в нефтегазовой отрасли по перспективности и горизонту внедрения

«Традиционно российские инвестиции в геологию были невелики по сравнению с горнодобывающей промышленностью. Это объясняется отсутствием быстрой экономической отдачи. Однако ситуация меняется, и геологические исследования становятся все более популярными в России. Увеличивается и государственное финансирование. Кроме того, компаниям приходится переучивать персонал для работы с не западным оборудованием и новым ПО, поскольку западные компании прекратили их поставку из-за санкций.» — заключил Игорь Юшков. [6]

ПАО "Газпром нефть" с ее научно-техническим центром ведет работу над рядом ключевых проектов для российской нефтегазовой отрасли. Один из таких проектов - "Когнитивный геолог", представляющий собой самообучающуюся модель геологического объекта. Она содержит информацию о структуре недр, прогнозируемой прибыльности будущего проекта, рекомендуемых методах разработки и прочие данные

Еще одним примером ПАО «Газпром нефти» - использование машинного обучения в бурении. Это случай, когда искусственный интеллект предсказывает выход за пределы продуктивного пласта.

В ПАО "Роснефть" также отмечают успехи в области внедрения ИИ. Так, 97 % буровых установок компании уже оснащены искусственным интеллектом и функционируют для автоматической координации буровых работ. [1]

Кстати, ПАО "Роснефть" - первая компания, которая повторила пример международных нефтегазовых компаний. Разработав передовое решение на основе искусственного интеллекта, они обнаружили его востребованность среди заказчиков и других игроков рынка. Недавно нефтесервисная компания Baker Hughes (также из нашей страны) объявила о выходе на открытый рынок приложения, разработанного с помощью С3.ai. Недавно ПАО "Роснефть" сообщила, что уже продано более 200 промышленных лицензий на RN Grid

- промышленный симулятор ГРП (гидроразрыв пласта), созданный в 2017 году. [1] искусственный интеллект не только напрямую оптимизирует ключевые бизнес-процессы добывающих компаний, но и является источником дохода для этих компаний.

Младший научный сотрудник отдела технологий искусственного интеллекта Центра цифровой трансформации энергетики ООО «НИИГазэкономика» Елена Фомина отметила, что нейронные сети — это инструмент, который не отменяет и не заменяет классические методы анализа данных, но позволяет создать программный продукт, который дает возможность ускорять работу и давать оценку. [2]

Сегодня с применением технологий высокоскоростных вычислений и искусственного интеллекта Газпром создает виртуальные копии действующих производственных объектов и систем - «цифровые двойники». Такая копия повторяет необходимые характеристики оригинала для прогнозирования его работы в различных условиях. Искусственный интеллект извлекает знания из «больших данных», генерируемых технологическими объектами

В ХМАО ПАО «Газпром нефть» образовала цифровое логистическое пространство, в котором каждая зона выполняет определенную функцию. На данной территории имеются RFID-технологии, машинное зрение, робот-перевозчик, лифтовая система хранения, интуитивная навигация. С помощью этих технологий можно оптимизировать площади хранения до 40%, увеличить скорость доступа к товару до 50%, снизить операционные затраты на логистику до 30%, что позволяет снизить себестоимость продукта. [2]

Специалисты НИИ "Роснефть-Красноярск" рассказали о сейсморазведке - методе, позволяющем понять строение пластов, залегающих на тысячи метров под землей. На сегодняшний день все скважины компании, запланированные к бурению, заглублены с учетом результатов сейсморазведки. Ученые института также представили искусственный интеллект, который обеспечивает экспертную точность в отрасли и сокращает время интерпретации сейсмических данных с двух недель до пяти часов.

Специалисты Центрального филиала компании совместно с ПАО АНК "Башнефтью" (входит в НК "Роснефть") рассказали о применении элементов искусственного интеллекта при построении систем поддержки принятия решений в проекте «Цифровое месторождение». Сегодня нейронные сети помогают в режиме реального времени измерять дебит нефтяных скважин, диагностировать отклонения и прогнозировать время работы насосного оборудования. Кроме того, алгоритмы машинного обучения осуществляют круглосуточный мониторинг механизированных систем фонтанирования, сбора и подготовки продукции скважин, значительно повышая скорость и качество принятия решений техническим персоналом, сокращая время простоя скважин и эксплуатационные расходы. Уфимский научный институт компании доработал программный комплекс «РН-СИМТЕП». Теперь ПО способно моделировать основные процессы подготовки газа на месторождениях: осушку, удаление сероводорода и диоксида углерода. Кроме того, программа самостоятельно высчитывает необходимый объем реагентов, чтобы минимизировать риски для трубопроводных систем, а также предскажет осложнения и даст рекомендации по их предотвращению.

Как подчеркнули в ПАО «Роснефть», ранее для этого использовались западные программы. Чтобы российский аналог мог выполнять те же функции, пришлось применять сложные математические алгоритмы и современные методики моделирования.

Ожидается, что внедрение программы позволит к 2030 году сэкономить больше 1 млрд рублей.

Оценки Минэнерго РФ свидетельствуют о том, что к 2025–2040 годам суммарный экономический эффект от внедрения ИИ в нефтегазовой отрасли может достигнуть 5,4 трлн рублей. Прогнозы PwC также указывают на потенциальную экономию в электроэнергетике благодаря внедрению интернета вещей в размере 530 млрд рублей к 2025 году. [7]

ТАБЛИЦА 2. Эффективность «интеллектуального управления»

Показатели	Технология управления месторождением		
	Традиционная – Автоматизированная (активное управление)	Цифровая (реактивное управление)	Интеллектуальная (проактивное управление)
Прирост добычи нефти, %	1,0	4,0	10,0
Прирост запасов нефти, млрд т	5,0	10,0	15,0
Прирост КИН, %	1,0	5,0	10,0
Удельные затраты на автоматизацию от выручки, %	0,5–1,0	1,0–2,0	2,0–4,0
Снижение удельной себестоимости добычи нефти, %	2,0	5,0	15,0
Рост производительности труда, %	1,0	5,0	10,0

На примере таблицы 2, можно увидеть, что применение цифровых технологий и искусственного интеллекта дает значительный прирост по всем показателям эффективности. Это дает многим компаниям снизить затраты, позволяя улучшить себестоимость продукта

Библиографический список

1. Роснефть: [сайт] / учредитель ПАО «Роснефть», 2024. – URL – <https://www.rosneft.ru/>. – Текст: электронный.
2. ГазпромБонус : [сайт], 2024. – URL – <https://gazprombonus.ru/news>. – Текст: электронный.
3. vc.ru: [сайт], 2024. – URL – <https://vc.ru/future/155017-umnye-skvazhiny-kak-iskusstvennyu-intellekt-kachaet-neftegazovuyu-otrasl>. Дата публикации: 02.09.2020. – Текст: электронный.
4. Егоров, А. А. Искусственный интеллект В нефтегазовой отрасли. Обзор зарубежного опыта. Ч. 2 / А. А. Егоров // Автоматизация и IT в нефтегазовой области : электронный журнал. – 2023. – № 2(52). – URL : <https://avite.ru/download/ngk/2023/N2/5.pdf>. Дата публикации: апрель-июнь 2023. – Текст: электронный.
5. Халбашкеев, А. Нефтегазовая промышленность : официальный сайт. – URL - <https://nprom.online/>. Дата публикации: 23.05.2023. – Текст: электронный.
6. Ура.ру: информационное агентство : сайт – URL – <https://ura.news/articles/1036288651>. Дата публикации: 27.03.2024. – Текст: электронный.
7. ТАСС : информационное агентство России : [сайт]. - Москва, 1999 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://tass.ru> (дата обращения: 26.06.2018). - Текст : электронный.

**РЫНОК СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ В РОССИИ:
ПРОГНОЗ РАЗВИТИЯ И КОНКУРЕНЦИЯ**

Р.А. Крипак, М.О. Кашапова

Научный руководитель А.В. Лихтер

Сибирский государственный университет науки и технологий имени
академика М. Ф. Решетнева

Аннотация. Дана характеристика средств индивидуальной защиты. Сделан прогноз развития российского рынка СИЗ до 2025 г., охарактеризована конкуренция на рынке СИЗ для рук в России

Ключевые слова: средства индивидуальной защиты (СИЗ), рынок, конкуренция, прогноз развития рынка, БИОТ

**THE MARKET OF PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT IN RUSSIA:
DEVELOPMENT FORECAST AND COMPETITION**

R.A. Kripak, M.O. Kashapova

Scientific supervisor A.V. Lichter

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M. F. Reshetnev

Annotation. The characteristics of personal protective equipment are given. The forecast of the development of the Russian PPE market until 2025 is made, the competition in the market of PPE for hands in Russia is characterized

Keywords: personal protective equipment (PPE), market, competition, market forecast, БИОТ

Средства индивидуальной защиты (СИЗ) – это средства защиты, используемые в разнообразных сферах деятельности, основным предназначением которых является исключение или снижение степени влияния неблагоприятных факторов на рабочих. СИЗ используются в тех случаях, когда технологический процесс или оборудование, на котором персонал выполняет свои работы, не гарантируют человеку полную защищенность. Все элементы СИЗ должны соответствовать росту, полу и габаритам рабочего. Согласно ГОСТу 12.4.011-89 средства индивидуальной защиты в зависимости от назначения подразделяют на классы:

- костюмы изолирующие;
- средства защиты органов дыхания (пневмомаски, респираторы, противогазы и прочее);
- одежда специальная защитная;
- средства защиты ног (сапоги, тапочки, ботинки);
- средства защиты рук (перчатки, рукавицы, напульсники);
- средства защиты головы (шлемы и каски);
- средства защиты лица (щитки и маски сварщика);
- средства защиты глаз (очки);
- средства защиты органа слуха (наушники, беруши);
- средства защиты от падения с высоты и другие предохранительные средства;

- средства дерматологические защитные;
- средства защиты комплексные. [12]

Работодатель при необходимости может дополнить или изменить СИЗ рабочих.

Рынок СИЗ активно растет, так как растущие требования к безопасности на производстве, предъявляемые национальными законодательствами, приводят к увеличению спроса на данную продукцию.

В 2015 г. российский рынок СИЗ был четвертым по величине в мировом рынке. На тот период российский рынок СИЗ оценивался в 122, 976 млрд. руб. (2,016 млрд. долл.). В 2016 г. данный рынок оценивался в 142, 857 млрд. руб. с прогнозом развития 40 % до 2025 г. [11]

В 2020 г. условия пандемии заставили правительство увеличить число государственных заказов и закупок, что привело к увеличению доходов предприятий, выпускающих СИЗ, вследствие чего появились возможности для обновления оборудования и возрастанию объемов производства. [10]

В 2022 г. после массированного введения санкций, ускорился процесс импортозамещения и выросло количество государственных заказов на предприятия производящие и торгующие СИЗ. По нынешним оценкам аналитиков капиталовложения в эту отрасль могут составить 390 млн. руб. [10]

На основе упомянутых данных о развитии рынка СИЗ, начиная с 2016 года, и используя инструментарий прикладного ПО в виде Microsoft Excel (функция ПРЕДСКАЗ) был сделан прогноз роста объемов российского рынка СИЗ в России на 2024 и 2025 года (рис1) в ценах 2016 и 2024 года, с учетом инфляции.

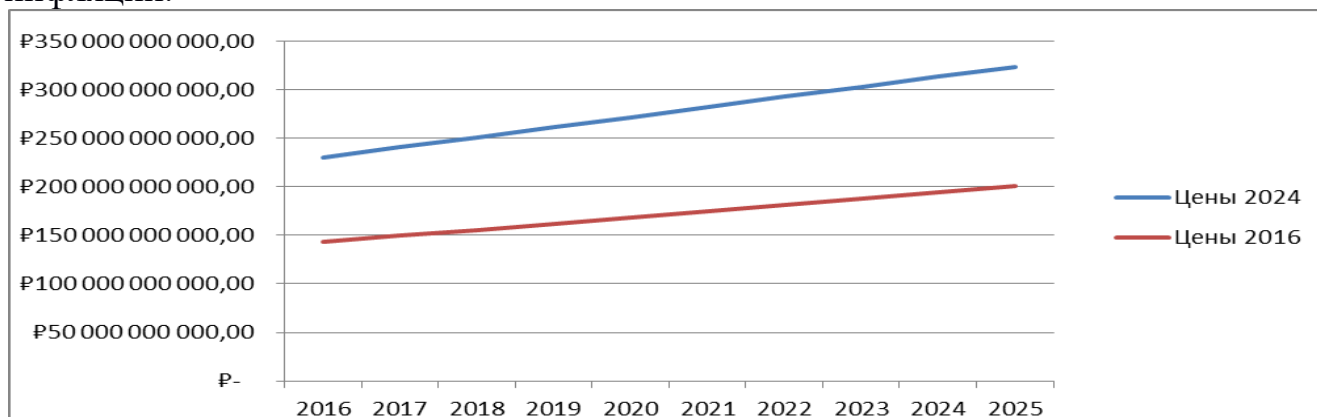


Рисунок 1 – Прогноз развития объема российского рынка СИЗ до 2025 , в руб.

По сделанному прогнозу объем рынка СИЗ в России к 2025 г. достигнет 325 млрд. руб. (в ценах 2024 г.)

Рынок СИЗ для рук является составной частью российского рынка СИЗ. Для определения конкурентов на данном рынке использовались данные обзоров электронного издания ГЕТСИЗ, выставки БИОТ 2019 и 2023 годов. [1, 2, 3, 5]. БИОТ – это крупнейшая Международная выставка и Форум, в сфере охраны труда и промышленной безопасности [6].

В таблице 1 представлены участники выставки БИОТ, представляющие продукцию СИЗ для рук в 2019 и 2023 гг.[1, 2, 3, 5]

№ п/п	2019 г.	2023 г.
1	Uvex	Manipula Specialist;
2	Manipula Specialist	Technosafe;
3	Ansell	Компания Jeta Safety;

4	Delta Plus	ООО «СВС-Ретейл»;
5	ГК «Авангард. Профессиональная экипировка»	ООО ТД «Соло»
6	ООО «Текстиль М»	
7	Portwest Ltd	
8	ООО «Эйендальс»	
9	ООО «Алгоритм безопасности»	
10	Gward	
11	ООО «Опторика»	

За пять лет произошли серьёзные изменения на российском рынке продукции СИЗ для рук. Эти изменения связаны, по данным Forbes Russia [7] и электронного издательства ГЕТСИЗ.РУ [8], с тем, что в 2022 г. некоторые крупные компании, например Ansel (крупнейший международный производитель защитных и медицинских перчаток) официально заявил об уходе с российского рынка, находя продолжение деятельности на территории страны нецелесообразным. В 2023 г. данная компания продала свой завод ООО «ВОСТОК–СЕРВИС». Однако продукцию Ansell можно найти в продаже на территории России, например в магазине Техноавиа [9], а также на маркетплейсах, таких как Ozon и Wildberries. Можно предположить, что это остаточная продукция со складов или продукция, завозимая через параллельный импорт.

В 2024 г., по данным ФНС на российском рынке СИЗ для рук действуют крупные компании, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Данные ФНС о крупных представителях отрасли в РФ (2024 г.) [4]

№ п/п	Наименование компании	Основное направление деятельности	Срок работы на рынке
1	ООО «СПР СЭЙФТИ» (Uvex)	Торговля оптовая одеждой, включая спортивную, кроме нательного белья (46.42.11)	26 лет
2	ООО «Дельта Плюс С.Е.И.»	Торговля оптовая одеждой и обувью (46.42)	9 лет
3	ООО «ОПТОРИКА»	Торговля оптовая непродовольственными потребительскими товарами (46.4)	16 лет
4	ООО«ГК «АВАНГАРД СЭЙФЕТИ»» (Официальный дистрибьютор Summitech Professional)	Производство обуви (15.20)	12 лет
5	ООО "ПК ВСТ" (официальный дистрибьютор Portwest Ltd)	Торговля оптовая одеждой и обувью (46.42)	11 лет
6	ООО «МАНИПУЛА СПЕЦИАЛИСТ»	Торговля оптовая неспециализированная (46.90)	14 лет
7	ООО «ТЕХНОСЭЙФ»	Производство спецодежды (14.12)	2 года
8	ООО «ВОСТОК–СЕРВИС–	Аренда и управление собственным	27 лет

	СПЕЦОДЕЖДА»	или арендованным нежилым недвижимым имуществом (68.20.2)	
9	ООО «ГВАРД»	Торговля оптовая неспециализированная (46.90)	1 год
10	ООО «АВТОГРАФ СЕЙФТИ» (владелец торговой марки Jeta Safety)	Торговля оптовая одеждой и обувью (46.42)	5 лет
11	ООО «СВС – РЕТЕЙЛ»	Торговля оптовая непродовольственными потребительскими товарами (46.4)	18 лет
12	ООО Торговый дом «Соло»	Торговля оптовая одеждой и обувью (46.42)	14 лет

Таким образом, в 2024 г. на рынке СИЗ для рук работают компании, начавшую свою деятельность более 20 и 10 лет назад и компании, которые зашли на этот рынок после ухода крупных международных компаний. В результате на данном рынке растет конкуренция.

Библиографический список

1. Рымарь, Е. Обзор выставки БИОТ-2023. Часть 1/ Е. Рымарь. – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ : сайт. – 2024. – 12 янв. – URL: <https://getsiz.ru/obzor-vystavki-biot-2023-chast-1.html>(дата обращения 24.03.24)

2. Рымарь, Е. Обзор выставки БИОТ-2023. Часть 2/ Е. Рымарь. – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ : сайт. – 2024. – 15 янв. – URL: <https://getsiz.ru/obzor-vystavki-biot-2023-chast-2.html> (дата обращения 24.03.24)

3. Рымарь, Е. Обзор выставки БИОТ-2023. Часть 4/ Е. Рымарь. – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ : сайт. – 2024. – 23 янв. – URL: <https://getsiz.ru/obzor-vystavki-biot-2023-chast-4.html> (дата обращения 24.03.24)

4. ФНС РОССИИ: официальный сайт. – Москва. – URL: <https://egrul.nalog.ru/index.html> (дата обращения: 31.03.2024). – Текст : электронный.

5. Рымарь, Е. Большой обзор БИОТ – Часть 1/ Е. Рымарь. – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ : сайт. – 2020. – 10 янв. – URL:<https://getsiz.ru/obzor-ehksponentov-xxiii-mezhdunarodnoj-specializirovannoj-vystavki-bezopasnost-i-ohrana-truda-biot-2.html> (дата обращения 02.04.24)

6. Ассоциация СИЗ: официальный сайт.– Москва. – URL:<https://biot-expo.ru/> (дата обращения 02.04.24) – Текст : электронный.

7. Бирюков, М. Австралийский производитель средств индивидуальной защиты Ansell уйдет из России/ М. Бирюков. – Текст : электронный // Forbes Russia : сайт. – 2022. – 23 авг. – URL:<https://www.forbes.ru/biznes/475127-avstralijskij-proizvoditel-sredstv-individual-noj-zasity-ansell-ujdet-iz-rossii?ysclid=luiq3biyg7276277590> (дата обращения 02.04.24)

8. Ansell может уйти из России. – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ: сайт. – 2022. – 29 авг. – URL:<https://getsiz.ru/ansell-mozhet-uiti-iz-rossii.html> (дата обращения 24.03.24)

9. Техноавиа: официальный сайт. – Москва. – URL:https://krasnoyarsk.technoavia.ru/katalog/siz/perchatki/ansell_gloves (31.03.2024). – Текст : электронный.

10. Аналитика средств индивидуальной защиты – Текст : электронный // ГЕТСИЗ.РУ: сайт.– URL:<https://getsiz.ru/glavnaya-stranica-getsiz-ru/rynok-siz/analitika-rynka-siz?ysclid=lunqrlmk5f60324854> (дата обращения 06.04.24)

11. Российский рынок спецодежды и СИЗ к 2025 году вырастет на 40% – Текст : электронный // TRUDOHHRANA.RU: сайт. – 2016. – 15 дек. – URL:<https://www.trudohrana.ru/news/102162-qqn-16-m12-15-12-2016-rossiyskiy-rynok-spetsodejdy-i-siz-k-2025-godu-vyrastet-na-40?ysclid=lunswp40sz949263652> (дата обращения 06.04.24)

12. ГОСТ 12.4.011-89 «Системы охраны труда. Электробезопасность. Общие требования». – Москва : Издательство стандартов: 1989. – Текст : электронный. – URL:<http://tsbspb.ru/wp-content/uploads/2018/12/GOST-12.4.011-89.pdf>.(дата обращения 11.04.24)

УДК 330.322

ББК 65.263

ОСОБЕННОСТИ И ПРОБЛЕМЫ ПОСТАВКИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА, ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА

Л.Д. Кузакова, Е.А. Воронина

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. Совокупность мер и финансовых механизмов устойчивого и бесперебойного обеспечения Северного завоза, являются основными жизненно важными товарами территорий, относящихся к регионам Крайнего Севера, а также приравненных к ним территорий.

Ключевые слова: логистические услуги, безопасность доставки, санитарные нормы, транспортные расходы, дефектура

FEATURES AND PROBLEMS OF DRUG SUPPLY IN THE CONDITIONS OF THE FAR NORTH, KHANTY-MANSIYSK AUTONOMOUS OKRUG

L.D. Kuzakova, E.A. Voronina

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation. A set of measures and financial mechanisms for sustainable and uninterrupted supply of Northern imports, which are the main vital goods of the territories belonging to the regions of the Far North, as well as territories equated to them.

Keywords: logistics services, delivery safety, sanitary standards, transportation costs, defect

Введение. Действующий Федеральный закон от 05.04.2013г № 44 ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд (далее ФЗ №44)». Контрактная система в сфере закупок направлена на создание равных условий для обеспечения конкуренции между участниками закупок. Любое заинтересованное лицо имеет возможность стать поставщиком (подрядчиком,

исполнителем) в соответствии с законодательством Российской Федерации и другими нормативными правовыми актами о контрактной системе в сфере закупок.

Также этот закон предполагает изменение ассортимента лекарственных средств, закупаемых медицинскими организациями и утверждаемых приказом Министерства здравоохранения.

Целью данного исследования является изучение особенностей логистики на севере, причин слабой инфраструктуры и возможных решений выявленных проблем.

Особенности и проблемы поставки лекарственных средств в условиях Крайнего Севера, Ханты-Мансийского автономного округа

Лекарства и изделия медицинского назначения являются социально – значимыми и жизненно важными товарами, в связи с чем, предоставление этих товаров медицинским организациям, таких как стационары, скорая медицинская помощь, амбулаторий, паллиативной помощи и их закупка является довольно сложным и многоступенчатым процессом. Заявки медицинской организацией на лекарственные средства составляются ежегодно, со сроком годности на год и не менее 12 месяцев. Трудности различной сложности часто возникают на разных этапах участия в системе закупок.

Рынок лекарственных препаратов напрямую связан с маркетинговыми принципами медицинской помощи населению региона в новых социально экономических условиях[5].

В современных условиях организационно – экономический механизм управления представляет собой интеграцию организационного и экономического механизмов, включающих в себя организационно-экономические методы, рычаги, инструменты воздействия на управляемый объект[6]. Совокупность мер и финансовых механизмов устойчивого и бесперебойного обеспечения Северного завоза, являются основными жизненно важными товарами, относящихся к регионам Крайнего Севера, а также приравненных к ним территорий.

Перечень товаров первой категории северного завоза, в том числе:

- лекарственные средства
- изделия медицинского назначения
- специализированные медицинские продукты питания
- антисептики
- дезинфицирующие средства.

Закупка лекарственных средств, требует безопасной доставки, соблюдения санитарных норм и строгих сроков доставки. Все эти критерии определяют эффективность логистики лекарств. На закупку и доставку этих товаров в регионах Крайнего Севера, региональные власти предоставляют бюджетные кредиты.

Одна из немногих проблем является, закупка и доставка медикаментов в условиях Крайнего Севера, так как развита слабо, труднодоступна, эта тема актуальна всегда и сегодня.

Логистические услуги по доставке лекарств потребителям основаны на процессах транспортировки, хранения, складирования, управления запасами и других процессах, связанных с потоком информации и документации. Таким образом, формируется цепочка поставок, в которой участвуют производители,

поставщики, экспедиторы, потребители и т. д.

Неразвитость рыночной инфраструктуры со значительными расстояниями доставки приводит к тому, что рациональные возможности транспортировки и хранения лекарственных средств часто не используются, что приводит к высоким затратам на транспортировку и хранение.

Рост цен на лекарственную продукцию требует решения проблем, связанных с тем, что транспортные расходы во многих случаях составляют до двух третей от цены продукта. Особенно это заметно в северных регионах России из-за слаборазвитой инфраструктуры.

Особенностями управления оборотом лекарственных средств и медицинских изделий на современном рынке являются:

- хранение, транспортировка, температурные условия, срок хранения;
- невозможность продлить срок годности;
- наличие на рынке контрафактной продукции;
- частое отсутствие систем управления качеством и безопасностью на предприятиях;
- отсутствие информационных систем для отслеживания движения готовой продукции и вспомогательных материалов[4].

Кроме того, очень важной особенностью является то, что сроки и условия перевозки регулируются специальными правилами в зависимости от вида транспорта. Помимо основного температурного фактора, вибрация, влажность и свет могут негативно повлиять на качество и безопасность лекарственной продукции.

А также высокая стоимость доставки грузов в труднодоступные населённые пункты с ограниченными сроками завоза товаров (чаще всего это декабрь — март, для доставки используют зимники), медицинские организации вынуждены заказывать лекарственные средства, из-за ограничения сроков годности и время доставки товаров.

Большое количество посредников между производителем и конечным потребителем затрудняет выполнение необходимых требований. К ним относятся многократные перегрузки различных видов транспорта в различных климатических условиях и сезонные изменения погоды, когда грузы подвергаются значительным колебаниям температуры. Отсутствие у поставщиков специализированных услуг по доставке лекарственных средств, требующих соблюдения температурного режима в логистической цепочке, приводит к необходимости сертификации транспортных средств и складов со специальным холодильным оборудованием.

Холодовая цепь — это мероприятия по хранению и транспортировке препаратов при надлежащей температуре и в надлежащих условиях.

Основные звенья холодовой цепи:

1. Персонал, непосредственно работающий и обслуживающий холодильное и морозильное оборудование и предоставляющий медицинские услуги;
2. Оборудование для хранения и транспортировки;
3. Процедура контроля за распределением и использованием.

Некоторые компании поставщиков могут влиять и контролировать только упаковку товаров, маршрут движения, работу перевозчиков и время доставки.

Вне их контроля являются погодные условия, непредвиденные задержки в пути, перегрузки и размещение товаров в транспортных средствах и на складах.

Покупка лекарств – это сложный многоступенчатый процесс, в котором участвуют организации различных форм собственности, отраслевые министерства, а также производители лекарств.

В северных регионах эффективность медицинских услуг остается на низком уровне. Для исправления ситуации Правительством РФ разработана "Стратегия развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года" — документ стратегического планирования, разработанный в целях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации в области общественного здравоохранения. Система здравоохранения работает в условиях ограниченных ресурсов, что создает потребность в правильном выборе в рыночных условиях. Здесь работает принцип "достижение максимального результата при минимальных затратах".

Также одной из немногих проблем является рост цен и дефектура. В условиях санкций в 2022г. введение ограничительных экономических мер в отношении Российской Федерации привело к проблемам с поставками ряда лекарственных средств, ввозимых из-за рубежа. На основании этого Правительство внесло несколько поправок в № 44 ФЗ[2] и несколько подзаконных актов, которые регулируют порядок закупки лекарств и медицинских изделий. Что из-за высокой стоимости доставки грузов в труднодоступные населённые пункты с ограниченными сроками завоза товаров (чаще всего это декабрь — март, для доставки используют зимники) аптекам невыгодно заказывать лекарства, так как закреплённая законодательно максимально допустимая розничная надбавка к стоимости препаратов не покрывает расходов.

Теперь закупать лекарства, медицинские изделия и расходные материалы можно у единственного поставщика при условии, если:

- Лекарственные средства и медицинские изделия выпускает единственный производитель в России или странах, которые не вводили санкции против России;

- Годовой объем торгов по приобретению лекарств и аксессуаров не превышает 50 миллионов.

- Учредитель организации дал разрешение на закупку.

Это изменение облегчит доступ к государственным закупкам и поставщикам отечественных и импортных лекарств и импортной продукции.

Распределение лекарственных средств по лотам временно приостановлено в соответствии с номенклатурой и классификацией, что позволяет сократить время закупок и консолидировать лоты для быстрого и экономичного снабжения медицинских организаций.

Дефектура товаров является важной частью этапа создания эффективного отдела продаж. Полнота ассортимента является фактором, влияющим на удовлетворенность покупателя и заказчика. В этом случае возникновение дефекта может негативно сказаться на показателях продаж, сроках поставки и вызвать недовольство потребителей. Из рассмотренной нами информации можно выделить следующие основные вопросы логистических услуг по доставке и хранению лекарственных средств на Крайнем Севере и

приравненных к нему территориях:

- дефектура
- погодные условия;
- скачок цены на лекарственные препараты
- сроки поставки из-за производителя.

Вышеуказанные проблемы особенно характерны для Ханты-Мансийского автономного округа, что затрудняет осуществление логистических услуг в данном регионе России по отношению к другим регионам России.

Для решения вышеуказанных проблем, Правительством Российской Федерации были разработаны:

1. ФЗ от 12.04.2010г № 61 ФЗ "Об обращении лекарственных средств" (от сентября 2010 года), целью которого является повышение доступности и качества лекарственных средств и стимулирование отечественного фармацевтического производства.[1]

2. "Стратегия развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года", согласно которой эффективность медицинских и фармацевтических услуг должна возрасти.[3]

Для решения логистических проблем на территории Крайнего Севера Ханты-Мансийского автономного округа можно применить следующие методы:

- а) улучшение инфраструктуры на севере России;
- б) применение передовых технологий для транспортировки специальных фармацевтических препаратов;
- в) поддержка негосударственных логистических компаний;
- г) строгий контроль, за деятельностью негосударственных логистических компаний;
- д) создание логистической системы лекарственных средств, адаптированных к климатическим условиям Крайнего Севера, в частности, создание системы, при которой основная нагрузка логистических процессов не падает на зимний период.
- е) развитие собственного производства лекарственных средств, в целях снижения импорта импортируемых лекарственных средств;

Вывод

Успешное развитие сферы обращения лекарственных средств в условиях Крайнего Севера невозможно, без соответствующего механизма организации и управления. Определяющим фактором эффективности разработанного механизма является сложность, сочетание различных методов, а также оценка и контроль его работы. Механизм должен быть направлен на создание сбалансированной системы оборота лекарственных средств на Крайнем Севере и приравненных к нему территориях, совершенствование нормативно-правовой базы логистики, стимулирование экономической и социальной активности всех подсистем.

Библиографические список

1. Об обращении лекарственных средств : Федеральный закон № 61 : [принят Госдумой 24.03.2010 : одобрен Советом федераций 31.03.2010 : в ред закона от 30.01.2024 № 1-ФЗ]. – URL :

https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_99350/(дата обращения: 12.03.2024).

2. О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд : Федеральный закон № 44 : [принят Госдумой 22.03.2013 : одобрен Советом федераций 27.03.2013 : в ред закона от 14.02.2024 № 17-ФЗ]. – URL : https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_99350/ (дата обращения: 12.03.2024).

3. Российская Федерация. Президент. Стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года : Указ Президента РФ № 254 принят 6 июня 2019 г. – URL : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201906070052> (дата обращения: 12.03.2024).

4. Безопасность логистических услуг при доставке и хранении фармацевтических продуктов. – URL: http://greencar.at.ua/publ/obshhie_temy_po_logistike/bezopasnost_logisticheskikh_uslug_pri_dostavke_i_khranenii_farmaceuticheskikh_produkotov/7-1-0-613

5. Дальневосточный фармацевтический рынок и его регулирование. - URL: <http://www.medlinks.ru/sections.php?op=viewarticle&artid=3407>

6. Холодкова К. С. Анализ подходов к определению сущности организационно-экономического механизма управления // Современные научные исследования и инновации. – 2016. – № 5. – URL: <https://web.snauka.ru/issues/2016/05/66404> (дата обращения: 14.03.2024).

ББК 74.0

ОТ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРАЕКТОРИЙ

Е.В. Куликова

Научный руководитель Г.А. Федорова

Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования «Сибирский институт бизнеса и информационных технологий»

Аннотация: в статье рассмотрен исторический контекст развития понятия «индивидуализация обучения», начиная с его зарождения в педагогической мысли XIX века и до современных тенденций в образовании. Индивидуализация образования определена как ключевая предпосылка в проектировании индивидуальных образовательных траекторий.

Ключевые слова: индивидуализация, индивидуальный подход, индивидуальная образовательная траектория

FROM INDIVIDUALIZATION OF EDUCATION TO DESIGNING INDIVIDUAL EDUCATIONAL TRAJECTORIES

Elena V. Kulikova

Scientific supervisor G.A. Fedorova

Siberian Institute of Business and Information Technology (SIBIT)

Abstract: the article examines the historical context of the development of the concept of “individualization of learning”, from its origins in the pedagogical thought of the 19th century to modern trends in education. Individualization of education has been identified as a key prerequisite in the design of individual educational trajectories.

Key words: individualization, individual approach, individual educational trajectory

Эволюция образовательных практик отражает стремление к гибкому и адаптивному подходу в обучении, учитывая разнообразие потребностей, способностей и интересов каждого учащегося. В этом контексте исторический опыт педагогической мысли позволяет понять, каким образом формировались и развивались концепции индивидуализации образования, отражаясь в различных педагогических практиках и методах. Тенденция к индивидуализации образования касается всех уровней образования, включая начальную, среднюю и высшую школу. На каждом из этих уровней важно обеспечить максимальную адаптацию учебного процесса к потребностям и способностям каждого учащегося для создания более эффективной образовательной среды и повышения качества обучения.

Одной из ключевых предпосылок для разработки индивидуальных образовательных траекторий в контексте развития индивидуализации образования является признание необходимости учета индивидуальных особенностей каждого учащегося, что приводит к поиску инновационных методов и подходов к обучению. Существует обширное количество исследований, публикаций и педагогических практик, посвященных вопросу индивидуализации образования. Хотя понятие индивидуализации в образовании не ново, его значение продолжает усиливаться в настоящее время, учитывая быстрое развитие мира и разнообразные потребности обучающихся и общества.

Идея применения индивидуального подхода в педагогической науке и практике была выдвинута Я.А. Коменским. Хотя великий мыслитель не употреблял термин «индивидуализация» напрямую, его концепции о важности учета индивидуальных потребностей и создании учебных методов, соответствующих этим потребностям, рассматриваются как предвестник понятия индивидуализации в образовании.

Психологические основы индивидуализации в образовании исследовались многими авторами (А.Г. Асмолов, В.Н. Колесников, П.Ф. Каптерев, Л.С. Выготский, В. П. Вахтеров, В. С. Мерлин, Ананьев Б.Г. и др.). Их работы позволяют понять важность индивидуализированного подхода к образованию, основанного на психологических принципах, и особенности его применения в создании оптимальных условий обучения для каждого учащегося.

А.Г. Асмолов подчеркивает, что понимание индивидуальности личности требует изучения ее активной роли в собственном развитии и принятии решений. Он определяет два основных плана анализа проявлений индивидуальности: продуктивный, который включает активные процессы выбора и воздействия на окружающую среду, и инструментальный, в рамках которого рассматриваются характер и способности личности [2].

В.Н. Колесников выделяет дифференциальный и интегральный подходы к изучению индивидуальности. Дифференциальный подход основан на анализе свойств, приводящих к выделению типов и отношений между ними, исходя из стабильных параметров. Интегральный подход направлен на анализ межсистемных отношений и системных свойств, включая отношения, аспекты, критерии и свойства, и базируется на трех принципах: активности, саморазвития и иерархичности [4].

Теория образования П.Ф. Каптерева основывается на антропологии и анализирует различные типы мышления учеников, аргументируя необходимость разнообразных образовательных систем, дифференциации учебных курсов и общей структуры учебного процесса в школе [8].

В работах Л.С. Выготского основная мысль заключается в том, что для успешной индивидуализации обучения и воспитания необходимо основываться на знании общечеловеческих законов развития. Он подчеркивает, что каждый ребенок обладает уникальными формами индивидуализации, и индивидуализация является неотъемлемым требованием в педагогике [6].

В исследованиях Б.Г. Ананьева основная идея заключается в том, что человеческая индивидуальность уникальна и состоит из природных и социальных характеристик; ключевыми чертами индивидуальности являются целостность, самостоятельность, неповторимость, наличие внутреннего «Я» и способность к творчеству. Ананьев призывает рассматривать человека не только как открытую систему, но и как замкнутую систему, объединенную внутренней взаимосвязанностью своих свойств [1].

С развитием педагогических идей и практики появлялись новые подходы к индивидуализации образования, начиная с осознания проблемы и постепенного внедрения индивидуальных методов в образовательный процесс до выделения индивидуализации обучения как основного принципа в образовании. В этом развитии можно выделить ряд этапов.

На раннем этапе развития, с XVII века до первой половины XIX века, вопрос индивидуализации обучения решался на практическом уровне. В это время начали формироваться идеи об индивидуализации, и проводились первые эксперименты ее внедрения. Значительное влияние на идеи развития личности, индивидуализации обучения и учета закономерностей детского развития оказали революционные демократы (В.Г. Белинский, Н.Г. Чернышевский и Н.А. Добролюбов и др.).

Многие другие просветители (К.П. Яновский, А.Е. Богданович и А.А. Прокопович-Антонский), занимавшиеся вопросами образования и воспитания в этот период, также высказывали идеи об индивидуализации. К.П. Яновский предостерегал от сосредоточения на одной способности в ущерб остальным. А.Е. Богданович подчеркивал важность рационального преподавания. Он выступал против механического запоминания, призывая к разумному, активному и осознанному усвоению материала через живое обучение, свободное от формализма и рутин. А.А. Прокопович-Антонский говорил о необходимости учитывать индивидуальные потребности, возможности и силы учеников при определении содержания обучения, адаптации их усилий в соответствии с потенциалом.

Второй этап развития индивидуализации обучения, начиная с конца XIX

века, связан с теоретическим осмыслением этой проблемы. К.Д. Ушинский стал основоположником научной педагогики в России и выдвинул идею индивидуального подхода в обучении, предлагая сочетание коллективных и индивидуальных методов. Основная мысль его работы «Человек как предмет воспитания» заключается в том, что для успешного формирования личности во всех аспектах, педагогика должна полностью понять каждого человека [7]. Исследования по индивидуализации в этот период мы видим в работах Н.И. Пирогова, А. Н. Острогорского, П.Ф. Каптерева, В.Я. Стоюнина, С.А. Рачинского и др.

Третий этап развития идей индивидуализации обучения, начиная с начала XX века и до конца 1920-х годов, характеризуется экспериментальным развитием в школьной практике: активно внедряются экспериментальные методы индивидуализации обучения, в частности проектные методы. Значимость самостоятельной работы учеников увеличивается, подчеркивая важность их активного участия. Кроме того, на этом этапе разрабатываются идеи объединения учащихся разного возраста и уровня подготовки в гибкие группы.

В четвертом периоде, с 1930-х по 1950-е годы, интерес к проблеме индивидуализации образования ослабевал, несмотря на продвижение в формировании психолого-педагогических основ индивидуализированного обучения. Основные задачи в этот период включали сокращение числа учащихся, которые не успевают по академической программе, предотвращение стагнации в развитии учеников с выдающимися способностями, а также устранение перегрузки школьников. В этом контексте работали такие ученые, как А.М. Гельмонт, С.Р. Ривес, П.О. Эфрусси, Л.С. Славина и другие.

Пятый этап (конец 50-х гг. XX в. – начало 90-х гг. XX в.) характеризуется глубоким изучением индивидуализации обучения. В российской педагогике 1960-1980-х годов происходит активное развитие методов, стимулирующих активность и самостоятельную работу учащихся. Это вызывает интерес к учету индивидуальных особенностей учеников. Педагогические исследования и практика способствуют формированию целостной концепции индивидуализации образования, где индивидуализация обучения становится одним из основных принципов дидактики (А.А. Кирсанов, Е.С. Рабунский, Г.И. Щукина, Н.К. Гончаров, П.И. Пидкасистый, И.М. Чередов и др.). В 1980-е годы начинается рассмотрение индивидуализации в контексте развивающего обучения.

Значительный вклад в разработку проблемы индивидуализации обучения в этот период внес А.А. Кирсанов. Его исследования посвящены индивидуализации и дифференциации обучения, а также проектированию содержания профессионального образования. В своей работе «Индивидуализация учебной деятельности как педагогическая проблема» он формулирует цель индивидуализации как устранение пробелов в знаниях и формирование необходимых приемов умственной деятельности [3]. Он отмечает недостатки в понимании и применении индивидуализации обучения, указывая на то, что часто подход фокусируется на деятельности учителя, игнорируя потребности ученика, и рассматривается как изолированные методы, а не как целостный процесс. В противоположность этому, он подчеркивает роль

обучающегося как центрального элемента образовательного процесса. А.А. Кирсанов предлагает рассматривать индивидуализацию учебной деятельности как дидактический принцип, охватывающий систему индивидуализированных способов и приемов как учителя, так и ученика, применяемых на всех этапах учебного процесса.

Шестой этап в развитии индивидуализации обучения характеризуется акцентом на гуманизации и демократизации образования, дальнейшим совершенствованием теоретических и методических основ индивидуализации и их расширенным практическим использованием в учебно-воспитательном процессе (И.А. Зимняя, В.А. Слободчиков, В.И. Загвязинский, А.П. Тряпицына, И. М. Осмоловская, А.В. Хуторской и др.). В этот период происходит изменение подходов в образовательной системе, от унитарности к вариативности. Современная педагогическая среда все больше сфокусирована на личностно-ориентированном подходе, отражая значимость личностного и профессионального самоопределения обучающихся.

Изучение истории педагогической мысли показывает, что понятие «индивидуализация образования» привлекало внимание исследователей на протяжении всего развития педагогической науки. Это понятие становится важной базой для проектирования индивидуальных образовательных траекторий (ИОТ), основанных на учете уникальных особенностей каждого учащегося. Такой подход к образованию отличается гибкостью, активным использованием передовых технологий, включая цифровую образовательную среду. Идея ИОТ стремится обеспечить каждому обучающемуся наилучшие условия для развития, учитывая его уровень знаний, интересы, потребности и способности.

Индивидуальная образовательная траектория (ИОТ) определяется как уникальный путь обучения, который формируется для каждого обучающегося в соответствии с его потребностями, способностями, интересами и индивидуальными целями. Этот путь проектируется и реализуется субъектом учебного процесса самостоятельно при осуществлении преподавателем педагогической поддержки его самоопределения [5].

Так, например, ВУЗ может обеспечить построение ИОТ, предоставляя студентам право выбора учебных дисциплин (модулей) образовательной программы. Траектории формируются на основе возможности выбора студентами одной или нескольких дисциплин, равных по объему и отнесенных к блоку дисциплин, предлагаемых к изучению в конкретном семестре и направленных на развитие одних и тех же компетенций. Для реализации индивидуальных образовательных траекторий важна организация обучения в учебных группах, которые формируются для каждой дисциплины блока и предлагаются студентам для выбора. Значительная часть трудоемкости работы студентов должна быть направлена на осуществление проектной деятельности.

В современном образовании проектирование ИОТ является важным комплексным процессом, направленным на эффективное решение следующих задач:

- учитывать индивидуальные особенности каждого обучающегося и обеспечивать удовлетворение его уникальных потребностей в процессе обучения;

- оптимизировать учебный процесс и обеспечить более эффективное использование ресурсов образовательной организации;
- повышать качество профессионального образования, предоставляя альтернативные способы получения знаний и умений.

Библиографический список

1. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – Санкт-Петербург.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Асмолов, А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Асмолов. - 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Смысл : Академия, 2007. – 528 с.
3. Кирсанов, А.А. Индивидуализация учебной деятельности как педагогическая проблема / А. А. Кирсанов. - Казань : Изд-во Казан. ун-та, 1982. - 224 с.
4. Колесников, В. Н. Лекции по психологии индивидуальности / В. Н. Колесников ; Московский педагогический государственный университет. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 224 с.
5. Куликова, Е.В. Предпосылки и возможности проектирования образовательных траекторий студентов направления «Прикладная информатика» в современных условиях высшего образования / Е.В. Куликова // Вестник Сибирского института бизнеса и информационных технологий. – 2023. – №2 (12). – С. 26-31.
6. Педагогическая психология Выготского Л. С. / под ред. В. В. Давыдова. – Москва : Педагогика-Пресс, 1999. – 536 с.
7. Ушинский, К. Д. Человек как предмет воспитания / К. Д. Ушинский. – Москва : Директ-Медиа, 2012. – Т. I. Часть физиологическая. – 245 с.
8. Хуторской, А.В. Дидактика: учебник для вузов / А.В. Хуторской. – Санкт-Петербург : Питер, 2017. – 720 с.

ББК 88

БУЛЛИНГ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ: ПОНЯТИЕ, ФАКТОРЫ

В.С. Лазаренко, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: в статье рассматривается проблема вербальной и физической травли и ее влияние на психическое здоровье всех участников. Психосоциальные последствия буллинга и стратегии вмешательства являются предметом не одного научного исследования. Только объединив педагогические, психологические, социологические и виктимологические исследования, можно добиться желаемых результатов.

Так же в статье приводятся важные данные о буллинге и его связи с личностными особенностями подростков, которые могут быть полезны при работе с подростками в школьной среде, а также при разработке программ и методик, направленных на борьбу с этим явлением.

Ключевые слова: буллинг, кибербуллинг, социально-психологическое

явление, подростки, черты личности, агрессивность, насилие, запугивание, агрессор

BULLYING AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON: CONCEPT, FACTORS

V.S. Lazarenko, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of higher education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Annotation: This article examines the problem of verbal and physical bullying and its impact on the mental health of all participants. The psychosocial consequences of bullying and intervention strategies are the subject of more than one scientific study. Only by combining pedagogical, psychological, sociological and victimization research can the desired results be achieved.

The article also provides important data on bullying and its relationship to the personality traits of adolescents, which may be useful in working with adolescents in the school environment, as well as in the development of programs and techniques to combat this phenomenon.

Keywords: bullying, socio-psychological phenomenon, adolescents, personality traits, aggressiveness, violence, bullying, aggressor

Буллинг – довольно новое понятие в жизни современного человека, но само явление – нет. Феномен буллинга стар, как история человечества, но его изучение относительно молодо: в 1997 году Сьюзан Пойер стала одним из первых исследователей в США, изучавших этот вопрос, положив начало целому научному направлению в этой области. На тот момент только в четырех государствах существовали официальные законы об агрессивном поведении, а первая серьезная работа по буллингу норвежского психолога Дана Ольвеуса была опубликована в 1990-х годах. То, что раньше называлось издевательством (травля в школе или дедовщина в армии или исправительных учреждениях), стало международным термином, который сам по себе охватывает множество социальных, психологических, правовых и педагогических проблем. К сожалению, то, что обозначает этот новый термин, стало широко известно и является одной из актуальных проблем современности, требующей научных исследований на стыке различных научных дисциплин [6].

Для определения буллинга важны следующие моменты. Во-первых, буллинг рассматривается как агрессивное поведение, направленное на причинение вреда или дискомфорта другим людям. Во-вторых, в отличие от агрессии, которая может быть единичным актом, исследователи подчеркивают, что буллинг – это повторяющееся явление. Третья особенность буллинга связана с неравным статусом обидчика и жертвы, причем последняя не может противостоять буллингу и агрессии. Таким образом, если в исследованиях агрессии основное внимание уделяется нападающему субъекту, то в исследованиях буллинга основное внимание уделяется последствиям и опыту жертв и свидетелей [5].

Существует две формы буллинга: прямой и косвенный. Прямая травля имеет явные проявления агрессии, в том числе физической (нападение, побои, отъем и порча вещей и денег, принадлежащих жертве, и т. д.) и вербальной

(оскорбления, угрозы, насмешки). К косвенным формам буллинга относятся запугивание, манипулирование, распространение сплетен, бойкоты и т. д. В скандинавских странах для обозначения групповой травли используется термин «моббинг». Другими словами, моббинг – это когда человек подвергается травле со стороны группы людей.

С распространением Интернета появился новый вид буллинга – кибербуллинг, связанный с травлей в интернет-пространстве (в том числе в социальных сетях). К формам кибербуллинга относятся: травля в виде систематических оскорбительных комментариев; раскрытие личной информации человека без его согласия; размещение информации с целью нанесения ущерба репутации и унижения человека; кибербойкоттинг (неприсоединение к группе или исключение из нее); троллинг, или провоцирование разговора путем насмешек, оскорблений или использования нецензурных выражений; кибердомогательства в виде угроз в адрес другого пользователя [5].

Анонимность в значительной степени способствует тому, что агрессоры называют «феноменом растормаживания»: при отсутствии эмоциональной обратной связи, агрессоры все чаще топчут своих жертв, не чувствуя за это ответственности. Так же анонимность усиливает чувство страха и незащищенности, поскольку жертвы зачастую бессильны остановить агрессию [3].

Кибербуллинг может привлечь более широкую аудиторию, чем традиционный буллинг, поскольку он происходит в виртуальном пространстве, и при наличии доступа к Интернету легко стать свидетелем жестокого поведения.

Жертвы кибербуллинга испытывают постоянный стресс и тревогу – кибербуллинг может происходить где угодно и когда угодно, включая собственный дом, в то время как традиционный буллинг обычно не переносится в домашнюю обстановку [3].

Как и физическое насилие, язык ненависти – это посягательство на свободу других людей, поскольку эмоциональное воздействие, хотя и не оставляет видимых физических следов, может иметь психологические последствия с течением времени. К сожалению, словесные издевательства – это то, с чем приходится сталкиваться каждому на своем жизненном пути. Многие молодые люди ежедневно слышат прозвища или оскорбления в школе, колледже или на улице, и это может повлиять на их психическое здоровье. Оскорбительные контексты активизируют сознание, изменяя мыслительные процессы и вызывая постоянный стресс, страх и недоверие – физические последствия нефизического воздействия. Эмоциональный ущерб может быть более серьезным, чем удары, поскольку он влияет на способность жертвы думать и действовать, а также формирует у нее долгосрочное неуверенное поведение [6].

Издевательства могут быть вызваны рядом факторов:

1. Социальная среда: среда, в которой растет и развивается человек, может быть фактором, способствующим агрессивному поведению. Например, подростки, живущие в районах с высоким уровнем преступности и насилия, с большей вероятностью станут жертвами или правонарушителями. Кроме того, в

школах с низким уровнем контроля со стороны учителей и администраторов чаще встречаются случаи буллинга.

2. Семейные факторы: влияние семейного окружения на проявление буллинга нельзя недооценивать. Дети, растущие в менее благоприятных и заботливых семьях, могут стать как жертвами буллинга, так и агрессорами. Например, дети, живущие в жестоких семьях, могут стать агрессорами и использовать буллинг, как способ контроля и доминирования над другими.

3. Психологические факторы: некоторые дети могут задира́ть других из-за проблем с самооценкой и уверенностью в себе. Они могут чувствовать себя неполноценными и неспособными защитить себя, поэтому используют агрессию, чтобы повысить свой статус и доказать свою силу.

4. Культурные факторы: различные культурные факторы могут влиять на распространенность буллинга. Например, в некоторых культурах насилие и агрессия считаются приемлемым способом разрешения конфликтов, что может повысить уровень буллинга. Примером может служить феномен «идзимэ» в Японии («Идзимэ» дословно переводится, как издевательство - ситуация, когда внезапно все одноклассники ополчаются против одного в целях «помочь ему», «сделать таким же, как и все»).

5. Личностные особенности: некоторые дети могут быть склонны к агрессивному поведению из-за своих личностных особенностей (например, повышенной тревожности, низкой самооценки или склонности к рискованным действиям) [7].

Психологический портрет жертв трудно определить. Однако исследователи подчеркивают, что большую роль играют самооценка, физическое развитие и успеваемость. Однако психологи считают, что у всех жертв есть одна общая черта – неспособность проявлять защитное агрессивное поведение [6].

Академическая успеваемость школьников, подвергавшихся издевательствам, ниже, чем у детей, не сталкивавшихся с насилием. В то же время исследования показали, что учащиеся с хорошей успеваемостью обычно подвергаются не физическому, а психологическому насилию (насмешки, прозвища и т. д.) и социальной изоляции [4]. Последствия, влияющие на психическое здоровье жертв, включают проблемы со здоровьем и успеваемостью, тревогу и депрессию, апатию, попытки самоубийства и др.

Другой тип жертвы - сознательный провокатор. Они также могут играть обе роли (при разных условиях): жертвы и агрессора. Провоцирующие жертвы обладают некоторыми специфическими характеристиками, а именно:

- импульсивностью;
- гиперактивностью;
- раздражительностью.

Жертвы-агрессоры отличаются низким самоконтролем, очень низкими социальными навыками, склонностью к тревоге и депрессии, плохой концентрацией внимания, трудностями в обучении и адаптации к учебной программе. Для них характерно суицидальное и самоагрессивное поведение. Это самая малочисленная группа, но и самая сложная для работы [6].

Агрессоры-жертвы имеют самый высокий уровень агрессии и гнева. Самоуважение – это защитный механизм против низкой самооценки. Когда

реальность не соответствует ожиданиям и самооценке, в человеке просыпается агрессор. Если преобладают саморазрушительные черты, пробуждается жертва, и ребенок считает, что наказание оправданно. Однако агрессия остается на высоком уровне, потому что он всегда готов отреагировать на нападение. В критических ситуациях они могут стать крайне агрессивными и даже прибегнуть к преступному поведению, чтобы «отплатить преступникам по заслугам» [6].

У каждого типа жертв есть свои особенности, которые необходимо учитывать при разработке эффективной программы борьбы с буллингом. Например, физические жертвы могут нуждаться в медицинской помощи и защите от физического насилия. Вербальные жертвы нуждаются в психологической поддержке и обучении для развития высокой самооценки. Социальные жертвы могут нуждаться в программах, помогающих им социализироваться и строить отношения с другими людьми. Жертвам кибербуллинга может потребоваться развитие навыков цифровой безопасности и работы в Интернете [4].

Что касается преследователей (хулиганов), то для них характерны стремление к самоутверждению через насилие, импульсивность, фрустрация, грубость, отсутствие эмпатии к жертве, агрессия не только по отношению к сверстникам, но и к взрослым. Эти дети эмоционально развиты, способны манипулировать окружающими и имеют высокий социальный статус в детской среде. За издевательствами над другими детьми стоит стремление к лидерству, как к психологическому вознаграждению (статус, престиж, внимание), так и к материальному, то есть отъему денег и товаров у жертвы. В то же время статус преследователя имеет и негативные последствия, такие как плохая успеваемость, прогулы, делинквентное поведение, употребление психоактивных веществ и т. д [5].

Хулиганы часто происходят из психологически неблагополучных семей. Агрессоров отличают психосоциальная уязвимость, импульсивность, враждебность, агрессивность и необщительность. Они спокойны и напористы, часто проявляют агрессию в холодно-расчетливой манере и бескомпромиссны в своих действиях. В то же время они легко сближаются со своими сверстниками, которые впоследствии могут стать их жертвами [6].

Что касается наблюдателей, то, как правило, почти все говорят, что сочувствуют жертве, но менее половины готовы помочь. Такое поведение можно объяснить тем, что, выступая против обидчика, наблюдатели рискуют сами стать жертвами. Однако влияние толпы очень важно, как для прекращения травли, так и для ее стимулирования [6].

Наблюдатели часто испытывают страх и стыд, у них появляется чувство беспомощности, а иногда даже желание присоединиться к обидчику. Чем дольше продолжается издевательство и чем дольше свидетели остаются пассивными, тем меньше сочувствия они испытывают [6].

Таким образом, буллинг – это серьезное психологическое явление, которое может иметь серьезные последствия для его жертв. Личностные особенности играют важную роль в развитии и поддержании буллинга [2]. Люди с определенными чертами характера, такими как агрессивность, низкая эмпатия и низкая самооценка, могут с большей вероятностью участвовать в

буллинге. Стоит отметить, что значительную роль играет стратегия семейного воспитания. Так, чрезмерная опека склонна породить жертв, а авторитарное воспитание – агрессоров.

Библиографический список

1. Белеева, И. Д. Буллинг как социально-психологическое явление: анализ теоретических подходов и эмпирических исследований / И. Д. Белеева, Т. А. Заглодина, Л. Е. Панкратова [и др.] // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 5. – С. 131 – 136.

2. Ермолова, Т. В. Буллинг как групповой феномен: исследование буллинга в Финляндии и скандинавских странах за последние 20 лет (1994 – 2014) / Т. В. Ермолова, Н. В. Савицкая // Современная зарубежная психология. – 2015. – Т. 4. – № 1. – С. 65 – 90.

3. Карауш, И. С. Кибербуллинг и суицидальное поведение подростков / И. С. Карауш, И. Е. Куприянова, А. А. Кузнецова // Суицидология. – 2020. – №1 (38). – С. 117 – 129.

4. Кожухарь, Г. С. Феноменология разных форм психологического насилия в молодежной среде: зарубежные исследования / Г. С. Кожухарь // Психологическая наука и образование www.psyedu.ru. – 2014. – Т. 6, № 2. – С. 230 – 245.

5. Копченова, Е. Е. Представления о буллинге в образовательной среде / Е. Е. Копченова, С. В. Солдатова // Проблемы современного педагогического образования. 2021. – №70-4. – С. 396 – 372.

6. Макарова, Е. А. Буллинг как психологическое явление, изучаемое в рамках виктимологии / Е. А. Макарова // Вестник ТИУиЭ. – 2018. – №1 (27). – С. 72 – 75.

7. Усманова, Л.А. Буллинг как социально-психологическое явление и его связь с чертами личности у подростков / Л. А. Усманова // Инновационная наука. – 2023. – № 5-2. – С. 186 – 189.

8. Череватая, Ю.Н. Подростковый буллинг и методы профилактики / Ю. Н. Череватая // Вестник науки. – 2021. – №3 (36). – С. 48 – 53.

ББК 60

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК

О.В. Лапыгина

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. Данная статья рассматривает актуальную тему применения технологии виртуальной реальности в спортивных тренировках. В статье подробно описываются основные преимущества использования виртуальной реальности для тренировок, приводятся примеры ее применения в различных видах спорта. Данная статья представляет интерес для спортсменов, тренеров, специалистов в области виртуальной реальности и всех, кто интересуется инновационными подходами к тренировкам.

Ключевые слова: виртуальная реальность; тренировки; технологии; симуляции; эффективность; инновации

USING VIRTUAL REALITY FOR TRAINING

O.V. Lapygina

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation. This article examines the current topic of the use of virtual reality technology in sports training. The article describes in detail the main advantages of using virtual reality for training, and provides examples of its use in various sports. This article is of interest to athletes, coaches, experts in the field of virtual reality and anyone interested in innovative approaches to training.

Keywords: virtual reality; training; technology; simulation; efficiency; innovation

Использование виртуальной реальности в тренировках становится все более популярным по следующим причинам:

- **Эффективность тренировок:** виртуальная реальность позволяет создать окружающую среду, которая имитирует реальные условия тренировок или соревнований. Спортсмены могут погружаться в симуляции, где могут тренироваться и совершенствовать свои навыки в безопасной и контролируемой среде. Это делает тренировки более эффективными и позволяет спортсменам достигать лучших результатов.

- **Мотивация и вовлеченность:** виртуальная реальность создает захватывающее и мотивирующее окружение для тренировок. Спортсмены могут быть вовлечены в интерактивные симуляции, которые помогают им сосредоточиться и сосредотачиваться на выполнении упражнений. Это помогает поддерживать высокий уровень мотивации и интереса к тренировкам.

- **Индивидуализация тренировочного процесса:** виртуальная реальность позволяет создавать персонализированные тренировочные программы, адаптированные под индивидуальные потребности и цели каждого спортсмена. Это помогает оптимизировать процесс обучения, улучшить уровень тренировочного эффекта и достичь индивидуальных результатов.

- **Инновационность и привлекательность:** использование виртуальной реальности в тренировках представляет собой инновационный подход, который привлекает внимание спортсменов и тренеров. Технологические возможности виртуальной реальности позволяют создавать уникальные тренировочные сценарии, которые могут улучшить производительность и результаты спортсменов.

Чтобы понять, как работает виртуальная реальность, нужно знать ее основные компоненты. Они включают в себя:

- Гарнитуру виртуальной реальности, которая надевается на голову и отображает изображение на глазах пользователя;

- Датчики, которые отслеживают движения пользователя и передают информацию в компьютер;

- Компьютер, который обрабатывает информацию и создает виртуальную среду;

- Контроллеры, которые позволяют пользователю взаимодействовать с объектами в виртуальной среде.

История развития технологии виртуальной реальности началась в 1960-х годах, когда ученые начали исследовать возможности создания компьютерных моделей трехмерных объектов. С тех пор, виртуальная реальность стала более доступной и используется в различных областях, включая медицину и спорт [1].

Виртуальная реальность не только открывает новые горизонты в области тренировок, но также предоставляет атлетам возможность взаимодействовать с уникальными тренировочными мирами, точно имитирующими реальные соревнования. Примером такой инновации может служить виртуальная тренировочная среда для теннисистов, где игрок может реалистично симулировать матчи с виртуальными противниками, адаптируясь к различным стилям игры и условиям покрытия корта. Это не только позволяет улучшить технические навыки, но и разрабатывать стратегии на основе виртуального опыта.

Другим примером может быть виртуальная тренировочная площадка для футболистов, где игроки могут вживую переживать тактические моменты матчей, взаимодействуя с виртуальными партнерами и оппонентами. Этот тип тренировочных миров позволяет спортсменам улучшать координацию движений, принимать быстрые решения в реальном времени и адаптироваться к разнообразным сценариям игры, что становится ключевым фактором в повышении их производительности на поле.

Такие виртуальные тренировочные миры также могут быть востребованы в индивидуальных видах спорта, таких как гольф или бокс. Гольфисты, например, могут виртуально тренироваться на различных полосах, учитывая факторы погоды и сложности каждой игровой ситуации. Атлеты в боксе, в свою очередь, могут виртуально сталкиваться с различными стилями борьбы соперников, что помогает им развивать эффективные стратегии ведения боя [3].

В 1983 году была создана и успешно применялась искусственная среда для тренировки и мониторинга состояния гребцов-академистов (Dal Monte, 1983). В 1998 году создана механическая компьютеризированная система, имитирующая условия парусного спорта (Walls et al., 1998). Бобслейный тренажер с системой управления движением и онлайн-мониторингом был смоделирован в 2000 году и успешно использовался для совершенствования технико-тактического мастерства бобслеистов высшей категории (Kelly, Hubbard, 2000) [2].

Кроме тренировок и соревнований, виртуальная реальность может быть использована в реабилитации и восстановлении после травм. Спортсмены могут использовать виртуальные среды для воссоздания движений и упражнений, а также для укрепления психологического состояния в период восстановления.

Тенденции развития технологии виртуальной реальности для тренировок:

- Улучшение качества графики и симуляций: с развитием технологий виртуальной реальности появляются все более реалистичные и качественные графические симуляции. Это позволяет создавать тренировочные программы, которые максимально приближены к реальным условиям соревнований или тренировок, и улучшают эмоциональное вовлечение спортсменов.

- Интеграция с другими технологиями: развитие виртуальной реальности идет параллельно с развитием других технологий, таких как искусственный интеллект, сенсорные технологии, аналитика данных и др. Интеграция этих технологий позволяет создавать более продвинутые тренировочные системы, способные предсказать и корректировать поведение спортсмена в режиме реального времени.

- Повышение интерактивности: с развитием виртуальной реальности появляются все более интерактивные тренировочные среды, где спортсмены могут взаимодействовать с виртуальным миром, менять условия тренировок и получать обратную связь. Это способствует более эффективному усвоению новых навыков и улучшению реакции спортсменов на изменяющиеся условия.

- Персонализация тренировок: с развитием технологии виртуальной реальности возможно создание персонализированных тренировочных программ, учитывающих индивидуальные потребности и цели каждого спортсмена. Это позволяет максимально адаптировать тренировочный процесс под конкретного спортсмена, оптимизировать его учебный процесс и достигать лучших результатов.

Использование виртуальной реальности в тренировках представляет собой инновационный подход, который меняет спортивную индустрию и поднимает качество тренировок на новый уровень. Благодаря развитию технологий виртуальной реальности, спортсмены и тренеры получают доступ к уникальным возможностям, которые улучшают эффективность, мотивацию, индивидуализацию тренировочного процесса и повышают привлекательность самой тренировки.

Концепция виртуальной реальности в спорте открывает новые перспективы для спортсменов всех уровней подготовки, позволяет совершенствовать технику, улучшать реакцию и принятие решений в условиях, максимально приближенных к реальным. Благодаря использованию виртуальной реальности, тренировочные программы становятся более интересными, увлекательными и эффективными, что в конечном итоге приводит к улучшению результатов спортсменов.

Библиографический список

1. Использование виртуальной реальности в тренировках спортсменов [Электронный ресурс]. – URL: <https://runway-auto.ru/sportivnye-innovacii/ispolzovanie-virtualnoj-realnosti-v-trenirovках-sportsmenov/> (Дата обращения 21.03.2024).

2. Особенности использования виртуальной реальности в спортивной практике [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-ispolzovaniya-virtualnoy-realnosti-v-sportivnoy-praktike> (Дата обращения 22.03.2024).

3. Способ применения VR в спорте: технологии для улучшения тренировок [Электронный ресурс]. – URL: <https://virtre.ru/articles/virtual-reality/sposob-primeneniya-vr-v-sporte-texnologii-dlya-uluchsheniya-trenirovok> (Дата обращения 21.03.2024).

ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ КАК ЭКВИВАЛЕНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МЕТОДА В РАБОТЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

М.А. Лозовая

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация: в данной статье рассмотрена эффективность работы преподавателя физической культуры с помощью психологического приема как игровая терапия.

Ключевые слова. Преподаватель, игровая терапия, психологический прием

GAME THERAPY AS AN EQUIVALENT OF A PSYCHOLOGICAL METHOD IN THE WORK OF A PHYSICAL EDUCATION TEACHER

M.A. Lozovaya

Siberian State University of Science and Technology
named after academician M.F. Reshetnev

Abstract: this article examines the effectiveness of the work of a physical education teacher using psychological techniques such as game therapy.

Keywords. Teacher, game therapy, psychological technique

Преподаватель - это прежде всего учитель, систематически осуществляющий процесс обучения и воспитания. Он совершенствует функциональные возможности студентов, формирует у них определенные физические качества, двигательные навыки и умения, учит наиболее рациональной технике выполнения упражнений. Педагогу приходится решать целый ряд задач, связанных с оздоровительными, воспитательными, гигиеническими, социальными и спортивно-соревновательными целями. Поэтому хороший педагог, имеющий глубокие знания и широкий общий кругозор, достаточно разбирается в вопросах психологии, социологии, медицины.

В своей повседневной работе преподавателю физической культуры часто приходится заниматься психологическими проблемами и задачами. Успешное выполнение роли практического "психолога" существенно влияет на эффективность и результативность процесса обучения. Преподаватель не только должен заметить, понять и объяснить определенное явление или ситуацию в группе, но и прореагировать таким образом, чтобы своей позицией или действием способствовать улучшению или хотя бы поддержанию благоприятного эмоционального и рабочего климата.

Чтобы повысить эффективность своей работы преподавателю необходимо познакомиться с психологическими приемами и широко применять их на практике. Данным психологическим приемом является игровая терапия.

Игровая терапия применяется в психологии и психотерапии в качестве диагностирующего и терапевтического методов. Известно, что игра позволяет личности более свободно проявить свои, нередко весьма важные, черты, так как

общая ситуация и само содержание игры облегчают проекцию отношений, личностных проблем, ведущих потребностей, которые в других обстоятельствах человек не проявляет или проявляет в недостаточной мере.

Как и некоторые другие психологические методы, игровая терапия пришла из повседневной жизни. Может быть, ее значение станет более очевидным, если вспомнить о наблюдениях за группой детей, спонтанно отдающимся игре. Прежде всего, дети различаются по своим склонностям к игре. Один ребенок предпочитает такую игру, в которой связь с другими детьми сведена к минимуму. Этому ребенку больше всего будут нравиться так называемые "параллельные игры", в которых дети играют самостоятельно рядом друг с другом. Игра имеет одинаковое содержание, но в ней нет активного сотрудничества (например, два ребенка строят каждый свой домик). Другой ребенок проявляет большую склонность к организованным играм по определенным правилам, и, наконец, третий любит игры, в которых имеются большие возможности для свободы действий или импровизации.

Поведение детей в ходе игры позволяет исследователю лучше увидеть мотивы выбора именно этой игры. Девочка, которая с большим удовольствием одна занимается с куклами и не принимает предложения своих подруг поиграть в "классики", несомненно, испытывает трудности в области отношений, и поэтому ей больше нравится ситуация одиночества. Но в наблюдениях за содержанием ее игры с куклами дает новый материал. В игре она может "отразить" отношение ее матери к ней самой - будет баловать свою куклу, ухаживать за ней, ласково говорить или, наоборот, будет ругать, сердиться на нее и "наказывать".

Каждая игра (подвижная, спортивная, сюжетная) дает возможность для такого самовыражения. Значение игры как терапевтического средства заключено в возможности через игру пережить состояние напряженности, недовольства, почувствовать частичное или хотя бы символическое удовлетворение своих желаний и потребностей.

В игре отражаются качество, содержание отношений, возможность адаптации, потребность в самоутверждении или подчинении, в одобрении, а также боязнь быть неприятным или отвергнутым. Один в игре будет навязывать группе свои потребности и желания, другой будет подчиняться ситуации, требованиям группы.

Кто-то свое место в игре попытается укрепить усилением личного вклада, иной будет требовать это от остальных. Один при неблагоприятном ходе игры попытается еще больше мобилизоваться, другой будет сердиться на товарищей или обвинять их. Сильный будет побуждать других, у слабого опустятся руки.

В физической культуре можно найти много элементов, или "производных", игровой терапии. Она сама по себе является деятельностью, включающей если не терапию, то уж, безусловно, коррекцию поведения молодых людей.

Физическая культура позволяет студенту:

- улучшить представления о собственном теле и собственной личности;
- утвердить себя в группе путем выбора социальных образцов поведения, которым нельзя научиться в семье;
- преодолеть трудности, связанные с собственной семьей;

- сформировать свою самооценку и самоутвердиться.

В качестве примера можно рассмотреть довольно распространенную ситуацию, когда застенчивый, отстающий или замкнутый ребенок, имеющий серьезные затруднения в установлении контактов с другими детьми в формальных ситуациях, подходит к группе детей, играющих в мяч. Уже первая передача мяча, достаточная причина для того, чтобы у него установились богатые, живые и эмоционально насыщенные отношения с группой.

Можно, без особого труда обнаружить много сходства и в поведении взрослых людей, использующих игру в качестве исходной точки для решения некоторых своих личных проблем и потребностей. Поэтому естественно, что преподаватель, используя в своей практике различные варианты игр, может целенаправленно воздействовать на отношения и поведение студентов, формировать у них наиболее адекватные способы эмоционального реагирования.

Игра дает определенную эмоциональную разрядку, что позволяет лучше понять некоторые взаимоотношения и внести в них необходимую коррекцию. Иногда полезно занять нейтральную позицию, например, если между игроками возникнет довольно резкий конфликт или столкновение с последующей эмоциональной разрядкой. В некоторых случаях следует стимулировать такие агрессивные реакции хотя бы для частичной разрядки конфликтной ситуации. Благодаря хорошему знанию своих студентов и внимательному наблюдению за ситуацией педагог сможет вовремя вмешаться, чтобы не были нарушены границы дозволенного. Таким образом, санкционируя проведение такой разрядки, педагог использует саму ситуацию для демонстрации неблагоприятных аспектов взаимоотношений. Ценность его вмешательства именно в том и состоит, что, занимая одинаковую позицию по отношению к обоим, он сближает конфликтные стороны.

Педагогу не следует упускать возможность и самому включиться в какую-нибудь игру. Это сокращает дистанцию, отделяющую его от игроков, и усиливает процесс идентификации, особенно если почувствует, что у группы есть потребность к нему приблизиться, а это нельзя сделать в ходе "рабочей", официальной части.

Библиографический список

1. Актуальные проблемы возрастной и педагогической психологии / Под ред. Ф.И. Иващенко, Я.Л. Коломинского. Минск: Высш. шк., 1980. — 176 с.
2. Бабанский Ю.К. Проблемы повышения эффективности педагогических исследований: Дидактический аспект. -М.: Педагогика, 1982. -192 с.
3. Бедерханова В.П. Обучающие игры как средство подготовки студентов университета к воспитательной работе: Дис. .канд. пед. наук. Л., 1977.-206 с.
4. Выготский Л.С. Инструментальный метод в психологии. Собрание сочинений в 6-ти томах, т. 1. М.: Педагогика, 1982. - 488 с.

РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ С ПАТЕЛЛОФЕМОРАЛЬНЫМ БОЛЕВЫМ СИНДРОМОМ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

М.А. Лозовая

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. В данной статье рассмотрен пателлофemorальный болевой синдром, причины патологии, его симптомы, поддержание хорошего функционального состояния и самочувствия лечебной физической культурой.

Ключевые слова. Болевой синдром, комплекс упражнений, лечебная физическая культура, сустав

REHABILITATION OF ATHLETES WITH PATELLOFEMORAL PAIN SYNDROME BY PHYSICAL THERAPY

M.A. Lozovaya

Siberian State University of Science and Technology
named after academician M.F. Reshetnev

Abstract. The article considers patellofemoral pain syndrome, the causes of pathology, its symptoms, maintenance of a good functional state and well-being by therapeutic physical culture.

Keywords. Pain syndrome, complex of exercises, therapeutic physical culture, joint

Пателлофemorальный болевой синдром - это боль в колене, возникающая в результате проблем между коленной чашечкой и бедренной костью. ПФБС может быть связан с травмой надколенника, но чаще это сочетание нескольких факторов: чрезмерное использование или перегрузка пателлофemorального сустава, анатомические или биомеханические аномалии, мышечная слабость, дисбаланс или дисфункция. Травму можно получить при беговой активности, посредством повреждения или износа хрящей надколенной чашечки. Пателлофemorальный болевой синдром чаще возникает у спортсменов в возрасте от 16 до 25 лет и сопровождается следующими симптомами: боль ноющего характера в области передней поверхности коленного сустава, усиливающаяся при длительной ходьбе по неровной поверхности, особенно спуске по лестнице, в положении “сидя на корточках”, при прыжках, беге, а также при длительной статической позиции сгибания коленного сустава; уменьшение объема движения надколенника и коленного сустава; крепитация, ощущение трения в области передней поверхности коленного сустава; чувство скованности коленного сустава после статической нагрузки, уменьшающаяся после движений. ПФБС может возникнуть так же и по причине неудачной операции либо деформации коленной чашечки (дисплазия коленного сустава). Женщины страдают данным заболеванием чаще, чем мужчины. Иногда боль и дискомфорт локализуются в колене, но источник проблемы находится где-то в другом месте. *Pes planus* (плоская стоп — пронация) или *pes cavus* (полая стопа — супинация) также могут провоцировать ПФБС. Пронация стопы (которая чаще встречается при ПФБС) вызывает компенсаторную

внутреннюю ротацию большеберцовой или бедренной костей, что нарушает пателлофemorальный механизм. Супинация стопы обеспечивает меньшую амортизацию для ноги, когда она касается плоскости опоры, что может приводить к росту нагрузки на пателлофemorальный (ПФ) сустав. Кинематика тазобедренного сустава также может влиять на колено и провоцировать ПФБС. Результаты одного исследования показали, что у пациентов с ПФБС могут быть слабыми абдукторы бедра, что будет приводить к увеличению приведения бедра во время бега.

При несвоевременной и некорректно проведенной реабилитации продолжающееся разрушение хряща суставной поверхности надколенника (хондромалиция) и развитие дегенеративного процесса в других компонентах бедренно-надколенникового сочленения приводят к формированию пателлофemorального артроза и прогрессированию болевого синдрома. ПФБС (выраженная хондромалиция надколенника) может привести к необходимости эндопротезирования коленного сустава и, как следствие, к преждевременной инвалидизации. При острой фазе пателлофemorальной боли лечение направлено в первую очередь на устранение неприятных ощущений. Врач обычно прописывает пациентам с такой проблемой: ограничение физической активности; прием нестероидных противовоспалительных препаратов (НПВС), к примеру, ибупрофена, нимесулида и пр. Для дальнейшего восстановления нормального движения коленного сустава необходимо обеспечить правильное направление движения надколенника. Поэтому пациентам следует обязательно приобрести и использовать внешние ортопедические средства, в частности, коленный ортез. Также пациентам необходимы регулярные упражнения лечебной физкультуры. Для лечения пателлофemorальной боли пациентам показано выполнение различных упражнений. Их вполне можно проводить в домашних условиях после стихания неприятной симптоматики.

Чтобы улучшить работу коленного сустава и укрепить мышцы ног следует выполнять следующий комплекс упражнений:

1. Лечь на пол, согнув одну ногу под прямым углом так, чтобы стопа осталась стоять на поверхности. Вторую ногу при этом нужно максимально выпрямить и задержать в такой позиции в течение 15—25 секунд. Такое упражнение нужно повторить 5—10 раз с каждой ногой;

2. Лечь на пол, согнув одну ногу под прямым углом так, чтобы стопа оставалась на поверхности. Вторую ногу необходимо приподнять на 7—10 см и зафиксировать на 15 секунд, далее плавно опустить вниз. Следует совершить 5—10 повторов каждой ногой;

3. Сесть на пол, выпрямив ноги. Следует положить левую ступню на правое колено, после чего развернуть корпус влево, надавливая правой рукой на левую ногу. Во время выполнения упражнения должно ощущаться натяжение в левой ягодичной мышце, а также со внешней стороны левого бедра. Такое положение нужно фиксировать в течение 15—25 секунд. Упражнение нужно повторить 5—10 раз с каждой ногой;

4. Встать прямо так, чтобы правая нога стояла немного впереди. Далее необходимо соединить руки вместе и постараться коснуться ими пола. Важно ощутить натяжение в левом бедре — в области внешней стороны. В таком положении следует замереть на 10—20 секунд, после расслабиться.

Необходимо совершить до 10 повторов каждой ногой;

5. Лечь на пол и выпрямить ноги. После необходимо согнуть одну ногу и притянуть колено как можно ближе в груди. Следует выпрямить ногу так, чтобы ощутить натяжение, и замереть в таком положении на 5–10 секунд. Необходимо повторить до 5—10 раз с каждой ногой;

6. Сесть на пол и выпрямить ноги. Следует зажать между коленями резиновый мячик так, чтобы ощутить напряжение. Необходимо замереть в таком положении на 5–10 секунд, после расслабиться. Упражнение нужно повторить до 10 раз. Выполнять упражнения нужно каждый день на протяжении минимум 1,5 месяцев. К привычным нагрузкам стоит возвращаться постепенно.

Исходя из вышесказанного, физическая культура способна оказывать лечебное действие при заболевании пателлофemorальным болевым синдромом. Ведь занятия физкультурой являются самым естественным и эффективным методом лечения, который применяется практически при любых заболеваниях, травмах, в любом возрасте. Так как в основе лежит одна из главных биологических функций организма – движение.

Библиографический список

1. Баранов, В.В. Применение аппаратных методов и средств в реабилитации [Электронный ресурс] / В.В. Баранов, А.В. Никулина // Доктор.Ру.

2. Богатов В.Б., Садыков Р. Ш., Понамарев И. Р. Образование синовиальной кисты в проекции большеберцового канала после пластики передней крестообразной связки (случай из практики). Травматология и ортопедия России.

3. Цыкунов, М.Б. Программа реабилитации при повреждениях хрящевых и капсульно-связочных структур коленного сустава: метод. рекоменд. / М.Б. Цыкунов.

ББК 75.3

ИСТОРИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЕЕ МЕТОДЫ И СРЕДСТВА

А.А. Лозовой

«Сибирский государственный университет имени академика М.Ф. Решетнева»

Аннотация: в данной статье рассмотрена история лечебной физической культуры, а также ее главный лечебный и профилактический прием.

Ключевые слова. Лечебная физическая культура, гимнастика, упражнения, здоровье

THE HISTORY OF THERAPEUTIC PHYSICAL EDUCATION AND ITS METHODS AND MEANS

A.A. Lozovoy

"Siberian State University named after Academician M.F. Reshetnev"

Abstract: this article examines the history of therapeutic physical culture, as well as its main therapeutic and preventive method.

Keywords. Therapeutic physical education, gymnastics, exercises, health

Одним из важнейших условий для развития человеческой жизни можно смело считать физическую активность. Ее можно рассматривать как что-то, что может стимулировать процессы роста, развития и формирования человеческого организма.

Факторы, которые напрямую влияют на физическую активность индивида, представляют собой его функциональные возможности, его возраст, пол и состояние здоровья.

Изменение сроков приспособляемости организма подвержено влиянию совокупности следующих факторов: физической активности человека в комплексности с социальными условиями, состоянием экологии и других немаловажных причин.

Эффект, при помощи упражнений и других тренировок, которые предлагаются нам лечебной физической культурой, будет давать свои плоды только при соблюдении ряда условий: систематичности, регулярности, длительности, дозировании нагрузок, индивидуализации. Во время физической активности в организме человека не только происходят различные процессы, но и последствия от той или иной активности воспринимается человеком по-разному и имеет разнородное влияние для определённого организма. Именно поэтому, многими учеными и медиками поддерживается мнение, что методы лечебной физической культуры должны быть несходными.

Физическая культура в образовательных программах детских садов, школ, средних и высших учебных заведениях является неотъемлемой частью учебного процесса. С каждым годом число людей со слабым здоровьем и плохой физической подготовкой увеличивается. Помимо хронических заболеваний, также на здоровье учеников и студентов влияют следующие факторы: нерациональное питание, подверженность к стрессу, тяжелая учебная нагрузка, времяпрепровождение за компьютером.

Лечебная физическая культура – это целый комплекс мер, которые направлены на устранение и купирование болезней, восстановление функционирования организма после перенесенных травм, поддержание физического и психоэмоционального состояния людей с хроническими заболеваниями.

История лечебной физической культуры уходит глубоко корнями в древность. Понимание того, что движение может являться эффективным методом для профилактики болезней и реабилитации, сложилось еще в Древнем Китае. Люди Древнего Китая понимали, что лишив человека двигательной активности, можно лишить его энергии и сил. Впервые гимнастика в лечебных целях была описана в книге «Кунг-фу». Упражнения, предназначавшиеся для овладения боевыми искусствами, трансформировались в элементы физического воспитания человека. Физические упражнения в Китае использовались на протяжении тысячелетий в лечебных и реабилитационных целях. Также существовало большое количество врачебно-гимнастических школ, в которых обучали лечебной гимнастике и массажу и, соответственно, его применение. В китайских врачебно-гимнастических школах лечили искривления позвоночника, болезни сердца, легких, вывихи и переломы костей.

Древнекитайский врач Ло Джуа в своих трудах говорил о том, что самым важным для хорошего здоровья и физического состояния человека являются утренняя зарядка, включающая в себя дыхательные практики, легкие физические упражнения и принятие солнечных ванн. Если говорить о вечерней активности, то лучше всего, по мнению данного врача, это пешие прогулки на свежем воздухе с активным дыханием. Такие методы положительно влияют на здоровый сон и чистый разум. Залогом успеха и получением пользы от любых упражнений Ло Джуа считал дыхание. Правильное дыхание при выполнении того или иного задания обеспечивает тренировку легких и способствует их увеличению.

Знаменитый древнекитайский медик Хуа То, являющийся основателем китайской гимнастики, утверждал: «Тело требует упражнений, но не до изнеможения, ибо упражнения предназначены для того, чтобы устранять дурной дух из организма, способствовать кровообращению и предотвращать недуги». «Если ручка двери часто движется, она не ржавеет. Так и человек, если он много движется, то не болеет». Со времен смерти Хуа То прошло уже почти 2 тысячелетия, но его принципы до сих пор лежат в основе понимания физического воспитания и профилактики болезней путем гимнастических упражнений.

В индусских писаниях «Веды» подробно описано учение о пассивных и активных упражнениях, массаже и дыхательной гимнастике, более известное как йога.

В Древнем Риме лечебная гимнастика имела важное место в лечении и профилактике заболеваний. Этот факт нашел отражение в работах Целия, Корнелия Цельса и Галена. Целий говорил о большом назначении гимнастики и массажа для лечения тех или иных болезней. Авиценна в своем труде «Канон медицинских наук» дает широкое теоретическое обоснование солнечных и воздушных ванн, режима питания и использования физических упражнений людьми разного возраста с профилактической и лечебной целью.

В эпоху возрождения, когда первые полноценные европейские труды по анатомии, физиологии и медицине начинали появляться, заинтересованность в изучении физической активности в качестве профилактики и методов, включающих в себя реабилитационные и лечебные цели, резко возросла.

Также колоссальное воздействие на современную лечебную гимнастику оказала шведская система гимнастика, автором которой стал Пэр-Генрих Линг, ставший создателем основ современной врачебной гимнастики Его именем даже назван Стокгольмский Государственный гимнастический институт. Не имея никакого медицинского образования, он самостоятельно овладел основами анатомии и физиологии и распределил по группам древнегреческие и скандинавские гимнастические упражнения, тем самым создав систему упражнений, главной задачей которой стало налаживание физического здоровья и, немало важное, физическое совершенствование человека.

В России также проводились исследования о пользе физических нагрузок в профилактических и лечебных целях. Сложившийся уклад жизни славян повлиял не только на мировоззрение целого народа, но и на отношение к физическому состоянию человека. Издревле считалось, то хорошая физическая форма является основополагающим внешней красоты. На Руси было огромное

количество игр и забав для народа во время народных празднеств, например кулачные бои, столб и многие другие. Также, славяне считали, что банные процедуры, одна из важных частей всей русской культуры, помогают не только отчиститься от зла и плохой энергетики, как считали славяне, но и способствует укреплению здоровья и восстановлению жизненных сил после разнообразных военных походов и недугов. Многие зарубежные ученые мужи писали в своих работах о важности бани не только как культурной составляющей, но и как посредника в профилактике и укреплении физического состояния тела и здоровья.

Лечебная физкультура начала развиваться по пути науки только со второй половины восемнадцатого века. После того как был создан Московский государственный университет, а точнее появление в нем медицинского факультета, наука о лечебной физкультуре начала получать большее развитие и внимание со стороны ученых. Также в России девятнадцатого века во многих городах были организованы лечебные учреждения, которые практиковали лечебную гимнастику, направленную на профилактику и восстановление здоровья после недугов и травм.

Главным лечебным и профилактическим приемом лечебной физической культуры является лечебная гимнастика, иными словами индивидуально подобранные физические упражнения для лечения. Физические упражнения, которые применяются в соответствии с назначением лечения, с учетом этиологии (условие и причина болезни), механизм происхождения и формирования болезни и отдельных её проявлений, а также неких клинических особенностей, функционального положения организма и общей физической работоспособности является основным средством лечебной физической культуры.

Библиографический список

1. Каштанова, Г.В. «Организация в образовательном учреждении лечебной физкультуры массажа при травмах опорно-двигательного аппарата у детей: практ. пособие» \ Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина. - М: АРКТИ, 2010. – 100 ст.

2. Красносельский Г. И. «Древнекитайская гигиеническая гимнастика для лиц пожилого возраста» — Воронеж: Кн. изд-во, 1957.

ББК 54.10

СА-БЛОКАДА, СИНОАТРИАЛЬНАЯ, СИНОАУРИКУЛЯРНАЯ: СТЕПЕНИ И ТИПЫ, ЛЕЧЕНИЕ

А.А. Лозовой

«Сибирский государственный университет имени академика М.Ф. Решетнева»

Аннотация. В этой статье рассмотрена СА блокаду как болезнь, ее причины, классификацию, симптомы и ее лечение. В заключение скажем, можно ли заниматься при такой болезни физическими упражнениями и можно ли улучшить свои физические показатели при СА блокаде.

Ключевые слова: СА, блокада, СА - блокада, синоатриальная, синоаурикулярная, степени, типы, лечение

CA-BLOCKADE, SINOATRIAL, SINOAURICULAR: DEGREES AND TYPES, TREATMENT

A.A. Lozovoy

"Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev"

Abstract. This article examines the blockade as a disease, its causes, classification, symptoms and its treatment. In conclusion, let us say whether it is possible to exercise with such a disease and whether it is possible to improve your physical performance with a blockade.

Keywords: CA, blockade, CA-blockade, sinoatrial, sinoauricular, degrees, types, treatment

СА-блокада считают одним из вариантов синдрома подавленности синусового узла (СУ). Этот характер аритмии может быть зафиксирован в любом возрасте, довольно почаше он фиксируется у лиц мужского пола, в общей сталкивается касательно редко. В здоровом сердце электрический заряд генерируется в синусовом узле, кой расположен в толще правые предсердия. Оттуда он идет к предсердно-желудочковому узлу и к ножкам пучка Гиса. За счет поочередного прохождения импульса по проводящим волокнам сердца достигается правильное сокращение его камер. Если в некотором из участков покажется препятствие, то нарушится и сокращение, тогда речь идет о блокаде.

В частности, импульс не образуется совсем, в прочих – он есть, но слишком слаб, чтобы вызвать сокращение кардиомиоцитов. У больных с органическими повреждениями миокарда импульс встречает механическое препятствие на своем пути и не может пройти дальше по проводящим волокнам. Вероятна и недостающая чувствительность кардиомиоцитов к электрическому импульсу.

Факторами, приводящими к синоаурикулярной блокаде, считают:

Пороки сердца;

Воспалительные изменения в сердце (миокардит);

Кардиоваскулярную форму ревматизма;

Второстепенное поражение тканей сердца при лейкозах и других новообразованиях, травмах;

Ишемическую болезнь сердца (кардиосклероз, послеинфарктный рубец);

Некроз миокарда (инфаркт);

Интоксикацию лечебными медикаментами при превышении дозированной дозы либо личной непереносимости – сердечные гликозиды, верапамил, амиодарон, хинидин, бета-адреноблокаторы;

Интоксикация фосфорорганическими веществами.

На работу СУ оказывает влияние активность блуждающего нерва, так при его активации может быть нарушение генерации импульса и появление СА-блокады. В таком случае говорят о транзиторной СА-блокаде, что сама по себе появляется и так же проходит. Подобное явление возможно у практически здоровых людей, без анатомических изменений в самом сердце. В единичных вариантах диагностируется идиопатическая синоаурикулярная блокада, когда четкую причину патологии заметить не удастся. У детей также возможно нарушение проведения от синоатриального узла. Естественно такая аритмия

обнаруживается спустя 7-летнего возраста, а нередкой причиной становится вегетативная дисфункция, то есть блокада скорее будет транзиторной, на фоне увеличения тонуса блуждающего нерва. Среди органических изменений миокарда, что могут стать причиной этого вида блокад у ребенка – миокардит, миокардиодистрофия, при которых наряду с СА-блокадой могут быть обнаружены и другие виды аритмий.

Распознают синоаурикулярную блокаду I, II и III степени. Синоаурикулярная блокада I степени на обычной электрокардиограмме не выявляется. В этом случае все импульсы, генерируемые синусовым узлом, достигают предсердий, однако зарождаются они реже, чем в норме. На синоаурикулярную блокаду I степени косвенным образом может указывать устойчивая синусовая брадикардия. При синоаурикулярной блокаде II степени доля импульсов не достигает предсердий и желудочков, что сопровождается происхождением на ЭКГ периодов Самойлова–Венкебаха – выпадением зубца P и ассоциированного с ним комплекса QRST. В случае выпадения одного сердечного цикла, увеличенный промежуток R-R равен двум основным промежуткам R-R; при выпадении наибольшего числа сердечных циклов пауза может приравняться 3 R-R, 4 R-R. иногда блокируется проведение каждого второго импульса, последующего спустя одного нормального сокращения (синоаурикулярная блокада 2: 1) – тогда говорят об аллоритмии.

В отличие от атриовентрикулярной блокады II ст., при коей бывает только QRS-комплекс, при синоаурикулярной блокаде имеет место выпадение предсердного и желудочкового комплексов. При синоаурикулярной блокаде III степени наблюдается полная блокада передачи импульсов из синусного узла, что может вызвать асистолию и смерть пациента. В некоторых вариантах значимость водителя ритма забирает на себя атриовентрикулярный узел, проводящая система предсердий или желудочков.

Блокады сердца первой степени и блокада однопучковая ножек Гиса, а вдобавок внутрипредсердная блокада не имеют никаких клинических проявлений. Возможно, выявить эти блокады сердца на ЭКГ при прохождении обследования, иные блокады сердца имеют следующие симптомы:

- аритмия;
- повышенная усталость;
- слабость;
- дискомфорт в грудной клетке;
- головокружение;
- появление мушек перед глазами;
- шум в ушах;
- холодный пот;
- потеря сознания;
- появление судорог;
- замедление пульса;
- перебои в работе сердца;
- удушье;
- шоковое состояние;
- мокрый кашель;

- синева на губах, пальцах и лице;
- повышение температуры;
- головные боли.

Через несколько минут самочувствие, как правило, восстанавливается.

Лечение происходит с начала терапии предшествующей болезни, что является основной.

Для лечения основной болезни назначают:

- препараты нестероидного характера;
- преднизолон, гидрокортизон;
- пенициллиновые антибиотики;
- диуретические препараты;
- гипотензивные лекарства;
- аспирин;
- статины.

Болезнь первой степени не подразумевает под собой никакого лечения, при условии отсутствия клинических проявлений. Если произошла передозировка медикаментозными средствами, которые замедляют ритм сердца, то следует отказаться от этих лекарств.

Противопоказаниями при блокадах являются следующие лекарства:

- бета-блокаторы;
- сердечные гликозиды;
- антиаритмические средства.

При блокадах многофункционального характера, которые связаны с малыми аномалиями сердца или физической нагрузкой, а вдобавок при заболевании первой и второй степени и интракардиальных блокадах, назначаются лекарства, которые способствуют улучшению обмена веществ в сердце. К данным лекарствам позволено отнести: рибоксин, актовегин и другие витамины.

Полная блокада атриовентрикулярная поддается исцелению изопреналином и орципреналином. Их необходимо пить курсом. После этого решается вопрос о постановке кардиостимулятора. Лечение заболевания в тяжелых случаях проводится при помощи электрокардиостимуляции, так как не присутствует своеобразных препаратов для ее излечения.

В качестве предложения первой медицинской помощи при блокаде сердца должно использовать одну или две таблетки изадрина. Таблетка кладется под язык. Так же сможет подействовать вливание под кожу атропина или внутривенный укол адреналина, если дыхание и сердечный ритм не восстанавливается, производится косвенный массаж сердца и искусственную вентиляцию легких до момента прибытия скорой помощи.

При наступлении клинической смерти, врачи скорой помощи производят кардиоверсию. Подобный метод выполняется с помощью электрического разряда дефибриллятора, затем в срочном порядке больной госпитализируется в реанимацию для последующего подбора тактики постановки имплантата искусственного кардиовертера.

Профилактика заболевания:

- не нужно использовать самостоятельные методы лечения болезней сердечно-сосудистой системы;

- при физических нагрузках рекомендуется брать повышенный объем нагрузок постепенно;

- необходимо вести здоровый образ жизни, исключить пагубные привычки;

- следует питаться только полезными продуктами, ограничить употребление соленой, жирной и острой пищи;

- больным, у которых уже присутствует блокада сердца, необходимо своевременно сообщать врачу-кардиологу о любых изменениях в своем самочувствии;

- рекомендуется измерять артериальное давление регулярно и если показатели будут длительное время повышенными или пониженными, стоит обратиться к врачу.

Профилактические меры могут сменить целое исцеление первоначальных стадий блокады сердца. Ограничение неблагоприятных влияний на организм поможет избавиться от наступления осложнений.

Блокада сердца – это болезнь, что поражает сердечно-сосудистую систему организма. Она заключается в том, что импульсы, проходящие через сердце, активизируют работать в замедленном темпе, либо целиком завершают свое прохождение. Чем же опасна блокада сердца, что не вовремя диагностирована? Исходное заболевание может увенчаться летальным исходом, значит самолечение сердечных заболеваний не приведет к хорошему результату.

При первых проявлениях признаков заболевания сердечной системы надо предпринимать действия и не откладывать поход к кардиологу на будущее время надеясь, что заболевание окончится само. Для диагностики и качественного получения высококвалифицированной медицинской помощи надо обратиться к специалисту кардиологического отделения. Врач-кардиолог проведет осмотр пациента, исследует его жалобы и самочувствие, распределит проведение нужных процедур, после коих будет выполнена постановка четкого диагноза, особенно в этом случае может быть прописана терапия, что безусловно поможет спастись от заболевания или облегчить нынешнее состояние пациента.

Ежели медикаментозное лечение не даст хорошего результата, то лечение будет проходить хирургическим путем. В некоторых запущенных вариантах без исполнения операции бывает невозможно. Своевременно проведенное лечение подразумевает за собой положительный исход для пациента.

Конечно же, утверждать, что СА блокада запрещает заниматься всякими физическими упражнениями, не стоит. Однако, с интенсивными упражнениями, связанные с повышением выносливости, не стоит заниматься с особым фанатизмом, так же, как и с силовыми упражнениями. Стоит заметить, что можно улучшить свои физические показатели при СА блокаде, например, делая упражнения на повышение силовых качеств, стоит делать малое количество повторений за малое количество подходов, не доводя организм до предельного состояния. Занятия физической культурой при СА блокаде хороши в меру, всего понемногу.

Библиографический список

1. СА-блокада, синоатриальная, синоаурикулярная: степени и типы, лечение [Электронный ресурс] URL: <https://clinic-a->

plus.ru/articles/kardiologiya/5039-sinoatrialnaya-blokada-sa-cto-eto-prichiny-simptomu.html (дата обращения 22.12.22)

2. Синоаурикулярная блокада [Электронный ресурс] URL: https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevaniya_cardiology/sinoauricular-block (дата обращения 22.12.22)

3. Блокада сердца [Электронный ресурс] URL: https://cardiology24.ru/blokada_serdca/ (дата обращения 22.12.22).

ББК 67.401.1

**ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ОРГАНАМИ ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ВЛАСТИ СУБЪЕКТОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПОЛНОМОЧИЯ
ПО КООРДИНАЦИИ ПРОВЕДЕНИЯ
ОБУЧЕНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**

И.И. Лысова

Научный руководитель О.И. Бекетов

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский юридический университет»

Аннотация. В статье рассматриваются особенности реализации отдельными органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации полномочия по координации проведения обучения по охране труда, основные сходства и различия. Также затрагивается проблема в различии понимания координации проведения обучения по охране труда субъектами Российской Федерации

Ключевые слова. Трудовой кодекс Российской Федерации, охрана труда, полномочие, органы исполнительной власти

**PECULIARITIES OF REALIZATION BY THE EXECUTIVE AUTHORITIES
OF THE CONSTITUENT ENTITIES OF THE RUSSIAN FEDERATION OF
THE AUTHORITY TO COORDINATE LABOR PROTECTION TRAINING
LABOR PROTECTION TRAINING**

I.I. Lysova

Scientific adviser O.I. Beketov

Private higher education institution «Siberian Law University»

Annotation. The article considers the peculiarities of the implementation by individual executive authorities of the subjects of the Russian Federation of the authority to coordinate labor protection training, the main similarities and differences. It also touches upon the problem of different understanding of coordination of labor protection training by the subjects of the Russian Federation

Keywords. Labor Code of the Russian Federation, labor protection, power, executive authorities

Статьей 211.3 Трудового кодекса Российской Федерации определены полномочия органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда, к которым относится координация проведения на территории субъекта Российской Федерации в установленном порядке

обучения по охране труда¹.

Указанное полномочие было обозначено также в предыдущей редакции раздела X «Охрана труда» Трудового кодекса Российской Федерации до внесения в него изменений Федеральным законом от 2 июля 2021 г. № 311-ФЗ.

Стоит отметить, что в Большом толковом словаре русского языка под координацией понимается согласование, приведение чего-либо в соответствие друг с другом (понятий, действий, составных частей и т. п.)².

До 1 сентября 2022 г. действовало постановление Минтруда России, Минобразования России от 13 января 2003 г. № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций», в котором и были обозначены функции органов исполнительной власти, заключающиеся в согласовании программ обучения по охране труда, разработанных обучающими организациями, возможности участия в составе комиссий по проверке знаний требований охраны труда обучающих организаций, а также в формировании банка данных всех обучающих организаций, находящихся на территории соответствующего субъекта³.

На основании статей 214 и 215 Трудового кодекса Российской Федерации работодатель обязан обеспечить обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, обучение по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, обучение по использованию (применению) средств индивидуальной защиты, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте и проверку знания требований охраны труда, а работник, в свою очередь, обязан это обучение пройти.

Таким образом, проведение обучения по охране труда является прямой обязанностью работодателей и, как следствие, работников.

Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2021 г. № 2464 утвержден новый Порядок обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда. Обучение может проводиться как в специализированных учебных центрах, имеющих необходимую аккредитацию, так и организовано работодателями самостоятельно⁴.

Вместе с тем, в Трудовом кодексе Российской Федерации и других федеральных нормативных правовых актах не раскрывается сущность понятия «координации проведения обучения по охране труда», а в Порядке обучения по

1 Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ (ред. от 14.02.2024) // Доступ из СПС Консультант.

2 Кузнецова С. А. Большой толковый словарь русского языка. 1998, доступ с сайта <https://gramota.ru/biblioteka/slovari/bolshoj-tolkovyy-slovar>.

3 Постановление Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 № 1/29 (ред. от 30.11.2016) «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» // Доступ из СПС Консультант.

4 Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 (ред. от 30.12.2022) «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда» // Доступ из СПС Консультант.

охране труда и вовсе не обозначена роль и функции органов исполнительной власти субъектов в организации указанного процесса в качестве стороны, обеспечивающей согласование действий участников (исходя их сущности понятия «координация»).

В связи с этим, у регионов появились различные подходы к осуществлению данного полномочия.

Так, в Республике Бурятия принято распоряжение Правительства Республики Бурятия от 11 марта 2022 г. № 120-р «О мерах по координации проведения на территории Республики Бурятия обучения по охране труда работников организаций и созданию условий для реализации приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 декабря 2014 г. № 1197 «О проведении общероссийского мониторинга условий и охраны труда», в соответствии с которым утвержден План мероприятий по организации обучения по охране труда, республиканское Министерство экономики определено координатором по проведению обучения, а организациям, проводящим обучение, работодателям и другим заинтересованным сторонам, рекомендовано участвовать в реализации утвержденного распоряжением Плана мероприятий.

В рамках Плана предполагается проведение конференций, целевых семинаров-совещаний по вопросам охраны труда с работодателями и обучающими организациями, анализ потребности в обучении по охране труда, оказание методической помощи организациям по вопросам улучшения условий и охраны труда, обучения по охране труда⁵.

Министерством экономики Республики Бурятия осуществляется сбор сведений о потребности по проведению обучения по охране труда работников, направление обобщенной информации в обучающие организации, а также информирование контрольно-надзорных органов о непроведении или несвоевременном проведении обучения по охране труда работников.

Постановлением Правительства Амурской области от 10 июня 2009 г. № 259 утвержден Порядок формирования реестра аккредитованных организаций и индивидуальных предпринимателей Амурской области, оказывающих услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда Амурской области, и координации деятельности обучающих организаций по охране труда Амурской области⁶.

Управлением занятости населения Амурской области по заявительному принципу осуществляется ведение реестра аккредитованных организаций и индивидуальных предпринимателей Амурской области, оказывающих услуги

5 Распоряжение Правительства Республики Бурятия от 11.03.2022 № 120-р «О мерах по координации проведения на территории Республики Бурятия обучения по охране труда работников организаций и созданию условий для реализации приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 декабря 2014 года № 1197 «О проведении общероссийского мониторинга условий и охраны труда» // Доступ из СПС Консультант.

6. Постановление Правительства Амурской области от 10.06.2009 № 259 (ред. от 24.01.2024) «Об утверждении Порядка формирования реестра аккредитованных организаций и индивидуальных предпринимателей Амурской области, оказывающих услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда, и координации деятельности обучающих организаций по охране труда Амурской области» // Доступ из СПС Консультант.

по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда, а также ежеквартальный сбор сведений о проведении обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда.

В Омской области координация проведения обучения по охране труда как одно из полномочий органа исполнительной власти Омской области в области охраны труда обозначено в Законе Омской области от 28 декабря 2016 г. № 1941-ОЗ «Об охране труда на территории Омской области»⁷.

Иные региональные правовые акты, предусматривающие конкретные действия по реализации рассматриваемого полномочия Министерства труда и социального развития Омской области, являющегося уполномоченным на его реализацию органом, отсутствуют.

В Воронежской области приказом областного департамента труда и занятости населения от 16 апреля 2014 г. № 221 утвержден административный регламент по исполнению государственной функции «Координация проведения на территории Воронежской области в установленном порядке обучения по охране труда», предполагающий в качестве административных процедур разработку нормативно-правовых документов, проведение консультаций по обучению по охране труда, а также мониторинга обучения. В качестве заявителей выступают работодатели, а результатом является непосредственно координация проведения на территории Воронежской области обучения по охране труда⁸.

В ряде субъектов Российской Федерации (Костромская область, Ульяновская область, Хабаровский край) действуют правовые акты на основании утратившего силу постановления Минтруда России, Минобразования России от 13 января 2003 г. № 1/29.

Таким образом, в силу отсутствия четкой регламентации и конкретизации понятия «координация проведения обучения по охране труда» возникает различие в понимании и, следовательно, осуществлении региональными органами исполнительной власти рассматриваемого полномочия. Указанный факт может влиять как на эффективность его реализации, так и на качество проведения обучения по охране труда работников в целом ввиду неурегулированности его координации и оценки. Также стоит отметить, что на федеральном уровне в связи с разностью подходов субъектов Российской Федерации не может быть осуществлена единая оценка результативности их деятельности.

В качестве возможного решения возникшей проблемы может быть рассмотрено дополнение Порядка обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда положениями, предусматривающими конкретные действия органов исполнительной власти субъектов, направленные на координацию проведения обучения по охране труда. Такими действиями могут

7. Закон Омской области от 28.12.2016 № 1941-ОЗ (ред. от 30.11.2021) «Об охране труда на территории Омской области»// Доступ из СПС Консультант.

8 Приказ ДТЗН Воронежской обл. от 16.04.2014 № 221 (ред. от 29.11.2023) «Об утверждении Административного регламента министерства труда и занятости населения Воронежской области по исполнению государственной функции «Координация проведения на территории Воронежской области в установленном порядке обучения по охране труда»// Доступ из СПС Консультант.

быть создание совещательных и консультационных органов, осуществляющих методическую помощь организациям и индивидуальным предпринимателям, оказывающим услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда, ведение реестра таких организаций, мониторинг проведения обучения по охране труда, включая проведение сбора, обработки и анализа сведения об обученных по охране труда, а также доступ к реестру обученных по охране труда лиц, формирование и ведение которого осуществляет Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации.

Библиографический список:

1. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ (ред. от 14.02.2024) // Доступ из СПС Консультант.

2. Кузнецова С. А. Большой толковый словарь русского языка. 1998, доступ с сайта <https://gramota.ru/biblioteka/slovari/bolshoj-tolkovuj-slovar>.

3. Постановление Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 № 1/29 (ред. от 30.11.2016) «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» // Доступ из СПС Консультант.

4. Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 (ред. от 30.12.2022) «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда» // Доступ из СПС Консультант.

5. Распоряжение Правительства Республики Бурятия от 11.03.2022 № 120-р «О мерах по координации проведения на территории Республики Бурятия обучения по охране труда работников организаций и созданию условий для реализации приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 декабря 2014 года № 1197 «О проведении общероссийского мониторинга условий и охраны труда» // Доступ из СПС Консультант.

6. Постановление Правительства Амурской области от 10.06.2009 № 259 (ред. от 24.01.2024) «Об утверждении Порядка формирования реестра аккредитованных организаций и индивидуальных предпринимателей Амурской области, оказывающих услуги по обучению работодателей и работников вопросам охраны труда, и координации деятельности обучающих организаций по охране труда Амурской области» // Доступ из СПС Консультант.

7. Закон Омской области от 28.12.2016 № 1941-ОЗ (ред. от 30.11.2021) «Об охране труда на территории Омской области» // Доступ из СПС Консультант.

8. Приказ ДТЗН Воронежской обл. от 16.04.2014 № 221 (ред. от 29.11.2023) «Об утверждении Административного регламента министерства труда и занятости населения Воронежской области по исполнению государственной функции «Координация проведения на территории Воронежской области в установленном порядке обучения по охране труда» // Доступ из СПС Консультант.

ВНЕШНИЙ ДОЛГ РОССИИ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ВВП СТРАНЫ

К.О. Макарова, М.М. Писанкова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассмотрен внешний государственный долг России, категории российских долгов западным странам. Определены плюсы и минусы внешнего долга для государства. Представлена динамика государственного долга России в денежном выражении и процентах к ВВП страны и сделаны соответствующие выводы.

Ключевые слова: государственный долг, внешний долг, кредитор, валовый внутренний продукт

RUSSIA'S EXTERNAL DEBT AND ITS IMPACT ON THE COUNTRY'S GDP

K.O. Makarova, M.M. Pisankova

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract. The article considers the external public debt of Russia, the categories of Russian debts to Western countries. The pros and cons of external debt for the state have been identified. The dynamics of Russia's public debt in monetary terms and as a percentage of the country's GDP are presented and appropriate conclusions are drawn.

Keywords: public debt, external debt, creditor, gross domestic product

Практически все страны мира, проводя экономические преобразования, прибегают к внешним источникам финансирования. Рациональное использование иностранных займов, кредитов и помощи способствует ускорению экономического развития, решению социально-экономических проблем. Однако отсутствие целостной государственной политики по привлечению и использованию внешних финансовых ресурсов ведет к образованию внешней задолженности, которая становится серьезным препятствием на пути экономических преобразований. Таким образом, в мировой экономике возникает проблема внешнего долга (внешней задолженности), которая является одной из наиболее острых и сложных проблем мировой экономики начала XXI века.

Данная проблема актуальна и для современной России — в связи со значительными масштабами самого внешнего долга нашей страны, необходимостью отвлечения крупных средств для его обслуживания и сокращения, что существенно ограничивает возможности экономического роста в стране.

В определении размеров государственного долга существуют различные подходы. Размеры внешнего долга обычно соизмеряют с ВВП страны и объемом экспорта. Если внешний долг превышает 60% ВВП и/или затраты на обслуживание долга превышают 40% экспорта, то положение считается опасным. Внешний долг - общая сумма обязательств государства по

выпущенным и непогашенным государственным долгам, полученным кредитам и процентам по ним в иностранной валюте.

Нынешние российские долги Западу включают четыре категории. Первая и самая большая - задолженность перед коммерческими банками западных стран, предоставляющими средства займа под гарантии соответствующих правительств или при страховании кредитов в государственных структурах. Регулирование задолженности подобного рода входит в компетенцию Парижского клуба - особого координирующего органа, в который входят официальные представители основных стран международных кредиторов.

Вторая группа - это кредиты, предоставленные коммерческими банками западных стран уже самостоятельно, без государственных гарантий. Задолженность по таким кредитам регулируется Лондонским клубом, объединяющим банкиров-кредиторов на неофициальной основе.

Третью группу образует задолженность различным западным коммерческим структурам по фирменным кредитам, связанным с поставкой товаров и оказанием услуг.

Чем развитее экономика страны, тем проще накапливать ей и возвращать заимствованные средства. В результате планомерно проводимой политики наблюдается экономический рост, и у кредиторов появляется твердая уверенность, что вложенные в экономику деньги окупятся и будут возвращены в срок. Страны с менее развитой и нестабильной экономикой сталкиваются с большим количеством проблем, и, соответственно, процентные ставки у кредиторов выше. Также больше доверия у кредиторов вызывают те государства, в которых есть независимая и развитая судебная система, так как в этом случае шансов получить деньги и проценты в срок намного больше.

Обязательные налоговые, таможенные и другие платежи граждан – это весомый источник денежных ресурсов, необходимых государству для успешного его функционирования. Но в условиях нестабильности объем поступающих в госбюджет обязательных платежей может снизиться. К тому же, рост расходов государства иногда происходит за счет увеличения не только текущих расходов, но и непредвиденных. Например, может произойти какое-нибудь стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация или война. При этом возникает ситуация, когда потребности намного превышают поступающие денежные средства, формируется бюджетный дефицит.

У государственного долга есть как плюсы, так и минусы. К положительным аспектам можно отнести следующее:

- Доходная часть пополняется без какой-либо эмиссии, и удовлетворяются насущные потребности государства.

- Регулируются процессы денежного обращения внутри государства. Во время инфляции изымаются из обращения избыточные денежные средства.

- Долг рано или поздно нужно возвращать, да еще и с процентами. Это заставляет государственных чиновников тщательнее продумывать госрасходы и делать их более обоснованными.

- Величина государственного долга всегда известна и легко контролируется как кредитором, так и должником.

Но существуют и отрицательные моменты. К таковым относят:

- Полученные средства обладают только платежно-покупательными

свойствами. Они не увеличивают доходную часть госбюджета.

- За использование денежных средств государство должно в обязательном порядке выплачивать проценты. Из-за этого могут увеличиться налоги.

- Государственный кредит негативно влияет на возможности роста экономики.

- При слишком быстром увеличении дохода в связи с государственным заимствованием возникает приток иностранного капитала, носящего спекулятивный характер.

- При наличии у государства долга налоговое бремя ощущают все.

Эффективность управления госдолгом – величина непостоянная и зависит от колебания курса валют.

В случае если государственный долг долгосрочный, длительное постепенное покрытие бюджетного дефицита может привести к стагнации производства в стране.

Четвертую группу составляют долги международным валютно-финансовым организациям (МВФ, МБРР, ЕБРР).

К концу 2023 года внешний долг России снизился на \$57 млрд и составил \$326,6 млрд. Ожидается, что к 2028 году этот показатель опустится до 18,2% ВВП. Динамика государственного долга РФ представлена на рис. 1 и государственного долга в ВВП (рис. 2).

С января по сентябрь расходы на обслуживание госдолга России составили 1,2 трлн рублей. Большая часть из них направлена на обязательства по внутренним заимствованиям — 1,1 трлн рублей, а на внешние обязательства — 114 млрд рублей, отмечалось в ноябрьском докладе Счетной палаты об исполнении федерального бюджета за девять месяцев.



Рис. 1 Динамика государственного долга РФ за период 2011-2022 гг., млрд. руб.



Рис. 2 Внешний государственный долг РФ к ВВП, %

Согласно последним данным Росстата падение ВВП в 2022 году составило 1,2%. При этом, по предварительным оценкам Минэкономразвития, рост ВВП в 2023 году составил 3,5%. Ожидается, что в 2024 году рост ВВП будет слабее в сравнении с 2023 годом, когда экономика активно восстанавливалась. По прогнозу Минэкономразвития, в 2024 году рост российской экономики в базовом варианте составит 2,3%, а в консервативном — 1,4% (рис. 3).



Рис. 3 Темпы роста ВВП России, %

По оценке Минфина, дефицит федерального бюджета в 2023 году составил 3,24 трлн рублей, или 1,9% ВВП, и незначительно превысил плановый показатель в 2,93 трлн рублей. Нефтегазовые доходы в 2023 году упали на 23,9%, или 2,76 трлн рублей, по сравнению с 2022 годом, однако падение было компенсировано ростом ненефтегазовых доходов на 25%, или 4,06 трлн рублей.

За первое полугодие 2023 года внешний долг России снизился на 11,6%, а показатель внешнего долга к ВВП сократился до 15%. По итогам 2023 года внешний долг к ВВП мог снизиться ниже 15%, что является минимальным значением за последние 20 лет.

Проведение импортозамещения, увеличение гособоронзаказа, рост численности вооруженных сил и демографические тенденции привели к рекордному снижению безработицы — до 2,9% — и дефициту рабочей силы. Это, в свою очередь, оказывает влияние на рост ожиданий в заработной плате и ограничивает возможности дальнейшего роста экономики.

Государственный долг это один из основных источников доходов для успешного функционирования экономической системы страны, но пользоваться им нужно с разумной осторожностью. При проведении правильной финансовой политики государственный долг может принести не вред, а пользу. Государство получит необходимый ему источник финансирования, а граждане — инструмент для сохранения сбережений и накопления новых денежных средств.

Библиографический список

1. Кулик, А. О. Внешний государственный долг Российской Федерации в условиях кризиса / А. О. Кулик // Аллея науки. — 2019. — Т. 1. № 8. — С. 112-117.
2. Тадтаева, Н. В. Пути совершенствования системы управления государственным долгом в Российской Федерации / Н. В. Тадтаева // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. — № 7. — 2019. — С. 150-153.
3. Шкодинский, С.В. Система управления государственным долгом России: современные тенденции, проблемы, институциональные особенности / С. В. Шкодинский, Т. В. Романцова // Вестник Евразийской науки — 2023. — Т 15. — № 1.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ СТРЕССА И УЛУЧШЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Н.М. Мамаджанова, А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. В данной статье рассматриваются факторы, вызывающие стресс у студентов, а также положительное влияние физической культуры не только на эмоциональный фон обучающегося, но и на его состояние в целом. Также в статье представлены упражнения и некоторые рекомендации, которые помогут студентам в стрессовый период.

Ключевые слова: физическое состояние, студенты, физическая культура, эмоциональное состояние, стресс, профилактика

THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN PREVENTING STRESS AND IMPROVING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF STUDENTS

N.M. Mamadganova, A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract. This article examines the factors that cause stress in students, as well as the positive impact of physical culture not only on the emotional background of the student, but also on his condition as a whole. Also in the article are exercises and some recommendations that will help students during a stressful period.

Key words: physical condition, students, physical education, emotional state, stress, prevention

В современном мире причин, вызывающих стресс, стало еще больше. Теперь стрессовые ситуации могут преследовать человека не только на протяжении всего дня, но и даже во время сна, что несомненно влияет на психику.

В первой половине 20 века американец Уолтер Кэннон в своей работе «бороться или бежать» ввел термин «стресс» в физиологию и психологию.

Стресс (от англ. stress – нагрузка, давление, напряжение) – неспецифическая (общая) реакция организма на воздействие (физическое или психологическое), нарушающее его гомеостаз, а также соответствующее состояние нервной системы организма (или организма в целом[6]). Исходя из данного определения, мы можем сделать вывод о том, что на разные требования среды организм реагирует особым напряжением.

Стресс почти во всех случаях негативно отражается на функционировании всех органов и систем, также приводит к комплексным биохимическим и физиологическим нарушениям, например, повышенной утомляемости, снижению иммунитета, что влечет за собой многочисленные простуды, скачки веса и не редко недомоганиями. Очень часто в стрессовый период у людей ощущаются затрудненное дыхание, боль в сердце, напряжение в мышцах и т.д. Но люди должны помнить, что эмоциональные проявления стрессового напряжения очень опасны, так как они влияют на различные стороны психики, а также на эмоциональный фон. При продолжительном

действии стресса может развиваться раздражительность, агрессия, гнев, появление аффективных состояний[6].

Психологический стресс может быть вызван субъективными, а также объективными причинами. К субъективным причинам можно отнести:

1. Несоответствие ожидаемых и реальных событий.

2. Стресс, возникающий от навязывания родителями разного рода убеждений, которые не только усложняют жизнь ребенку, но и делают его поведение неадекватным.

3. Стрессовые ситуации, вызывающие эмоции, которые провоцируют человека на спонтанные и не обдуманные действия.

4. Различие виртуального и реального миров.

5. Стресс, который может быть связан с убеждениями личности и неадекватными установками (на пессимизм или оптимизм, религиозными или политическими).

6. Невозможность реализации собственной актуальной потребности (сюда можно отнести физиологические потребности, потребности в безопасности, принадлежности, уважении, самореализации).

7. Неправильная коммуникация (сюда можно отнести критику, негативные предубеждения, и другие).

К объективным причинам развития стрессовых ситуаций можно отнести: условия жизни, работы (домашние проблемы, тяжелая работа и т.д.); взаимоотношения с другими людьми, например, со своей семьей, друзьями, коллегами и даже с незнакомыми людьми; факторы экономики и политики; различные чрезвычайные ситуации и заболевания: природные катастрофы, серьезные болезни[3,4,6].

Деятельность студента связана с действием на него многочисленных стрессоров. К основным факторам, вызывающим стресс у обучающихся, относят следующие:

1. резкие перемены в жизни, например, в первый год студенческой жизни, когда студенту необходимо адаптироваться на новом месте, к новым правилам и к незнакомым людям, особенно студентам, переехавшим из других городов/стран;

2. высокая загруженность делами и отсутствие полноценного отдыха, сна;

3. болезнь, смерть близкого человека (или даже животного);

4. проблемы во взаимоотношениях: студента окружает новая среда и незнакомые ему люди. Кроме этого, теряется прочность союза с бывшими одноклассниками, с привычным кругом общения, что порождает стресс, так как сопровождается эмоциональными переживаниями;

5. проблемы со здоровьем (заболевания, вредные привычки, желание похудеть)

Необходимо понимать, какие последствия могут преследовать студента, испытывающего стресс:

1. Ухудшение психического здоровья: Стресс может вызывать депрессию, тревожность, панические атаки и другие психологические расстройства.

2. Снижение академической успеваемости: Постоянное напряжение и беспокойство могут мешать концентрации, учебе и сдаче экзаменов.

3. Проблемы со здоровьем: Стресс может вызывать физические симптомы, такие как головные боли, проблемы с пищеварением, бессонница и другие заболевания.

4. Снижение качества жизни: постоянное чувство напряжения и неуверенности может привести к ухудшению отношений с окружающими и утрате интереса к учебе и жизни.

Но большая часть студентов относится к своему здоровью не бережно. Это можно объяснить следующими причинами: отсутствие серьезных проблем со здоровьем (многие думают, что отсутствие серьезных травм и болезней, значит все хорошо), нет знаний о состоянии собственного здоровья, а также нет опыта оценки физического состояния [2].

Многие учащиеся даже не задумываются о взаимосвязи физического состояния с психологическим.

В профилактике стресса помогают занятия физической культурой. Физическая активность имеет доказанное положительное воздействие на психическое состояние человека.

Влияние физической нагрузки на эмоциональное состояние человека:

1. Во время физических упражнений организм вырабатывает эндорфины, их еще называют гормонами радости. Эндорфины значительно помогают снизить уровень стресса, а значит, и способствуют поднятию настроения [2].

2. Также физическая нагрузка улучшает кровообращение, что в свою очередь способствует улучшению работы мозга и снижению уровня тревожности. Но нагрузка разной направленности дает разный по продолжительности результат. Например, срочный эффект обусловлен отдельным циклом физической нагрузки, оценивается психическое состояние непосредственно после физической нагрузки, а также долгосрочный эффект, он наблюдается после различных недельных, месячных и годовых тренировок [5].

3. Благодаря правильному подбору физических упражнений, укрепятся мышцы, визуально тело станет подтянутым, а, следовательно, человек станет чувствовать себя увереннее. Чувство уверенности также влияет на эмоциональное состояние.

Но чтобы упражнения стали эффективными, необходимо учитывать индивидуальные особенности человека (возраст, общее состояние и т.д.)

Также занятия должны быть регулярными. Тренировки должны проходить с одинаковыми по времени интервалами между ними. Тогда организм привыкнет к регулярным нагрузкам и эффект от занятий физкультурой станет на 20% выше, но пропуск снижает достигнутый ранее результат [2].

Для снятия стресса можно еще можно использовать дыхательные практики, гимнастические упражнения, занятий на свежем воздухе, такие как скандинавская ходьба, бег, катание на лыжах [1].

Вследствие отсутствия знаний и появляются различного рода проблемы, которые можно было предотвратить. Но даже у людей, которые занимаются своим здоровьем, могут возникнуть некоторые трудности:

1. Отсутствие возможности или недостаток времени для занятий физкультурой

2. Отсутствие умений и знаний, чтобы заниматься самостоятельно или недостаток денежных средств, чтобы заниматься с руководителем.

Но такие трудности не повод откладывать занятия физической культурой. Вот как можно решить эти проблемы:

1. Отсутствие времени для занятий физкультурой:

- Попробуйте встроить физические упражнения в свой обычный день, например, попробуйте делать упражнения во время просмотра фильма или во время перемен на учебе.

- Планировать занятия нужно заранее и ставить их в приоритет, как важную часть своей жизни.

2. Отсутствие умений и знаний:

- Начните с простых упражнений, которые можно делать дома без тренера и специального оборудования, но так, чтобы они не навредили вам.

- Ищите уроки на платформах интернета или приложения для тренировок, которые смогут вам помочь разобраться в базовых упражнениях.

- Обратитесь к профессионалу или же инструктору, чтобы он разработал вам программу, подходящую только для вас, тренировок под ваши потребности, возможности, проблемы.

3. Недостаток денежных средств:

- Постарайтесь найти бесплатные или доступные по цене спортивные мероприятия в вашем районе, например, у фитнес-центров есть разные акции, также есть бесплатные групповые тренировки.

- В интернете есть видеоуроки, которые подробно объясняют технику выполнения упражнений, и бесплатные тренировочные программы.

- Рассмотрите возможность бартера с другими людьми, например, вы можете предложить свои навыки или услуги в обмен на тренировки с тренером.

Но необходимо помнить, что забота о своем здоровье должна быть приоритетом, и всегда есть способы преодолеть препятствия на пути к активному образу жизни.

В университетах обязательным предметом является физическая культура. Во время занятий студенты смогут развить свои физические навыки умения под руководством преподавателя. Это включает в себя улучшение координации движений, гибкости, силы и выносливости. Занятия спортом способствуют формированию дружеских отношений, командного духа и сотрудничества. Спортивные мероприятия и соревнования создают возможности для общения, развития лидерских качеств и участия в коллективных мероприятиях.

Стресс является неотъемлемой частью жизни студента. Он может поджидать везде. Но правильное занятие физической культурой, поможет не только избавиться от стресса, но и помочь в его профилактике, а также укрепит ваш иммунитет и положительно отразится на эмоциональном фоне. Чаще занимайтесь физической культурой, освойте дыхательные практики, медитация также помогает расслабиться, массаж, а также занятия любимым хобби снимают стресс. И не забывайте, что ваше здоровье - главное, ориентируйтесь на свои ощущения и самочувствие.

Библиографический список

1. Здоровый образ жизни. Сборник статей. Выпуск 14 : сборник научных трудов / под редакцией Д. В. Мацур. – Минск : БГУ, 2021. – 180 с. // Лань :

электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/386303> (дата обращения: 27.02.2024).

2. Рычкова, С. А. Актуальность использования физических упражнений для профилактики стресса и депрессии у студентов / С. А. Рычкова, Н. В. Блохина // Материалы МСНК «Студенческий научный форум 2024». – 2021. – № 10. – С. 42-45. – URL : <https://publish2020.scienceforum.ru/ru/article/view?id=564> (дата обращения: 27.02.2024).

3. Селье, Г. Стресс без дистресса : [перевод с английского] / Г. Селье ; общ. ред. Е. М. Крепса. - Москва : Прогресс, 1982. - 124 с.

4. Семёнова, Е. М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога : учеб. пособие / Е. М. Семёнова. – Москва : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005 (ГУП Смол. обл. тип. им. В.И. Смирнова). – 249 с.

5. Состояние, проблемы и перспективы развития туризма в субъекте Российской Федерации (на примере Волгоградской области) : монография / В. М. Степанян, Е. В. Беликова, М. Г. Бекирова [и др.]. — Волгоград : ВГАФК, 2016. – 209 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/158142> (дата обращения: 27.02.2024).

6. Яковлев, Е. В. Психология стресса : учебное пособие / Е. В. Яковлев, О. В. Леонтьев, Е. Н. Гневышев. – Санкт-Петербург : Изд-во Университета приМПА ЕврАзЭС, 2020. – 94 с.

ББК 67.404.5

**СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРАВОВОГО
РЕГУЛИРОВАНИЯ ИМУЩЕСТВЕННЫХ ОТНОШЕНИЙ СУПРУГОВ В
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ
РЕСПУБЛИКЕ**

Е.А. Манташова

Научный руководитель Н.А. Темникова

Частное образовательное учреждение высшего образования «Сибирский
юридический университет»

Аннотация: в статье рассматривается становления семейного законодательства в Российской Федерации и Китайской Народной Республике в части регулирования имущественных отношений супругов. Проводится сравнительная характеристика современного законодательства в обеих странах. Выделяются сильные и слабые стороны правового регулирования имущественных отношений супругов.

Ключевые слова: брак, имущество, правовой акт, развод, свобода, семейное право, экономика, семейные отношения

**COMPARATIVE CHARACTERISTICS OF THE LEGAL REGULATION OF
MARITAL PROPERTY RELATIONS IN THE RUSSIAN FEDERATION AND
THE PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA**

E.I. Mantashova

Scientific adviser N.A. Temnikova

Private educational institution of higher education «Siberian Law University»

Abstract: the article examines the formation of family legislation in the Russian Federation and the People's Republic of China in terms of regulating marital property relations. A comparative characteristic of modern legislation in both countries is carried out. The strengths and weaknesses of the legal regulation of marital property relations are highlighted.

Key words: marriage, property, legal act, divorce, freedom, family law, economy, family relations

Семья считается неотъемлемой частью общества, и по мере ее развития, правовое регулирование семейных имущественных отношений не остается также неизменным. В зависимости от изменений в государственном строю и общественной системе каждой страны она постоянно развивается, отражая реформы и изменения в политической и социально-экономической сферах государств.

В 1949 году Центральный комитет Коммунистической партии Китая принял решение об отмене всех законов, принятых во время режима Гоминьдана, который существовал в период с 1912 по 1949 гг., и начал интенсивную работу по разработке новых законов, в том числе попал под данные изменения и институт семейного права. Со сменой политической власти и основанием Китайской Народной Республики (далее – КНР) в 1949 начался новый период развития правового регулирования имущественных отношений между супругами.

И так, одним из первых правовых актов после создания новой государственности является Закон КНР «О браке», принятый Центральным Народным Правительством КНР 13 апреля 1950 года. Указанный закон отменил феодальную систему брака, основанную на доминировании мужчин над женщинами и игнорировании прав и интересов женщин, и ввел новую демократическую систему брака, реализующую моногамию, свободу брака, равенство супругов в браке и обеспечивающую приоритет защиты прав и интересов женщин и детей. В соответствии с ним супруги имели равные права владения, пользования, управления и распоряжения общим имуществом, а также право на взаимное наследование.

На третьей сессии V-го созыва Всекитайского собрания народных представителей, прошедшая в период с 30 августа по 10 сентября 1980 года в Пекине, был принят новый закон о браке, вступивший в законную силу 1 января 1981 года, который унаследовал основные принципы и содержание закона 1950 года, в то же время содержа существенные новшества.

Однако Закон КНР «О браке» 1980 года четко не регулирование ряд важных вопросов, таких как, например, процедуру развода, совместное имущество и ответственность. Нерешенными остались также проблемы опеки и последствия регистрации брака с нарушением условий его заключения.

В 2001 году в Закон КНР «О браке» 1980 года были внесены существенные поправки, вступившие в силу с 28 апреля 2001 года, почти полностью закрывая пробелы, возникшие при действии прошлой редакции данного закона.

Российская Федерация (далее – РФ), в отличие от КНР, намного дольше придерживалась старых традиций в отношении регулирования брачных отношений. Семейный кодекс Российской Федерации (далее – СК РФ),

вступивший в силу 1 марта 1996 года, внес существенные изменения в действовавшее ранее законодательство о браке и семье.

Законодательство в области семейных правоотношений в РФ развивается быстрыми темпами, в связи с чем возрастает и интерес к изучению отдельных аспектов, содержащихся в нем, а также к изучению различных вопросов с учетом основных тенденций развития.

КНР также не отставало в развитии законодательства в направлении семейных правоотношений. В связи со значительными изменениями в рыночной экономике и изменению правового государства, существенные перемены произошли также в семейном праве КНР. Так, благодаря данным изменения в обществе КНР, достаточно сильно расширился круг объектов вещного права, в сравнение с прошлой редакцией законодательства. В него могут включать также ценные бумаги, доли в уставном капитале товариществ и обществ, акции в акционерных общества, квартиры, имущественный комплекс предприятия, доходы от прав интеллектуальной собственности и так далее. Супруги теперь являются собственниками различных видов имущества, кроме того, они все чаще могут совершать разнообразные гражданско-правовые сделки с третьими лицами.

Помимо экономических, существенные изменения претерпели идеологический и социальный аспекты общества КНР в условиях бурного развития современной рыночной экономики представления о правовой природе, сущности брака и модели отношений между супругами в КНР сильно изменились. В обществе имеет место существовать значительная потребность в обеспечении стабильности семейных отношений и устойчивых гарантий защиты имущественных интересов, возникающих между мужчиной и женщиной в браке.

В и КНР, и в РФ брак считается добровольным решением мужчины и женщины: по этому вопросу между странами нет различий, за исключением возраста, установленный для разрешения вступления в брак. В РФ вступать в брак разрешено по достижению брачного возраста, который составляет 18 лет, а при наличии уважительных причин возможно и в 16 лет. В КНР с этим оказалось гораздо строже: согласно семейному законодательству КНР вступление в брак возможно по достижению женщинами 20 лет, а мужчинами – 22 лет.

Брак, с одной стороны, относится к супружеским отношениям. По мнению римского юриста Геренния Можестина, «брак – это союз мужчины и женщины с целью совместной жизни и сожительства на всю жизнь». Определение брака аналогично во многих семейных законодательства существующего мира. И все эти понятия, обозначаемые в различных языках словом «брак» и «брачный союз» имеют общее значение, поэтому в китайском законодательстве обе формулировки употребляются как синонимы, равнозначные по смыслу одному – «брачные отношения».

С другой стороны, под «браком» понимаются и действия субъектов гражданского права – соглашение о заключении брака, которое влечет за собой возникновение этих брачных отношений. В китайском семейном праве существует двусмысленность слова «брак», где он выступает одновременно как

супружеские отношения, так и как юридический факт «соглашение о заключении брака».

Неоднозначность понятия «брак» характерна как для современной юридической литературы, так и для семейного законодательства КНР.

В РФ в действующем семейном законодательстве не содержится правового понятия «брак». Но, исходя из условий заключения брака и обстоятельств, препятствующих его заключению, предусмотренных СК РФ, можно сформулировать следующее определение брака, применимое в семейном праве РФ: «брак – это союз мужчины и женщины, зарегистрированных в установленном законом порядке в органах записи актов гражданского состояния с соблюдением необходимых условий и обстоятельств, порождающие взаимные личные неимущественные и имущественные права и обязанности супругов».

Особенности правового режима имущества супругов в РФ регулируются нормами глав 7-9 СК РФ. Главой III Закона КНР «О браке» закреплено правовое регулирование имущественных отношений супругов. Законодательства стран предусматривают два вида правового режима имущества супругов: законный и договорный.

Законный режим имущества супругов заключается в том, что все имущества, приобретенное во время брака супругами, считается совместным, даже если оно прямо не указано в законодательстве как совместная собственность супругов.

Договорный режим собственности супругов предполагает право супругов на заключение брачного договора – соглашения лиц, вступающих в брак, либо соглашения супругов, определяющего имущественные права и обязанности супругов в браке и (или) в случае его расторжения.

В статье 17 Закона КНР «О браке» перечислены виды имущества и доходов, которые классифицируются как совместная собственность супругов. К ним отнесены: заработная плата, премии, доходы от производственной и иной предпринимательской деятельности, имущество, полученное в дар или по наследству (исключением будет считаться имущество, полученное во время брака одним из супругов по завещанию или в дар, если получателем установлен только данный супруг), а также и иное имущество, которое обязательно должно быть отнесено к совместной собственности супругов.

В статье 34 СК РФ также закреплен похожий перечень имущества и доходов, которое является совместным имуществом супругов.

Закон КНР «О браке» также допускает заключения между супругами соглашения, то есть, как в РФ, брачного договора, которое может быть составлено относительно как имущества, которое было приобретено каждым из супругов до брака, так и в отношении общего имущества супругов.

По законодательству КНР, каждый из сторон имеет право установить любой режим, не противоречащий действующему законодательству, в отношении своего имущества, то есть в отношении как раздельной, так и совместной собственности. Данное соглашение обязательно должно быть составлено в письменной форме и изложено ясным и понятным языком для обеих сторон, иначе закон в таком случае допускает применение правил

законного режима имущества супругов, установленного законодательством КНР.

Следует отметить, что большинство положений законодательства рассматриваемых двух стран в сфере оборота недвижимости принципиально идентичны. Это относится и к видам имущественных благ, которые могут выступать объектами оборота, а также к видам договоров и договорных конструкций, предоставляемых субъектами для оформления своих отношений по поводу перехода имущества. К данному списку также можно отнести и принципы, которыми руководствуются участники таких отношений, а также варианты защиты нарушенных субъективных прав. В частности, объектами оборота недвижимости в обеих странах могут быть: вещи (как движимые, так и недвижимые), в том числе валюты и ценные бумаги; имущественные права, а также иное имущества, которое также может и не обладать материальной оболочкой (например, энергия).

Среди возможных видов гражданско-правовых конструкций договоров законодатели РФ и КНР прямо указывают договоры, которые применимы в отношении имущества супругов: купли-продажи, дарения, аренды, подряда, перевозки, хранения, поручения и тому подобное.

Законодательством стран закреплены принципы равенства участников регулируемых им отношений, добросовестности и справедливости.

Системный анализ действующего законодательства РФ и КНР позволяет прийти к умозаключению, что в целях защиты имущественных интересов каждого из супругов в КНР проводилось много реформ семейного законодательства, которое в итоге обеспечивает справедливое разделение вклада супругов в их семейное благополучие.

Таким образом, можно сделать вывод, что, не смотря на национальные особенности и разных склад культур, в странах мира сегодня действуют схожие режимы собственности супругов, то есть режим совместной собственности на все нажитое супругами в браке и раздельное имущество супругов, а также существуют сходные виды правового режима имущества супругов: правовой и договорный, который может устанавливаться по совместному решению супругов.

Библиографический список

1. Гулева, М.А. Политические причины сворачивания конституционной реформы в Китае в 1984-1949 гг. – Текст: электронный // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – № 6. – 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/politicheskie-prichiny-svorachivaniya-konstitutsionnoy-reformy-v-kitae-v-1948-1949-gg> (дата обращения: 03.04.2024). Текст: электронный.

2. Елисеева, А.А. Равенство супругов в имущественных отношениях: история и современные вызовы. – Текст: непосредственный // Актуальные проблемы российского права. – № 5 (78). – 2017. – С. 118-125.

3. Закон КНР «О браке» // Законодательство Китая. – URL: https://chinalawinfo.ru/civil_law/law_marriage (дата обращения: 02.04.2024). – Текст: электронный.

4. Конституция КНР (в редакции 2018 г.) // Chinalaw.Center. – URL: https://chinalaw.center/constitutional_law/china_constitution_revised_2018_russian/ (дата обращения: 02.04.2024). – Текст: электронный.

5. Российская Федерация. Законы. Конституция Российской Федерации: текст поправками на 4 июля 2020 года: [Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года]. – Москва: Эксмо, 2023. – 320 с.; 20 см. – (Актуальное законодательство). – 4000 экз. – ISBN 978-5-04-180882-2. – Текст: непосредственный.

6. Российская Федерация. Законы. Семейный кодекс Российской Федерации: СК: текст с изменениями и дополнениями на 26 октября 2023 года: [принят Государственной думой 8 декабря 1995 года]. – Москва: Эксмо, 2023. – 64 с.; 20 см. – (Актуальное законодательство). – 3000 экз. – ISBN 978-5-04-177089-1. – Текст: непосредственный.

7. Семенова, И.Ю. Имущественные отношения супругов как семейно-правовая категория – Текст: непосредственный // *Oeconomia et Jus.* – №2. – 2016. – С 20-25.

ББК 88.332.5

СТИЛЬ РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕБЕНКА

И.В. Мельчёхина, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: в статье рассматривается понятие «детско-родительских отношений», а также стили семейного воспитания. Проведено исследование, определяющее какой стиль поведения больше способствует формированию личностных особенностей ребенка. На формирование личностных особенностей ребенка будет влиять стиль родительско-детских отношений.

Ключевые слова: родительско-детские отношения, фактор формирования, личностные особенности

THE STYLE OF PARENT-CHILD RELATIONS AS A FACTOR IN THE FORMATION OF PERSONAL CHARACTERISTICS OF A CHILD

I.V. Melchekhina, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract: the article discusses the concept of «child-parent relations», as well as styles of family education. A study has been conducted determining which style of behavior contributes more to the formation of a child's personal characteristics. The formation of a child's personal characteristics will be influenced by the style of parent-child relations.

Keywords: parent-child relations, factor of formation, personal characteristics

Формирование личности – это действие целого комплекса факторов, объективных и субъективных, природных и социальных, внутренних и внешних, независимых и зависимых от воли и сознания человека.

Факторов, влияющих на развитие личности ребенка, очень много. Буквально каждый день дети сталкиваются с проблемами, делают открытия,

преодолевают препятствия и чему-то учатся. Все это, как мозаика, формирует личность ребенка. Ни один фактор не является несущественным, и все они должны быть учтены. Формирование личности начинается в раннем детстве [5].

Все факторы можно разделить на две большие группы: биологические и социальные. Биологические факторы являются основой формирования личности ребенка. Социализация играет не менее важную роль. Развитие происходит постепенно. На восприятие мира влияет воспитание человека и пример родителей.

Родительское отношение – относительно устойчивое явление, включающее амбивалентные элементы эмоционально-ценностного отношения и способное изменяться в определенных пределах. Реализуется в поддержании контакта с ребенком, формах контроля, воспитании взаимоотношениями [4]. В литературе выделяются три группы подходов к семейному воспитанию, которые условно назвали: психоаналитическая, бихевиористская, гуманистическая.

В психоаналитической и бихевиористской моделях дети представляются, как объект родительских усилий, как существа, которых нужно социализировать, дисциплинировать и адаптировать к жизни в обществе. Гуманистическая модель предполагает, прежде всего, что родители помогают детям в их личностном развитии. Поэтому родителям следует стремиться к эмоциональной близости, пониманию и чуткости в отношениях с детьми. Воспитание рассматривается как интерактивная, совместная, общая и взаимная деятельность, которая изменяет жизненные обстоятельства, собственную личность и, как следствие, личность других людей [1].

Стиль семейного воспитания – это отношения родителей и ребёнка, которые реализуются через совокупность применяемых методов и приёмов взаимодействия с ребёнком.

Традиционно выделяют четыре стиля семейного воспитания: авторитарный; попустительский; либеральный; демократический.

Существуют и другими классификации стилей родительского отношения. Например, Д. Баумринд выделяет три стиля семейного воспитания: авторитарный, разрешающий и авторитетный.

Варга А. Я. представляет четыре типа родительских отношений [2]:

1) авторитарное отношение, которое характеризуется тем, что родители принимают ребенка и одобряют его, но требуют социальных успехов;

2) отвергающее с явлениями инфантилизации, характеризующееся тем, что родители эмоционально отвергают ребенка, низко ценят его индивидуально-личностные качества, приписывают ему социально неодобряемые черты и дурные наклонности, а также видят его более младшим по возрасту;

3) симбиотическое отношение характеризуется наличием симбиотических тенденций в общении с ребенком, гиперопекой;

4) симбиотически-авторитарное отличается от предыдущего типа наличием гиперконтроля.

Смирнова Е.О. и М.В. Соколова классифицируют стили родительского поведения на семь категорий [1]:

1) жесткий – воздействие на ребенка с помощью принудительных и

директивных методов, жестко направляя его на путь социальных достижений;

2) объяснительный – апеллирует к здравому смыслу ребенка и объясняет словами;

3) автономный – предоставление ребенку максимальной свободы выбора и принятия решений;

4) компромиссный – предлагающий ребенку что-то привлекательное в обмен на выполнение требуемого поведения;

5) помогающий – реальное участие в жизни ребенка, стремление помочь, понимание проблем и разделение трудностей;

6) ситуативный – принятие решений в соответствии с текущей ситуацией;

7) послабляющий – полная сосредоточенность на потребностях и интересах ребенка, которые превалируют над интересами родителей, а иногда и над интересами всей семьи [4].

Посредством теоретического обзора основных аспектов проблемы детско-родительских отношений как фактора успешного развития ребенка, в качестве основных стилей полноценного воспитания личности можно выделить авторитетный и демократический. Указанные стили воспитания оказывают позитивное воздействие на развитие у детей.

Многие факторы влияют на формирование личности ребенка. Из ряда теорий, выдвинутых различными психологами, следует выделить основную мысль: развитие личности происходит на основе природных данных, самосознания и жизненного опыта. Внутренние факторы, оказывающие влияние: темперамент, заложенный на генетическом уровне. Внешние факторы: воспитание, социальный уровень, окружающая среда, и даже текущая эпоха [4].

По результатам проведенного теоретического анализа источников литературы было проведено эмпирическое исследование стиля родительно-детских отношений как фактор формирования личностных особенностей ребенка. В данном исследовании приняли участие 25 женщин (матерей) возрастом от 23 до 35 лет, и 25 детей в возрасте от 4 до 6 лет. Исследование проводилось с помощью следующих опросников: Опросник С. Степанова «Стили родительского поведения», Методика «Какой Я?» (О.С. Богданова).

Результаты респондентов по опроснику «Стили родительского поведения» представлены на рисунке 1.

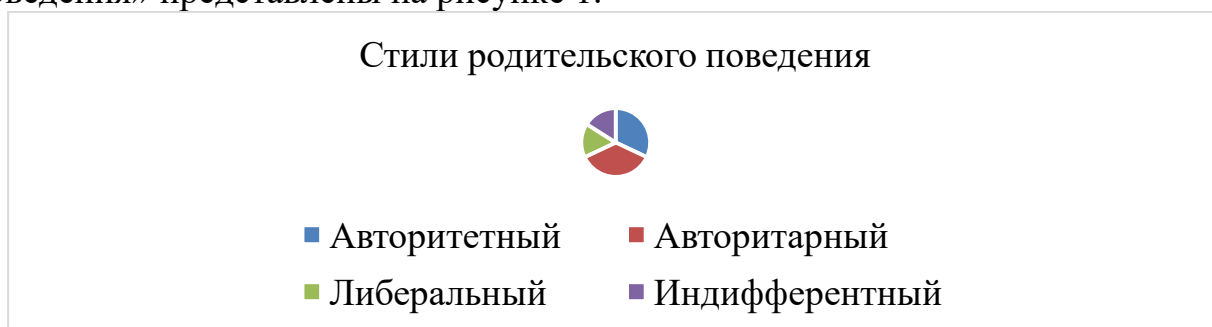


Рисунок 1 Результаты исследования женщин по опроснику С. Степановой «Стили родительского поведения»

По результатам исследования можно сделать вывод, что преобладает авторитарный стиль у 9 женщин, это говорит о том, что они хорошо представляют, каким должен вырасти их ребенок, и прилагают к этому максимум усилий. В своих требованиях также очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребенку порой неуютно под таким

контролем.

Далее преобладает авторитетный стиль у 8 женщин, то есть они сознают свою важную роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признают право на саморазвитие. Трезво понимают, какие требования необходимо диктовать, какие обсуждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции. Наименьшее равное значение преобладает либеральный (4 женщины) и индифферентный стиль воспитания (4 женщины), здесь женщины ценят своего ребенка, не склонны к запретам и ограничениям, но свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому.

Следующим этапом исследования выступил анализ выборки детей от 4 до 6 лет по методике «Какой Я?» (по О. С. Богдановой).



Рисунок 2 Результаты первичного исследования детей по методике «Какой Я?» (по О.С. Богдановой)

На основании данных представленных на рисунке 2 мы можем говорить о том, что у детей выражен высокий уровень развития самооценки (9 детей). То есть дети правильно соотносят свои способности и возможности, критически относятся к себе, реально смотрят на успехи и неудачи, ставят перед собой достижимые цели, осуществимые на деле, честные и послушные. У 8-ми детей развит средний уровень самооценки – дети уважают себя, знают свои личные слабые стороны, порой не могут самостоятельно принять решение. У 4х детей наблюдается низкий уровень развития самооценки – дети не уверены в себе, робкий, не могут реализовать свои желания и возможности. Обычно не добиваются желаемого, слишком критичны к себе и не могут реализовать свои способности. Наименьшее значение занимает очень высокий (2 ребенка) и очень низкий (2 ребенка) уровень развития самооценки – у детей неправильное представление о себе, а справедливое замечание воспринимается как придирака, имеют склонность к эгоизму и пренебрежительно относятся к окружающим.

В ходе проведенного исследования мы выяснили, что на формирование личностных особенностей ребенка будет влиять стиль родительно-детских отношений.

Библиографический список

1. Бордовская, Н. В. Педагогика : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н. В. Бордовская, А. А. Реан. - Москва [и др.]. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 299 с.

2. Захарова, Г. И. Психология семейных отношений : учебное пособие / Г. И. Захарова. – Челябинск : ЮУрГУ, 2009. – 63 с.

3. Ижванова, Е. М. Проблемы детско-родительских отношений: монография. / Е. М. Ижванова. – Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2016. – 90 с.

4. Репринцева, Г. И. Детско-родительские отношения в современной сельской семье: что показало исследование / Г. И. Репринцева // Социальная педагогика в России. Научно-методический журнал. – 2010. – № 2. – С. 67-75.

5. Смирнова, Е.О. Детская психология : учебник / Е. О. Смирнова. – Москва : КНОРУС, 2016. – 280 с.

ББК 87.256.635:88

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ОДИНОЧЕСТВА

Е.В. Миндалева

Научный руководитель В.А. Козловская

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье анализируется история развития одиночества и методологические подходы к его изучению. Отмечается, что негативные и позитивные стороны одиночества, влияют на развитие личности.

Ключевые слова. История развития одиночества, одиночество, позитивное и негативное влияние, подходы

METHODOLOGICAL APPROACHES TO THE STUDY OF LONELINESS

E.V. Mindaleva

Scientific supervisor V.A. Kozlovskaya

Autonomous non-profit organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract. The article analyzes the history of loneliness and methodological approaches to its study. It is noted that the negative and positive sides of loneliness affect the development of personality.

Keywords. The history of loneliness, loneliness, positive and negative influences, approaches

Феномен одиночества является актуальной проблемой, требующей осмысления, начиная с момента, когда стала развиваться социальная природа человека. Это привело к появлению двойственности между природным и социальным началом в индивиде. Человек, с самого своего появления, не может существовать изолированно от других, вне социума. Реакция на опасности окружающего мира, основанная на предыдущем опыте, позволяла человеку выживать и продолжать исследование самого себя и окружающего мира [1].

Проблема одиночества всегда была объектом изучения философов на протяжении истории человечества. Даже в древности, великий Аристотель обратил внимание на эту проблему, отметив, что человек, лишенный общества, может быть либо богом, либо зверем. Это высказывание подтверждает то, что одиночество может оказывать существенное влияние на нашу психологию и наше состояние.

М. Бубер выделяет две основные эпохи в истории развития одиночества: "эпоха обустроенности" и "эпоха бездомности". В эпоху обустроенности человек ощущает себя органичной частью космоса, по сравнению с обжитым

домом. В эпоху бездомности мир уже не кажется гармонично упорядоченным, и человеку сложно найти свое "уютное место" в нем. Отсюда возникают чувства неприкаянности и "сиротства" [2]. Примером эпохи обустроенности является мышление древних греков. Наиболее полное выражение этой концепции, по мнению Бубера, нашлось в философии Аристотеля. Мир представляется замкнутым пространством, подобным "дому", где каждому человеку отведено определенное место. Человек является частью этого мира, в нем нет непостижимой тайны. Он не гость в чужом и непонятном мире, а обладатель своего угла в мироздании. В рамках такого мировоззрения нет предпосылок для того, чтобы человек чувствовал себя одиноким.

Великий итальянский философ Никола Аббаньяно, живший в прошлом веке, также посвятил свои исследования проблематике одиночества. Согласно его мнению, когда человек остается наедине с самим собой, это может стать отправной точкой для поиска своего собственного смысла и пути к собственному бытию. Одиночество здесь рассматривается не только как проблема, но и как путь для к развитию.

Одиночество может активизировать многие психические процессы и проявления, которые затрудняют взаимодействие человека с внешним миром. «Одиночество – это переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания, и показывающее раскол основной реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности» [1]. Чувство одиночества; продолжающееся переживание, отсутствия и неспособности установить близкие, духовно близкородственные отношения с другими людьми начинает непосредственно определять положение человека в современном обществе.

В исследованиях одиночества и его влияние на развитие личности, можно выделить несколько подходов.

Сторонники социально-психологического подхода (К.Боумен, Д.Рисман, Л.Слейтер) считают, что главной причиной одиночества, является установка контакта с окружающими людьми. Такие люди стараются полюбить и угодить всем, при этом забывая о своих потребностях [4].

Представители экзистенциального подхода, такие как: С. Кьеркегор, М. Хайдеггер, считают, что одиночество первично для человека и преимущественно в бытие, а социальное бытие уходит на второй план, поэтому позитивная роль существования одиночества снижается, и появляется больше в негативном значении [6].

В интегральном подходе (В.В. Козлов, И.М. Слободчиков) считают, что одиночество определяется сочетанием личностных и ситуативных факторов [4].

В когнитивном подходе представители: Э. Пепло., Д. Перлман придерживаются позиции, что одиночество напрямую связано с когнитивными способностями человека, которые формируются под влиянием исторического и текущего опыта. У человека развивается чувство одиночества перед лицом несоответствий между желаемым и достигнутым уровнем социального взаимодействия [4].

В культурно-историческом подходе Л.С. Выготский подчеркивает важность воздействия социокультурной среды на формирование личности и развитие ее психики. Выготский выделяет понятие "амбивалентной природы

переживания", которое описывает двойственную характеристику человеческих переживаний. Это означает, что каждое переживание может иметь как положительные, так и отрицательные аспекты, а также может быть интерпретировано по-разному в зависимости от индивидуальных особенностей личности [1].

В философских и психологических теориях феномен одиночества имеет неоднозначное объяснение. Их различия во взглядах заключается в том, что влияние одиночества на человека в одних случаях рассматривается как разрушительное для личности, а в других — как важный этап самопознания и самоопределения.

Негативной формой одиночества является изоляция, которая влияет на внутренний мир личности и вызывает острые эмоциональные реакции, такие как тревога, депрессия и деперсонализация. Она также изменяет сознание, самосознание, а также индивидуальные и личностные особенности человека. Изоляция от других людей сигнализирует о разрыве социальных связей и отсутствии значимого общения, необходимого для личности [5]. Негативное влияние на развитие личности рассматривали такие авторы как: С.В. Бакалдин, С.Л. Вербицкая, Е.Ё. Рогова, Р.Г Шагивалеева и т.д. [4].

Г.Р. Шагивалеева подчеркивает, что негативное значение одиночества заключается в том, что оно может стать причиной деформированного развития личности, затрудняя ее взаимодействие в разнообразных социальных отношениях. [4].

Позитивная форма состоит в том, что одиночество является неотъемлемой частью формирования личности человека, создавая ситуации погружения в собственное мышление, анализа наиболее важных определений и проблем жизни, тем самым способствуя развитию личностных качеств, необходимых, с одной стороны, для того, чтобы эффективно интегрироваться в общество, с другой - саморазвитие личности. Позитивное влияние на человека рассматривали некоторые авторы: Е.Н. Заворотных, А.А. Артамонова, И.С. Кон, Е.Н. Мухиярова, Ж. Пузанова [4].

Заворотных Е.Н. считает, что в качестве позитивного влияние одиночества на личность человека является своего рода индикатором неудовлетворенности своим положением, что, в свою очередь, побуждает к деятельности, направленной на реализацию идеальных представлений о себе, к личностному развитию [4].

Люди всегда стараются избегать встречи с собой, боятся остаться наедине со своими мыслями и чувствами. Вместо того чтобы погрузиться в покой и уединение, которые могут продолжаться вечностью в их мечтах, они стремятся найти спасение от одиночества в различных формах развлечений. Философ Б. Паскаль обратил внимание на данное стремление и проявление в поведении людей, что они, вместо того чтобы приходить к совершенству и гармонии, безудержно притягиваются к «развлечениям». Однако эти развлечения часто являются сложными, требуют больших усилий и затрат, и даже могут стать опасными для жизни, как, например, война. Такое поведение очень озадачивало философа Паскаля, пока он не пришел к мысли, что истинный смысл всех этих авантюр заключается не в достижении тех целей, которые люди перед собой ставят, а в попытке ускользнуть от самих себя. Страх остаться наедине с собой

является причиной такого стремления людей к постоянному движению и поиску новых впечатлений [2]. Причина тяги к развлечениям «коренится в изначальной бедственности нашего положения, в хрупкости, смертности и такой ничтожности человека, что стоит подумать об этом – и уже ничто не может нас утешить» [3, с. 192].

Когда человек пробует понять, что такое «я», каково место его в мире, то для него открываются «хрупкость и ничтожность» в людях. Таким образом, Б. Паскаль вопрошает, пытается найти место человека в новом для него бесконечном мире. «Ибо что такое человек во Вселенной? – спрашивает Паскаль. – Небытие в сравнении с бесконечностью, все сущее в сравнении с небытием, среднее между всем и ничем. Он не в силах даже приблизиться к пониманию этих крайностей – конца мироздания и его начала, неприступных, скрытых от людского взора непроницаемой тайной, и равно не может постичь небытие, из которого возник, и бесконечность, в которой растворяется» [3, с. 208]. Мыслитель полагает, что одиночество отражает душевное беспокойство, спор человека с самим собой. Такой внутренний разлад воспринимается самим человеком как потеря веры и надежды, как несостоятельность своих контактов с окружающим миром. «...Сколь пусто человеческое сердце и сколь, вместе с тем, нечистот в этой пустоте...» [3, с. 208].

Таким образом, на основе анализа методологических подходов в понятии одиночества, можно отметить, что однозначной точки зрения авторов нет. Во – первых, мнение разделилось на позитивное и негативное влияние на личность человека. Во – вторых, у авторов есть сходства и различие в определении одиночества.

Библиографический список

1. Чурилова, Е.Е. Феномен одиночества в философии и психологии / Е.Е. Чурилова, М.А. Каминская // Вестник ВятГУ. – 2020. – №1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-odinochestva-v-filosofii-i-psiologii> (дата обращения: 24.03.2024).
2. Демидов, А.Б. Феномены человеческого бытия / А. Б. Демидов. – Минск: Экономпресс, 1999. – С. 48–49.
3. Паскаль Б. Суждения и афоризмы / Б. Паскаль. – М.: Политиздат, 1990. – С. 192, 208.
4. Осипова, О.В. Одиночество в психологии развития человека / О.В.Осипова. // Молодой учёный. – 2018. – № 42 (228). – С. 167-170. – URL: <https://moluch.ru/archive/228/53198/> (дата обращения: 23.03.2024)
5. Полякова, И. П. Влияние одиночества на внутренний мир личности и её повседневную жизнь / И. П. Полякова Т. С. Батракова М. Ю. Копытина. // Вестник ВятГУ. – 2009. – №4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-odinochestva-na-vnutrenniy-mir-lichnosti-i-eyo-povsednevnyu-zhizn> (дата обращения: 03.04.2024).
6. Лященко, М.Н. Проблема одиночества в экзистенциальной модели бытия / М.Н. Лященко. // Манускрипт. – 2017. – №3-1 (77). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-odinochestva-v-ekzistentsialnoy-modeli-bytiya> (дата обращения: 03.04.2024).

ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

П.Д. Могилевич, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В данной статье анализируется воздействие цветовой гаммы на психологическое и эмоциональное самочувствие человека в повседневной жизни. Рассмотрены мнения ученых и художников на эту тему, подчеркивая важность понимания сочетания цветов для создания благоприятной атмосферы в интерьере и оказания позитивного воздействия на человека.

Ключевые слова: интерьер, оттенок, психика, цвет, цветовые сочетания, эмоции

THE INFLUENCE OF COLOR ON A PERSON'S EMOTIONAL STATE

P.D. Mogilevich, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Annotation. This article analyzes the impact of colors on a person's psychological and emotional well-being in everyday life. The opinions of scientists and artists on this topic are considered, emphasizing the importance of understanding the combination of colors to create a favorable atmosphere in the interior and have a positive impact on people.

Keywords: interior, shade, psyche, color, color combinations, emotions

Цвет – это свет. К этому заключению пришел английский физик и математик Исаак Ньютон. Это естественнонаучный, физический феномен, связанный со свойством предметов излучать и отражать световые волны определенной части спектра. Но, не смотря на сугубо физическую природу, цвет имеет огромное влияние на нашу эмоциональную жизнь. Цвета и их разнообразие играют важную роль в жизни каждого человека, начиная с самого раннего детства. Уже через 45 дней жизни мы начинаем осознавать различные цвета вокруг себя. Дети особенно ярко реагируют на яркие оттенки, притягиваясь к красным и желтым предметам. Предоставляя малышу разноцветные игрушки и предметы, мы помогаем ему в развитии, так как разнообразие цветов способствует эмоциональному и творческому росту.

С возрастом мы, кажется, начинаем относиться к цвету как к чему-то второстепенному, но на самом деле цвет имеет гораздо большее значение, чем мы предполагаем. Он несет важную информацию о мире вокруг нас, влияет на наше настроение, поведение и принимаемые решения. Цвета могут вызывать у нас определенные ассоциации, оказывать воздействие на наше восприятие и даже стимулировать разнообразные эмоциональные реакции [1].

Цвета являются не только эстетическим аспектом нашей жизни, но и важным инструментом воздействия на наше окружение, наше самочувствие и наши решения. Важно уметь понимать и ценить разнообразие цветов и использовать их в повседневной жизни осознанно и творчески.

Воздействие цветов на человека имеет значительное значение и

подтверждается многочисленными исследованиями. Например, исследование В. С. Мухиной показало, что дети предпочитают использовать светлые и яркие цвета, такие как красный, желтый, изумрудно-зеленый, когда им предлагается нарисовать что-то «красивое» и «приятное» [5]. Это связано с тем, что цвета могут вызывать определенные эмоции у человека и иметь различное воздействие на его восприятие. В результате постоянного взаимодействия с окружающей средой у нас сложилось определенное понимание цвета и его значения для нас.

Различные оттенки цветов имеют разнообразное воздействие на человека и могут вызывать разнообразные эмоциональные реакции. Это может быть связано как с объективными факторами, так и с чисто субъективными причинами. Из-за постоянной зависимости человека от окружающей среды формируется определенное восприятие цвета в сознании.

Известный писатель И. В. Гёте изучал влияние цвета на человека. В своем труде «Учение о цвете» он описывал цвет как продукт света, способный вызывать эмоции. Гёте И. В. выделял, что цвет, независимо от объекта, к которому он применяется, имеет определенное воздействие на подсознание человека, влияя на его настроение и самочувствие. Гёте И. В. утверждал, что существуют определенные цвета и оттенки, способные создать особую атмосферу или корректировать самоощущение. Он проверял свою теорию на себе, окружая себя предметами различных цветов и наблюдая за своими реакциями на них [4].

Поскольку Гёте И. В. был творческим и страстным человеком, он ощущал сильные эмоции, что могло приводить к дискомфорту как ему самому, так и его окружающим. Разработанная им теория цвета помогала самому писателю справиться с собственной импульсивностью и чрезмерной эмоциональностью.

Исследователь И. Иттен подчеркивает, что воздействие цвета на эмоциональное состояние человека является неоспоримым фактом. Он отмечает, что каждый человек придает индивидуальную оценку каждому цвету, испытывая к нему либо симпатию, либо антипатию. Разнообразные сочетания цветов могут вызывать различные эмоции, что объясняется их расположением и оттенками в цветовом круге [2].

Исследователь И. Иттен отмечает, что соседствующие цвета на цветовом круге вызывают у человека чувства гармонии и умиротворения, в то время как комплементарные сочетания, т.е. цвета, расположенные напротив друг друга, могут вызывать хаос и противоречивые эмоции. Примером умелого использования цвета является картина абстракциониста Пита Мондриана, где художник использовал основные цвета – синий, желтый и красный, чтобы создать гармоничное сочетание на полотне. Это произведение и по сегодняшний день вдохновляет творческих людей на создание новых шедевров.

Для создания гармоничного интерьера необходимо тщательно подбирать цвета, учитывая их психологическое воздействие. Необходимо учитывать целевое назначение помещения, характер и состояние жильцов, а также освещенность помещения. Рекомендуется выбирать цвета при естественном освещении, чтобы избежать неожиданных результатов. Красный цвет следует использовать осторожно из-за его возможного негативного влияния на нервную систему, однако, как дополнительный цвет он может зарядить энергией и

активизировать организм.

Выбор цветовой гаммы для интерьера имеет ключевое значение в создании желаемой атмосферы в помещении.

Когда естественного света не хватает, желтый тон может стать отличным выбором. Он наполняет комнату светом, придает энергии и поощряет активность, что делает его прекрасным ведущим цветом для спальни. Тем не менее, важно помнить об особенностях этого оттенка: желтый не рекомендуется для людей, страдающих бессонницей или нервными расстройствами.

Зеленый цвет, ассоциирующийся с природой, обладает успокаивающим эффектом и придает интерьеру свежесть. Он способствует созданию атмосферы спокойствия и благоприятно влияет на нервную систему, что делает его отличным выбором как для спальни, так и для рабочего кабинета.

Голубой и синий цвета, хоть и похожи, влияют на нас по-разному. Голубой, часто выбираемый в интерьерах за его ассоциации с природой, может визуально расширить пространство и повысить продуктивность. Однако темно-синий оттенок следует использовать аккуратно, так как он может вызвать чувство апатии и подавленности, а белый цвет – это самый удачный цвет, так как он помещение делает визуально «чистым» [3].

Собственный отбор оттенков для конкретных помещений поможет создать уютную обстановку как для отдыха, так и для труда.

Цвет может влиять на эмоциональное состояние несколькими способами. Во-первых, это ассоциации, которые цвет вызывает у человека. Например, красный цвет обычно ассоциируется с опасностью, гневом или страстью, в то время как синий цвет ассоциируется со спокойствием, миром и безмятежностью. Следовательно, если человек видит красный цвет, это может вызвать у него чувство беспокойства или возбуждения, а синий цвет может успокоить его.

Во-вторых, цвет может влиять на настроение через его воздействие на физиологию. Различные цвета могут вызывать разные реакции в организме, такие как изменение частоты сердечных сокращений или уровня гормонов. Например, синий свет может снизить кровяное давление и частоту сердечных сокращений, в то время как красный свет может увеличить их.

В-третьих, цвет может быть связан с определенными эмоциями или воспоминаниями. Например, если у человека было счастливое событие в комнате, окрашенной в зеленый цвет, он может ассоциировать этот цвет с радостью и счастьем.

Таким образом, цвет может оказывать значительное влияние на эмоциональное состояние личности, хотя это влияние может быть индивидуальным и субъективным.

Библиографический список

1. Бектаева, А. Э. Цветотерапия: психология цвета / А. Э. Бектаева // Проблемы Науки. – 2020. – № 2(147). – С. 85-86
2. Волкова, К. Э. Влияние цвета на эмоциональный фон и психологию человека / К. Э. Волкова, Ю. В. Бартенева // Коллекция гуманитарных исследований. – 2020. – № 1(22). – С. 15-17
3. Воронцова, Е. А. Влияние цвета в современном искусстве и дизайне на

эмоциональное состояние человека / Е. А. Воронцова // Наука, образование и культура. – 2019. – № 1(35). – С. 56-57

4. Немов, Р. С. Общая психология. Введение в психологию : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. – 6-е изд. – Москва : Юрайт, 2024. – 159 с.

5. Темиров, М. А. Психологическое воздействие цвета / М. А. Темиров, Ш. Эркинова // SAI. – 2023. – № 7. – С. 347-349.

ББК 75.7

ВЛИЯНИЕ ЛЫЖНОГО СПОРТА И СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Е.Н. Морозова, И.В. Калинин

ФГБОУ ВО Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнёва

Аннотация. Данная статья исследует влияние лыжного спорта и скандинавской ходьбы на здоровье человека. Рассматриваются сходства и различия между этими видами активности, их влияние на физическую форму, сердечнососудистую систему, мышечный тонус и общее благополучие организма.

Ключевые слова: лыжный спорт, скандинавская ходьба, здоровье, сердечнососудистая система, организм, тренировка

EFFECTS OF SKIING AND NORDIC WALKING ON HUMAN HEALTH

E.N. Morozova, I.V. Kalinin

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation. This article explores the impact of skiing and Nordic walking on human health. Discusses the similarities and differences between these activities and their impact on fitness, cardiovascular health, muscle tone and overall well-being.

Keywords: skiing, Nordic walking, health, cardiovascular system, body, training

Тема влияния лыжного спорта и скандинавской ходьбы на здоровье человека является актуальной и важной в современном мире, где все больше людей сталкиваются с проблемами здоровья из-за сидячего образа жизни и недостатка физической активности.

Лыжный спорт и скандинавская ходьба представляют собой эффективные способы улучшения физического состояния и поддержания здоровья. Лыжный спорт, будучи видом активного отдыха, способствует укреплению мышц, улучшению выносливости и координации движений, а также развитию сердечнососудистой системы.

Скандинавская ходьба, в свою очередь, является доступным и эффективным видом физической активности для людей всех возрастов и уровней подготовки. Она помогает укрепить мышцы, улучшить осанку, снизить стресс и контролировать вес.

Проведенные исследования показывают, что регулярные занятия лыжным спортом или скандинавской ходьбой способствуют снижению риска развития сердечнососудистых заболеваний, ожирения, диабета и других заболеваний, связанных с недостатком физической активности. Кроме того, занятия этими видами спорта способствуют улучшению общего самочувствия, повышению настроения и уровня энергии.

Таким образом, лыжный спорт и скандинавская ходьба имеют значительное влияние на здоровье человека и могут стать отличным способом поддержания физической формы и общего благополучия. Включение этих видов активности в повседневную жизнь может принести ощутимую пользу для организма и помочь сохранить здоровье на долгие годы.

Цель исследования: оценить влияние лыжного спорта и скандинавской ходьбы на физическое и психологическое здоровье человека.

Задачи исследования:

1. Изучить научные данные о влиянии лыжного спорта и скандинавской ходьбы на физическое здоровье.

2. Провести анкетирование в группах спортсменов занимающихся лыжным спортом и скандинавской ходьбой для оценки их общего самочувствия и уровня физической активности.

3. Провести физиологические измерения (пульс, дыхание, сила мышц) у участников исследования до и после занятий лыжным спортом и скандинавской ходьбой.

4. Провести сравнение результатов между группами, занимающимися лыжным спортом и скандинавской ходьбой, с контрольной группой, не занимающейся данными видами спорта.

5. Оценить психологические аспекты участия в данных видах спорта (уровень стресса, уровень удовлетворенности жизнью).

6. Сделать выводы о влиянии лыжного спорта и скандинавской ходьбы на здоровье человека и рекомендации по их использованию в повседневной жизни.

Лыжный спорт представляет собой вид спорта, основанный на использовании лыж для передвижения по снежным поверхностям. Этот вид спорта включает в себя различные дисциплины, такие как горные лыжи, биатлон, лыжные гонки, скоростной спуск и прыжки на лыжах. Лыжный спорт является популярным среди любителей активного отдыха и профессиональных спортсменов. Благодаря своей способности улучшать координацию движений, развивать мышечный корсет, повышать уровень выносливости физическая нагрузка в виде лыжного спорта способствует улучшению работы сердечнососудистой системы и общему физическому оздоровлению. [1]

Лыжный спорт благоприятно влияет на сердечнососудистую систему, поскольку является интенсивным видом физической активности, требующим значительного усилия от сердца и легких. Регулярные тренировки на лыжах улучшают работу сердца, увеличивают его выносливость и эффективность, что способствует снижению риска развития сердечнососудистых заболеваний.

В то же время, лыжный спорт способствует развитию мышц, особенно ног и ягодиц, так как при движении на лыжах задействованы различные группы

мышц. Это способствует укреплению мышечной ткани, улучшению координации движений и общей выносливости организма.

Скандинавская ходьба – это вид физической активности, который предполагает особый стиль ходьбы с использованием специальных треккинг-палок, схожих с лыжными. Основная идея скандинавской ходьбы заключается в повышении интенсивности тренировки и улучшении общей физической формы за счет активного движения верхней части тела с помощью палок. [2]

Этот вид активности хорошо подходит для людей всех возрастов и уровней физической подготовки. Скандинавская ходьба помогает укрепить мышцы рук, спины и плеч, улучшить осанку, разгрузить суставы ног и спины, а также улучшить кардиоваскулярную систему. Благодаря использованию палок, скандинавская ходьба становится более эффективной по сравнению с обычной ходьбой, что делает ее привлекательным выбором для тех, кто стремится к улучшению своего здоровья и физической формы. [3]

Скандинавская ходьба оказывает положительное влияние на здоровье человека по многим аспектам. Во-первых, она способствует укреплению мышц верхней части тела, что помогает улучшить осанку, силу и выносливость рук, плеч и спины. Этот вид активности также способствует улучшению сердечнососудистой системы, поскольку при скандинавской ходьбе повышается пульс и улучшается кровообращение. [4] Во-вторых, скандинавская ходьба является отличным способом для поддержания здорового веса и снижения риска развития ожирения. Благодаря интенсивной работе мышц и повышенному энергопотреблению, скандинавская ходьба способствует сжиганию калорий и улучшению обмена веществ. Таким образом, регулярные занятия скандинавской ходьбой могут помочь в поддержании здорового образа жизни и улучшении общего физического состояния.

Сходства между лыжным спортом и скандинавской ходьбой:

- Оба вида активности требуют использования палок для передвижения, что помогает улучшить равновесие, координацию и укрепить мышцы верхней части тела.

- Лыжный спорт и скандинавская ходьба способствуют улучшению сердечнососудистой системы и общего физического состояния.

- Оба вида активности могут быть осуществлены как на природе, так и на специально оборудованных трассах.

Различия между лыжным спортом и скандинавской ходьбой:

- Лыжный спорт требует наличия снега и специального оборудования (лыжи, ботинки), в то время как скандинавская ходьба доступна круглый год и требует лишь специальных палок.

- Скандинавская ходьба более доступна для начинающих, поскольку не требует особых навыков и техники, в то время как лыжный спорт может потребовать времени на освоение техники катания.

- Лыжный спорт обычно более интенсивен и требует большего уровня физической подготовки, чем скандинавская ходьба, которая может быть более мягким видом активности.

Цель данной работы – определить, как влияет на человека занятие лыжным спортом и скандинавской ходьбой.

На основе поставленной цели и анализа литературных источников провести анкетирование среди жителей города Красноярска с использованием основных и дополнительных вопросов для обеспечения объективности ответов.

Опрос проводился в трех возрастных группах:

- среди студентов Вуза СибГУ в возрасте 18-25,
- среди людей среднего возраста, 26-45 лет,
- среди пожилых людей города Красноярска, возраст 55-70 лет.



Благодаря этому опросу было определено насколько полезно для человека регулярные спортивно-оздоровительные занятия лыжным спортом или скандинавской ходьбой.

Как мы видим, на диаграмме слева показаны люди, которые регулярно занимаются данными видами спорта, а справа, очень редко.

На *первый основной вопрос*: "Как часто занимаются люди данными видами спорта".

Большинство людей, в возрасте 18-25 лет очень редко занимаются данными видами спорта, это связано с нехваткой времени на занятие спортом, в связи с учебой, работой.

Большинство людей, в возрасте 26-45 лет также редко занимаются данными видами спорта, в большинстве случаев это связано с графиком работы и усталостью после работы.

Большинство людей, в возрасте 55-70 лет, регулярно занимаются спортивно-оздоровительными тренировками с использованием данных видов спорта.

На *второй основной вопрос*: "Как повлияло занятия данными видами спорта на их здоровье" (из числа людей, которые регулярно занимаются).

Люди, в возрасте 18-25 лет. После регулярных спортивно-оздоровительных тренировок испытывают прилив сил и энергии. Констатируют, что занятия способствует развитию их мышц и повышение выносливости.

Люди, в возрасте 26-45 лет. После регулярных спортивно-оздоровительных занятий начали гораздо меньше болеть, появилось гораздо больше энергии, занятия помогает им держать свои мышцы в тонусе, у некоторых установился более спокойный сон.

Люди в возраст 55-70 лет. После регулярных спортивно-оздоровительных занятий начали гораздо меньше болеть, данные тренировки обеспечили им большой интервал времени нахождения на свежем воздухе, что способствует улучшению их здоровья и повышения жизненного тонуса. Они отметили появление гораздо больше энергии.

Заключение. Проведенный опрос показал, что актуальность темы занятий лыжным спортом и скандинавской ходьбой очень важна, так как люди стали гораздо меньше уделять внимание своему здоровью и стали менее подвижны, что сильно сказывается на их качестве жизни. Люди, занимающиеся данными видами спорта гораздо активнее, и меньше болеют, чем люди, редко занимающиеся спортивно-оздоровительными тренировками. Поэтому в период всей жизни желательно заниматься данными видами спорта, так как они способствуют улучшению физического состояния человека, а также благоприятно влияет на весь организм человека.

Библиографический список

1. ЮНЕСКО. (2016). Культурное значение лыжного спорта и скандинавской ходьбы в продвижении здоровья и благополучия человека: глобальная перспектива. Публикация ЮНЕСКО № 16-4567.
2. Международная Ски-федерация. (2018). Лыжный спорт и скандинавская ходьба: руководство по улучшению здоровья и фитнеса. Публикация МСФ № 18-3456.
3. Всемирная организация здравоохранения. (2015). Рекомендации по физической активности для лыжного спорта и скандинавской ходьбы: рекомендации по продвижению здоровья. Публикация ВОЗ № 15-6723.
4. Национальный институт здоровья. (2016). Здоровье лыжного спорта и скандинавской ходьбы: комплексный обзор. Публикация НИИ № 16-7890.

ББК 54.101

ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНОСОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Е.Н. Морозова, Д.А. Порватов

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнёва

Аннотация. Сердечнососудистые заболевания являются основой хронических НИЗ (неинфекционные заболевания). Анализ показателей за последние два десятилетия показывает рост заболеваемости ИБС (ишемическая болезнь сердца), АГ (артериальная гипертензия) и ССЗ (сердечнососудистых заболеваний). В то же время распространенность и смертность от этих заболеваний снижаются.

Ключевые слова: сердечнососудистые заболевания, причины, факторы риска, профилактика

DISEASES OF THE CARDIOVASCULAR SYSTEM AND A HEALTHY LIFESTYLE

E.N. Morozova, D. A. Porvatov

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Cardiovascular diseases are the basis of chronic NCDs (non-communicable diseases). The analysis of indicators over the past two decades shows an increase in the incidence of coronary heart disease (ischemic heart disease), hypertension

(arterial hypertension) and CVD (cardiovascular diseases). At the same time, the prevalence and mortality from these diseases are decreasing.

Keywords: cardiovascular diseases, causes, risk factors, prevention

Сердечнососудистые заболевания остаются ведущей причиной смертности по всему миру, ежегодно унося близко 18 миллионов жизней [1]. В Европе от сердечнососудистых заболеваний ежегодно умирают более 60 миллионов потенциальных жизней [2], Несмотря на значительное снижение смертности от сердечнососудистых заболеваний в некоторых развитых странах Европы, они по-прежнему остаются одной из ведущих причин смерти, частично уступая лишь онкологическим заболеваниям [3].

В Российской Федерации сердечнососудистые заболевания сохраняют свою лидирующую позицию в статистике смертности на протяжении многих десятилетий. По данным 2018 года, почти половина всех смертей в стране (46.8%) связана с сердечнососудистыми заболеваниями, что составляет более 850 тысяч смертей, из которых более 80% связаны с ишемической болезнью сердца и цереброваскулярными заболеваниями. Стандартизированный коэффициент смертности от сердечнососудистых заболеваний в России остается высоким, достигая 590.9 у мужчин и 576.3 у женщин. [4]

С 2003 года отмечается устойчивое снижение смертности от сердечнососудистых заболеваний в России, особенно выраженное с 2006 года, как среди мужчин, так и среди женщин. За 18 лет с 2003 по 2021 год общий коэффициент смертности от заболеваний системы кровообращения снизился более чем на 30%, составив 637.3 против 912.3. Тем не менее, он все еще превышает уровень начала 90-х годов (509.5 на 100 тысяч населения в 1990 году) [5].

Благоприятная тенденция сохранялась до начала пандемии COVID-19. Пандемия привела к увеличению смертности от сердечнососудистых заболеваний из-за острых и долгосрочных сердечнососудистых последствий COVID-19, а также из-за опасений пациентов обращаться за медицинской помощью и временного снижения ее доступности [4].

Цель исследования: выявить основные причины сердечнососудистых заболеваний.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

- Определение осведомленности населения о главных факторах, способствующих сердечнососудистым заболеваниям, с использованием метода социологического исследования;

- Исследование включало в себя следующие запросы:

1. Пол: мужской женский

2. Возраст: 19-30 лет 31-40 лет 41-50 лет 51-65 лет

3. Образование

4. что Вы считаете основной причиной развития Вашего заболевания

- вредные привычки возраст влияние окружающей среды

- свой вариант;

Среди опрошенных пациентов приняли участие 40% мужчин, 60 % женщин.



Рис. 1 – Пол пациента

Таким образом, основную роль в заполнении анкет сыграли женщины-пациентки. Из результатов опроса следует, что большинство участников находилось в возрастной группе 50-65 лет. (Рисунок 2).

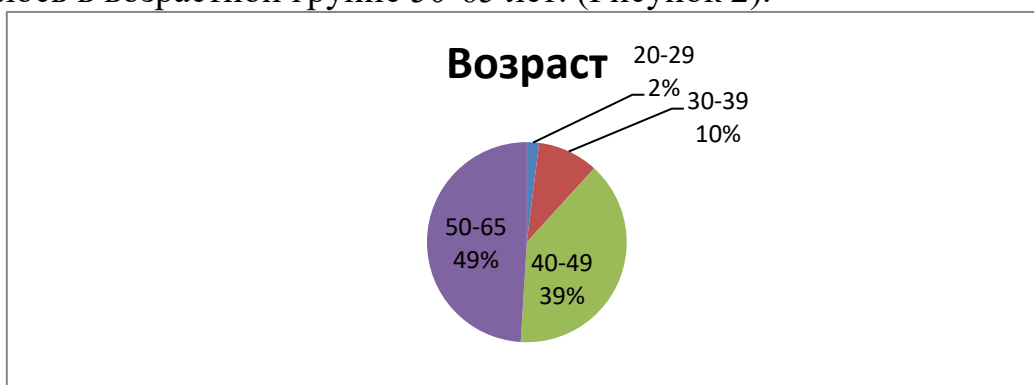


Рис. 2- Возраст пациентов

В ходе анализа стало ясно, что большинство пациентов, подвергшихся аортокоронарному шунтированию, на момент процедуры находились в возрасте 50-65 лет, что представляло 49% опрошенных. Группа возраста 40-49 лет составила 39%, 30-39 лет – 10%, а 20-29 лет – 2%.

Относительно образования большинство пациентов отметили, что обладают высшим образованием. (Рисунок 3).

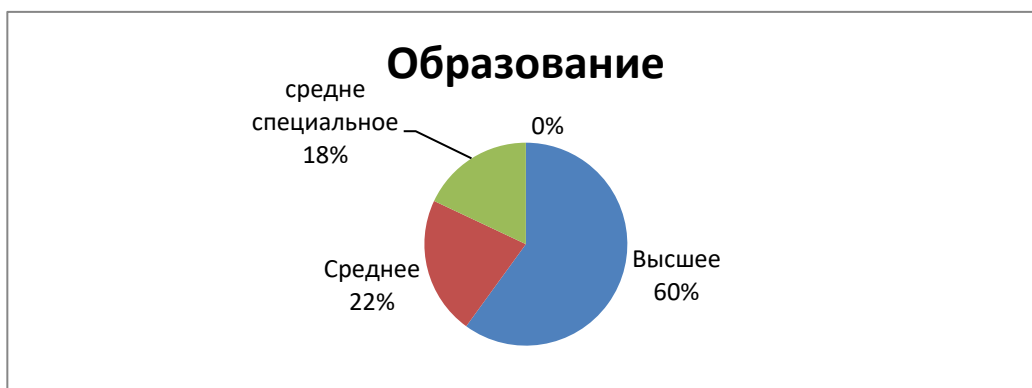


Рис. 3- Образование пациентов

Выявлено, что 60% респондентов обладают высшим образованием, 22% имеют среднее образование, а 18% - средне-специальное. На вопрос о том, что, по их мнению, является основной причиной развития своего заболевания, большинство указали на вредные привычки. (Рисунок 4).

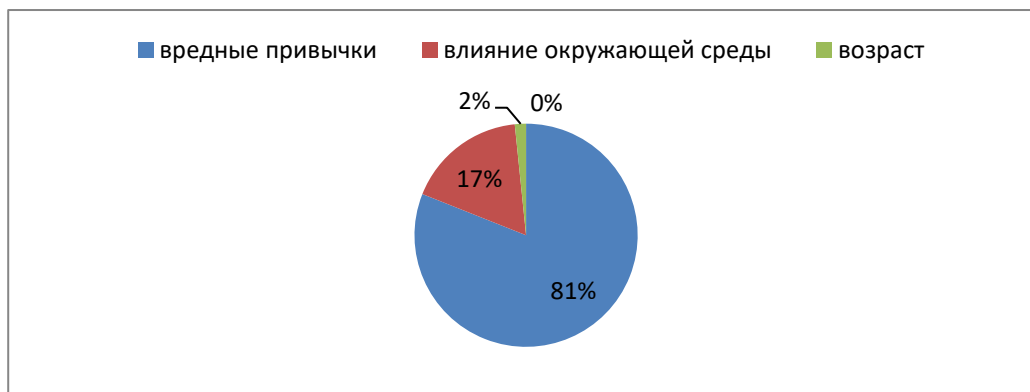


Рис. 4- Причины развития заболевания

Таким образом, 81 % опрошенных респондентов причиной заболевания выделяют вредные привычки, 17% влияние окружающей среды, 2% возраст.

Существует множество факторов, которые способствуют развитию сердечнососудистых заболеваний среди них, такие как наследственность, отсутствие регулярной физической активности и сидячий образ жизни приводящей к ухудшению кровотока, истончению и закупорки сосудов во всем организме. Также немаловажными факторами является, неумение справляться со стрессом, отсутствие качественного сна, полноценного отдыха и наличие вредных привычек.

Исходя из выше сказанного, хочется отметить, что современное поколение должно осознано подойти к своему здоровью и, не смотря на окружающие его соблазны вести здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Основными принципами ЗОЖ являются:

Отказ от курения.

Отказ от употребления алкоголя.

Рациональное питание.

Физическая активность.

Здоровый сон.

Укрепление психического здоровья.

Осознанное принятие принципов ЗОЖ послужит профилактикой сердечнососудистых заболеваний, улучшит качество жизни в целом и обеспечит поддержание и сохранение здоровья на долгие годы.

Библиографический список

1. Глущенко В. А. Сердечно-сосудистая заболеваемость – одна из важнейших проблем здравоохранения / В.А. Глущенко, Е.К. Иркленко // Медицина и организация здравоохранения. – 2019. – Т. 4. № 1. – С. 56-63.

2. Десять ведущих причин смерти в мире // Всемирная организация здравоохранения : [сайт]. – URL : <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>(дата обращения: 14.05.2023).

3. Иванов Д. О. Заболевания сердечно-сосудистой системы как причина смертности в Российской Федерации: пути решения проблемы / Д. О. Иванов, В. И. Орел, Ю. С. Александрович [и др.] // Медицина и организация здравоохранения. – 2019. – № 2. – С. 4-12. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zabolevaniya-serdechno-sosudistoy-sistemy-kak-prichina-smertnosti-v-rossiyskoy-federatsii-puti-resheniya-problemy> (дата обращения: 14.05.23).

4. Каверова Е. В. Анализ основных факторов риска развития инсульта / Е. В. Каверова, Н. С. Журавская, Л. В. Матвеева [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 6. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27342>(дата обращения: 14.05.23).

5. Цыбусов А. П. Формирование здорового образа жизни – актуальная и неотложная задача отечественного здравоохранения / А. П. Цыбусов, О. В. Атмайкина, Л. И. Уткина // Медицинский альманах. – 2019. – № 2. – С. 10-13.

ББК: 79

СОЗДАНИЕ АУДИОГИДА «МАКЛАКОВО - ЛЕСОСИБИРСК: К 90-ЛЕТИЮ СО ДНЯ ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ»

Д.Д. Мосинцев, Ю.И. Джембек

Научный руководитель Н.В. Басалаева

Лесосибирский педагогический институт - филиал ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет»

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена главной тенденцией развития туризма в настоящее время – аудиогид на мобильном телефоне. В данной статье рассмотрено применение аудиогидов на платформе izi.travel в качестве фактора развития цифровизации туризма. Показаны преимущественные особенности аудиогидов, причины популяризации среди туристов. Изучены основные формы аудиогидов для самостоятельного создания аудио экскурсии.

Ключевые слова: аудиогид, туризм, аудио экскурсии, экскурсии

CREATION OF AN AUDIO GUIDE «MAKLAKOVO - LESOSIBIRSK: TO THE 90TH ANNIVERSARY OF THE FOUNDATION OF THE KRASNOYARSK REGION»

D.D. Mosintsev, Y.I. Dzhembek

Scientific supervisor N.V. Basalaeva

Lesosibirsk Pedagogical Institute - branch "Siberian Federal University"

Annotation. The relevance of the study is due to the main trend in the development of tourism at present - an audio guide on a mobile phone. This article discusses the use of audio guides on the izi.travel platform as a factor in the development of digitalization of tourism. The advantageous features of the audio guide and the reasons for its popularization among tourists are shown. The main forms of audio guides for independent creation of audio tours have been studied.

Key words: audio guide, tourism, audio tours, excursions

В современном мире сохранение и трансляция культурного наследия представляет особую значимость. Желание рассказать об особенностях своего региона, поделиться уникальными знаниями о нем характерно для жителей любого города, и точно также и для гостей характерно желание узнать что-то новое и интересное о месте, в котором они находятся. Данная закономерность определила такое явление в туризме, как «экскурсионное дело».

В России экскурсионная деятельность регулируется Федеральным законом № 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской

Федерации». Экскурсионные услуги являются одним из основных компонентов индустрии туризма, а экскурсия является полноценным элементом туристической деятельности [1]. Как и в любой индустрии, в туризме происходит постоянное совершенствование методов подачи и восприятия информации, они становятся разнообразнее, доступнее для разных категорий населения. Особой популярностью на данный момент пользуются способы подачи информации, объединяющие интерактивность и мобильность. Одним из таких способов является аудиогид.

Под аудиогидом обычно понимается технология, сопровождающая зрительный ряд для экскурсанта: он видит объект, хочет узнать о его истории, архитектуре, композиции и т.д., набирает на устройстве номер объекта, указанный в табличке рядом с ним, и получает все, что ему нужно [2]. Иначе говоря, аудиогид — это **информационный** аудиоматериал, предназначенный для ознакомления с объектами культуры, такими, как достопримечательности, экспонаты, предметы искусства. Аудиогид представляет собой **голосовое** сопровождение, и предназначен для сообщения слушателю дополнительной информации об изучаемом объекте. Основными преимуществами аудиогидов являются возможность для слушателей **самостоятельно** освоить экспозицию, следуя предложенному маршруту в удобном для них порядке; отсутствие необходимости следования за экскурсоводом и независимость от экскурсионной группы; возможность более глубокого погружения в изучение объекта благодаря звуковым эффектам, и т.д. В то же время не стоит путать аудиогид с аудиоэкскурсией. Существенным различием между ними является то, что аудиоэкскурсия выстроена в определенном порядке с начала и до конца, в то время как аудиогид позволяет переключаться между объектами, интересными на данный момент [2].

В Красноярском крае существует множество различных аудиогидов. Например: «Пешая экскурсия по Красноярску», «Красноярский краевой краеведческий музей», «Городские легенды Красноярска», «Круг почета». Однако, единственный аудиогид в городе Лесосибирске — это «Лесосибирский деревоперерабатывающий комбинат», который предлагает слушателю совершить путешествие по-крупному и важному в стране предприятию, однако данный аудиогид, согласно заявленной тематике, почти не затрагивает историю самого города.

Наш проект направлен на сохранение истории и описание достопримечательностей города Лесосибирска. Аудиогид состоит из цепочки озвученных вставок для каждого элемента экскурсии, расположенных на платформе izi.travel.

На начальном этапе создания аудиогидов одним из главных вопросов являлось определение релевантности восприятия звуковой информации. Так, мы обратились к исследованиям С.Л. Рубинштейна, касающихся личностно-ориентированного подхода в образовании. В них доказано, что индивидуальные свойства восприятия проявляются в индивидуальных способах познания [4]. Предпочтение одного из каналов восприятия (зрения, слуха и т.д.) формирует доминирующую модальность восприятия, то есть ту, на которую человек опирается при получении информации чаще и полнее других [5]. Так, в зависимости от преобладающего восприятия (зрительного, аудиального,

кинестетического или дигитического) человек предпочитает определенные способы получения и усвоения информации. Визуальный канал обращается к зрительным образам и наиболее эффективен при использовании чтения. Аудиальный канал позволяет работать со звуковыми образами и оптимален для запоминания информации через прослушивание. Кинестетический канал использует физические ощущения (запах, вкус, пространственное восприятие, тактильные ощущения и т. д.), которые играют важную роль для человека. Дигитический канал, в свою очередь, основан на абстрактно-логических образах, и предпочтение отдается поиску смысла и оптимизации информации.

Возможности аудиогидов полностью отвечают задачам личностно-ориентированного обучения с необходимостью расширения форм, методов и информационно-коммуникативных подходов за счет использования современных аудиовизуальных средств [6]. Так как ключевой особенностью аудиогидов является звуковое воспроизведение, это позволяет сместить привычный акцент с преобладающих визуальных форм представления информации на аудиальную форму. Однако технологии создания аудиогидов позволяют дополнить их иллюстративным материалом, фотографиями, видеороликами, текстовой информацией; кроме того, аудиогиды рассказывают о реальном объекте, дополняя визуальную часть звуковой составляющей и позволяя воспринимать всю полноту информации «здесь и сейчас». Таким образом, технологию аудиогидов можно рекомендовать к использованию группам с любой репрезентативной системой.

Кроме того, следует отметить эффективность использования аудиогидов как средства проектирования доступной образовательной среды. Главным образом это касается слабовидящих людей и инвалидов по зрению. Так как с помощью зрения мы получаем большую часть необходимой для жизнедеятельности информации, то потеря зрения лишает человека привычной картины мира, что вынуждает его существенно перестроить свое отношение к окружающей среде. По мнению Ходяковой Н. В. и Ходякова Д. А. одним из наиболее значимых факторов в адаптации слабовидящего является расширение кругозора и продолжение активного познания мира, туризм и путешествия. Авторы отмечают, что из-за упора на визуальную часть в привычном формате экскурсий, люди с нарушениями зрения зачастую лишены возможности быть полноценными участниками экскурсии. В качестве наиболее подходящей альтернативы обычным экскурсиям предлагаются структурированные аудиогиды, дополненные описаниями места, в котором находится слушатель, и аудиоэкскурсии, имитирующими живое общение экскурсовода с экскурсионной группой [2].

Таким образом, образовательный потенциал аудиогидов, как средства передачи культурно-исторических ценностей достаточно велик, так как он отвечает задачам личностноориентированного обучения, позволяет объединять различные каналы восприятия информации, а также является удобным инструментом при проектировании доступной среды для людей с нарушением зрения.

Изучив различные технологии создания и публикации аудиогидов на популярных Интернет-ресурсах, мы выбрали платформу izi.travel. izi.travel является доступным инструментом для создания мультимедийных

путеводителей, гидов, экскурсий. Кроме того, izi.travel существует в виде мобильного приложения, что делает его использование еще более удобным. Важными для нас особенностями мобильного приложения izi.travel являются:

1) автоматическое проигрывание истории тура (благодаря службе определения местоположения);

2) возможность поделиться понравившимся контентом с друзьями или в социальных сетях;

3) возможность загрузить необходимые материалы в любом удобном для пользователя месте, чтобы после использовать их без подключения к интернету;

4) быстрый доступ к необходимым материалам;

5) возможность выбрать удобный темп для прослушивания информации;

6) возможность создания в приложении интерактивных аудиогидов, включающих викторины, фотографии и видео [7].

В качестве целевой аудитории мы определили гостей города и жителей, желающих актуализировать знания о привычных местах в городе, а также тех, кто проживает в Лесосибирске временно и при этом ведет активную культурную и творческую жизнь (например, студенты). Примерный возраст целевой аудитории – от 14 лет.

Исследование контента, определение целевой аудитории и выбор наиболее подходящего формата и способов предоставления информации стали отправной точкой в формулировке гипотезы о том, что аудиогиды, в частности на платформе izi.travel, являются многофункциональным образовательным инструментом для работы с культурным наследием и передачи важной информации о прошлом в настоящее время.

Разработанный нами аудиогид «Маклаково - Лесосибирск: к 90-летию со дня образования Красноярского края» является обзорно-тематическим. Гид построен на показе уникальных объектов — сохранившихся бывших предприятий, арт-объектов, зданий, которые являются памятниками истории и культуры Лесосибирского городского округа. Выбранные для включения в программу аудиогuida объекты имеют содержательную историю и являются одновременно памятниками архитектуры и историческими памятниками. По сохранности часть объектов находится в первоначальном виде, что позволяет слушателям аудиогuida увидеть эти объекты такими, какими они были созданы изначально. Хронологические рамки аудиогuida — период с середины XVII в. и до сегодняшнего дня. Особенностью города является большая протяженность в длину, поэтому предлагаемый маршрут может включать использование общественного транспорта. Таким образом, полное прохождение экскурсии с использованием аудиогuida будет составлять примерно 2 часа, однако, пользователи смогут самостоятельно выбрать стартовую точку и продолжительность маршрута.

На данный момент создан рабочий прототип аудиогuida «Маклаково - Лесосибирск: к 90-летию со дня образования Красноярского края». Также проведена первичная проверка функциональности, удобства использования и воздействия аудиогuida на целевую аудиторию. В проверке приняли участие студенты Лесосибирского педагогического института – филиала СФУ, в числе

которых также были студенты с разной степенью нарушения зрения. Проверка проводилась по следующим этапам:

1. Первоначальная ознакомительная встреча. Студентам представилась возможность ознакомиться с аудиогидом и получить инструкции по его использованию. В этом этапе они также могли задать вопросы, выразить свои ожидания и предложить свои комментарии и предложения.

2. Тестирование и практическое использование. Студенты, включая тех, у кого есть нарушения зрения, использовали аудиогид в рамках самостоятельно организованной экскурсии. В течение этого периода собирались данные о восприятии информации, удобстве использования и эффективности аудиогuida.

3. Оценка результатов и обратная связь: после завершения периода использования аудиогuida студенты оценили разработку и оставили обратную связь в форме анкетирования.

Все комментарии и рекомендации, полученные от студентов, будут учтены при доработке аудиогuida перед публикацией.

Аудиогид является современной и удобной формой представления информации, отвечающей тенденциям индивидуализации. Использование тематических аудиогидов становится эффективным направлением работы с культурным наследием. Аудиогид "Маклаково - Лесосибирск: к 90-летию со дня образования Красноярского края" создан с учетом актуальности развития краеведения и туризма в России.

Таким образом, использование аудиогuida позволит значительно расширить кругозор и культурное образование граждан. Пользователи смогут в удобной для них форме узнать больше о прошлом города, исторических событиях, традициях и культурном наследии. Это не только поможет получить новые знания, но и позволит почувствовать связь с прошлым и оценить значимость исторического наследия.

Библиографический список

1. Об основах туристской деятельности в Российской Федерации: Федеральный закон от 24.11.1996 N 132-ФЗ // КонсультантПлюс : [сайт]. — 1997-2024. — URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_12462 (дата обращения: 15.02.2024).

2. Ходякова, Н. В. Аудиоэкскурсия как средство проектирования доступной среды для слабовидящих (незрячих) людей / Н. В. Ходякова, Д. А. Ходяков // Вестник Ассоциации вузов туризма и сервиса. – 2016. – Т. 10, № 1. – С. 92-97.

3. Саянское кольцо: туроператор по Сибири.RU: сайт. – 2008. – URL: <https://www.sayanring.ru/> (дата обращения 16.02.2024).

4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002. 720 с.

5. Козлова, Е. А. Роль модальностей восприятия в обучении / Е. А. Козлова // Вестник молодежной науки Алтайского государственного аграрного университета. – 2021. – № 1. – С. 403-407.

6. Каверина, Н. Б. Образовательные возможности аудиогuida / Н. Б. Каверина // Социально-гуманитарные знания как фактор изменений современного общества : материалы межвузовской студенческой научно-практической конференции, Москва, 03 марта 2020 года. – Москва: Московский педагогический государственный университет, 2020. – С. 272-277.

7. Izi.TRAVEL the storytelling platform: сайт. — 2019. — URL: <https://izi.Travel/ru/o-nas> (дата обращения: 16.12.2024).

ББК 74.005.22

РОЛЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Д.С. Москалевич

Научный руководитель О.Е. Борисенко
УО МГПУ им. И.П. Шамякина, Беларусь

Аннотация. В статье рассматривается важность патриотического воспитания детей как одного из ключевых элементов формирования гражданской идентичности. Авторы анализируют различные подходы к патриотическому воспитанию, основные принципы и методы, а также предлагают рекомендации для воспитания патриотизма.

Ключевые слова: патриотическое воспитание, дети, формирование, роль, учреждения образования, патриотизм, страна

THE ROLE OF PATRIOTIC EDUCATION OF CHILDREN IN THE FORMATION OF CIVIL IDENTITY

D.S. Moskalevich

Scientific supervisor O.E. Borisenko

Educational Institution Mozyr State Pedagogical University
named after I.P. Shamyakin, Belarus

Annotation. The article examines the importance of patriotic education of children as one of the key elements in the formation of civic identity. The authors analyze various approaches to patriotic education, basic principles and methods, and also offer recommendations for instilling patriotism

Key words: patriotic education, children, formation, role, educational institutions, patriotism, country

В современном мире патриотическое воспитание детей играет важную роль в формировании гражданской идентичности и укреплении общественной связи. Цель данной статьи – рассмотреть значение патриотического воспитания детей и его влияние на формирование гражданской идентичности.

Сегодня важное значение придается патриотическому воспитанию детей, которое способствует формированию гражданской идентичности. Роль образовательных учреждений и семьи в этом процессе неопределима.

С.И. Ожегов рассматривал патриотизм как «как преданность и любовь к своему отечеству, преданность ему, гордость за его прошлое и настоящее, стремление защищать интересы родины [1, с. 453].

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании, одной из задач воспитательной работы является «формирование гражданственности, патриотизма и национального самосознания на основе государственной идеологии» (ст. 17, п. 2.1). Реализация задач осуществляется в процессе организации гражданского и патриотического воспитания, ориентированного на формирование у обучающихся активной гражданской позиции, патриотизма,

правовой, политической и информационной культуры, нравственного воспитания, направленного на приобщение обучающегося к общечеловеческим и национальным ценностям.

А так же, на основании инструктивно-методического письма Министерства образования Республики Беларусь «Об организации в 2023/2024 учебном году образовательного процесса в учреждениях образования, реализующих образовательные программы специального образования на уровне общего среднего образования». В учебном году необходимо обратить особое внимание на реализацию в образовательном процессе воспитательного потенциала учебных предметов с целью формирования у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к историческому прошлому, созидательному труду как главному условию развития белорусского государства. Решение этих задач должно способствовать формированию атмосферы мира и согласия в белорусском обществе и быть напрямую связано с достижением учащимися личностных образовательных результатов [2].

Воспитание патриотизма у детей является актуальной по нескольким причинам:

1. Формирование гражданской идентичности: патриотические чувства помогают детям понять свою принадлежность к определенной стране, культуре и обществу, что способствует развитию гражданской идентичности.

2. Противодействие экстремизму и радикализации: воспитание патриотизма может помочь развить уважение к своей стране и соблюдать законы и ценности общества, что в свою очередь может предотвратить экстремистские и радикальные убеждения.

3. Укрепление общественной солидарности: патриотические чувства способствуют формированию общественной солидарности и единства, что важно для развития стабильного и гармоничного общества.

4. Защита национальных интересов: воспитание патриотизма у детей способствует формированию готовности защищать свою страну, ее интересы и ценности в случае необходимости.

5. Развитие гражданской ответственности: патриотические чувства могут стимулировать учащихся к активному участию в жизни общества, к заботе о окружающей среде и к участию в общественно-полезных мероприятиях.

Учитывая эти аспекты, воспитание патриотизма остается актуальной темой, которая имеет важное значение для формирования гражданского общества, мирного сосуществования и развития нации.

Существует множество методов, которые могут быть использованы для воспитания патриотических чувств и идентичности, а именно:

1. Обучение истории и культуре родной страны: изучение истории, традиций, культуры и достижений своей страны помогает лучше понять ее ценности и уникальность.

2. Проведение патриотических мероприятий: организация праздников, выставок, конкурсов, концертов и других мероприятий, посвященных истории и культуре страны, способствует формированию патриотических чувств.

3. Участие в патриотических играх и мероприятиях: участие детей в играх, викторинах, конкурсах на патриотическую тематику помогает им лучше усвоить информацию о своей стране.

4. Посещение музеев, памятников и других исторических мест: экскурсии по местам, связанным с историей и культурой страны, позволяют лучше понять ее прошлое и ценности.

5. Участие в общественно-полезных мероприятиях: волонтерская деятельность, участие в благотворительных акциях и других общественно-полезных мероприятиях способствует развитию патриотических.

6. Работа с символикой страны: изучение государственных символов, флага, гимна, герба помогает учащимся уважать и ценить свою страну.

Эти методы могут быть эффективными средствами для формирования патриотических чувств и идентичности при правильном подходе и организации процесса воспитания.

Модернизация воспитания патриотизма может включать в себя следующие аспекты:

1. Использование современных технологий: в современном мире дети активно используют различные гаджеты и социальные сети. Поэтому можно использовать цифровые технологии для создания интерактивных образовательных программ, игр и приложений, которые помогут лучше понять и полюбить свою страну.

2. Интерактивные методики обучения: вместо традиционных лекций и учебников можно использовать игровые методики, проектные задания, обучающие мультимедийные материалы и другие интерактивные формы обучения, которые сделают процесс изучения патриотизма более увлекательным и запоминающимся.

3. Вовлечение родителей и общественности: воспитание патриотизма должно быть комплексным и включать не только учебные заведения, но и семью, общественные организации, медиа и другие институты. Важно сотрудничать с родителями, чтобы они поддерживали и укрепляли патриотические ценности.

4. Привлечение культурных и образовательных учреждений: музеи, выставки, театры, кинотеатры и другие культурные учреждения могут стать площадками для обучения детей патриотизму через исторические и культурные аспекты.

5. Развитие критического мышления: помимо любви к своей стране, важно развивать и критическое мышление, способность анализировать информацию, различать факты от мнений и формировать собственное мнение на основе знаний.

Воспитание патриотизма требует инновационного подхода, который учитывает современные тенденции и потребности молодого поколения. Важно создавать интересные, доступные и эффективные методики, которые помогут развить глубокое понимание и уважение к своей стране.

Перспективы развития воспитания патриотизма:

1. Развитие инновационных методов обучения и воспитания, направленных на активное участие школьников.

2. Создание программ подготовки педагогов к работе по формированию патриотических ценностей.

3. Сотрудничество с родителями и общественными организациями для создания благоприятной среды для воспитания патриотизма [3, с. 53].

Таким образом, можно сказать, что патриотическое воспитание детей является важным аспектом формирования гражданской идентичности и развития патриотических чувств. Образовательные учреждения, и семья играют ключевую роль в этом процессе, поэтому необходимо совместные усилия для успешного формирования патриотизма у детей. Методы, основанные на исследованиях в данной области, могут быть эффективными инструментами для достижения этой цели. Поддержка со стороны общества и государства также важна для создания условий, способствующих патриотическому воспитанию детей.

Библиографический список

1. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка : 100000 слов, терминов и выражений / Сергей Иванович Ожегов ; под общ. ред. Л. И. Скворцова. - 28-е изд., перераб. – Москва : Мир И образование, 2015. – 1375 с.
2. Министерство образования Республики Беларусь : официальный сайт – URL : <https://edu.gov.by>. (дата обращения: 12.04.2024).
3. Глинский, А.А. Воспитание гражданина, труженика, семьянина: пособие для педагогических работников учреждений общего среднего образования / А.А. Глинский, А.Ф. Журба. – Минск : Национальный институт образования, 2018 – 232 с.

УДК 372.851

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБУЧАЮЩЕГО КУРСА «ТЕОРИЯ ВЕРОЯТНОСТЕЙ В ЕГЭ ПО МАТЕМАТИКЕ» НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПЛАТФОРМЕ STEPİK

Л.С. Мочалова, А.В. Фомина

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт ФГБОУ ВО «КемГУ»

Аннотация. В статье актуализируется возможность расширения у учащихся базовых знаний, удовлетворение интереса в выбранном виде деятельности, а также подготовка к успешному решению задачи на вероятность при сдаче ЕГЭ с использованием цифровой образовательной платформы Stepik.

Ключевые слова: цифровые образовательные ресурсы, теория вероятностей, ЕГЭ по математике, обучающий курс

DESIGNING A TRAINING COURSE "PROBABILITY THEORY IN THE UNIFIED STATE EXAM IN MATHEMATICS" ON THE STEPİK EDUCATIONAL PLATFORM

L.S. Mochalova, A.V. Fomina

Kuzbass Humanitarian Pedagogical Institute of the Federal State Budgetary
Educational Institution of Higher Education

Annotation. The article actualizes the possibility of expanding students' basic knowledge, satisfying interest in the chosen type of activity, as well as preparing for the successful solution of the probability problem when passing the Unified State Exam using the Stepik digital educational platform.

Keywords: digital educational resources, probability theory, USE in mathematics, training course

В современном мире цифровые технологии играют одну из важных ролей в любой сфере жизни. В том числе это касается и образования. В образовательных учреждениях, особенно с появлением операционной системы Windows, открылись новые возможности. Применение компьютерных технологий в процессе изучения данной темы поможет заинтересовать учащихся, замотивировать их. Сейчас активно используются различные мультимедийные средства, которые позволяют использовать текст, графику, видео в интерактивном режиме, что расширяет области применения компьютера. Это не только помогает сделать урок ярче и интереснее, но также в каких-то моментах упростить его для учителя. Ведь это не только иллюстративная наглядность для учеников, но и удобное и компактное хранение информации [3].

В настоящее время существует множество онлайн-сервисов и образовательных ресурсов для подготовки к ЕГЭ по разным предметам. Самые популярные из них это – РЕШУ ЕГЭ, ФИПИ, Незнайка и многие другие [1, 2, 5]. Однако, в основном, все они являются ресурсами, охватывающие каждый предмет или комплекс задач по определенному учебному предмету. Онлайн-сервисы, которые включают в себя задания только по одной теме, практику, а также тестирование – немного [5].

Помимо этого, мы проанализировали платформы ЯКласс, Инфоурок и Stepik.

Анализ образовательных платформ показал следующее:

№	Образовательная онлайн-платформа	Преимущества	Недостатки
1	ЯКласс - это образовательная онлайн-платформа для школьников, учителей и родителей.	Платформа очень проста, легка и доступна для пользования; здесь присутствует теоретический блок, тренировочные, домашние и проверочные работы, а также есть возможность создавать их самостоятельно, как для всего класса, так и для отдельно взятого ученика.	Технические сбои при работе; задачи касаются узкой темы или ряда тем.
2	Инфоурок - образовательный интернет-портал, который позиционирует себя как помощник для школ, учителей, учеников и родителей.	Даёт возможность пройти курсы повышения квалификации и профессиональной переподготовки, является базой для размещения методических материалов и разработок, с помощью которых учителя могут делиться опытом или, наоборот, искать идеи среди работ своих коллег.	Технические сбои при работе; практически все курсы платные.
3	Stepik - это образовательная платформа, которая не только помогает в проведении олимпиад и программ переподготовки, но и занимается научными исследованиями.	Доступность и простота в использовании и возможность получения сертификата, структурированность курсов, имеется возможность установить на телефон в мобильном приложении, а также вполне возможно держать обратную связь с авторами курсов и его участниками того или иного курса; кроме того, здесь можно создавать свои собственные курсы	Не все курсы бесплатны и не всегда выдается сертификат о прохождении того или иного курса.

Для выполнения поставленной цели, нами была выбрана платформа Stepik. Стоит отметить, что на время разработки курса, имеется возможность установки ограниченного режима просмотра. Если данный курс

разрабатывается впервые, система имеет подсказки, на которые можно ориентироваться. В данной системе урок разбит на шаги. Урок может составлять разное количество шагов, а также шаги могут быть разного типа (текст, тест, видео) [6].

Актуальность этого курса состоит в том, что он является средством для выполнения одной из главных функций современного образования: показывает связь теоретической математики с жизнью. Программа курса ориентирована на учащихся школ, которым предстоит сдавать различные тесты и экзамены, и знакомит их с основными принципами теории вероятности. Подробно рассматриваются такие понятия как событие, вероятность независимых и несовместных событий, основные теоремы теории вероятностей, комбинаторика, сложные задачи теории вероятностей. Курс ориентирован на развитие у школьника умений решать жизненные задачи: выбор наилучшего из возможных вариантов, оценка степени риска, шансов на успех и предназначен для широкого круга учащихся вне зависимости от выбранного профиля обучения, так как в процессе его изучения появляется возможность формирования навыков соотнесения вероятного и достоверного, справедливости и несправедливости в играх и других реальных жизненных ситуациях. [4]

На рисунке 1 частично представлен модуль курса.

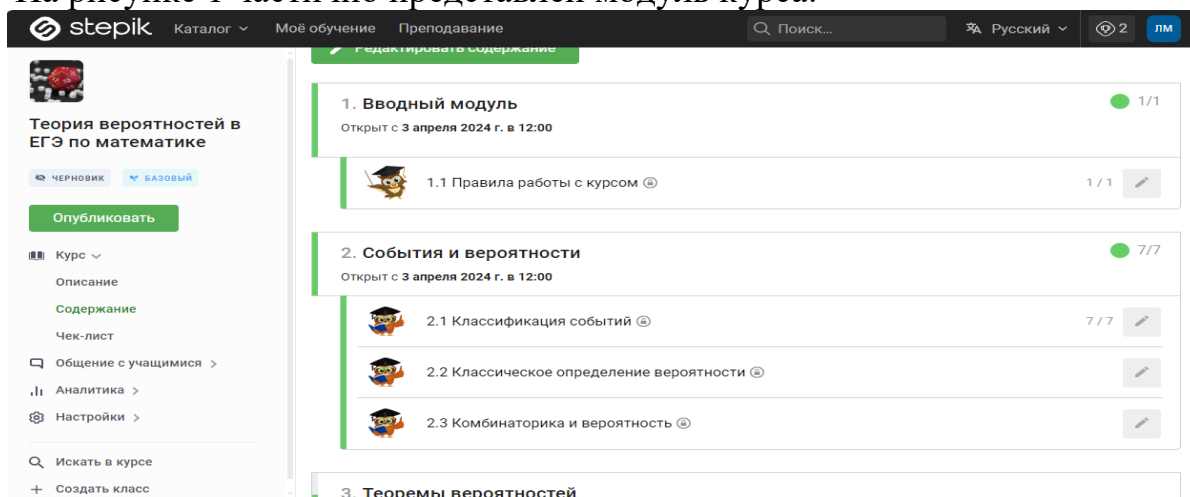


Рисунок 1. Модуль курса

Каждая тема курса содержит в себе как теоретический материал, так и практический (Рисунок 2.). Практическая часть состоит из небольшого теста, либо нескольких часто встречающихся задач по данной теме.

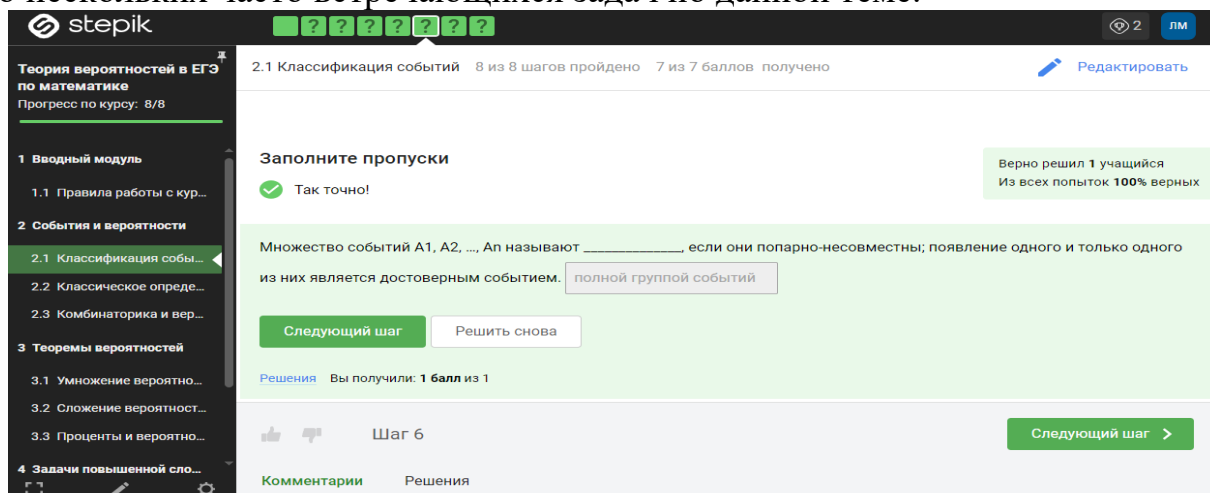


Рисунок. 2 - Практическая часть

После предоставленного решения, в сервисе Stepik есть возможность обсуждать работу в комментариях (Рисунок 3).

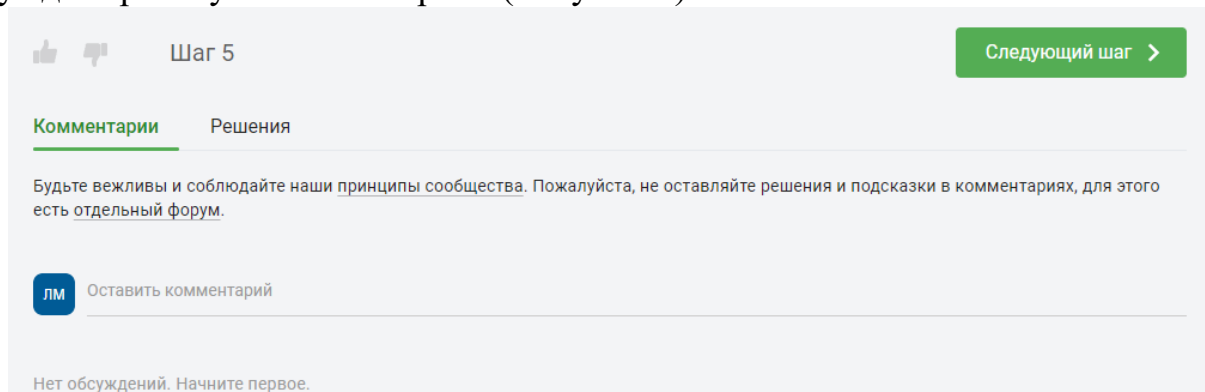


Рисунок. 3 - Обсуждение работы

Курс позволяет собрать всё нужное учащимся в одном месте: трансляцию урока, тестовые задания, домашние задания, ссылки на дополнительные источники. Автор курса самостоятельно может настроить автоматическую проверку тестов, текстовых ответов, задач на сопоставление - всего более 20 видов заданий.

Таким образом, анализ возможностей платформы Stepik, а также опыт создания обучающего курса показали удобство работ с данной системой. При разработке курса «Теория вероятностей в ЕГЭ по математике» не возникало никаких проблем, сервис адаптирован под создание теоретического и практического материала.

Библиографический список

1. Карлов, И. А. Анализ цифровых образовательных ресурсов и сервисов для организации учебного процесса школ / И. А. Карлов, Н. М. Киясов, В. О. Ковалев, Н. А. Кожевников, Е. Д. Патаракин, И. Д. Фруммин, А. Н. Швиндт, Д. О. Шонов ; Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. – Москва : НИУ ВШЭ, 2020. – 72 с. – (Современная аналитика образования. № 10(40)).

2. Колобов, А. Н. Особенности обучения элементам теории вероятностей в школьном курсе математики // Мир науки, культуры, образования.: учебное пособие – 2021. – №. 4 (89). – С. 128-130. - Текст : непосредственный.

3. Лебедева, М .Б. Массовые открытые онлайн-курсы как тенденция развития образованияосква / М. Б. Лебедева // Человек и образование. – 2015. – №1 (42). – С. 105-108. – Текст: непосредственный.

4. Марданова, Ф. Особенности преподавания предмета комбинаторика // Центр научных публикаций (buxdu. uz). – 2022. – Т. 13. №. 13. – С. 1098-1111. - Текст : непосредственный.

5. Опарина, С. А. Использование цифровых образовательных ресурсов для изучения теории вероятностей при подготовке к ЕГЭ по математике / С. А. Опарина, А. В. Фомина – Текст :электронный // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. – 2024. – № 02(89) – С.129-132. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=63488613/> (дата обращения: 09.04.2024).

6. Stepik : [сайт], 2013-2024. – URL : <https://welcome.stepik.org/ru> (дата обращения: 09.04.2024).

**ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ МАШИНОСТРОЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО
КРАЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

А.В. Неустроева, Е.В. Харина, С.А. Артемьев, И.В. Молодан
ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева»

Аннотация. Наличие машиностроительных предприятий всегда является индикатором экономического развития региона. Машиностроительный сектор Красноярского края, не являясь отраслью специализации, выполняет важную задачу по обеспечению высокого технологического уровня и экономической безопасности.

Ключевые слова: машиностроение, развитие, регион, государственная регуляция, инвестиции

**FACTORS OF THE DEVELOPMENT OF MACHINE BUILDING IN THE
KRASNOYARSK TERRITORY IN MODERN CONDITIONS**

A.V. Neustroeva, E.V. Kharina, S.A. Artemyev, I.V. Molodan
Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Annotation. The presence of machine-building enterprises is always an indicator of the economic development of the region. The machine-building sector of the Krasnoyarsk Territory, not being a branch of specialization, performs an important task to ensure a high technological level and economic security.

Keywords: mechanical engineering, development, region, state regulation, investments

Красноярское машиностроение создавалось преимущественно в условиях плановой экономики, на протяжении 40-50 лет, начиная с 40-х годов двадцатого столетия. В рамках комплекса всегда выделялись (что актуально и в современных условиях) предприятия, относящиеся к оборонно-промышленному комплексу. Этим предприятиям уделялось повышенное внимание со стороны государства в силу их стратегического значения. Они были лидерами по внедрению и разработке новых технологий, инновационных продуктов не только в сфере вооружения, но и в гражданской. Предприятия машиностроения, на относящиеся к оборонному комплексу, были прежде всего ориентированы на удовлетворение потребностей региона: создание машин и механизмов, комплектующих, обеспечение технического обслуживания предприятий различных отраслей, расположенных на территории края и соседних субъектов. Также «местные» машиностроители создавали продукцию для удовлетворения потребностей населения.

Этап перестройки и постперестроечный период существенно изменили «ландшафт» красноярского машиностроения. Комплекс факторов негативно повлиял на отрасль в регионе. К началу второго десятилетия двадцать первого века прекратили свою деятельность практически все крупные машиностроительные предприятия, не относящиеся к ОПК. И одновременно, и в сфере предпринимательства, и на уровне власти сложилось представление о необходимости возродить комплекс на новом технологическом уровне, с

учетом новых реалий и потребностей региона. Этому способствовал и внешние геополитические условия.

Пожалуй, без внимания регионального правительства сложно себе представить становление современного машиностроительного производства в крае. Прежде всего, это касается создания благоприятных условий по инвестированию в отрасль, а также поддержки по обеспечению отрасли ключевыми ресурсами. В данной работе проанализированы материалы программ по развитию машиностроения Красноярского края на 2021–2023 и 2024–2026 годы и сравнивались цели, задачи и основные целевые показатели развития отрасли [1, 2]. Это позволило выявить новые условия, способствующие успешному становлению современного краевого машиностроения. Целью программы, в любом периоде (начиная с 2015 года) является создание условий для роста объемов производства в машиностроительных организациях Красноярского края. В последней программе [2], наряду с традиционными задачами: создание комфортной среды для развития бизнеса, промышленная кооперация с крупными добывающими, энергетическими, транспортными и другими организациями, содействие экспорту продукции, выпущенной в Красноярском крае, выделена новая, – содействие реализации импортозамещения. В программе дополнен перечень основных машиностроительных организаций, их количество возросло. По виду экономической деятельности (ВЭД) «Производство машин и оборудования, не включенных в другие группировки» добавлены ООО «Хенкон Сибирь», ООО «Борус», ООО «НПЦ Магнитной гидродинамики». По ВЭД «Ремонт и монтаж машин и оборудования» - филиал ООО «ИСО» в г. Ачинск; ООО «Производственное ремонтно-эксплуатационное хозяйство горно-химического комбината». По ВЭД «Производство прочих транспортных средств и оборудования» – ООО «Единая сервисная компания СУЭК». Таким образом, количество ключевых предприятий красноярского машиностроения достигло девятнадцати, по пяти видам экономической деятельности.

Анализ основных плановых целевых показателей позволяет сделать вывод в целом о позитивном прогнозе по росту объемов отгруженной продукции. Динамика целевых показателей по видам деятельности представлена в таблице 1.

Таблица 1

Динамика планируемого роста объема отгруженной продукции в программах по развитию машиностроения Красноярского края, %

Вид экономической деятельности	программа 2021-2023	программа 2024-2026	изменение
Производство машин и оборудования, не включенных в другие группировки	20,6	53,2	32,6
Ремонт и монтаж машин и оборудования	24,9	37,5	12,6
Производство прочих транспортных средств и оборудования	9,2	38,2	29
Производство автотранспортных средств, прицепов и полуприцепов	26,2	28,1	1,9
Производство автотранспортных средств, прицепов и полуприцепов	25,5	32,7	7,2

Рост объема инвестиций отражает осуществление достаточно крупных и значимых для отрасли инвестиционных проектов: прогнозируется увеличение объема инвестиций, который за три года должен составить более 30 млрд рублей. По ВЭД «Производство машин и оборудования, не включенных в другие группировки» – это модернизация и техническое перевооружение производства АО «Информационные спутниковые системы» и АО «Красмаш», строительство центра тяжелого машиностроения ООО «ОКБ Микрон», расширение производственных мощностей ООО «НПЦ Магнитной гидродинамики» [3].

До 2030 года, в рамках комплексного инвестиционного проекта «Енисейская Сибирь» планируется создание особой экономической зоны промышленно-производственного типа «Красноярская технологическая долина». Статус резидентов ОЭЗ «Красноярская технологическая долина» уже получили пять компаний: ООО «Хенкон Сибирь», ООО «Сибирские алюминиевые диски», ООО «Фабрика Феникс», АО «Спецтехномаш», ООО «Сибирский профиль». По мнению генерального директора АНО «Корпорация развития Енисейской Сибири» С. Ладыженко, инвесторы начали проявлять интерес к воссозданию гражданского машиностроения: «Открывается производство лодок, погрузчиков, ведётся крупноузловая сборка троллейбусов, производство снегоболотоходов. У инвесторов есть планы создания производств крупнотоннажной техники, карьерных машин» [4].

Таким образом, формируются тенденции развития машиностроительного производства в крае, уже на новой организационной и технологической базе, с более высоким уровнем локализации. Основными условиями успешного развития являются:

- инновационный подход: реконструкция и модернизация действующих предприятий и использование научно-технических достижений при создании и функционировании новых объектов;
- взаимодействие предприятий отрасли (всех форм собственности) со всеми региональными заинтересованными субъектами: правительством края, общественными организациями, учебными заведениями;
- наличие (стимулирование) спроса со стороны предприятий ключевых отраслей региона – металлургии, добывающих отраслей, а также предприятий отраслей, по которым прогнозируется рост: инфраструктурных отраслей (транспорт, энергетика), сферы услуг;
- совершенствование инструментов государственной политики импортозамещения.

Библиографический список

1. Отраслевая программа «Развитие машиностроения Красноярского края на 2021–2023 годы». Утверждена Распоряжением Правительства Красноярского края от 30.09.2020 № 709-р. – URL: <http://www.krskstate.ru/docs/0/doc/92996>
2. Отраслевая программа «Развитие машиностроения Красноярского края на 2024–2026 годы». Утверждена Распоряжением Правительства Красноярского края от 27.09.2023 № 697-р. – URL: <http://www.krskstate.ru/docs/0/doc/102020>
3. Определены планы по развитию промышленности и энергетики на ближайшие три года / Красноярский край. Официальный портал 29.09.2023. – URL: <http://www.krskstate.ru/promtorg/news/0/news/110057>

4. За счет чего Красноярский край вошел в лидеры по привлечению инвестиций / Новая экономика. – URL: <https://www.rbc.ru/neweconomy/news/6555ce9b9a79478cd09d132d>

УДК 796

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ВРОЖДЕННЫМ ПОРОКОМ СЕРДЦА

М.А. Новожилова, С.А. Балышев

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. В статье рассказывается о комплексе упражнений адаптивной физкультуры для студентов с врождённым пороком сердца. Представлены основные цели и задачи, результаты исследования и сделаны выводы по данной программе.

Ключевые слова: исследование, эксперимент, программа, результаты, сердце, порок

MEDICAL PHYSICAL EDUCATION FOR PEOPLE WITH CONGENITAL HEART DISEASE

M.A. Novozhilova, S.A. Balyshev

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M. F. Reshetnev

Abstract. The article describes a special program of adaptive physical education exercises for students with congenital heart disease. The main goals and objectives, the results of the study and conclusions on this program are presented.

Keywords: research, experiment, program, results, heart, defect

Пороки сердца являются одной из самых распространенных врожденных аномалий, а на сегодняшний день еще и актуальной проблемой, которая может влиять на функционирование сердечно-сосудистой системы человека. Литературный обзор на данную тему позволяет ознакомиться с основными типами пороков, их классификацией, причинами возникновения и методами диагностики и лечения.

Одной из основных причин врожденных пороков сердца является генетическая предрасположенность. Многие пороки сердца связаны с нарушением формирования сердечно-сосудистой системы в процессе эмбрионального развития. Исследования показывают, что генетические мутации могут играть роль в развитии пороков сердца, включая гены, ответственные за нормальное развитие сердца и сосудов.

Для поддержания здоровья у людей с врождённым пороком сердца необходимо ввести в их программу лечебную физическую культуру. Именно она является базой, основой личности, самореализации и саморазвития для людей с данной болезнью [3].

Целью нашего исследования было изучение состояния студентов с врождённым пороком сердца, улучшение их здоровья, создание программ лечебной физической культуры.

Из поставленной нами цели можно выделить задачи:

1. Осуществление мер, направленных на укрепления здоровья.
2. Формирование спортивной культуры.
3. Достижение положительного результата в адаптивной физкультуре.

Исследование проводилось в Сибирском государственном университете науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева.

Лечебная физкультура для студентов с врожденным пороком сердца должна была разработана индивидуально под каждого студента в соответствии с их физическими возможностями и степенью тяжести порока сердца.

В общем случае, программа лечебной физкультуры для студентов с врожденным пороком сердца может включать следующие виды физических упражнений:

- Аэробные упражнения. Они направлены на укрепление сердечно-сосудистой системы и улучшение ее приспособительных возможностей. Примеры таких упражнений: ходьба, плавание, велосипед, иные кардиотренировки с низкой интенсивностью.

- Силовые тренировки. Подходящий вариант упражнений включает легкий подход с использованием только собственного веса тела и работы над выполняемыми движениями без перенапряжения сердца. Можно использовать гантели или резиновые упругие ремни для разнообразия упражнений.

- Упражнения на гибкость. Растяжка помогает размягнуть мышцы и сухожилия, улучшает гибкость и подвижность суставов. Исключается нарушение сердечного ритма.

- Упражнения на ортопедических симуляторах. Использование специальных симуляторов с возможностью контроля нагрузки помогает тренировать сердечно-сосудистую систему.

В нашем случае оптимальны такие виды упражнений как:

1. Поднимание рук в стороны вверх при вдохе, вниз при выдохе.
2. Сжатие рук в кулаки к плечам и опустить вниз 4 раза.
3. Сгибание и разгибание рук.
4. Выполнение круговых движений туловищем.
5. Отведение ног в сторону 5-6 раз.
6. Выполнение ходьбы на носочках при спокойном дыхании.
7. Выполнение ходьбы с поднятием колена.

При таком заболевании не менее важно соблюдать режим питания, отказаться от вредных привычек, таких как курение и употребление алкоголя, и следить за регулярными посещениями врачей для контроля состояния сердца.

От каких продуктов питания нужно отказаться при врожденном пороке сердца:

- Нужно исключить из рациона продукты в которых содержится кофеин: коктейли, энергетические напитки и т.д.

- Сократить потребление животного жира – свинина, жирная птица, мясные консервы и т.д. Лучше отваривать, запекать.

- Сократить количество соли в пище.

Меню должно состоять из легкой для переваривания пищи и натуральных компонентов.

После изучения актуальной литературы по данному вопросу, нами был

разработан комплекс упражнений. Основной нагрузкой в котором выступала дозированная ходьба.

На протяжении 4 недель студент с врожденным пороком сердца ежедневно в первой половине дня выполнял следующие упражнения:

1. Стоять прямо, руки положить на грудь, локти развести в стороны и при этом одновременно приподняться на носки, сделать глубокий вдох и немного отвести голову назад.

2. Наклон корпуса с прямой спиной.

3. Стоять, пятки вместе, приподняться на носки и сделать приседание при этом, чтобы спина была прямая.

4. Поднять ноги, согнуть в коленном суставе, чтобы был прямой угол.

5. Поднятие прямых ног.

6. Наклоны корпуса боком.

В теории, выполнение данного комплекса способствует улучшению работы системы кровообращения.

Результаты исследования. В процессе ежедневного применения разработанного нами комплекса лечебно-физкультурных мероприятий, студент с врожденным пороком сердца вел дневник состояния. Основные моменты, на которые занимающийся обратил внимание:

- Регулярные занятия физкультурой привели к повышению общей физической выносливости.

- Упражнения помогли укрепить мышцы и суставов, что сократило риск травм и повреждений при физической активности.

Для достижения максимального эффекта и безопасности рекомендуется заниматься физкультурой регулярно, но при этом не допускать переутомления организма. Программу лечебной физкультуры следует обновлять с учетом изменений в состоянии сердца и наличием возможностей для большей физической активности. Разработанный нами комплекс упражнений может быть использован в самостоятельных занятиях студентов специальной медицинской группы.

Библиографический список

1. Белорусова, В. В. Физическое образование / В. В. Белорусова. – Москва : Логос, 2003. – 128 с.

2. Зотин, В. В. Лечебная и адаптивная физическая культура / В. В. Зотин, А. Н. Иванова // Физическая культура и спорт на современном этапе: проблемы, поиски, решения : сб. тр. всеросс. науч. практ. конф. . – Томск, 2016. – С.151-154.

3. Краснова, М. Здоровое сердце / М. Краснова. – Санкт-Петербург : Веды, 2011. – 257 с.

4. Симонова, Л. В. Врожденные пороки сердца у детей / Л. В. Симонова // Лекции по педиатрии. – 2004. – Т.4. – С. 126-167.

5. Справочник врача. Вып. 2. Внутренние болезни / под ред. Г. П. Матвейкова. – Минск : Изд-во Беларусь, 2004. – 637с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ ПОЛОСТНЫХ ОПЕРАЦИЙ

М.А. Новожилова, Е.Ф. Кирелюк

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. Представленная статья посвящена значению физической культуры для людей, прошедших хирургические вмешательства. Важно укрепить органы и системы организма, восстановить тонус мышц и улучшить кровообращение после операции.

Ключевые слова: операция, восстановление, лечебная физическая культура

PHYSICAL EDUCATION AND THERAPEUTIC GYMNASTICS AFTER CAVITY SURGERY

M.A. Novozhilova, E.F. Kirelyuk

Siberian State University of Science and Technology
named after Academician M.F. Reshetnev

Annotation. This article is devoted to the importance of physical education for people who have undergone surgical interventions. It is important to strengthen organs and body systems, restore muscle tone and improve blood circulation after surgery.

Keywords: surgery, recovery, therapeutic physical culture

Физические упражнения способствуют быстрому выздоровлению человека, минимизируют риск возникновения нежелательных последствий и ускоряют процесс восстановления.

Повышение уровня энергии, ускорение метаболизма и укрепление иммунной системы – это лишь некоторые из преимуществ, которые приносят занятия спортом после операции. Физическая активность после хирургических вмешательств играет ключевую роль в восстановлении организма. Регулярные упражнения помогут восстановить мышечный тонус и улучшить общее самочувствие. Важно помнить, что специалисты должны контролировать процесс физических упражнений, чтобы избежать возможных осложнений. Индивидуальный подход к подбору упражнений, учитывающий особенности операции и состояние пациента, является необходимым условием для успешного восстановления.

После операции важно начинать с легких упражнений, чтобы укрепить тонус мышц и улучшить общее состояние. Для ускорения процесса выздоровления и улучшения кровообращения следует избегать перегрузок и тяжелых тренировок, а также контролировать правильное дыхание во время занятий. Проконсультироваться со специалистом по вопросам физической активности после операции важно для предотвращения осложнений и ускорения восстановления. Лечебная гимнастика способствует укреплению иммунитета и ускорению процесса восстановления после операции.

Для поддержания здоровья организма, рекомендуется выполнять

следующие упражнения:




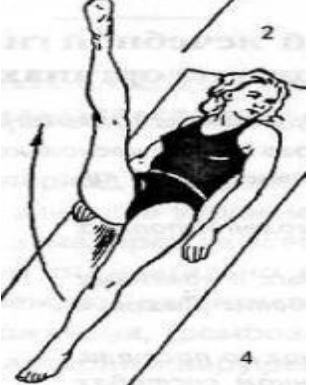
1. Дыхательная гимнастика: Проводите глубокие вдохи через рот и медленные выдохи через нос, чтобы увеличить объем легких и улучшить кровообращение.

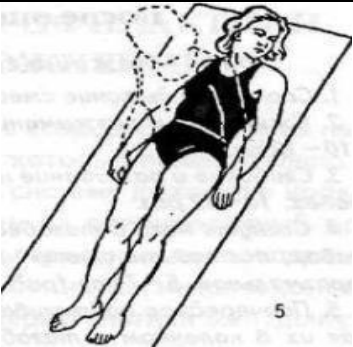
2. Прогулки: Выходите на короткие прогулки, чтобы укрепить мышцы, улучшить кровообращение и повысить общий тонус.

3. Растяжка: Выполняйте плавные повороты головы, наклоны корпуса, приседания и растяжку ног для улучшения гибкости и возврата тонуса мышц.

В первые дни после операции рекомендуется начать с легких упражнений для ног и рук, таких как круговые движения кистями и стопами, чтобы улучшить кровообращение и укрепить мышцы.

Сочетание дыхательных упражнений с упражнениями для пресса можно проводить на 4-5-й день после операции.

№	Упражнение	Описание	Дозировка	Темп
1		И. п. - лежа на спине, кисти рук на животе, локти разведены. Надавливание руками на живот во время выполнения глубокого выдоха, вернуться в и. п. - вдох.	4 - 6 раз	Темп медленный
2		И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги вместе; одновременное сгибание ног с подтягиванием их к животу. При подтягивании ног - выдох, при выпрямлении - вдох.	4-6 раз.	Темп медленный.
3		И. п. - лежа на спине, кисти рук над головой, ноги согнуты, стопы на постели. Наклоны согнутых ног в стороны. Дыхание произвольное.	5 - 7 раз.	Темп средний.
4		И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги вместе. Подъем вверх (до 90°) выпрямленных ног поочередно, затем вместе. При поднятии ног - выдох, при опускании - вдох.	4-6 раз.	Темп медленный.

5		И. п. - лежа на спине, руки на поясе, ноги вместе. Переход из положения лежа в положение сидя. При переходе в положение сидя - выдох, при опускании в положение лежа - вдох. раз.	4-6 раз	Темп медленный.
---	--	---	---------	-----------------

Все упражнения выполняют медленно, не задерживая дыхания. Каждое упражнение повторяют 4-8 раз. На протяжении одного занятия используют от 4 до 8 специальных упражнений. Занятие начинается с 2-3 общеразвивающих упражнений, затем выполняют специальные упражнения с включением между ними дыхательных упражнений, упражнений на расслабление и отдых в положении лежа.

Лечебная физкультура на отдаленном этапе должна способствовать нормализации анатомических взаимоотношений органов брюшной полости и всех органов и систем организма, восстановлению двигательных навыков, повышению неспецифической сопротивляемости.

При выборе физических упражнений для людей после полостных операций необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого пациента, уровень физической подготовки, возраст, наличие хронических заболеваний и другие аспекты.

Рекомендуется начинать с легких упражнений, постепенно увеличивая нагрузку. Занятия физической культурой способствуют не только физическому восстановлению, но и помогают пациентам восстановить психологическое равновесие, укрепить духовные силы и веру в собственные силы. Физическая активность после операции может ускорить процесс заживления ран, уменьшить риск развития осложнений и снизить возможность рецидивов заболевания. Таким образом, физическая культура играет важную роль в реабилитации пациентов после полостных операций.

Комплексное воздействие физических упражнений на организм способствует быстрому восстановлению и повышению качества жизни людей в период восстановления после полостной операции.

Библиографический список

1. Р.В. Еремин Лечебная физическая культура // Наука-2020. - 2020. - №8 (44). - С. 150-152.
2. Лечебная физическая культура. Учебное пособие /Е.В. Токарь. – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, 2018 – 76 с.
3. Капилевич Л.В., Радаева С.В., Лим М.С. Лечебная физическая культура: учебное пособие для студентов нефизкультурных специальностей. – Томск: Томский государственный университет, 2011 – 116 с.

ББК 65.053.011

ФИНАНСОВЫЕ АНАЛИТИКА И АНАЛИЗ ПРЕДПРИЯТИЯ

А.А. Новоселова, А.В. Качаева

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: В статье рассматривается понятие, типы, преимущества и роль финансовой аналитики. Представлены приемы, методы и значение финансового анализа.

Ключевые слова: финансы, финансовая аналитика, финансовый анализ, управленческие решения, финансовые решения

FINANCIAL ANALYTICS AND ENTERPRISE ANALYSIS

A.A. Novoselova, A.V. Kachaeva

Autonomous non-profit organization of Higher education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Abstract: The article discusses the concept, types, advantages and role of financial analytics. The techniques, methods and significance of financial analysis are presented.

Key words: finance, financial analytics, financial analysis, management decisions, financial decisions

Финансовая аналитика – это процесс сбора, обработки и анализа финансовой информации для принятия обоснованных экономических решений.

Оптимизация управления финансами имеет важное значение как для небольших предприятий, так и для крупных. Необходимо разработать методологию, способствующую достижению успеха при минимальном использовании ресурсов, улучшающую финансовый контроль и обеспечивающую стабильный денежный поток. Финансовая аналитика оказывает влияние на несколько аспектов бизнеса:

- все предприятия нуждаются в тщательном финансовом планировании и прогнозировании, чтобы быть готовыми к постоянным изменениям потребностей рынка;

- для обеспечения ясности и удобства использования необходимо соблюдать единую систему хранения всех ключевых финансовых данных;

- финансовая аналитика предоставляет детальную информацию о финансовом положении, что способствует повышению прозрачности, рентабельности и ценности для компании и заинтересованных сторон;

- возможность измерения активов, таких как денежные средства и оборудование, и их эффективное управление играют решающую роль в финансовом управлении и учете.

Финансовая аналитика играет важную роль в управлении финансами организации. Внутренний анализ помогает определить эффективность использования ресурсов, выявить проблемные области и принять меры для их устранения. Внешний анализ позволяет оценить финансовую устойчивость и конкурентоспособность предприятия на рынке. Прогнозирование финансовых результатов помогает разрабатывать стратегии развития и составлять бюджеты.

Финансовая аналитика имеет ряд преимуществ:

- использование как внутренних, так и внешних данных в реальном времени позволяет осуществлять быстрое и простое фильтрование и анализ информационных наборов;

- преобразует данные в простой и понятный формат, оптимизирует рабочие процессы, а также улучшает результативность и прибыльность;

- повышает эффективность работы, помогает командам принимать уверенные решения и решать сложности и риски;
- предлагает стратегии и идеи для получения четкой и точной финансовой отчетности;
- является единственным источником достоверных данных [3].

Чтобы сохранять конкурентоспособность, важно внедрить в свои процессы шесть типов аналитики. Они подходят для предприятий любого размера:

1. Денежный поток – поступающие в реальном времени показатели позволяют контролировать ежедневный приток и отток средств, а также определять, сколько необходимо денежных средств для стабильной работы.

2. Прибыльность клиентов – разбивка клиентов по сегментам и анализ общей выручки от каждого клиента, с целью проверки выполнения плана продаж клиентам.

3. Прогноз продаж – используется для разработки успешного прогноза продаж и поиска способов улучшения прогнозов.

4. Рентабельность продукции – определяет прибыльность продукции, с целью правильного распределения затрат при общих процессах или затратной базе.

5. Доход акционеров – отчет показывает стоимость предприятия в размере дохода акционеров.

6. Факторы ценности – эти ключевые показатели позволяют определить, находится ли организация на правильном пути для достижения всех краткосрочных и долгосрочных целей.

Собрав воедино всю финансовую аналитику, можно получить отправную точку для повышения рентабельности бизнеса и точного прогнозирования будущего [3].

Финансовый анализ – это процесс изучения показателей предприятия и финансовых данных с целью определения его финансового состояния, устойчивости и эффективности. Он позволяет исследовать финансовые риски и понять причины изменений в финансовом положении, а также принимать решения по управлению финансами.

В процессе финансового анализа используется ряд специальных приёмов:

1. Прием сравнения – составление за отчётный период финансовых показателей, с показателями предшествующего периода и плановыми значениями;

2. Прием сводки – объединение информации в аналитические таблицы;

3. Прием цепных подстановок – нужен для расчета величины влияния фактора, на уровень совокупного финансового показателя.

При проведении финансового анализа используются следующие методы:

1. Горизонтальный (временной) анализ – исследование динамики отдельных финансовых показателей во времени.

2. Вертикальный (структурный) анализ – базируется на определении структуры итоговых финансовых показателей с выявлением влияния каждой позиции отчетности на результат в целом.

3. Трендовый анализ – базируется на сравнении каждой позиции финансовой отчетности с рядом предшествующих периодов.

4. Анализ относительных финансовых показателей (коэффициентов) – предполагает расчет отношений между отдельными позициями отчета или позициями разных форм финансовой отчетности, определение взаимосвязей и взаимозависимостей показателей.

5. Сравнительный анализ – предполагает оценку сводных показателей финансовой отчетности организации или ее подразделений.

6. Факторный анализ – предполагает анализ влияния отдельных факторов на величину результативных показателей [1, с. 13].

Финансовый анализ является неотъемлемой частью оценки финансового состояния организации и принятия обоснованных бизнес-решений. Проведение всестороннего финансового анализа включает следующие шаги:

1. Сбор финансовой информации.
2. Категоризация данных по соответствующим категориям, таким как: доходы, расходы, активы, обязательства.
3. Расчет финансовых показателей.
4. Сравнение результатов с предыдущими периодами.
5. Формулирование выводов и рекомендаций.
6. Подготовка отчета [2].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что благодаря финансовой аналитике и финансовому анализу можно узнать о текущем положении дел на предприятии, проблемах и правильно выстроить стратегию развития, улучшить механизм управления активами и привлеченными средствами.

Библиографический список

1. Финансовый анализ : учебное пособие / Н. С. Пионткевич, Е. Г. Шатковская, Ю. А. Долгих [и др.] ; под общ. ред. Н. С. Пионткевич ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский государственный экономический университет. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2022. – 190 с.

2. Финансовый анализ предприятия: его роль и место в системе экономического анализа // GL Group : [сайт]. – URL : <https://glgroup.su/financial/tpost/vogk2s4uv1-finansovii-analiz-predpriyatiya-ego-rol> (дата обращения: 04.04.2024).

3. Что такое финансовая аналитика? // Dynamics 365 : [сайт]. – 2024. – URL : <https://dynamics.microsoft.com/ru-ru/finance/what-is-financial-analytics/> (дата обращения: 04.04.2024).

ББК 88.69

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ ДЛЯ УСПЕШНОГО ОБУЧЕНИЯ

В.А. Пагулыч

Сибирский Федеральный Университет

Института педагогики, психологии и социологии (ИППС).

Научный руководитель Р.Н. Галиахметов

Красноярский институт железнодорожного транспорта – филиал ФГБОУ ВПО
«Иркутский государственный университет путей сообщения»
(КрИЖТ ИрГУПС) Красноярск

Аннотация. В статье "Психологические и педагогические стратегии для успешного обучения" поднимается вопрос о важности социо-эмоционального развития учащихся в современной образовательной среде, значимость данного аспекта для успешной социализации и личностного развития. В статье представлены психологические и педагогические стратегии, направленные на развитие данных навыков учащихся, такие как тренинги по управлению эмоциями, игры на развитие эмпатии и создание атмосферы доверия в группе. Статья призвана акцентировать внимание на данной теме и стимулировать обсуждение и внедрение соответствующих практик в образовательные учреждения.

Ключевые слова: психология, педагогика, образовательный процесс, обучение, успешность

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL STRATEGIES FOR SUCCESSFUL LEARNING

V.A. Pagulych

Siberian Federal University of the Institute of Pedagogy,
Psychology and Sociology (IPPS)

Scientific supervisor R.N. Galiakhmetov

Krasnoyarsk Institute of Railway Transport – branch of the Irkutsk State University
of Railway Engineering (KRIZHT IrGUPS) Krasnoyarsk.

Abstract: The article "Psychological and pedagogical strategies for successful learning" raises the question of the importance of socio-emotional development of students in the modern educational environment, the importance of this aspect for successful socialization and personal development. The article presents psychological and pedagogical strategies aimed at developing these skills of students, such as trainings on emotion management, games to develop empathy and create an atmosphere of trust in the group. The article is intended to focus on this topic and stimulate discussion and implementation of relevant practices in educational institutions.

Keywords: psychology, pedagogy, educational process, learning, success

В современном мире значение социо-эмоционального развития в образовании ставит перед собой задачу не только передать учебный материал, но и подготовить учащихся к успешной адаптации в быстро меняющемся мире. В этом контексте социо-эмоциональное развитие играет ключевую роль, поскольку оно напрямую связано с личностным ростом и социальной компетентностью. Важно понимать, что социо-эмоциональное развитие не ограничивается просто умением распознавать и управлять эмоциями. Оно также включает в себя развитие навыков эмпатии, умения эффективно общаться, управления конфликтами и сотрудничества. Эти навыки не только помогают учащимся лучше адаптироваться в образовательной среде, но и являются ключевыми в будущей профессиональной и личной жизни.

Психологические исследования подтверждают, что студенты с развитыми социо-эмоциональными навыками обычно имеют лучшие результаты в учёбе, более стабильные отношения с товарищами и преподавателями, а также более высокую самооценку. Более того, они проявляют большую мотивацию к

обучению и более успешно справляются с трудностями, с которыми сталкиваются в учебном процессе. Соответственно важно, чтобы образовательные учреждения уделяли должное внимание не только академическим достижениям, но и социо-эмоциональному развитию своих студентов. Это может включать в себя внедрение специальных программ, тренингов, и педагогических практик, направленных на развитие социо-эмоциональных навыков учащихся.

Психологические исследования непрерывно подчёркивают важность социо-эмоционального развития в контексте образования. Эмоциональная интеллектуальность оказывает значительное влияние на качество обучения и общую успешность учащихся. Прежде всего, эмоциональная интеллектуальность включает в себя умение распознавать и понимать свои собственные эмоции, а также эмоции других людей. Это важно не только для эмоционального благополучия, но и для эффективного взаимодействия в учебной и общественной среде.

Кроме того, социо-эмоциональное развитие также связано с развитием навыков саморегуляции. Ученики, способные контролировать свои эмоции и реакции, обычно лучше справляются с стрессовыми ситуациями и более успешно решают проблемы. Эмпатия также играет ключевую роль в социо-эмоциональном развитии. Умение поставить себя на место другого человека и понять его чувства и потребности способствует развитию здоровых межличностных отношений и сотрудничества. Таким образом, психологические аспекты социо-эмоционального развития включают в себя не только понимание и управление собственными эмоциями, но и развитие эмпатии, умения работать в команде и решать конфликты конструктивным образом.

Изучая педагогические стратегии для поддержки социо-эмоционального развития важно отметить, что они играют ключевую роль в формировании социо-эмоционального развития учащихся. Эффективные методы, применяемые педагогами, способствуют созданию поддерживающей и стимулирующей среды, где студенты могут развиваться как личности.

Педагоги должны активно включать в учебный процесс задания и упражнения, направленные на развитие социо-эмоциональных навыков. Например, игры на развитие эмпатии, ролевые игры для тренировки навыков коммуникации и сотрудничества, а также обсуждение эмоциональных аспектов учебного материала могут стать полезными инструментами. Однако важно помнить, что эффективная поддержка социо-эмоционального развития требует индивидуального подхода к каждому студенту, учитывая, что данный студент, на данном этапе имеет свое социо-эмоциональное развитие. Педагоги должны быть готовы к адаптации своих методов в зависимости от потребностей и уровня развития навыков у учащегося. Это может включать в себя предоставление эмоциональной поддержки в случае возникновения трудностей, проведение индивидуальных консультаций или использование дифференцированных методик обучения. Таким образом, педагогические стратегии для поддержки социо-эмоционального развития должны быть гибкими, индивидуализированными и ориентированными на создание благоприятной среды для развития каждого студента как личности.

В заключении стоит отметить, что в современном образовании, где требования к учащимся становятся всё более сложными и разнообразными, социо-эмоциональное развитие приобретает ключевое значение. Эмоциональная интеллектуальность, умение эффективно управлять эмоциями и взаимодействовать с окружающими, является неотъемлемой частью успешной социализации и личностного роста. Психологические исследования подтверждают, что учащиеся с развитыми социо-эмоциональными навыками обычно демонстрируют лучшие результаты в учёбе, более устойчивое психическое здоровье и более востребованы на рынке труда. В целом, социо-эмоциональное развитие играет важную роль в образовании, обеспечивая учащимся не только знания и навыки, но и основы для успешной адаптации и самореализации в обществе.

Библиографический список

1. Алмазов, Б. Н. Психологические основы педагогической реабилитации : учебник для бакалавриата и магистратуры / Б. Н. Алмазов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 223 с.
2. Брекетт, М. А., Риверс, С. Е., и Саловой, П. (2011). Эмоциональный интеллект: последствия для личного, социального, академического и профессионального успеха. Компас социальной и личностной психологии, 5(1), 88-103.
3. Галиахметов, Р. Н. Изучение конфликтологии в вузе / Р. Н. Галиахметов // Вестник Сибирского юридического института МВД России. – 2011. – № 1(9). – С. 58-64.
4. Дрозд К. В. Актуальные вопросы педагогики и образования. Учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2019. 266 с.
5. Савенков А. И. Педагогика. Исследовательский подход в 2 ч. Часть 1. Учебник и практикум для академического бакалавриата. Учебник. М.: Юрайт, 2019. 232 с.
6. Смирнов, С. Д. Психология и педагогика в высшей школе : учеб. пособие для вузов / С. Д. Смирнов. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 352 с.
7. Роффи, С. (2012). Развитие эмоционально грамотного персонала. Эмоциональная грамотность в раннем детстве, 73 с.

ББК 75.0

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ФИЗИЧЕСКИМ И УМСТВЕННЫМ РАЗВИТИЕМ ЧЕЛОВЕКА, КАК НЕОБХОДИМЫЙ ФАКТОР ЕГО ГАРМОНИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

С.Г. Папсуев

Научный руководитель А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация: В результате развития науки и техники началась тенденция спада двигательной активности людей. Человек с каждым годом стал проводить все больше времени за компьютером, телефоном и всё меньше тратить время на мыслительную и физическую деятельность. В статье раскрывается, что

умственное и физическое развитие человека взаимосвязаны и влияют друг на друга и этот баланс является ключевым для его общего благополучия и успешной адаптации в обществе.

Ключевые слова: двигательная активность, умственная активность, физическая и умственная подготовка, физические упражнения

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL AND MENTAL DEVELOPMENT OF A PERSON AS A NECESSARY FACTOR OF HIS HARMONIC IMPROVEMENT

S.G. Papsuev

Scientific adviser A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: As a result of the development of science and technology, a tendency began to decline in the motor activity of people. Every year a person began to spend more and more time at the computer, telephone and less and less time for mental and physical activity. The article reveals that the mental and physical development of a person are interconnected and influence each other and this balance is key for his overall well-being and successful adaptation in society.

Key words: physical activity, mental activity, physical and mental fitness, exercise

В результате развития науки и техники началась тенденция спада двигательной активности людей. Поначалу человек перешел от ручного труда к машинному освободив себя от физических нагрузок, а затем он создал информационно-компьютерные технологии, а за ним и искусственный интеллект освободив свою умственную нагрузку.

Человек с каждым годом стал проводить все больше времени за компьютером, телефоном и всё меньше тратить время на мыслительную и физическую деятельность.

Двигательная активность является продуктом деятельности коры головного мозга. Также она является важным компонентом здорового образа жизни, способствует развитию физического и психического состояние организма, снижает риск развития различных сердечных заболеваний, стимулирует поддержанию нормального веса, предохранение и устранение сахарного диабета и т.п. заболеваний.

Двигательная активность также способствует улучшению настроения, повышению дневной энергичности и улучшению качества сна. Около половины сигналов в головном мозге отсылается мышцам.

Ещё в 50-е годы было доказано, что мозг — это мышца и как все мышцы её необходимо тренировать. Хотя мозг не является мышцей в традиционном понимании, регулярные умственные задачи, изучение новых навыков, решение проблем и участие в деятельности, которая стимулирует мозг, могут помочь сохранить когнитивные функции и потенциально улучшить здоровье мозга. Точно так же, как физические упражнения необходимы для поддержания мышечной силы и общего физического здоровья, умственные упражнения имеют решающее значение для поддержания остроты мозга и его оптимального функционирования.

Наше тело устроено таким образом, что мы не в силах резко прервать умственную активность и переключиться на физическую, ведь наш мозг устроен наподобие автомобиля, то есть машина пока не достигнет своего конца пути, она будет постоянно в работе, даже просто стоя на месте, но если её выключить после продолжительной работы и заново попытаться включить, то не факт, что она заведётся.

В 20-х годах Американский ученый Глен Доман доказал, что особенно важны ранние воздействия для развития интеллекта. Ребенок рождается с «голыми» полушариями. Нейронные связи в коре головного мозга (интеллект) начинают формироваться с момента рождения ребенка и наиболее интенсивно они развиваются от рождения до 2,5 лет. 20% будущего интеллекта ребенка приобретается к концу первого года жизни, 50% - к 3 годам, 80% - к 8 годам, 92% - к 13 годам. [5]

Умственный труд – это деятельность человека по преобразованию сформированной в его сознании концептуальной модели действительности путем создания новых понятий, суждений, умозаключений, а на их основе – гипотез и теории. Результат умственного труда – научные и духовные ценности или решения, которые посредством управляющих воздействий на орудия труда используются для удовлетворения общественных или личных потребностей. Умственный труд выступает в различных формах, зависящих от вида концептуальной модели и целей, которые стоят перед человеком [6]

К двигательной деятельности относятся все процессы задействующие не только мышцы, но и участки нервной системы. При физических нагрузках в мышцах возникают сигналы, стимулирующие центральную нервную систему, которая способствует сохранению работоспособности центральных нервов. Так же они влияют на развитие и функционирование головного мозга человека. [4]

Умственная и физическая активность зависят от времени начала и конца работы. После сна человеческий мозг осуществляет свою мыслительную работу крайне медленно и не продуктивно, а вот физическая активность, наоборот, заставляет тело «включиться» в рабочий режим.

В середине рабочего дня на первый план выходит умственная активность, которая работает на протяжении нескольких часов, а на второстепенную уходит физическая, но только как разгрузка в конце.

Американскими учеными Л. Катца и Ф. Гейга было выявлено закономерность развития умственной и физической активности: чем больше у ребенка развивается способность владения своим телом, тем быстрее и лучше он усваивает теоретические знания, и чем асимметричнее, разнообразнее и точнее движения, тем равномернее развиваются оба полушария головного мозга. Баден-Пауэлл советовал развивать в равной степени левую и правую руки. Но экспериментаторы с медицинского центра университета штата Индиана (США) доказали, что только тогда, когда ты занимаешься физическими упражнениями добровольно – это приносит оздоровительный эффект. [2]

Умственные и физические нагрузки направлены на развитие нашего тела. Умственные нагрузки способствуют улучшению памяти, мышления, внимания, концентрации и т.п. А физические нагрузки способствуют улучшению физической подготовки, нарастанию и укреплению мышц, предотвращению

возникновения различных заболеваний, выработке различных гормонов и т.п.

Человек по своей натуре всегда будет стремиться к совершенству и дабы постичь его, ему необходимо равномерно и равносильно развиваться в физической и умственной сфере.

Гармоническое сочетание этих двух методов нагрузки гарантирует стабильность работы нашего организма, его развитие и совершенствование.

Чередования умственных и физических активностей позволяет нашему организму восстановить энергию и снять напряженность в теле. Так же это способствует усилению продуктивности работы и усвоению этих нагрузок.

Советским офтальмологом, доктором медицинских наук К. В. Волковым было проведено исследование на положительное изменение умственной работоспособности учащихся под физической нагрузкой.

В его исследовании было доказано на сборе информации о спортсменах что ежедневные часовые занятия физической нагрузкой на свежем воздухе в легкой атлетике, бадминтоне, футболе, гимнастике и т.п, способствуют поддержанию высокой умственной работоспособности и улучшения успеваемости учеников в различных сферах деятельности.

По его мнению, к сожалению, не снабженному доказательствами, учащиеся, дополнительно занимающиеся в спортивных секциях, имеют более высокие показатели умственной работоспособности, чем учащиеся, посещающие лишь обязательные уроки физического воспитания. [1]

В общем умственная и физическая активность являются неотъемлемой частью человеческой жизни и выступают в виде развития психологической и физической формы бытия.

Физическая активность выступает механизмом к совершенствованию адаптации к умственным нагрузкам. Положительное влияние оказывается на психические процессы, формирование умственной устойчивости к напряженной интеллектуальной деятельности только при оптимальном подборе возможностей организма на нагрузки. Критериями которого является возраст, врождённые заболевания, образ жизни, питание, комплекция тела, наличие физической подготовки и др.

Физические упражнения, используемые в паузах для отдыха, подбираются таким образом, чтобы их сложность и интенсивность максимально соответствовали напряженности умственной деятельности: чем утомительнее работа, тем меньшей должна быть интенсивность мышечной нагрузки. [3]

Умственная активность зависит от натренированности мышц и мозга, которые гарантируют возможность усвоения этих нагрузок нервной системой и собственным восприятием.

Физическая активность зависит от таких умственных свойств как память, восприятие, переработка информации и её усвоение, концентрация внимания.

Исключив одну из активностей или уменьшив её нагрузку, приведёт к накоплению усталости организма, что в свою очередь может привести к возникновению болезней, потерей памяти, атрофированною мышц и т.п.

Результатом совместной работы разума и тела являются так называемые “рефлексы”, но не те, которые нам дарованы от природы, а на совершение тех вещей, которым мы натренировали наше тело для снижения как умственных,

так и физических затрат.

Дефицит и Профицит этих активностей может привести как к серьёзным, так и летальным последствиям. И главное в этом деле знать свои физические и умственные пределы, дабы они приносили как можно больше пользы нежели вреда.

Закономерность между умственным и физическим развитием человека существует. Исследования показывают, что физическое развитие напрямую влияет на умственное развитие, поскольку здоровое тело способствует здоровому развитию мозга, обеспечивает оптимальное функционирование нервной системы, повышает кровоснабжение, стимулирует производство нейротрансмиттеров и способствует улучшению когнитивных функций.

В свою очередь, умственная деятельность и стимуляция мозга через обучение, изучение новых предметов, решение задач и т.п. также сказывается на физическом здоровье и развитии человека.

Таким образом, умственное и физическое развитие человека взаимосвязаны и влияют друг на друга и этот баланс является ключевым для его общего благополучия и успешной адаптации в обществе.

Важно помнить, что каждый человек отличается от других и является уникальным, и взаимосвязь между умственным и физическим развитием может проявляться по-разному у различных людей. И поэтому не стоит гнаться за какими-то титулами, наградами и т.п., если это плохо сказывается на здоровье, а лучше продолжать в своем темпе развиваться дальше, ведь намного лучше быть работоспособным в старости чем оставшуюся жизнь проводить под капельницами и быть без возможности самостоятельности.

Библиографический список

1. Механцев, Б. Е. Связь между умственным и физическим развитием молодых людей от 17 до 22 лет / Б. Е. Механцев, Д. Ю. Екомасова // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 3. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=13743> (дата обращения: 25.02.2024).

2. Мурашкин, В. Д. Влияние физических нагрузок на умственную работоспособность школьников / В. Д. Мурашин, М. О. Безчаснюк, А. И. Завьялов // Научный лидер. – 2021. – № 13(15). – URL: <https://scilead.ru/article/288-vliyanie-fizicheskikh-nagruzok-na-umstvennuyu> (дата обращения: 27.03.2024).

3. Пеняева, С. М. Влияние физических нагрузок на умственную деятельность / С. М. Пеняева // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2019. – № 2-1. – С. 12-16. – URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1827> (дата обращения: 27.03.2024).

4. Сочетание умственной и физической нагрузки в обучении / К. С. Гордеев, А. А. Жидков, Е. Л. Ермолаева, Е. С. Илюшина, Л. А. Федосеева // Современные научные исследования и инновации. – 2021. – № 12 – URL: <https://web.snauka.ru/issues/2021/12/97172> (дата обращения: 25.02.2024).

5. Старикова, Л. В. Интеллект и физическое развитие детей / Л. В. Старикова // Nsportal. ru : образовательная социальная сеть : [сайт]. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2015/09/18/intellekt-i-fizicheskoe-razvitiie-detey> (дата обращения 18.02.2024).

6. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности // Михалев, В. Н. Социально-биологические основы физической культуры : лекция / В. Н. Михайлов. – Рязань : Академия ФСИН России, 2011. – 52 с. – URL: <https://studfile.net/preview/7345765/page:6/> (дата обращения 29.02.2024).

ББК 87.703.5

КОММУНИКАТИВНАЯ ТОЛЕРАНТНОСТЬ: ЕЕ СУЩНОСТЬ И ВИДЫ

К.Е. Попова

Научный руководитель В.А. Козловская

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В данной статье раскрываются понятия «коммуникация» и «коммуникативная толерантность», рассматриваются компоненты и уровни коммуникативной толерантности.

Ключевые слова. Коммуникация, коммуникативная толерантность, компоненты коммуникативной толерантности, подструктуры личности, уровни коммуникативной толерантности

COMMUNICATIVE TOLERANCE: ITS ESSENCE AND TYPES

K.E. Popova

Scientific supervisor V.A. Kozlovskaya

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Annotation. This article reveals the concepts of "communication" and "communicative tolerance", examines the components and levels of communicative tolerance.

Keywords. Communication, communicative tolerance, components of communicative tolerance, personality substructures, levels of communicative tolerance

В современном мире коммуникация играет ключевую роль в общении между людьми. Она является неотъемлемой частью нашей повседневной жизни и помогает нам передавать информацию, выразить свои мысли и эмоции, понимать друг друга. Важно понимать, что коммуникация может быть как вербальной, то есть осуществляемой с помощью слов, так и невербальной, когда мы используем жесты, мимику, интонацию.

Вербальная коммуникация часто является основным способом общения для людей, но нельзя недооценивать роль невербальной коммуникации. Она может передавать много информации, которую мы не можем выразить словами. Например, через жесты мы можем выразить свое отношение к собеседнику.

Важно уметь использовать оба типа коммуникации, чтобы успешно общаться с окружающими и быть понятыми. Коммуникация может быть сложным процессом, но если мы уделяем ей внимание и развиваем свои навыки

общения, мы сможем лучше понимать друг друга и строить качественные отношения.

Коммуникация в современном обществе играет ключевую роль в социальном взаимодействии. С развитием наук, таких как социология и психология, изучение коммуникации стало приоритетной задачей. Т. И. Пашукова описывает различные зарубежные теоретические модели социальной коммуникации. Среди них выделяются психоаналитическая модель, экзистенциалистская модель, понимающая модель и футурологическая модель. Важное место также занимает игровая модель, где коммуникация рассматривается как игра [4].

Понятие коммуникативной толерантности неразрывно связано с сущностью коммуникационного процесса. Термин "коммуникативная толерантность" впервые был введен в научный оборот отечественным исследователем В.В. Бойко. Он рассматривал это понятие как проявление в поведении позитивного коммуникативного настроения. Коммуникативная толерантность подразумевает принятие и понимание другого человека, проявляющееся в умении терпеливо выносить его негативные качества и поступки. Коммуникативная толерантность не является врожденным качеством, а формируется в процессе воспитания и социализации. Она основана на следующих принципах:

1. Уважение к личности и ее ценностям.

2. Признание права на индивидуальность и уникальность каждого человека.

3. Стремление к пониманию и конструктивному диалогу.

Личностно-значимый образец толерантного коммуникативного поведения формируется в сознании субъекта, который проявляется в готовности его реализовывать в различных коммуникативных ситуациях [2].

Е.Г. Виноградова подчеркивает, что коммуникативная толерантность является основным качеством личности, проявляющимся в терпимости, бесконфликтности, а также устойчивости, доверительности и способности спокойно и без раздражения принимать индивидуальности других людей. Для эффективности данной характеристики необходимо, чтобы коммуникативная толерантность выступала не просто высокоразвитым, но устойчивым коммуникативным качеством личности [3].

Толерантность к окружающим неразрывно связана с толерантностью к себе, которое включает в себя позитивное отношение к себе, уверенность в своих способностях и осознание собственных качеств и недостатков. Это помогает нам принимать других такими, какие они есть, несмотря на их различия.

В коммуникативной толерантности В.В. Бойко отводила главную роль совместимости или несовместимости каких-либо личностных качеств партнеров, т.е. в процессе общения человек и оценивает качества и состояния партнера на уровне отдельных подструктур личности, к которым относятся: интеллектуальная, ценностно-ориентационная, этическая и другие [2].

Таким образом, чем ниже уровень толерантности, тем больше неприятных или неприемлемых особенностей собеседника человек находит и тем большее отторжение и неприятие они вызывают. Наоборот, чем выше

уровень толерантности, тем меньше негативных эмоций человек испытывает по отношению к собеседнику.

Коммуникативная толерантность объединяет различные типы коммуникаций: общение с коллегами, родными, друзьями и даже незнакомыми людьми. Эта личностная характеристика считается стержневой, поскольку она определяет жизненный путь и деятельность человека, его положение в ближайшем окружении и на работе, влияет на продвижение в карьере и выполнение профессиональных обязанностей. Коммуникативная толерантность является систематизирующей характеристикой, включающей в себя множество других качеств личности, в том числе нравственные, характерологические и интеллектуальные. Именно поэтому особенности коммуникативной толерантности, как правило, свидетельствуют о психическом здоровье, внутренней гармонии или дисгармонии и способности к самоконтролю.

В механизме коммуникативной толерантности существенную роль играет сопоставимость или несопоставимость сходных качеств партнеров-интеллектуалов, характеру с характером, привычкам с привычками, темпераменту с темпераментом. Иными словами, партнеры анализируют качества и состояния друг друга на уровне индивидуальных подструктур личности.

Толерантность воспринимается окружающими как выражение позитивных черт личности. Человек с высоким уровнем коммуникативной толерантности обладает уравновешенностью, предсказуемостью в отношениях с партнерами и способностью сотрудничать с самыми разными людьми. Благодаря этим качествам создается психологически комфортная атмосфера для совместной деятельности, достижения синергетического эффекта (удовольствия от взаимодействия на уровне сотрудничества). В общении с толерантным человеком, человек испытывает комфортные ощущения. Отсутствие или низкий уровень коммуникативной толерантности объясняются негативными реакциями индивида на выявленные различия между подструктурами их собственной личности и личности партнера.

Н. А. Астахова рассмотрела толерантность как психосоциальную характеристику личности и выделила в ней три взаимосвязанных компонента: когнитивный, эмоциональный и деятельностный. Поскольку коммуникативная толерантность – это частное проявление толерантности индивида, то можно сделать предположение, что коммуникативная толерантность структурно состоит из тех же компонентов.

Когнитивный компонент представляет собой представление человека о толерантности, осознание важности толерантного общения и его соответствие моральным нормам. Этот элемент отражает специфику мышления каждого индивида: принципы его восприятия окружающего мира, типичные стереотипы понимания идей, формирования мнений и принятия решений. Когнитивный компонент можно рассматривать как некое "информационное пространство", части которого как бы описывают личность с ее уникальными чертами, отражают взаимосвязи в учебной среде, особенности работы образовательного учреждения и содержание учебного процесса.

Эмоциональный компонент включает в себя стабильные чувства человека к различным объектам и способность взаимодействовать с ними толерантно,

что проявляется в оценке межличностных отношений с эмоциональной окраской. От этой оценки (которая всегда сопровождается эмоциональным откликом и является одним из основных проявлений умственной деятельности) и её характера зависит, будет ли человек терпимым или нетерпимым в общении с другими; сможет ли он выбрать наилучшие способы поведения и взаимодействия с окружающими и т. д.

Деятельностный компонент отражает склонность к поведению, основанную на понимании, сотрудничестве, коммуникативных навыках. Согласно Н. А. Асташовой, этот компонент играет важную роль в структуре коммуникативной толерантности. По мнению автора, "только в рамках деятельности конкретного субъекта все реальности - как действительные, так и воображаемые - организуются в смысловую последовательность, в жизненную концепцию" [1].

В. В. Бойко выделяет у каждого человека несколько уровней коммуникативной толерантности:

1. Ситуативная коммуникативная толерантность проявляется в поведении данного человека по отношению к другому индивидууму, будь то супруг, коллега, пациент или случайный прохожий. Она выражается в конкретных ситуациях и зависит от того, насколько человек способен терпимо относиться к поступкам других, его личных убеждений и взглядов на качества определенного человека.

2. Типологическая коммуникативная толерантность проявляется в отношении индивида к различным типам личностей или групп, таким как представители определенной нации, социального класса или профессии.

3. Профессиональная коммуникативная толерантность проявляется в отношениях с разнообразными людьми, с которыми необходимо взаимодействовать в рабочей сфере.

4. Общая коммуникативная толерантность отражает отношение к людям в целом, которое формируется под воздействием жизненного опыта, убеждений, индивидуальных черт характера, этических принципов и психического состояния личности [2].

Следовательно, чем меньше способности человека к терпимости, тем больше он замечает в собеседнике черт, которые ему не нравятся или кажутся неприемлемыми, и тем сильнее они вызывают отторжение и отвращение. В то же время, если уровень толерантности высок, человек чувствует меньше негативных эмоций в общении с другими.

Библиографический список

1. Асташова, Н. А. Проблема воспитания толерантности в системе образовательных учреждений // Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика) : сборник научно-методических статей. – 2-е изд., стереотип / Н. А. Асташова. – Москва : Изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003. – С. 74-85.

2. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других / В. В. Бойко.- Москва : «Филин», 1996. – 472 с.

3. Виноградова, Е. Г. Субъектные предпосылки толерантности личности : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.01. – Сочи, 2002.–118 с..

4. Пашукова, Т. И. Теории общения в отечественных и зарубежных психологических исследованиях / Т. И. Пашукова // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2009. – Т. 2. № 1. – С. 38–52

ББК: 67

ПРОБЛЕМЫ ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ПОДАЧИ ОБРАЩЕНИЙ ГРАЖДАН В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ

Ю.Э. Потапова, А.Г. Быкова

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский юридический университет»

Аннотация. В настоящей статье определены способы подачи обращений граждан, направляемых в электронном виде. Выявлены отличия, установленные на различных ресурсах, к требованиям при направлении электронных обращений через интернет-приемные. Определены основные проблемы правового регулирования подачи обращений в электронной форме и меры по их устранению.

Ключевые слова: обращения граждан, обращение в электронной форме, обращение в электронном виде, электронные обращения, электронная приемная, интернет-приемная, адрес электронной почты, право граждан на обращение, органы публичной власти

PROBLEMS OF LEGAL REGULATION OF THE SUBMISSION OF CITIZENS' APPEALS IN ELECTRONIC FORM

Y.E. Potapova, A.G. Bykova

Private educational institution of higher education «Siberian Law University»

Abstract. This article defines the ways to submit citizens' appeals sent electronically. The differences established on various resources to the requirements for sending electronic appeals via Internet reception are revealed. The main problems of legal regulation of the submission of applications in electronic form and measures to eliminate them are identified.

Keywords: citizens' appeals, electronic appeals, electronic appeals, electronic appeals, electronic reception, Internet reception, e-mail address, citizens' right to appeal, public authorities

Развитие цифровых технологий во всех сферах деятельности человека ведет к появлению новых способов (механизмов) взаимодействия между гражданином и государством. Формируются новые информационные и коммуникационные правоотношения, которые предполагают четкое регулирование и обеспечение реализации прав человека, возрастает потребность в совершенствовании законодательства.

Двигаясь в ногу со временем, законодательство должно своевременно реагировать на появление новых объектов права (таких, например, как социальная сеть, электронные письма, сайты, порталы и т.д.), что требует соответствующих изменений во все отрасли законодательства – гражданское, уголовное, административное, трудовое и т.д.

Алешкова И.А., Молокаева О.Х. в своих исследованиях [1] справедливо отмечают, что развитие современного информационного общества вносит изменения в организацию и функционирование государственной власти, а также оказывает влияние на реализацию и прямое действие принципов и норм, закрепленных в Конституции Российской Федерации.

В настоящее время резко возрастает количество обращений граждан, направленных в органы публичной власти субъектов Российской Федерации с использованием информационно-коммуникационной сети Интернет. Это связано с тем, что подача обращений в электронном виде становится все более доступна. Направление обращений в электронном формате является востребованным способом взаимодействия гражданина с органами власти, следовательно, для граждан должны быть просты и понятны правила, способы подачи таких обращений, сроки их рассмотрения и предоставления ответов на них.

На федеральном уровне основным законом, регулирующим порядок подачи и рассмотрения обращений граждан, является Федеральный закон «О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 59-ФЗ).

Вместе с тем Федеральный закон № 59-ФЗ не содержит статей, определяющих порядок подачи и рассмотрения обращений в электронной форме. Это означает, что некоторые положения указанного закона могут применяться к обращениям, направленным в электронном виде лишь по аналогии с письменными обращениями.

Исходя из положений Конституции Российской Федерации (ст. 72-73) субъекты Российской Федерации по предметам совместного ведения обладают всей полнотой государственной власти. Защита прав и свобод человека, обеспечение способов их реализации составляют сферу совместного ведения Российской Федерации и ее субъектов. Следовательно, органы государственной власти Российской Федерации и органы власти субъектов Российской Федерации, вправе принимать акты, регламентирующие способы осуществления государственных функций.

Таким образом, субъекты Российской Федерации имеют право самостоятельно регулировать порядок подачи обращений граждан, в том числе определять способы подачи обращений в электронном виде, а также устанавливать определенные ограничения.

Исходя из позиции Верховного Суда Российской Федерации (Апелляционное определение от 21 февраля 2018 года № 78-АПГ17-26) при подаче обращений посредством «Электронной приемной» на официальном сайте субъекты Российской Федерации могут устанавливать ограничения технического характера (к размеру обращения, объему и формату вложенных документов). Верховный Суд Российской Федерации пришел к выводу, что такие ограничения нельзя расценивать как ограничение права граждан Российской Федерации на обращение в государственные органы и органы местного самоуправления, регламентируемое статьей 33 Конституции Российской Федерации.

Если рассматривать в целом способы подачи электронных обращений, некоторые авторы [5] определяют три модели:

1) через специальный сервис приема обращений граждан, который создан на основе официального сайта органа власти или официального портала государственной автоматизированной системы;

2) через самостоятельный сайт интернет-приемной, который создан в качестве основного ресурса государственной организации;

3) через вспомогательный электронный ресурс приема обращений граждан, реализуемый на площадках сообществ в социальных сетях.

Однако, по мнению С.М. Зубарева и С.В. Сабаевой [3], указанные модели требуют некоторых уточнений. Относительно первой модели авторы справедливо полагают, что не следует объединять в одну модель официальный сайт органа власти и официальный портал государственной автоматизированной системы (далее – ГАС), так как существуют отличия при направлении обращений.

В случае если обращение направлено через портал, требуется обязательная авторизация, а при подаче через официальный сайт авторизация не требуется. Кроме того, обращения через ГАС, как правило, направляются по конкретным проблемам.

Вторая модель подачи обращений в электронном виде (посредством использования единых порталов либо интернет-приемных) в субъектах Российской Федерации в настоящее время является востребованным способом взаимодействия граждан с органами власти.

В данном случае электронной приемной является программа, встроенная в официальный сайт органа власти, с помощью которой заявитель направляет обращение в электронном виде.

Процедура направления таких обращений проста. Гражданин на официальном сайте заполняет электронную форму. Электронная форма, как правило, не всегда требует авторизации и включает в себя фамилию, имя, отчество гражданина, суть обращения (имеется возможность сопроводительных документов), кроме того, указывается вариант получения ответа на обращение (письменно на соответствующий адрес либо в электронной форме).

Обращения, направленные посредством электронной приемной, направляются через систему электронного документооборота (СЭДО) в структурные подразделения органов власти для рассмотрения по существу поставленных вопросов и подготовки ответов в соответствии с Федеральным законом № 59-ФЗ.

Учитывая, что на федеральном уровне отсутствует четкое регулирование, электронные формы на разных ресурсах отличаются. Ограничения устанавливаются к объему обращений, например, к количеству символов текста, размерам файлов, форматам файлов, количеству прикрепляемых файлов, необходимости авторизации и т.д.

Для примера, при обращении через «Электронную приемную обращений граждан»⁹ в адрес Губернатора Санкт-Петербурга установлены ограничения к форматам файлов (форматы файлов: doc, docx, pdf, jpeg, jpg, png, rtf, xls, xlsx,

⁹ Электронная приемная исполнительных органов государственной власти Санкт-Петербурга: официальный сайт. – Санкт-Петербург. – Обновляется в течение суток. – URL: <https://letters.gov.spb.ru/reception/form/> (дата обращения: 25.02.2024). – Текст: электронный.

bmp, txt, tiff, psd), а также к максимально допустимому количеству вложений – 30 файлов, причем суммарный объем файлов не может превышать 20 Мбайт.

В то же время при направлении обращения Губернатору Омской области через «Электронную приемную» посредством портала Правительства Омской области Омская губерния¹⁰ установлены иные ограничения к форматам и размерам прилагаемых файлов (прилагаемые файлы должны быть одного из следующих форматов: pdf, doc, docx, jpg, jpeg, png, rtf, общим размером не более 10 Мбайт). Дополнительно требуется провести антивирусную проверку с применением актуальных обновлений баз определения компьютерных вирусов. В случае если автоматическая проверка выявит нарушения вышеуказанных правил, данные электронной формы не будут обработаны и обращение не будет направлено на рассмотрение. Однако в Федеральном законе № 59-ФЗ такие основания отказа в рассмотрении обращений не установлены.

Вместе с тем С.Г. Бывальцева в своем исследовании [2], отмечает, что требование, ограничивающее объем обращения, может создавать препятствия в реализации права на обращение и не должно применяться в отношении обращений в электронном виде.

Ряд граждан, не желают заполнять какие-либо формы на сайтах и направляют обращения на электронную почту должностных лиц, которые указываются на официальных сайтах органов власти. Обращения, направленные таким способом, также требуют рассмотрения в соответствии с Федеральным законом № 59-ФЗ. В данном случае возникает вопрос: как поступать с обращениями, которые направлены на электронную почту (служебный адрес) должностного лица органа власти? Как правило, у каждого сотрудника имеется свой адрес электронной почты для служебного пользования. С точки зрения положений Федерального закона № 59-ФЗ (часть 1 статьи 8) гражданин может направить обращение непосредственно в тот государственный орган, орган местного самоуправления или тому должностному лицу, в компетенцию которых входит решение поставленных в обращении вопросов, следовательно, такое обращение подлежит обязательному рассмотрению в рамках указанного закона.

Однако официально поданными обращениями являются только те обращения, которые направлены на официальный электронный адрес органа власти, фактически вся остальная переписка считается неофициальной и не рассматривается в рамках Федерального закона № 59-ФЗ.

Третья модель подачи электронного обращения, по мнению С.М. Зубарева и С.В. Сабаевой [3] также не может быть признана приемлемой, так как размещенное в социальных сетях электронное сообщение не может являться официальным обращением гражданина в государственные органы, а это значит, что в таком случае, на него не распространяет свое действие Федеральный закон № 59-ФЗ.

Вместе с тем депутатами Государственной Думы в декабре 2022 года в рамках законопроекта № 248871-8 предложение о закреплении возможности

¹⁰ Омская губерния. Портал Правительства Омской области: официальный сайт. – Омск. – Обновляется в течение суток. – URL: <https://omskportal.ru/oiv/agp/priemnaya/obr/> (дата обращения: 25.02.2024). – Текст: электронный.

подачи обращений гражданами в органы государственной власти через официальные страницы соответствующего органа в социальных сетях было отклонено.

Подача обращений в органы государственной власти через официальные страницы в социальных сетях может представлять угрозу законным правам и интересам граждан Российской Федерации, которым в соответствии с Конституцией Российской Федерации и Федеральным законом «О персональных данных» гарантирована тайна переписки, неприкосновенность частной жизни и защита персональных данных. Это значит, что необходимо параллельно разрабатывать механизмы обеспечения конфиденциальности содержания обращения и защиты персональных данных гражданина. В случае направления обращений указанным способом, в число лиц, которые получают доступ к персональным данным гражданина и содержанию обращений, автоматически включаются собственники, администраторы, соответствующих официальных страниц.

Вместе с тем с 1 декабря 2022 года вступили в силу изменения в Федеральный закон «Об обеспечении доступа к информации о деятельности государственных органов и органов местного самоуправления». В частности, закреплено, что официальной является страница в определенных Правительством Российской Федерации информационных системах, соответствующая требованиям защиты информации, созданная государственным органом, органом местного самоуправления или подведомственной организацией и содержащая информацию об их деятельности.

Таким образом, законодатель наделил Правительство Российской Федерации определять информационные системы для создания страниц в социальных сетях. В качестве таких систем распоряжением Правительства Российской Федерации от 2 сентября 2022 года № 2523-р определены ВКонтакте и Одноклассники.

В настоящее время можно выделить еще один способ электронного взаимодействия граждан с государственными и муниципальными органами и организациями. Перечнем поручений Президента Российской Федерации от 1 марта 2020 года № Пр-354 предусмотрена необходимость внесения «изменений в законодательство Российской Федерации, предусматривающих использование единой цифровой платформы, функционирующей по принципу «одного окна» и располагающей механизмом обратной связи для рассмотрения обращений граждан, поступающих в электронной форме» (подпункт 8 пункта 1 Поручений).

В целях повышения качества взаимодействия граждан с органами власти и организациями с 12 ноября 2020 года по 31 декабря 2023 года Правительством Российской Федерации проводился эксперимент по использованию федеральной государственной информационной системы «Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)» (далее – Единый портал) для направления гражданами сообщений и обращений, а также для направления ответов на указанные сообщения и обращения (далее – эксперимент).

Положением о проведении эксперимента, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 10 ноября 2020 года № 1802, определены организационно-технические мероприятия при использовании Единого портала для целей эксперимента, кроме того, определено, что обращения граждан, поступающие в электронном виде через Единый портал, направляются и рассматриваются в соответствии с положениями Федерального закона № 59-ФЗ.

Участниками эксперимента по состоянию на 1 июля 2022 года являлись более 20 федеральных органов исполнительной власти, органы и организации из 84 субъектов Российской Федерации (более 2,4 тыс. региональных органов, более 18,1 тыс. органов местного самоуправления, более 68,1 тыс. организаций в сфере образования и здравоохранения). Через Единый портал было направлено более 10 млн. обращений (данные из пояснительной записки к проекту федерального закона № 184897-8¹¹).

Оценка результатов эксперимента показала востребованность Единого портала в качестве дополнительного канала взаимодействия граждан, а также юридических лиц с государственными и муниципальными органами и организациями. В целях закрепления возможности направления обращений в электронном виде посредством Единого портала с 1 сентября 2023 года вступили в силу соответствующие изменения в Федеральный закон № 59-ФЗ.

С 1 января 2024 года введены Правила использования Единого портала для направления обращений и сообщений, утвержденные постановлением Правительства Российской Федерации от 27 декабря 2023 года № 2334 (далее – Правила № 2334). Правилами № 2334 предусмотрена не только подача обращений в соответствии Федеральным законом № 59-ФЗ в форме электронного документа, но и направление сообщений, направленных в форме электронного документа, для которых установлены ускоренные сроки рассмотрения. Таким образом, законодатель ввел разграничение между понятиями «обращение» и «сообщение».

Обращения и сообщения направляются с использованием Единого портала посредством:

- а) электронных форм единого портала (на официальных сайтах и страницах органов власти);
- б) личных кабинетов граждан на едином портале;
- в) мобильного приложения единого портала.

Направление сообщений и обращений осуществляются при условии наличия подтвержденной учетной записи и прохождения процедур идентификации и аутентификации.

Дополнительно, гражданину необходимо дать согласие на обработку его персональных данных в целях рассмотрения его сообщения или обращения по существу, подготовки и отправки ответа по поставленным вопросам (пункт 7 Постановления № 1802).

¹¹ Государственная Дума: официальный сайт. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://duma.gov.ru/> (дата обращения: 25.02.2024). – Текст: электронный.

Таким образом, совершенствование деятельности органов власти с помощью цифровых платформ является перспективным направлением развития системы государственного управления. Вместе с тем возникает большое количество вопросов в части нормативного регулирования правоотношений, реализующих права граждан с помощью сети Интернет, в том числе и законодательства об обращениях, направляемых в электронном виде. В первую очередь правовое регулирование требуется закрепить на федеральном уровне.

Следует определить требования к техническим моментам: к определению способов подачи обращений в электронном виде (официальный сайт, интернет-приемная, электронная почта, портал и т.д.), к объему текста, формату прилагаемых файлов, требованиям к авторизации, не зависимо от содержания обращения.

Необходимо усиливать механизмы защиты персональных данных гражданина, которые он не желает раскрывать, обеспечения конфиденциальности содержания обращения, направленного в электронной форме.

Указанные меры, приведут к повышению уровня ответственности граждан при направлении обращений, жалоб, сообщений в органы власти, повысят доверие граждан к органам власти, а также выведут право граждан на обращение, регламентируемое статьей 33 Конституции Российской Федерации, на новый уровень.

Библиографический список

1. Алешкова И.А., Молокаева О.Х. Опасности цифрового развития права: очевидные, скрытые, мнимые // Конституционное и муниципальное право. – 2019 – № 8. – С. 41-45.
2. Бывальцева С.Г. Защита органами прокуратуры права граждан на обращение в форме электронного документа // Законность. – 2019. – № 12. – С. 25-30.
3. Зубарев С.М., Сабаева С.В. Электронные обращения граждан в системе общественного контроля // Административное право и процесс. – 2019. – № 5. – С. 12-17.
4. Лекторова Ю.Ю., Прудников А.Ю. Электронный мониторинг обращений граждан в системе связей с общественностью в органах власти. – Текст электронный // Медиаскоп. – 2018. Вып. 3. – URL: <http://www.mediascope.ru/2465/> DOI: 10.30547/mediascope.3.2018.3 (дата обращения: 25.02.2024).
5. Степкин С.П. Проблемы правовой регламентации и особенности подачи обращений в форме электронного документа // Актуальные проблемы российского права. – 2022. – № 7. – С. 49-58.

ББК 81.2

ЛИНГВОСТРАНОВЕДЧЕСКИЙ АСПЕКТ В ПРЕПОДАВАНИИ ЯПОНСКОГО ЯЗЫКА КАК ВТОРОГО ИНОСТРАННОГО ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

А.В. Правкина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассказывается о лингвострановедческом аспекте в преподавании японского языка как иностранного для студентов экономических специальностей. Представлены примеры японского смешанного языка, заданий различной направленности.

Ключевые слова: лингвострановедение, японский язык, хирагана, второй иностранный язык, студенты

THE LINGUISTIC AND CULTURAL ASPECT IN TEACHING JAPANESE AS A SECOND FOREIGN LANGUAGE FOR STUDENTS OF ECONOMIC SPECIALTIES

A.V. Pravkina

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract: The article describes the linguistic and cultural aspect of teaching Japanese as a foreign language for students of economic specialties. Examples of Japanese mixed language, tasks of various orientation are presented.

Keywords: linguistics, Japanese, Hiragana, second foreign language, students

Изучение иностранных языков неразрывно связано с изучением страны языка, культуры, истории, менталитета. В любой период преподавания любого иностранного языка можно было встретить лингвострановедческий аспект или компонент: обучающие тексты о праздниках, регионах страны, городах, известных личностях; комментарии преподавателя по поводу аспекта употребления тех или иных значений слов; географические, исторические, этимологические комментарии авторов или составителей учебных пособий.

Как направление в отечественной системе филологического и педагогического образования, лингвострановедение стало развиваться не более чем 40 лет назад благодаря фундаментальным работам Е.М. Верещагина и В.Г. Костомарова [1].

Основная цель лингвострановедения является обеспечение понимания:

- передача знания культуры (фоновые знания);
- сформировать эрудированность для работы с датами, лицами, местами чужой истории и географии;
- сформировать представления о реалиях чужой культуры, социально-бытовых и общественных устоях общества;
- воспитание любознательности к чужой культуре, приязнь к народу, обычаям и традициям [1].

Современное лингвострановедение, которое в России достаточно молодая дисциплина, является ретранслятором информации с одного языка на другой, становясь важным звеном в цепи межкультурной коммуникации. Ошибочно полагать, что лингвострановедение это набор дат, географических названий и исторических событий той или иной страны изучаемого иностранного языка. Путая лингвострановедение и страноведение, мы таким образом отбрасываем коммуникативную компетенцию данной дисциплины в системе изучения иностранного языка. Правильнее будет считать лингвострановедение выходцем из страноведения, впитавшим и взявшим в себя не только культурологические

и историко-географические черты, но и непосредственно лингвистические характеристики (рис. 1).

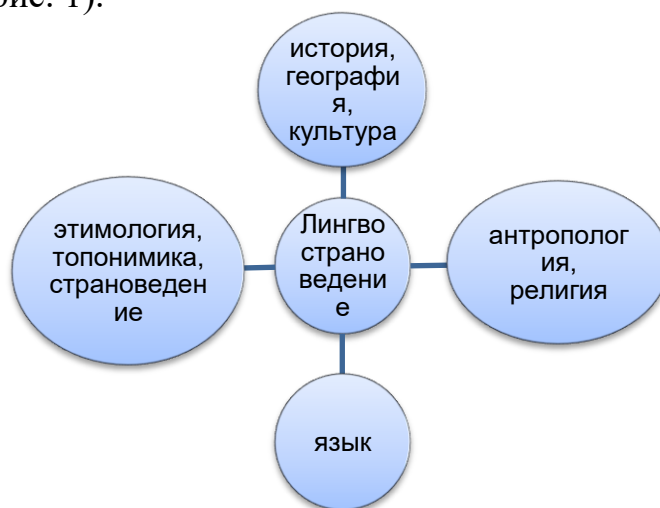


Рис.1 Структура лингвострановедения

Говоря о лингвострановедческом аспекте в преподавании японского языка как второго иностранного для студентов экономических специальностей, стоит подчеркнуть его важность и немалую значимость, так как он позволяет сформировать, закрепить и применить на практике ряд грамматических навыков, который может вызвать затруднения:

- словообразование и особенность передачи японских топонимов;
- определительные предложения;
- падежные частицы, встречающиеся в именах собственных;
- японские числительные;
- особенности японского летоисчисления, даты и способы их передачи;
- использование ВАГО¹² и КАНГО¹³ лексики и пр.

Японские методисты и специалисты в области преподавания японского языка как иностранного давно используют лингвострановедческий аспект для преподавания и изучения японского языка, начиная с самого начального уровня.

В своей работе преподавателя японского языка как второго иностранного языка для студентов экономических специальностей, в частности профиля (направленности) «Мировая экономика», я регулярно сталкиваюсь с трудностями, вызванными отсутствием у студентов на начальном этапе изучения японского языка элементарных знаний, например, по географии Японии. Для исправления ситуации, я начала вводить лингвострановедческий компонент с самых первых занятий, где мы приступаем к изучению базовых азбук. На примере простой фразы, взятой из японского текста научной направленности, можно показать особенности японской смешанной системы письма (рис. 2) и историю развития этой системы письменности, начиная с момента заимствования письменности и выработки своей собственной.

¹² ваго – слова японского происхождения, так называемые “исконно японские слова”

¹³ канго – слова китайского происхождения.

図 3 を見ると、目盛りが 90 - 100 mkm の間でグラフが急に落ち込んでいる。

где,

図、見、目盛、間、急、落、込 – иероглифы

を、ると、りが、の、で、が、に、ち、んでいる – хирагана

グラフ – катакана

3, 90, 100 – арабские цифры

mkm – латинские буквы

Рис.2 Пример японского смешанного письма [2, с. 98]

При отработке хираганы вводятся, например, такие имена собственные, как:

とうきょう – г. Токио (название японской столицы иллюстрирует правило удлинения гласных звуков на письме в японском языке);

おおさか – г. Осака (название одного из крупнейших городов Японии иллюстрирует правило исключения обозначения долгого гласного О на письме, связанного с историческим фактом реформы японского языка периода Мэйдзи (1868 - 1912 гг.);

きょうと – г. Киото (название одного из важнейших городов Японии, «культурной столицы» Японии иллюстрирует правило удлинения гласных звуков на письме в японском языке);

さっぽろ – г. Саппоро (название столицы самого северного региона Японии – Хоккайдо – иллюстрирует правило удлинения (удвоения) согласного звука на письме в японском языке).

Сопровождая изучение хираганы работой с контурной картой (рис. 3), нанося важнейшие объекты, это не только помогает тренировать азбуку (чтение и письмо), но и развивает у студентов важнейшие знания о стране изучаемого языка для последующего формирования одной из важных профессиональных компетенций, а именно, способность использовать знание этнографических, этнолингвистических особенностей населения Японии и их влияния на формирование деловой культуры и этикета поведения в деловой среде.



Рис.3 Пример работы с контурной картой во время изучения азбуки «хирагана»

Еще одна тема, в которую идеально вписывается лингвострановедческий аспект, – даты. Эта тема порой вызывает не мало сложностей у студентов из-за особенностей летоисчисления японцев: японское летоисчисление (по правлениям императоров) и европейское (принятое в эпоху Мэйдзи). Данная тема важна для изучения будущих специалистов в сфере мировой экономики,

так как японская экономическая и бухгалтерская документация до сих пор сопровождается японским летоисчислением наравне с принятым европейским, а порой (особенно в налоговой отчетности), с преобладанием традиционного японского летоисчисления. Хорошим упражнением для отработки является перевод дат с японского летоисчисления на европейское и обратно, используя важные исторические события Японии, знаменательные даты из области культуры и религии.

Кроме летоисчисления особенную трудность могут представлять собой даты, так как носят специфический характер образования с участием исконно японских числительных и числительных китайского происхождения. В таком случае можно прибегать к знакомству студентов с календарем праздников Японии (рис. 4).



Рис.4 Календарь праздников Японии [4, с. 37]

Используя данный календарь, студенты не только отработывают тему дат, но и знакомятся с огромным количеством государственных и национальных праздников, играющих важную роль в современном японском обществе, менталитете и бизнес-среде Японии.

Для студентов, особенно студентов профиля (направленности) «Мировая экономика» очень важно владеть современной политической картой мира, поэтому знакомство с японской «картиной мира» через лингвострановедческий аспект можно четко проследить в первых грамматических темах, в которых студентам предлагается познакомиться с основными грамматическими конструкциями японского языка на примере стран и национальностей, особенно стран-соседей Японии и стран, с которыми Япония имеет тесные экономические связи, таким образом, формируя у студентов знания о реалиях современной Японии и ее экономических связях с внешним миром (рис. 5).



Рис.5 Пример карточек-заданий для темы «Страны и национальности» [7]

Говоря о лингвострановедческом аспекте в преподавании японского языка как второго иностранного для студентов экономических специальностей, следует отметить его важность и необходимость для формирования полноценной картины современного узуса японского языка и реалий жизни и общества современной Японии. Данный компонент прекрасно подходит для частого применения на занятиях, особенно при сокращенном количестве академических часов на второй иностранный язык.

Библиографический список

1. Зарытовская, В.Н., Будник, Е.А., Бедретдинова И.А. Взгляд на историю и перспективы лингвострановедения как учебной дисциплины // НАУКОВЕДЕНИЕ. – 2015. – Т. 7, № 2. – http://naukovedenie.ru/PDF/142P_VN215.pdf (дата обращения: 01.04.2024).

2. Кутафьева, Н. В. Японский язык. Особенности научно-технического стиля / Н. В. Кутафьева. – Москва : Восток-Запад, 2005. – 136 с.

3. Правкина, А. В. Иностранный язык – второй : учебное пособие по подготовке к практическим занятиям и самостоятельной работе для студентов очной формы обучения направления подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль) образовательной программы Мировая экономика / А. В. Правкина ; АНО ВО СИБУП. – Красноярск : АНО ВО СИБУП, 2024. – 108 с.

4. Sasaki Mizue. Nihon jijou nyuumon. ALC. Tokyo, Japan, 2001.

5. Minna no Nihongo. Shoukyuu ichi. Hon'yaku/bumpou kaisetsu. 3A Corporation. Tokyo. 2006.

6. Langoal : [сайт]. – URL : <https://langoal.com/minnano-nihongo-teaching-plan/lesson-5.html>

ББК 32.966

АНАЛИЗ АСУ ТП ДОЖИМНОЙ НАСОСНОЙ СТАНЦИИ

Т.В. Романова, Е.В. Яковлева

Альметьевский государственный нефтяной институт

Аннотация. В статье рассматривается автоматизированная система управления технологическим процессом (АСУ ТП) дожимной насосной станции. Анализируются функции, структура и технические характеристики системы, включая количество сигналов контроля и управления, виды сигналов, уровни управления и связь между системами. Основное внимание уделяется автоматическому оперативному контролю, сбору информации, измерению и регистрации значений технологических параметров и событий, визуализации технологического процесса и противоаварийной защите.

Ключевые слова: дожимная насосная станция, АСУ ТП, проектирование автоматизированной системы, управление технологическими процессами,

ANALYSIS OF THE AUTOMATED CONTROL SYSTEM OF THE BOOSTER PUMPING STATION

T.V. Romanova, E.V. Yakovleva

Almetyevsk State Oil Institute

Annotation. The article discusses the automated process control system (ACS) of a booster pumping station. The functions, structure and technical characteristics of the system are analyzed, including the number of control and control signals, types of signals, control levels and communication between systems. The main focus is on automatic operational control, information collection, measurement and registration of values of technological parameters and events, visualization of the technological process and emergency protection.

Key words: booster pumping station, automated control system, automated system design, process control, sensors, actuators

Today, the oil refining industry is at the peak of its development. Oil refining is one of the most successful and developing sectors of the economy that fully meets the needs of the country in this type of resources.

DNS refers to this processing. The booster pumping station (DNS) is a technological part of the oil and gas collection system. They are used when there is insufficient reservoir energy in the field to transport the oil and gas mixture. The DNS includes: gas separators, oil and gas separators, a gas metering unit, oil and water pumping pumps, reservoirs, settling tanks, furnaces.

In oil fields, oil is received into buffer tanks after passing through group measuring units and, after separation, enters the buffer tank in order to ensure a uniform flow of oil to the pumping pump. Only after passing this technological stage does the oil enter the pipeline [1].

Technological features.

In practice, three typical sizes of booster pumping stations are used. Among them are the 7000, 14000 and 20000 models. The digital designation indicates the supply of liquid by the unit (m/s). Technological procedures consist of the following operations: The first stage of separation of petroleum products. Pre-discharge of water, if required. Heating of the well contents. Movement of the oil and gas mixture to the CPS. Transportation of gas separated from oil at the first stage of purification to GPP and other receiving points. The average accounting of oil, gas and water. Loading of chemical reagents [2].

The principle of operation.

Oil is separated from gas in separate compartments of the DNS, which are aggregates of separator action. They also contain the sedimentation of crude oil from field water and all kinds of impurities. There are also two types of booster pumping stations: horizontal and vertical.

The use of a pressure collection system allows:

- 1) concentrate oil, gas and water treatment equipment for a group of fields located within a radius of 100 km on the DSP;
- 2) use more high-performance equipment for these purposes, reducing metal costs, capital investments and operating costs;

3) reduce capital investment and metal consumption of the collection system, due to the abandonment of the construction of compressor stations and gas pipelines for the transportation of low-pressure petroleum gas on the territory of the field;

4) increase the capacity of oil pipelines and reduce energy costs for pumping due to a decrease in the viscosity of oil containing dissolved gas.

Horizontal separator-type tanks are used for buffer tanks. Their volume is 100 cubic meters, and the working pressure is 0.7 MPa. The creation of a uniform mirror of the placed liquid is provided by transverse lattice-type partitions. The gas from these tanks is transported to a special assembly manifold [3].

A vertical separator can also be used in the system. It is a container inside which an oil and gas mixture is pressurized through a branch pipe into a distribution manifold. Further, the oil products pass through the pressure regulator, entering the atmosphere with a stable identical load. By lowering the pressure, gas is released from the incoming mixture. Since this process takes time, inclined shelves in the design of the unit ensure the supply of purified solution to the lower part of the separator.

The extracted gas rises up, after which it is transported to a drip trap, which separates the oil particles and moves the gas into the pipeline. The removed oil enters a special pallet. The process is controlled using a regulator, a glass observer and a sludge outlet[3].

The disadvantage of a booster pumping station is that when it is used in the field, it is necessary to construct a separate gas collection network equipped with compressors that pressurize gas to a pressure that ensures its transportation to the UPNG, this leads to a significant increase in the cost of construction and operation of a field system for the collection and treatment of oil and gas.

Field systems are also known in which the pressure required for transporting the gas-liquid mixture extracted from wells to the UPNG is provided by deep pumping units for lifting liquid from wells. The disadvantage of such systems is that an increase in pressure in the discharge lines of wells significantly worsens the working conditions of downhole pumping units, leads to a decrease in their repair periods, efficiency and, ultimately, to an increase in the cost of lifting liquid from wells and the process of oil and gas production as a whole.

The advantage of a booster pumping station is that when it is used in the field, it is not necessary to build a separate gas collection network that provides compression and transportation of gas to the UPNG, since all extracted products from wells connected to the booster pumping station can be transported to the UPNG using an economical single-tube collection system. In addition, the booster pumping station allows you to set and maintain reduced wellhead pressures in the discharge lines of oil-producing wells, which makes it possible to increase their production capacity, apply pumping modes that provide more favorable working conditions for deep-pumping equipment[4].

Bibliography

1. Booster pumping station [Electronic resource] — Access mode: <https://studfile.net/preview/5338140/>

2. Technological features of DNS [Electronic resource] — Access mode: <https://fb.ru/article/331674/dojimnyie-nasosnyie-stantsii-foto-oborudovanie-konstruktsiya>

3. DNS [Electronic resource] — Access mode: <https://helpiks.org/7-61088.html>

4. Booster pumping station [Electronic resource] — Access mode: <https://patenton.ru/patent/RU2426915C2>

ББК 75.12

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБЛЕГЧЕНИИ ПРИСТУПОВ МИГРЕНИ

А.А. Рудковский

Научный руководитель А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. От мигрени страдает большое количество людей, и не все знают, как можно облегчить это бремя. Многие, из-за ощущения безвыходности ситуации, опускают руки и перестают бороться за спокойную жизнь, не зная, что с этим можно бороться. В статье анализируется влияние физических упражнений на организм мигренотика, а также возможные пути облегчения приступов мигрени.

Ключевые слова: мигрень, эндорфины, кровообращение, стресс, аэробные упражнения, индивидуальный подход, интенсивность, мигренозные атаки

THE ROLE OF EXERCISE IN RELIEVING MIGRAINE ATTACKS

A.A. Rudkovskii

Scientific adviser A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: Migraines affect a large number of people, and not everyone knows how this burden can be alleviated. Many, because of the feeling of hopelessness of the situation, give up and stop fighting for a quiet life, not knowing that this can be fought. The article analyzes the effects of exercise on the migraine body, as well as possible ways to relieve migraine attacks.

Key words: migraine, endorphins, circulation, stress, aerobic exercise, individualized approach, intensity, migraine attacks

Мигрень – это периодическое расстройство, характеризующееся односторонней (иногда двусторонней) головной болью, которая может быть ассоциирована с рвотой и нарушениями зрения [1]. Этот распространенный медицинский проблема может значительно повлиять на качество жизни человека. Физическая активность рассматривается как один из потенциальных способов облегчения и снятия приступов мигрени. В этой статье рассмотрено влияние физических упражнений на мигренозную головную боль.

Рассмотрим положительное влияние физических упражнений на организм мигренотика:

Высвобождение эндорфина. Во время физических упражнений происходит высвобождение эндорфина [3]. Действие эндорфинов направлено на подавление болевых сигналов, при этом мы испытываем чувство удовольствия и эйфории. Эндорфины после тренировки вырабатываются в

ответ на определенный стресс. Как показывают исследования, выработка начинается через час интенсивного занятия. За это время, организм получает достаточный стресс, чтобы гипофиз начал выбрасывать в кровь эндорфины.

Для выработки эндорфинов, нагрузка должна быть интенсивной, но не сверх тяжелой. Потому что, при очень тяжелой тренировке, эндорфины не смогут перекрыть воздействие стресса и стрессовых гормонов. Скорее всего, после очень тяжелой тренировки человек будет испытывать раздражение и плохое настроение, вплоть до плохого самочувствия.

Высвобождение эндорфинов во время физических упражнений может помочь в облегчении и снятии приступов мигрени. Эти естественные анальгетики организма могут снизить интенсивность головной боли и улучшить общее самочувствие.

Однако стоит отметить, что реакция на высвобождение эндорфинов при физических упражнениях может быть индивидуальной. Некоторым людям могут потребоваться более интенсивные тренировки для достижения такого эффекта, тогда как другим может быть достаточно умеренной активности. Важно научиться слушать свое тело и выбрать оптимальный уровень физической активности, а также быть последовательным в регулярных тренировках.

Физические упражнения способствуют значительному улучшению кровообращения [3,4]. Физическая работа способствует общему расширению кровеносных сосудов, нормализации тонуса их мышечных стенок, улучшению питания и повышению обмена веществ в стенках кровеносных сосудов. При работе окружающих сосудов мышц происходит массаж стенок сосудов. Кровеносные сосуды, проходящие через мышцы, массируются за счет гидродинамической волны от учащения пульса и за счет ускоренного тока крови. Все это способствует сохранению эластичности стенок кровеносных сосудов и нормальному функционированию сердечно-сосудистой системы без патологических отклонений.

Регулярность физических упражнений играет ключевую роль в достижении и поддержании оптимального уровня кровообращения и снижении стресса [2, 4].

Регулярная физическая активность позволяет организму адаптироваться и получать постоянные выгоды для здоровья. Частые и систематические тренировки помогают улучшить функции сердца и легких, укрепить сосуды и улучшить кровообращение [2]. Увеличенный объем крови, перекачиваемый сердцем во время физической активности, приводит к укреплению сердечных мышц и улучшению их работоспособности.

Кроме того, регулярные физические упражнения помогают стабилизировать уровень стресса и тревоги. Они способствуют выделению вышеупомянутого эндорфина, который улучшает настроение и общее самочувствие.

Для достижения наилучших результатов рекомендуется следовать регулярному графику тренировок. Частота и интенсивность упражнений должны быть адаптированы к вашей физической подготовке и целям. Обычно, для поддержания общего здоровья, рекомендуется выполнять умеренные аэробные упражнения, такие как быстрая ходьба или езда на велосипеде, около

150 минут в неделю.

Каждый человек уникален со своими собственными физическими возможностями, предпочтениями и ограничениями. Поэтому важно настроить тренировочную программу, учитывая ваш текущий уровень физической подготовки, цели тренировок и ваше собственное чувство комфорта [2].

С помощью индивидуального подхода вы можете определить оптимальную частоту, интенсивность и длительность тренировок. Некоторые люди могут предпочесть более интенсивные тренировки в краткосрочной перспективе, тогда как другим может подойти умеренная активность или длительные сессии тренировок. Выбор зависит от ваших целей, физического состояния и времени, которое вы готовы уделить тренировкам.

Индивидуальный подход также включает выбор видов физических упражнений, которые вам нравятся и подходят вам. Если вы наслаждаетесь занятиями определенными видами спорта или физической активностью, вы будете больше мотивированы и готовы придерживаться регулярной тренировочной программы.

Важно помнить, что консультация с профессиональным тренером или специалистом в области физической подготовки может оказаться полезной для разработки индивидуальной программы тренировок, учитывающей ваши особенности и цели.

Опираясь на бинарность этого мира, рассмотрим пагубное влияние физических упражнений на организм мигренотика:

При выполнении физических упражнений во время приступа мигрени некоторые люди могут испытывать усиление симптомов и болей. Слишком интенсивные физические упражнения могут стать триггером для мигреней у некоторых людей. Высокая физическая нагрузка может вызвать расширение сосудов головы и выпуск веществ, таких как норадреналин, что может спровоцировать или усилить мигренозные головные боли. Также, некоторые физические упражнения требуют определенной позиции тела, которая может создавать напряжение или сдавливание мышц и суставов. Это может вызывать мигренозные атаки или дискомфорт. Кроме того, неправильная техника выполнения упражнений может повлечь за собой риск получения травм. Слишком длительные тренировки или недостаточный отдых могут привести к переутомлению организма мигренотика, что может стать фактором провоцирования мигрени.

Подводя итог, регулярная умеренная физическая активность при индивидуальном подходе способна облегчать приступы мигрени. Легкие аэробные упражнения способствуют улучшению самочувствия и являются профилактикой мигрени не только для мигренотика, но и для обычного человека, не желающего испытать подобное на себе. Важно помнить, что это не является полноценным лечением, но в то же время считается хорошим способом улучшения качества жизни. В целом, физическая активность является неотъемлемой частью здорового образа жизни, и она не ограничивается только профилактикой.

Библиографический список

1. Коротяева, А. С. Патофизиология мигрени / А. С. Коротяева, Л. С. Палихова, О. В. Лидохова // Студенческий научный форум : материалы

Международной студенческой научной конференции. Том XII. Москва. – 2022. – № 12. – С. 17-19.

2. Левин, Я. И. Мигрень и ее терапия / Я. И. Левин // Русский медицинский журнал. – 2009. – № 7. – С.441-445.

3. Мигрень. От патогенеза до лечения / А. В. Амелин, А. Ю. Соколов, Ю. С. Ваганова. – Москва : МЕДпресс-информ, 2022 – 516 с.

4. Саноева, М. Ж. Мигрень - вчера, сегодня, завтра. Современный взгляд на проблему / М. Ж. Саноева, Ф. С. Саидвалиев // Междунар. неврол. журн.; МНЖ. – 2016. – № 8(86). – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/migren-vchera-segodnya-zavtra-sovremennyy-vzglyad-na-problemu> (дата обращения: 27.02.2024).

ББК 32.965.07

ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО МНЕНИЯ О ЦИФРОВЫХ ДВОЙНИКАХ В СПОРТЕ

Е.В. Самигуллина

ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий»

Аннотация. Цифровой двойник — это компьютерная модель реального объекта или системы, созданная для целей анализа, моделирования или управления. В спорте цифровой двойник может использоваться для анализа техники и тактики игроков, проведения виртуальных тренировок и развития навыков, прогнозирования результатов матчей, создания рекламных кампаний и развлекательных приложений.

Ключевые слова: цифровой двойник, спорт, обучение, анализ, навыки, симуляция, прогноз, реклама, развлечение, прототип, системы

PUBLIC OPINION RESEARCH ON DIGITAL DOUBLES IN SPORTS

E.V. Samigullina

Ufa university of science and technology

Resume. A digital twin is a computer model of a real object or system created for the purposes of analysis, modeling or management. In sports, the digital twin can be used to analyze the technique and tactics of players, conduct virtual training and skill development, predict match results, create advertising campaigns and entertainment applications.

Keywords: digital twin, sports, training, analysis, skills, simulation, forecast, advertising, entertainment, prototype, systems

Цифровой двойник – это виртуальная копия реального объекта (человека, машины, здания и т. д.), созданная на основе цифровой информации, собранной оригиналом посредством датчиков и различных сенсоров. Цифровой двойник можно использовать для моделирования и тестирования различных сценариев, оптимизации операций в режиме реального времени, а также обнаружения и устранения проблем до их возникновения. Он также может служить цифровой платформой для обучения и развития специалистов разных отраслей.

История цифрового двойника в спорте началась несколько десятилетий назад с использования компьютерной графики и анимации в видеоиграх. Это позволило создать реалистичные цифровые модели игроков и стадионов,

которые послужили основой для разработки более сложных приложений для тренировок и анализа игр. Со временем технологии шагнули далеко вперед, позволив создавать более точные и детализированные цифровые двойники. Сегодня цифровой двойник может быть создан на основе данных, полученных с помощью специальных датчиков или камер, способных фиксировать движения игроков.

Цифровой двойник в спорте может использоваться для различных целей, таких как:

1. Анализ техники и тактики игроков. Компьютерная модель может получать данные о движениях и действиях игрока на поле, обрабатывать их и предоставлять тренерам и спортсменам информацию о том, что можно улучшить или изменить.

2. Обучение и развитие навыков. Цифрового двойника можно использовать в качестве виртуального аватара для игроков, которые смогут использовать его для тренировки и развития своих навыков.

3. Прогнозировать результаты игр на основе данных цифровых двойников. Компьютерную модель можно использовать для прогнозирования результатов будущих матчей и событий.

4. Создание кампаний по рекламе и продвижению спортсменов. Цифровой двойник можно использовать для создания рекламы и кампаний, продвигающих конкретного спортсмена, его навыки и достижения.

5. Игры и развлечения. Цифровой двойник можно использовать в видеоиграх и других развлекательных приложениях, связанных со спортом и спортивными мероприятиями.

Некоторые известные спортсмены, использующие в своих тренировках цифровых двойников:

1. Кристиано Роналду. Футболист использовал цифрового двойника для улучшения своего дриблинга, ударов с дальней дистанции и других аспектов игры. В частности, он использовал специальные программы для отработки штрафного удара и различных комбинаций действий на поле.

2. Майкл Фелпс. Пловец использовал цифрового двойника для моделирования различных ситуаций и условий в олимпийском бассейне. Это помогло ему тренироваться в более реалистичных условиях и улучшить технику плавания.

3. Рафаэль Надаль. Теннисист использовал цифрового двойника для анализа своей техники и различных аспектов игры. Он также использовал программы для тренировки своих движений и развития навыков игры на разных покрытиях.

4. Леброн Джеймс. Баскетболист использовал цифрового двойника, чтобы улучшить технику бросков и движения на площадке. Он также использовал специальные программы для изучения игры соперников и развития своих тактических навыков.

Это лишь небольшой список спортсменов, использующих цифровых двойников для тренировок и совершенствования своих навыков. Есть много других примеров, и использование таких технологий в спорте продолжает развиваться и расширяться.

Эксперименты с цифровым двойником в спорте могут предполагать

разные задачи и цели:

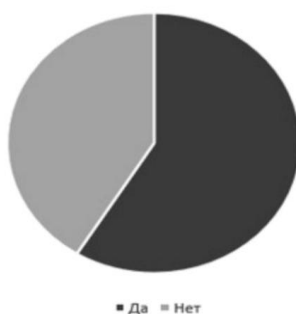
1. Разработка спортивного оборудования. Цифровой двойник можно использовать для тестирования и разработки нового спортивного оборудования, отвечающего потребностям и требованиям спортсменов.

2. Проведение научных исследований. Цифровой двойник может использоваться в научных исследованиях, направленных на изучение различных аспектов спорта, таких как: физические параметры игроков, игровая статистика и т.д.

Чтобы узнать, насколько полезным спортсмены считают цифрового двойника для своих тренировок, мы проведем исследование.

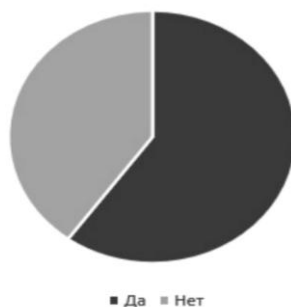
Метод исследования — опрос в социальной сети «ВКонтакте», в котором примут участие 60 спортсменов, занимающиеся разными видами спорта, и поделится своим мнением по поводу цифрового двойника в спорте.

1. Слышали вы о цифровом двойнике?



58,8% из 34 респондентов слышали о цифровых двойниках

2. Помогает ли цифровой двойник в тренировках?



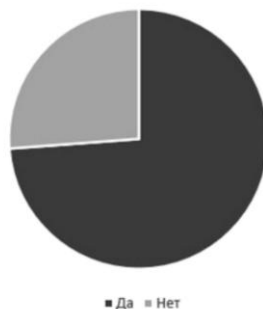
60% из 25 респондентов считают, что он помогает в тренировках.

3. Общее мнение о цифровых двойниках?



45,2% из 53 респондентов положительно относятся к цифровым двойникам.

4. Будут ли развивать систему цифрового двойника в будущем, что будет улучшать результаты в спорте?



73,8% из 42 респондентов уверены, что цифровые двойники будут развивать.

В будущем цифровой двойник будет продолжать развиваться и интегрироваться в различные аспекты физической культуры и спорта. Одной из основных тенденций является улучшение точности и реализма цифровых моделей, что позволит более точно отображать движения и биомеханику спортсменов. Также ожидается расширение областей применения цифрового двойника, включая новые виды спорта, медицинскую реабилитацию и фитнес.

Цифровой двойник – многообещающий инструмент для спортивных приложений. Его можно использовать для проведения экспериментов и исследований, анализа техник и тактики игроков, проведения виртуальных тренировок, прогнозирования результатов и создания рекламных кампаний. Тренеры и аналитики могут использовать цифровых двойников для определения особенностей игры и разработки тактики, а игроки могут использовать их для совершенствования своих навыков и техник. Цифровой двойник можно использовать в различных видах спорта, включая футбол, баскетбол, теннис, плавание, гольф и другие.

Библиографический список

1. Стартовал проект Уральского НОЦ по сбору данных для создания цифрового двойника спортсмена - Южно-Уральский государственный университет [Electronic resource]. – URL : <https://www.susu.ru/ru/news/2019/10/23/startoval-proekt-uralskogo-noc-po-sboru-dannyh-dlya-sozdaniya-cifrovogo-dvoynika> (accessed: 01.04.2024).

2. Ученые: создание “цифрового двойника” поможет спортсменам эффективнее тренироваться - ТАСС [Electronic resource]. – URL: <https://tass.ru/ural-news/6808458> (accessed: 01.04.2024).

3. Цифровой двойник // Википедия. 2023.

4. InfoCity. Что такое «цифровой двойник» спортсмена и как это связано с технологией блокчейн? [Electronic resource] // InfoCity. 2019. URL: <https://infocity.tech/2019/11/chtotakoe-tsifrovoj-dvojniki-sportsmena-i-kak-eto-svjazano-s-tehnologiej-blokchejn/> (accessed: 01.04.2024).

5. Что такое «цифровой двойник» спортсмена и как это связано с технологией блокчейн? - InfoCity [Electronic resource]. URL: <https://infocity.tech/2019/11/chtotakoe-tsifrovoj-dvojniki-sportsmena-i-kak-eto-svjazano-s-tehnologiej-blokchejn/> (accessed: 01.04.2024).

6. What Is a Digital Twin? | IBM [Electronic resource]. URL: <https://www.ibm.com/topics/what-is-a-digital-twin> (accessed: 01.04.2024).

7. Цифрового двойника человека разработали ученые из Челябинска - KP.RU [Electronic resource]. URL: <https://www.chel.kp.ru/online/news/3590615/> (accessed: 01.04.2024).

ББК 74.6

ОРГАНИЗАЦИЯ И ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПО ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ-СИРОТ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Е.М. Селивончик

Научный руководитель И.В. Журлова

Учреждение образования «Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина»

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы организации подготовки детей-сирот к жизненному самоопределению в условиях детских домов и школ-интернатов. Представлено содержание и особенности осуществления комплексной программы по подготовке воспитанников интернатных учреждений к самостоятельной жизни.

Ключевые слова: дети-сироты, интернат, детский дом семейного типа, подготовка к самостоятельной жизни, интернатные учреждения

ORGANIZATION AND FEATURES OF WORK FOR PREPARING ORPHANS FOR INDEPENDENT LIFE

E.M. Selivonchik

Scientific supervisor I.V. Zhurlova

Educational institution «Mozyr State Pedagogical University named after I.P. Shamyakina»

Annotation. The article discusses the issues of organizing the preparation of orphans for self-determination in life in orphanages and boarding schools. The content and features of the implementation of a comprehensive program to prepare students of boarding schools for independent living are presented.

Keywords: orphans boarding school, family-type orphanage, preparation for independent living, boarding institutions

Введение. Результаты психологических и педагогических исследований, данные статистической отчетности, мнение молодых людей с опытом сиротства позволяют констатировать тот факт, что вхождение воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в самостоятельную жизнь сопряжено с большими сложностями и не всегда успешно. Проблемы постинтернатной адаптации связываются с низкой готовностью выпускников к самостоятельной жизни.

В последнем десятилетии задача подготовки воспитанников к самостоятельной жизни определена для социальных учреждений как одна из ключевых. Ее решение в направлении поиска баланса между защитой прав и развитием у воспитанников опыта самостоятельности и ответственности, принудительной и личностно значимой деятельностью.

Нами была поставлена цель исследования: раскрыть организационные основы и особенности подготовки воспитанников учреждений для детей-сирот

к самостоятельной жизни. Исходя из этого, была изучена экспериментальная работа по подготовке воспитанников Мозырского детского дома к самостоятельной жизни, что позволило показать многоаспектность решения данной задачи и выделить основные направления ее модернизации.

Методы исследования. Анализ социально-педагогической и психологической литературы, социально-педагогической практики. Эксперимент.

Обсуждение результатов исследования.

Целью программы подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни является содействие в жизненном самоопределении детей названной категории, снижение риска их социальной дезадаптации в ходе самостоятельного жизнеустройства в обществе.

Задачи подготовки:

✓ развить социальную компетентность воспитанников: сформировать знания о себе и окружающем мире, элементарные экономические знания и навыки, информировать о системе образования и учреждениях, оказывающих различные услуги населению, правах и обязанностях выпускника интернатного учреждения, возможных проблемах в самостоятельной жизни, современных требованиях общества к молодому поколению;

✓ стимулировать становление конструктивной системы жизненных ценностей, формирование ценностного отношения к жизни, труду, семье, окружающим людям и себе как личности;

✓ содействовать формированию позитивного видения перспективы жизни, конструктивных жизненных целей и планов, мотивации на успех;

✓ сформировать коммуникативные знания, умения и навыки, умения находить конструктивные решения в конфликтных ситуациях;

✓ стимулировать формирование у воспитанников навыков самоконтроля и самоуправления поведением, навыков безопасного ответственного поведения;

✓ способствовать формированию убеждения и стремления быть хозяином собственной жизни.

Участники программы:

1. Воспитанники детских интернатных учреждений старшего школьного возраста.

2. Выпускники детских интернатных учреждений, которые продолжают обучение в профессионально-технических и средних специальных учебных заведениях.

3. Выпускники детских интернатных учреждений, участвующие в работе обучающих семинаров, работе кружков и клубов в рамках территориальных центров социального обслуживания населения.

Оптимальным является состав группы от 10 до 16 человек.

Программа предназначена для реализации социальным педагогом или педагогом-психологом в образовательном процессе детского интернатного учреждения. Оказывать помощь социальному педагогу интернатного учреждения в проведении занятий могут специалисты социально-педагогических центров. Данный учебно-методический материал необходим для воспитателей и педагогов-психологов при проведении бесед, дискуссий,

диспутов по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни, а также при проведении других воспитательных мероприятий.

Программа в целом или отдельные ее элементы (практические занятия, теоретический материал) полезна для использования специалистами социально-педагогической и психологической службы тех учреждений образования, в которых выпускники продолжают обучение, а также специалистам по социальной работе, психологам территориальных центров социального обслуживания населения, курирующим процесс постинтернатной адаптации и интеграции в общество лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Содержание программы подготовки выпускников детских домов и школ-интернатов к самостоятельной жизни «Мой жизненный путь» рассчитано на 100 учебных часов. Программа включает в себя 5 разделов: «Я и мой жизненный путь», «Я в обществе», «Я и профессия», «Я и моя будущая семья», «Я – автор моей жизни», каждый из которых состоит из цикла занятий.

Содержание занятий направлено на освоение воспитанниками важнейших социальных ролей – личности, гражданина, профессионала и семьянина и т.д.

Каждая часть имеет свое назначение. В целях оптимизации деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни данная программа включает внедрение тренинговых форм и разнообразных практик подготовки: социальных, бытовых, коммуникативных, профессиональных, а также организацию выходов за пределы учреждения, предоставляющих возможность получения необходимого опыта, который будет востребован в самостоятельной жизни; возможность получения дополнительного образования, позволяющего включать детей в проблемное поле социально-экономического и социокультурного развития общества, предусматривающего пробную деятельность в разных областях знаний и деятельности; индивидуализированную работу с каждым воспитанником, содержащую продумывание перспектив его жизни, закрепление за ребенком специалиста, сопровождающего процесс подготовки воспитанника к самостоятельной жизни; совместную деятельность учреждения с различными организациями образовательно-культурной среды (школы, учреждения дополнительного образования, учреждения профессионального образования, кинотеатры, дворцы спорта, музеи, выставочные залы и др.).

Залогом успеха являлось регулярность проведения занятий. Работа была начата уже в начале учебного года.

В помещении, где проходили занятия, имелась доска и свободное пространство для проведения разминок, активных игр и групповой работы, а также необходимые расходные материалы: бумага (белая и цветная), старые журналы, ножницы, клей, доска, газеты, справочники для абитуриентов, ручки, фломастеры. Раздаточный материал был подготовлен на каждого воспитанника. Все занятия проводились в одном и том же помещении.

В группу для проведения занятий включались воспитанники старших классов учреждения образования «Мозырский детский дом» (9–11 классы).

Эффект реализации данной программы был обусловлен тем, что параллельно с социальным педагогом с будущими выпускниками работали:

5. педагог-психолог учреждения с целью минимизировать проблемы психического здоровья детей-сирот (формирование конструктивных представлений о прошлом у воспитанников, работа с переживаниями сирот из-за потери родителей, снижение последствий нарушений в формировании привязанности, содействие самопознанию и самопринятию, работа по формированию положительной целостной идентичности личности сироты, повышение самооценки и т.п.);

6. воспитатели и педагоги учреждения: проведение занятий по формированию навыков ухода за собой (личная гигиена, опрятность внешнего вида, индивидуальное пользование предметами личной гигиены); развитие хозяйственно-бытовых знаний, умений и навыков (уборка помещения, приготовление пищи, покупки в магазине, уход за одеждой и обувью); профессионально-трудовых знаний, умений и навыков (навыки, ремонта одежды, бытовых приборов, благоустройства жилья, работа в мастерских, на приусадебных участках).

В ходе реализации программы возникали некоторые трудности. Вот наиболее типичные из них.

1. У воспитанников ограниченный словарный запас: они не знают значение многих слов, узко понимают некоторые понятия, часто используют жаргонные слова и выражения. Поэтому при проведении занятий мы уточняли, все ли слова понятны воспитанникам, записывали новые слова на доске, повторяли несколько раз новые слова для лучшего запоминания.

2. Старшеклассники из числа детей-сирот часто не умеют выражать свои мысли, у них отсутствуют навыки рефлексии, поэтому было затруднено проведение аналитических упражнений и т.д.

3. Воспитанники обидчивы и ранимы. Одно случайно сказанное слово может запомниться им навсегда, стать причиной отказа от дальнейшего сотрудничества с социальным педагогом, что требует особой тактичности в общении.

4. Проблемой также стала чрезмерная замкнутость и агрессивность некоторых детей-сирот.

В процессе работы мы руководствовались следующими правилами для ведущего:

- старались на начальном этапе работы установить контакт. Первая встреча должна носить неформальный характер, поэтому мы старались заинтересовать ребят, сформировать мотивацию на активное участие;

- следили за темой обсуждения для того, чтобы предупреждать у воспитанников отклонения от нее;

- использовали правило активности для того, чтобы в группе не было пассивных наблюдателей;

- придерживались правила «здесь и теперь». Важно было разобрать идеи, мысли и чувства, возникающие в группе в данный момент;

- применяли правило искренности и открытости. Важно, чтобы члены группы не лицемерили и не лгали;

- помогали формулировать мысли, резюмировать, выделять главное в сказанном и озвучивать;

- формулировали вопросы понятно, неформально, живым языком; были готовы переформулировать вопрос, если он непонятен участникам;
- позиция ведущего была безоценочной, когда говорили участники. Мы воздерживались от желания давать сразу же оценку тому, кто говорит.
- соблюдали конфиденциальность.

Заключение. Организация работы по подготовке детей-сирот к самостоятельной жизни играет важную роль в их будущем успешном становлении как личности. Необходимо учитывать особенности каждого ребенка, его потребности, способности и интересы, чтобы обеспечить максимальную поддержку и помощь в процессе подготовки к самостоятельной жизни. Важно также вовлекать специалистов различных профилей (педагогов, психологов, специалистов по социальной работе) для комплексного подхода в подготовке детей-сирот к самостоятельной жизни.

Поэтому, исходя из результатов исследования, специалистам, которые работают с данной категорией, обязательно нужно не только учитывать особенности каждого воспитанника, но следующую специфику взаимодействия:

- осуществление индивидуального подхода к каждому воспитаннику (каждый ребенок уникален и имеет свои потребности и способности). Подход должен быть поэтапным и систематическим;
- оказание воспитанникам в процессе взаимодействия психологической поддержки и помощи;
- акцент на интерактивные формы работы;
- фиксация воспитанниками основных мыслей и чувств, возникающих в процессе взаимодействия (ведение рабочих тетрадей по курсу, составление собственного портфолио и т.д.).

По результатам эксперимента, данная программа дает положительные результаты по обучению детей-сирот социальным навыкам (общение, построение здоровых отношений с другими людьми, сотрудничество и адаптация к новой среде) и навыкам самообслуживания, оказывает помощь в профессиональном самоопределении с целью получения профессионального образования и дальнейшего трудоустройства.

Систематическое проведение мероприятий программы по развитию навыков самообслуживания, финансовой грамотности, социальной адаптации и профессиональной подготовки является ключевым элементом успешной подготовки детей-сирот к самостоятельной жизни. Данная программа не только способствует формированию уверенности в себе у детей, но и открывает перед ними новые возможности для развития и самореализации, способствует созданию равных возможностей для детей-сирот в обществе.

Библиографический список

1. Абрамова, И. Г. Игротехнические приёмы (Рекомендации для организации игровых занятий в школе) / И. Г. Абрамова. – Санкт-Петербург, 2002. – 43 с.
2. Бережная, О. В. Психолого-педагогическое сопровождение детей-сирот как средство их социализации : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / О. В. Бережная ; Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь, 2005. – 20 с.

3.Бобылева, И. А. Педагогические условия постинтернатной адаптации выпускников образовательных учреждений для детей-сирот и детей, лишенных родительского попечения : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / И. А. Бобылева ; Владимир. област. ин-т усовершенствования учителей. - Владимир, 2000. - 22 с.

4.Бревнова, В.М. Социальная адаптация воспитанников детского дома средствами социально-педагогической деятельности : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / В. М. Бревнова ; [Место защиты: Ом. гос. пед. ун-т]. – Омск, 2008. – 24 с.

5.Волчек, Н.А. Сиротский синдром / Н. А. Волчек // Социальная защита. – 2007. – № 9. – 211 с.

6.Галагузова, М. А. Социальная педагогика: курс лекций : учеб. пособие для студентов вузов / М. А. Галагузова, Ю. Н. Галагузова, Г. Н. Штинова [и др.] ; под общ. ред. М. А. Галагузовой. – Москва : Владос, 2000. – 415 с.

7. Галасюк, И. Н. Психология социальной работы : учебник / И. Н. Галасюк, О. В. Краснова, Т. В. Шинина. – Москва : Дашков и К, 2016. – 304 с.

8.Гордашников, В. А. Образование и здоровье студентов медицинского колледжа / В. А. Гордашников, А. Я. Осин ; Федеральное агентство по здравоохранению и социальному развитию Российской Федерации, М-во образования и науки Российской Федерации, КГОУ СПО «Владивостокский базовый мед. Колледж», ГОУ ВПО «Владивостокский гос. мед. ун-т». – Москва : Акад. Естествознания, 2009. – 395 с.

9. Детская психодиагностика и профориентация : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – Москва : Оригинал-макет, 2017. – 330 с.

10.Дети и молодежь Республики Беларусь : статистический сборник / ответственный за выпуск Т.В. Бабук. – Минск : Национальный статистический комитет Республики Беларусь (Белстат), 2015. –230 с.

11.Дорохова, Т. С. Социальная адаптация детей, оставшихся без попечения родителей, к замещающей семье / Т. С. Дорохова // Инновационная направленность обучения и воспитания в системе образования Екатеринбурга: материалы XVII городских педагогических чтений / под общ. ред. А. А. Симоновой, Н. А. Лопатюк. – Екатеринбург: МБУ ИМЦ «Екатеринбургский дом учителя», 2011. – 77 с.

12. Психическое развитие воспитанников детского дома / [М. И. Лисина, И. В. Дубровина, А. Г. Рузская и др.] ; под ред. И. В. Дубровиной, А. Г. Рузской; НИИ общ. и пед. психологии АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1990. – 264 с.

13.Жилина, Л. А. Социально-педагогическое сопровождение студентов-сирот в период адаптации к образовательной среде вуза : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Жилина Лариса Алексеевна; [Место защиты: Ом. гос. пед. ун-т]. – Омск, 2008. – 23 с.

14.Зайцева, И.Н. Социально-профессиональная адаптация студентов в учреждениях среднего профессионального образования : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.08 / Зайцева Ирина Николаевна; [Место защиты: Елец. гос. ун-т им. И.А. Бунина]. - Елец, 2011. - 24 с.

15.Зубкова, Т.С. Организация и содержание работы по социальной защите женщин, детей и

семьи : учеб. пособие / Т. С. Зубкова, Н. В. Тимошина. – 2-е изд., стер. – Москва : Академия, 2004 (ГУП Саратов. полигр. комб.). – 220с.

16. Казьмина, О. Ю. Социальные сети и развитие социального поведения / О. Ю. Казьмина // Руководство по оценке уровня развития социального поведения старшеклассника. М.: Центр социологии образования РАО.–1993.– С. 80

17. Кансиярова, Е.А. Социальная адаптация молодежи : философский анализ : автореферат дис. ... кандидата философских наук : 09.00.11 / Е. А. Кансиярова; [Место защиты: Новосиб. гос. техн. ун-т].-Новосибирск, 2011.-17 с.

18. Лактионова, С. В. Социально-профессиональная адаптация выпускников сиротских учреждений : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Лактионова Светлана Владимировна; [Место защиты: С.-Петербург. акад. постдиплом. пед. образования]. – Санкт-Петербург, 2008. – 23 с.

19. Ларин, А. Н. Современные международные проблемы детей-сирот / А. Н. Ларин, И. Н. Коноплева // Современная зарубежная психология. – 2015. – Т. 4. № 2. – С. 5-10.

20. Ларина, С.А. Социально-психологическая адаптация личности : теоретическая модель и диагностика / С.А. Ларионова.– Белгород, 2002. – 198 с.

ББК 75.0

ВЛИЯНИЕ РАСТЯЖКИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ

О.А. Сендецкая, А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева

Аннотация. В статье рассматривается влияние растяжки на функциональное состояния и здоровье студентов, рассматривается их роль в образовательном процессе, основанном на частичном использовании стретчинга, как средства развития физических качеств у студентов, влияние занятий растяжкой на изменения показателей телосложения и развития морфофункциональных систем и физического состояния организма.

Ключевые слова: физическое развитие, растяжка, физическая нагрузка, функциональное состояние организма, расслабление мышц, эмоциональное состояние

EFFECT OF STRETCHING ON FUNCTIONAL STATUS AND HEALTH OF STUDENTS

O.A. Sendeckaya, A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract. The article considers the effect of stretching on the functional state and health of students, considers their role in the educational process based on the partial use of stretching as a means of developing physical qualities in students, the effect of stretching on changes in body characteristics and the development of morphofunctional systems and the physical state of the body.

Key words: physical development, stretching, physical activity, functional state of the body, muscle relaxation, emotional state

В современном обществе многие люди страдают от недостатка физической активности, что может привести к серьезным последствиям для здоровья. Постоянное сидячее положение в течение дня может способствовать развитию различных заболеваний, таких как метаболический синдром, депрессия, невроты, болезни сердца и сосудов, проблемы со суставами и позвоночником, венозная недостаточность, остеохондроз, сколиоз и заболевания дыхательной системы. Мышцы составляют значительную часть нашего тела и нуждаются в регулярной физической нагрузке для поддержания здоровья. Отсутствие двигательной активности может привести к утрате мышечной массы и ухудшению общего состояния организма. Сочетание статических и динамических упражнений помогает поддерживать мышцы в тонусе, улучшает их эластичность и упругость. Поэтому важно включить в свою повседневную жизнь физические упражнения и активные виды отдыха, чтобы поддерживать свое здоровье и предотвращать развитие различных заболеваний, связанных с недостатком двигательной активности [1].

Несколько авторов отмечают, что уровень двигательной подготовленности студентов современных вузов находится на недопустимо низком уровне [2]. Здоровье студентов обеспечивают многие составляющие образа жизни, среди которых большое значение имеют регулярные занятия физической культурой. По средним данным статистики студент находится в университете примерно 7-8 часов, большую часть из которых в сидячем положении и без какой-либо физической активности, что говорит о малоподвижном образе жизни. Среди студентов одной из самых распространенных проблем является неправильная осанка, сутулость, сколиоз, остеохондроз. Неправильная осанка приводит к целому ряду серьезных заболеваний и, самое главное, к болезням позвоночника и корешков спинного мозга, который отвечает за центральную нервную систему позвоночника. Больные корешки спинного мозга приводят к ухудшению работы органов, которыми они управляют. Дефекты осанки приводят к нарушению работы всех внутренних органов: затрудняется работа сердца, легких, желудочно-кишечного тракта, уменьшается жизненная емкость легких, снижается обмен веществ, появляются головные боли, повышается утомляемость, что негативно сказывается на функциональном состоянии организма, а значит и на мозговой деятельности, необходимой студентам. Люди с неправильной осанкой имеют ограниченную подвижность грудной клетки, диафрагмы, меньший объем легких и нарушение функций дыхания. Это негативно сказывается на работе сердечно-сосудистой и дыхательной системы, а также уменьшает возможную физическую нагрузку на организм [3]. Слабые мышцы живота и согнутое положение тела, могут послужить причиной нарушения пищеварения и снижения иммунитета, головным болям.

Укрепление гибкости мышц и суставов играет важную роль в общем здоровье человека. Гибкие мышцы и суставы позволяют нам свободно двигаться, выполнять повседневные задачи без дискомфорта и ограничений. Регулярное выполнение упражнений на растяжку и расслабление мышц помогают улучшить гибкость, уменьшить напряжение и усталость в мышцах, а

также снизить риск травм. Гибкость имеет важное значение не только для физического здоровья, но и для психологического благополучия. Растяжка и упражнения на расслабление мышц могут помочь снять стресс, улучшить настроение и повысить общее чувство благополучия, которые имеет большое значение для каждого студента. Более гибкие мышцы и суставы также способствуют улучшению осанки, что может уменьшить риск болей в спине и шее. Регулярные упражнения на растяжку и упражнения на расслабление мышц могут быть выполнены как самостоятельно, так и в рамках тренировок или йоги. Важно помнить о правильной технике выполнения упражнений, постепенном увеличении нагрузки и регулярности занятий для достижения наилучших результатов. Независимо от возраста или физической формы, работа над гибкостью мышц и суставов принесет ощутимые пользы для вашего здоровья и общего самочувствия.

Растяжка (stretching — вытягивание, растягивание, удлинение, растяжение; напряжение; эластичность, растяжимость) — очень полезна для гармоничного развития организма. Она позволяет избавиться от твёрдости мышц и развить свой так называемый "функциональный диапазон движений". Гибкость одна из необходимых человеку физических качеств именно поэтому упражнения на растяжку уверенно занимают лидирующие позиции среди физических упражнений на протяжении долгих лет [4]. Упражнения на растяжку вовлекают в работу весь организм, что позволяет без вреда предупредить многие заболевания, используя защитные силы организма: воздействия на позвоночник, внутренние органы, мышцы, железы внутренней секреции, дыхательную и нервную системы, вырабатывают естественную сопротивляемость организма к заболеваниям. Гибкость характеризуется подвижностью опорно-двигательного аппарата и способствует выполнению движений с большей амплитудой. Кроме того, регулярная растяжка способствует улучшению кровообращения, что способствует более эффективной доставке кислорода и питательных веществ к клеткам организма, вследствие чего улучшается мозговая деятельность, так необходимая для студентов. и уменьшению мышечной усталости после физических нагрузок. Таким образом, включение растяжки в ежедневную рутину может принести множество положительных изменений в общем самочувствии и физическом состоянии. Это особенно важно для людей, ведущих сидячий образ жизни или занимающихся спортом, требующим напряжения мышц.

Существует две основные формы гибкости [5] - активная и пассивная. Пассивная форма определяется величиной амплитудой движения под действием внешних сил (рис.1), а активная гибкость определяется способностью выполнять движения с большой амплитудой (рис.2).

По другим данным гибкость классифицируется на 3 основных вида: статическая, баллистическая и динамическая. Для первого вида примером может быть медленный наклон туловища вниз до касания руками пола. Баллистическая определяется ритмичными движениями, а динамическая гибкость подразумевает выполнение движений с нормальным диапазоном или с высокой скоростью [6]. Статическая растяжка обычно применяется в клинической и спортивной среде при определенных целях увеличения диапазона движения и снижения риска травм.

Растяжка является неотъемлемой частью тренировочного процесса для людей всех уровней подготовки. Она помогает улучшить гибкость и пластичность мышц, что в свою очередь способствует улучшению координации движений и увеличению мышечной силы. Динамическая растяжка перед тренировкой особенно важна для людей, занимающихся высокоскоростными видами спорта, так как помогает подготовить мышцы к интенсивной нагрузке. Регулярные занятия растяжкой также способствуют профилактике травм и повышению общего физического состояния. Они помогают улучшить кровообращение, уменьшить мышечное напряжение и снять стресс после тренировки. Кроме того, растяжка способствует улучшению осанки и предотвращению болей в спине и суставах.

Помимо физических выгод, растяжка также способствует улучшению психологического состояния. Она помогает расслабиться, улучшить концентрацию и снять стресс, что особенно важно для студентов перед различными экзаменами, зачетами. Также можно отметить, что динамическая растяжка во время разминки, в отличие от статической, или его отсутствия является наиболее эффективным в качестве подготовки для высокоскоростной работы, необходимой в таких видах спорта, как футбол, волейбол, хоккей [7].

В заключение мне хотелось бы сказать, важно понимать, что растяжка не только способствует улучшению гибкости и поддержанию здоровья мышц, но также оказывает положительное влияние на общее самочувствие и эмоциональное состояние. Регулярные занятия растяжкой могут помочь снять напряжение и повысить уровень энергии. Всё это оказывает положительное влияние на функциональное состояние и здоровье студентов. Кроме того, правильная растяжка способствует улучшению осанки, уменьшению болей в спине и суставах, а также повышению общей подвижности и координации движений. Не стоит забывать о том, что растяжка должна быть безопасной и выполнена с учетом индивидуальных особенностей организма. Важно не перегибать палку и не принимать излишних рисков, чтобы избежать травм и переутомления мышц. Поэтому рекомендуется консультироваться с профессионалом или инструктором по физической подготовке, чтобы разработать оптимальную программу растяжки, соответствующую вашим целям и потребностям. Очевидно, что лишь путем систематических упражнений и умением правильно напрягать и расслаблять мышцы, участвующие и не участвующие в работе, можно значительно увеличить эластичность связочного аппарата и улучшить растяжку, что также оказывает положительное влияние на здоровье студентов. Не забывайте включать растяжку в свою ежедневную тренировку, следить за своим телом и слушать его сигналы. Помните, что забота о своем здоровье и гибкости – это инвестиция в будущее вашего тела и души. Удачи в вашем пути к лучшему физическому и эмоциональному благополучию!

Библиографический список

1. Аксенова А. М., Аксенова Н. И. Роль растягивания мышц для здоровья /// ЛФК и массаж. - 2007. - № 10(46). - С. 3-7.
2. Проблема формирования потребностей у студентов в различных видах физической культуры (теоретический аспект) / А.В. Лотоненко, П.В. Гринев, Д.А. Плещеев, В.С. Мальцев. – Воронеж: ВПИ, 1993. – 83 с.

3. Анатомия стретчинга: большая иллюстрированная энциклопедия; [пер. с англ. Н.А. Татаренко]. — Москва: Издательство «Э», 2017. — 14 с.

4. Гибкость и ее развитие: методические рекомендации / Самар. гос. аэрокосм. ун-т; В.М.Богданов, Л.П.Богданова. - Самара, 2004. – 32 с.

5. Москаленко Е. А., Ходыкина В. В. Общая характеристика гибкости как физического качества и факторы, влияющие на развитие гибкости / Е. А. Москаленко, В. В. Ходыкина // Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки. – 2014. - № 11. - С. 125-128.

6. Алтер М. Дж. Наука о гибкости. Издательство «Олимпийская литература», 2001. – 430 с.

7. Неретин, А. В. Влияние различных вариантов стретчинга на выполнение высокоскоростных упражнений в тренировках профессиональных спортсменов / А. В. Неретин, Д. В. Таможников, С. А. Кормилини, И. В. Мананников // Современные проблемы науки и образования.—2016.—№ 2.—С. 229.

ББК 65.29

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ УПРАВЛЕНИЯ РИСКАМИ НА ПРЕДПРИЯТИИ

Д.А. Слесаренко, Ю.А. Рыжкова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье рассматриваются современные тенденции управления рисками на предприятии. Приводится характеристика методов управления рисками, применяемых на предприятиях.

Ключевые слова: риск, предприятие, методы управления риском, виды рисков

MODERN TRENDS IN RISK MANAGEMENT IN THE ENTERPRISE

D.A. Slesarenko, Yu.A. Ryzhkova

Autonomous non-profit organization of higher education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Annotation. The article examines the current trends in the enterprise risk management. Shows the characteristics of the risk management methods used in business.

Keywords: risk, enterprise, risk management techniques, types of risks

Ключевым фактором для оптимального функционирования и развития современного предприятия является умение его высшего руководства прогнозировать и управлять рисками.

Риск здесь понимается как вероятность возникновения убытков или дополнительных затрат в результате производственной или финансовой деятельности.

Глубокий анализ рисков повышает доверие потенциальных инвесторов. Разнообразие рисков включает такие аспекты, как природные катаклизмы, финансовые колебания, изменения в налоговом законодательстве и т. д.

Существует множество подходов к классификации рисков. Они могут варьироваться в зависимости от источника, например, риск для предпринимателя, аудитора, инвестора и т. д.

Управление рисками — это процесс определения и оценки вероятности рисков с последующим минимизированием финансовых потерь, связанных с ними. Это стратегия, направленная на смягчение последствий риска для предприятия.

Для выбора методов минимизации риска следует сначала его оценить. Для этого могут применяться различные методики, такие как статистический, расчетно-аналитический и экспертный анализ.

Метод статистического анализа основан на изучении исторических данных о потерях, связанных с аналогичными видами деятельности. Расчетно-аналитический метод использует математические модели, основанные на теории вероятностей и теории игр. Экспертный метод включает сбор и анализ мнений экспертов.

Способы управления рисками различаются как целями, так и применяемыми инструментами воздействия.

Можно выделить следующие методы по управлению рисками:

К первой стратегии, направленной на снижение рисков, можно отнести следующие подходы:

А) Проведение тщательной экспертизы различных вариантов принимаемого решения и оценка уровней связанных с ними рисков.

Б) Установление ограничений на риск путем определения максимально допустимых издержек для конкретного решения.

В) Использование разнообразных гарантий и залогов для обеспечения выполнения обязательств.

Г) Диверсификация рисков, включающая:

1. Инвестирование капитала в различные секторы (рекомендуется не менее 12 компаний).

2. Разнообразие инвестиций в ценные бумаги (оптимальное количество: 8—20 видов).

3. Оптимизация структуры инвестиционного портфеля (примерно 1/3 крупные фирмы, 1/3 средние, 1/3 мелкие).

4. Наличие нескольких поставщиков (минимум два, лучше — три-четыре).

5. Разделение партий исходя из требований безопасности при транспортировке ценных грузов (минимум две партии).

6. Распределение продуктов и услуг на нескольких рыночных сегментах.

7. Сосредоточение на средней степени доходности, так как стремление к слишком высоким прибылям сопряжено с риском.

8. Использование эффективных систем контроля для своевременного выявления и предотвращения потенциальных убытков.

Во втором направлении, направленном на смягчение ущерба, который может быть нанесен предприятию, могут использоваться следующие методы управления рисками:

А) Создание специализированных резервных фондов или страховых пулов для возможного покрытия потерь.

Б) Заключение страховых контрактов с профессиональными страховыми компаниями для трансферта рисков.

Кроме того, важно обучать персонал и предоставлять им необходимые инструкции по эффективному управлению рисками.

В конечном итоге, выбор метода управления риском должен основываться на анализе его плюсов и минусов, а также учете результата анализа при принятии решения о масштабе потенциального ущерба.

Библиографический список

1. Воронцовский, А. В. Управление рисками : учебник и практикум для вузов / А. В. Воронцовский. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 485 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12206-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536576> (дата обращения: 10.04.2024).

2. Вяткин, В. Н. Риск-менеджмент : учебник / В. Н. Вяткин, В. А. Гамза, Ф. В. Маевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 365 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-3502-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536005> (дата обращения: 10.04.2024).

ББК 65.240.5

БЕЗРАБОТИЦА В РОССИИ

В.В. Слипченко, М.М. Писанкова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В статье дается понятие безработицы, рассматривается динамика изменения пособия по безработице и уровня безработицы в России по годам. Выделяются причины рекордно низкого уровня безработицы в 2023 г. и предполагаемые последствия такого результата.

Ключевые слова: безработица, пособие, занятость, уровень безработицы

UNEMPLOYMENT IN RUSSIA

V. Slipchenko, M.M. Pisankova

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract: The article gives the concept of unemployment, examines the dynamics of changes in unemployment benefits and the unemployment rate in Russia by year. The reasons for the record low unemployment rate in 2023 and the expected consequences of such a result are highlighted.

Keywords: unemployment, benefits, employment, unemployment rate

Безработица — это явление в экономике, когда часть трудоспособного населения не может найти работу. Такую ситуацию можно считать проявлением дисбаланса на рынке труда: объем рабочей силы превышает спрос на нее — количество заинтересованных в работе больше, чем число открытых вакансий.

Безработица оказывает большое влияние не только на социально-

экономическое, но и на политическое положение в стране, что и подчеркивает актуальность данной темы исследования.

Экономисты выделяют несколько видов безработицы, которые хоть и являются вариантам одного и того же явления, но все же имеют кардинальные различия.

- фрикционная безработица. Это временное отсутствие работы, которое обусловлено поиском новой занятости.

- структурная безработица. Возникает из-за большой разницы между спросом на рабочую силу и предложением.

- сезонная безработица. Обусловлена изменением объемов производства в разные времена года. По мере смены сезонов предприятию может требоваться разное количество рабочей силы.

- институциональная безработица. Обусловлена неправильной работой институтов рынка труда.

- циклическая безработица. Один из самых нестабильных видов, так как связан со спадом производства и проблемами в экономике. Это часто приводит к снижению спроса на рабочую силу.

В России уровень безработицы до 2017 года. рассчитывался по методу анкетирования трудоспособного населения в возрасте от 15 до 72 лет в процентном соотношении 0,6% ко всему населению региона или страны. В связи с этим данные были некорректны и не соответствовали реальному положению дел. Но сейчас верхнего ограничения нет: пенсионеры могут считаться экономически активными хоть в 100 лет, если будут продолжать трудиться или искать работу.

Согласно федеральному закону о занятости , принятому 12 декабря 2023 года безработный согласует индивидуальный план поиска работы, проходит профилирование.

Выплата пособия по безработице в России регулируется федеральным законом «О занятости населения в Российской Федерации». Размер пособия ежегодно утверждается правительством России (таблица 1).

Таблица 1

Размер пособия по безработицы в России 2005-2023 гг.

Год	Минимальный размер (рублей в месяц)	Максимальный размер (рублей в месяц)	Документ об утверждении размера пособия
2005	720	2880	Постановление Правительства РФ от 04.11.2004 № 591
2006	720	2880	Постановление Правительства РФ от 17.01.2006 № 12
2007	720	2880	Постановления Правительства РФ от 29.12.2006 № 831, от 17.01.2006 № 12
2008	781	3124	Постановление Правительства РФ от 23.03.2008 № 194
2009	850	4900	Постановление Правительства РФ от 08.12.2008 № 915
2010	850	4900	Постановление Правительства РФ от 14.11.2009 № 926

2011	850	4900	Постановление Правительства РФ от 12.10.2010 № 812
2012	850	4900	Постановление Правительства РФ от 03.11.2011 № 888
2013	850	4900	Постановление Правительства РФ от 09.10.2012 № 1031
2014	850	4900	Постановление Правительства РФ от 30.10.2013 № 973
2015	850	4900	Постановление Правительства РФ от 17.12.2014 № 1382
2016	850	4900	Постановление Правительства РФ от 12.11.2015 № 1223
2017	850	4900	Постановление Правительства РФ от 08.12.2016 № 1326
2018	850	4900	Постановление Правительства РФ от 24.11.2017 N 1423
2019	850	8000	Постановление Правительства РФ от 15.11.2018 N 1375
2020	1500 (с 1 мая по 31 августа — 4500)	12130	Постановление Правительства РФ от 27.03.2020 N 346 (ред. от 08.09.2020)
2021	1500	12130	Постановление Правительства РФ от 31.12.2020 N 2393 (ред. от 27.03.2021)
2022	1500	12792	Постановление Правительства РФ от 15.11.2021 N 1940
2023	1500	12792	Постановление Правительства РФ от 14.11.2022 N 2046

Согласно ст. 31 «Закона о занятости в РФ», общий срок выплаты пособий по безработице не может превышать 12 месяцев с даты увольнения с последнего места работы. Для получения пособия, в случае невозможности найти работу, безработному требуется проходить перерегистрацию в Центре занятости населения каждые 11 дней.

Несмотря на то, что женщины в России активно заняты в экономике, в России до сих пор некоторые работодатели практикуют дискриминацию по полу и возрасту. Также работодателями практикуется дискриминация по возрасту, спад зарплат у мужчин отмечается после 38 лет, у женщин спад зарплат начинается после 44 лет. Помимо дискриминации, другой проблемой занятости в России, несмотря на официально низкий уровень безработицы, является широкое распространение теневой занятости (более 20 % экономически активного населения с 2014 г.), являющейся для многих альтернативой безработице.

Официально низкий уровень безработицы позволяет правительству говорить о «нехватке рабочих рук» и демографическом кризисе, которые «тормозят экономику» и требуют массового привлечения иностранной рабочей силы. Но, по итогам исследований РАН, рабочие места в России появляются только в самых низкооплачиваемых секторах экономики с тяжёлыми условиями труда, а показатель безработицы среди молодёжи (в возрасте 18—24 года) превышает средний показатель по России в несколько раз. Из-за падения

реальных зарплат, приток трудовых мигрантов в Россию снижается, начиная с конца 2014 года. В 2020 г. уровень безработицы в нашей стране резко увеличился (сказались короновирусные последствия), однако в последствии он начал снижаться и в 2023 г. достиг 2,3% (рис. 1).

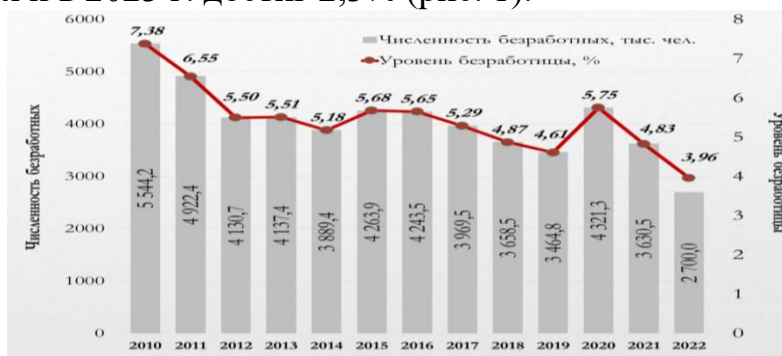


Рис. 1 Динамика уровня безработицы и числа безработных в России за 2010-2022 гг.

Среднегодовой уровень безработицы в России по итогам 2023 г. составил 3,2%. Также в декабре до рекордного уровня увеличилось число занятых — 74,2 млн человек. В октябре уровень безработицы, по данным Росстата без учета сезонности, достиг нового минимума — 2,9%. Численность безработных старше 15 лет оценивалась в 2,2 млн, что в среднем было на 23% меньше, чем годом ранее.

При этом Центробанк осенью отмечал, что бизнес по-прежнему испытывает нехватку кадров, что поддерживает высокие темпы роста зарплат. «Для сохранения персонала предприятия разрабатывают и расширяют программы по мотивации и стимулированию сотрудников», — писал ЦБ. Глава Банка России Эльвира Набиуллина называла дефицит кадров основной проблемой российской экономики.

Аналитики рейтингового агентства АКРА считают, что достигшая к октябрю исторически высоких уровней загрузка мощностей и трудовых ресурсов означает, что рост экономики в предстоящие годы будет ограничен со стороны предложения, в результате чего рост ВВП сократится до более близких к потенциальным 1–2% (по сравнению с 3% в 2023 году). Бизнес не может наращивать производство, не имея человеческих ресурсов.

Кроме старения населения у рекордно низкой российской безработицы есть и другие причины: мобилизация и эмиграция. А еще — структурный дисбаланс в экономике. Кадры оттягивает на себя сектор «госуправление и обеспечение военной безопасности». Люди уходят работать в силовые структуры и военно-промышленный комплекс и перестают участвовать в создании потребительских товаров и услуг. При этом свои зарплаты они тратят на эти самые товары и услуги. В итоге спрос на них растет быстрее, чем предложение. И это выливается в рост цен.

Библиографический список

1. Дугов, Ю. Что такое безработица и какой она бывает / Ю. Дугова // Совкомблог : [сайт], 2024. – URL: <https://journal.sovcombank.ru/rabota/chto-takoe-bezrabortitsa-i-kakoi-ona-bivaet> (дата обращения: 12.03.2024).

2. Казанцев, В. А. Виды и формы проявления безработицы. Специфика и проблемы занятости в России / В. А. Казанцев // Синергия Наук, 2020. – № 13. – С. 111-117.

3. Баева, А.С. Теоретические аспекты оценки уровня занятости и безработицы / А.М. Баева // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2020. – № 5. – С. 93-95.

ББК 88.28

«СИНДРОМ САМОЗВАНЦА»: ПОНЯТИЕ, ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ

К.Е. Стародубец, А.С. Самарина

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация. В данной работе рассматривается «Синдром самозванца», причины его возникновения, симптомы. Особое внимание уделяется понятию синдрома самозванца. Историю его возникновения, а также исследуются его типы.

Ключевые слова. Синдром самозванца, психологическое состояние

«IMPOSTOR SYNDROME»: CONCEPT, REASONS, SYMPTOMS

K.E. Starodubets, A.S. Samarina

Autonomous non-profit organization of Higher Education
«Siberian Institute of Business, Management and Psychology»

Annotation. This paper discusses the «Impostor Syndrome», the causes of its occurrence, and symptoms. Particular attention is paid to the concept of impostor syndrome. The history of its occurrence, as well as its types are explored.

Keywords. Imposter syndrome, psychological state

Вокруг «синдрома самозванца» много мифов и мнений. В данной научной статье мы попробуем разобраться, что это за явление, каковы причины его появления, разберем симптомы, а также, как с ним бороться.

Синдром самозванца – это психологическое состояние, характеризующееся неуверенностью в собственных компетенциях, ощущением незаслуженности успеха. Достижения приписываются случайной удаче, внешним обстоятельствам. «Самозванец» испытывает вину за то, что окружающие воспринимают его как умного, профессионального человека. Диагностика синдрома выполняется методом клинической беседы, дополняется опросниками. Лечение нацелено на формирование адекватной самооценки, проводится с помощью когнитивно-поведенческой психотерапии, групповых тренингов, психоанализа [2].

С точки зрения советской клинической психологии, «синдром» – существует общая основа, объединяющая все его проявления. Это утверждение было широко распространено, но более поздние исследования опровергли его.

Сейчас считается, что, м скрывается реальное состояние.м стоят очень разные механизмы – поэтому более эффективным подходом является работа с каждым из этих переживаний по отдельности, а не выделение их в отдельный «синдром». В этом контексте термин «феномен самозванца» более точно отражает суть. Многие люди на самом деле считают, что их успех зависит от везения и опасаются быть разоблаченными: они боятся, что окружающие поймут, что они не соответствуют своей должности или квалификации [2].

Начнем с изучения происхождения данного явления. синдрома принципы и их изменения.

В 1978 году вышла статья П. Клэнс *phenomenon of the Impostor in High-Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention* предлагает новый взгляд на проблему самозванства у женщин, достигших высоких результатов, и предлагает методы эффективного вмешательства. *Impostor Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention* Впервые термин «синдром самозванца» был использован в статье, где он был определен как «внутреннее чувство неуверенности в своих интеллектуальных способностях, которое часто наблюдается у женщин, достигших высоких результатов». (Clance and Imes, 1978) [1]. Данное исследование основано на практическом опыте индивидуальной и групповой психотерапии с 150 женщинами. Даже при впечатляющих успехах в области образования и личной жизни они испытывали чувство самообмана и утверждали, что на самом деле не такие умные, как кажется, и что они смогли обмануть всех вокруг.

Рассмотрим причины возникновения синдрома самозванца.

Что определяет синдром самозванца – это стремление привлечь внимание других людей, желание получить одобрение и положительную реакцию. Внешний контроль ослабляет уверенность в себе и независимость. Корни этого синдрома уходят в детство, когда зависимость от окружающих людей была наиболее сильной. родители, учителя и сверстники – это те, кто оказывает влияние на нас. Непосредственные факторы, которые влияют на нашу жизнь [4]:

- Ложные надежды. Эта проблема характерна для людей, которые привыкли достигать своих целей быстро и легко. Они начинают свой путь к успеху без особых усилий, и подсознательно верят, что все будет так же легко и далее. Однако, если им не удастся освоить новый навык за короткое время, возникает чувство неуверенности в себе.

- Ожидания со стороны родителей. Постоянные похвалы и уверения в уникальных способностях ребенка могут привести к трудностям во взрослой жизни. С возрастом человек понимает, что для достижения цели нужно усердно трудиться. Это может привести к появлению стойкого чувства вины из-за разочарования родителей, что он не смог оправдать их ожидания.

- Проблемы, с которыми сталкиваются дети. Регулярное сравнение себя с другими детьми может привести к появлению комплексов. Например, если ребенок вырастает рядом с очень талантливым братом, он может постоянно стремиться доказать, что не уступает ему.

- Желание достичь совершенства. Постепенно нарушенная самооценка превращается в патологическую потребность быть всегда лучшим. Это отклонение обусловлено недостатком любви, особенностями воспитания и неспособностью принять себя. Такие люди отлично справляются с обучением и оценивают свои успехи как высокие. Однако на работе отсутствует система оценок, что разрушает привычные точки отсчета. В результате пациенту трудно оценить свои навыки и достижения, и он начинает сосредотачиваться на своих недостатках.

- Страх неудачи может возникнуть из-за синдрома самозванца и усиливаться им. Человек может достичь высоких результатов, но приписывать

их удаче, а не своим усилиям. Это может привести к патологическому страху неудачи в будущем. Для преодоления этой фобии необходимо... человек готов приложить еще больше усилий из-за иррационального страха. Его постоянный стресс может привести к выгоранию.

- Внешнее несоответствие может привести к негативным последствиям. Например, если человеку постоянно указывают на его недостатки или не верят в его способности, это может привести к появлению сомнений в себе. Особенно часто это происходит, когда женщина выбирает профессию, которая традиционно считается «мужской», и ее достижения постоянно недооценивают. Постоянные комментарии о непрофессионализме могут привести к формированию синдрома самозванца [1].

Каковы же основные концепции о структуре понятия «синдром самозванца»?

В настоящее время в зарубежной научной литературе существует несколько основных теорий, описывающих «синдром самозванца». До сих пор нет единодушного мнения относительно того, следует ли рассматривать этот феномен как личностную особенность или как возможное аффективное состояние, с которым каждый может столкнуться в большей или меньшей степени [3].

Согласно П. Клэнс и С. Аймс, «синдром самозванца» – для некоторых людей, которые испытывают трудности в принятии своего успеха, возникает так называемый «внутренний опыт интеллектуальной несостоятельности». Они пришли к выводу, что этот «синдром» имеет шесть основных характеристик.

- Цикл самозванца.
- Желание выделиться или достичь высочайших результатов.
- Аспект супермена / супервумен.
- Боязнь ошибок или неудачи.
- Отказ от признания своих способностей и невнимание к положительной оценке.
- Опасения и чувство вины из-за достигнутого успеха.

Харви Дж. и С. Кац (1985) эксперты описали «синдром самозванца» как «психологическую проблему, связанную с глубоким внутренним чувством обмана при стремлении к достижению чего-то». По их мнению, этот синдром характеризуется тремя основными признаками.

- Уверенность в том, что ты обманываешь окружающих.
- Страх быть разоблаченным.
- Отказ от признания собственных успехов, навыков, умений и профессиональных качеств.

Коллигиан Дж. и Р. Стернберг (1991) для избежания недопонимания между «синдромом самозванца» и обычным мошенничеством был предложен термин «воспринимаемое мошенничество». Эксперты утверждали, что «синдром самозванца» не является просто эмоциональным расстройством, а скорее сочетанием когнитивных и аффективных аспектов. Иными словами, это представляет собой устойчивый образ мышления.

Кетс де Фрис (2005) исследователя, обман может быть рассмотрен как часть нашей культуры, где каждый старается создать иллюзию идеального образа, скрывая свои недостатки и ошибки. Кетса де Фриса превышение

установленных рамок может привести к двум экстремальным ситуациям: недопустимому обману (обычному мошенничеству) и невротическому обману (синдрому самозванца). Давайте разберем, что автор подразумевал под понятиями «норма» и «крайности».

- **Норма.** Каждый из нас – люди, которые пытаются соответствовать ожиданиям окружающих и представляют себя в публичности по-другому, чем они есть на самом деле, можно назвать самозванцами.

- **Лживые обманщики,** которые притворяются кем-то другим, чтобы обмануть окружающих и испытывают удовлетворение от успешности своего обмана. У них может быть глубокий страх быть раскрытыми.

- **Лжецы с невротическими чертами.** Их искусство обмана – их поведение субъективно и не воспринимается как нечто аморальное. Такие личности воспринимают себя как обманщиков, независимо от мнений окружающих. У них часто наблюдается страх неудачи или успеха, стремление к совершенству, склонность к откладыванию дел и чрезмерный трудолюбие.

Все ученые согласны в одном: существует такое понятие, как «синдром самозванца» – это индивидуальное психологическое состояние человека, который испытывает страх перед раскрытием и убежден в том, что он обманщик.

Симптомы, по которым можно определить, что у вас присутствует «Синдром самозванца».

Ключевой симптом – чувство некомпетентности не может быть преодолено даже с помощью образования, навыков и достижений. Это является распространенным примером – человек с обширным опытом и прочными теоретическими знаниями, который сомневается в своей интеллектуальной компетенции.

Нарушение заставляет пациента сомневаться в себе и своих способностях, вызывая внутренний конфликт и приводя к неуверенности в собственных силах. Кроме того, симптомы синдрома самозванца включают:

- постоянное колебание в уверенности в своей профессиональной пригодности;

- страх быть разоблаченным;

- убеждение в том, что успех – это случайное стечение обстоятельств, а не результат усилий и способностей;

- желание оставаться в уединении, чтобы сохранить свою «тайну» от посторонних.

- недостаток умения признавать свои собственные успехи или профессиональные навыки;

- нереально высокие стандарты самооценки;

- постоянное чувство тревоги перед возможностью провала.

Существует пять категорий «псевдоэкспертов», у каждой из которых есть свои уникальные признаки:

1. Стремление к совершенству характерно для перфекционистов, которые постоянно стремятся к самосовершенствованию во всех сферах жизни. исследования показывают, что стремление к совершенству – это недостижимая цель. Поэтому такие люди всю жизнь стараются достичь вымышленного идеала.

2. Студенты, которые всегда находятся в процессе обучения. Они постоянно сомневаются в своих знаниях и поэтому активно участвуют в различных семинарах и курсах. Они откладывают выполнение серьезных проектов на будущее, так как не чувствуют себя готовыми к таким вызовам.

3. Люди, обладающие природными талантами, обычно имеют легкость во всем с детства. Однако, когда они сталкиваются с трудностями во взрослой жизни, это может подорвать их уверенность в своих способностях.

4. Люди, склонные к индивидуализму, уверены, что никто не сможет справиться с работой лучше них и предпочитают действовать самостоятельно. Они не умеют делегировать обязанности, и когда у них не хватает времени или сил на все задачи, начинают паниковать.

5. Люди, которые стремятся к успеху, считают, что нужно работать 25 часов в сутки, чтобы добиться результатов. Они чувствуют себя неудовлетворенными во время отдыха и после него приступают к работе с удвоенной энергией [6].

Для того чтобы избавиться от проблемы, необходимо осознать ее, определить негативные установки и сценарии в первую очередь. Научитесь контролировать себя, следить за своими мыслями, чувствами и поведением, заменяя их на более полезные. Тренируйтесь преодолевать этот синдром, пока новые продуктивные паттерны не станут привычкой [5].

Был вызван воздействием определенных факторов. самозванца – это психологическое состояние, при котором человек имеет чувство неподлинности и неспособности достойно оценить свои достижения. Несмотря на внешние показатели успеха, человек с этим синдромом не верит в свои способности и постоянно опасается быть разоблаченным.

Этот синдром может привести к снижению самооценки, тревожности и депрессии. Важно помнить, что синдром самозванца несет в себе множество психологических сложностей, и его преодоление требует поддержки со стороны окружающих и, возможно, профессиональной помощи. Ценно осознавать, что многие люди сталкиваются с этим состоянием, и важно обращаться за поддержкой и помощью, чтобы научиться ценить свои достижения и осознанно преодолевать чувства неподлинности

Библиографический список

1. Булгакова, Л.И. «Синдром самозванца»: история возникновения термина, основные концепции и их трансформация / Л. И. Булгакова // Психология и психотерапия семьи. – 2018. – № 3. – С. 3 – 6.

2. Рифкатович, Э. Р. Синдром самозванца / Э. Р. Рифкатович // Rehab family- 2023 - № 2 – С. 7 – 10

3. Ростовский, О. Е. Синдром самозванца: подробный разбор. Научные исследования, характеристики, тесты и как с ним справиться / О. Е. Ростовский // VC.RU- 2020 - № 1 – С. 4 – 9.

4. Савенков, А. И. Психология противодействия лжи и манипулированию : учебное пособие для вузов / А. И. Савенков. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 241 с.

5. Устилко, С.А. Как бороться с синдромом самозванца / С.А. Устилко // MY Resume. – 2023. – С. 10 – 15

6. Ханова, О. А. Синдром самозванца / О.А. Ханова // Медицинский

журнал болезней. – 2023. – № 3 – С. 7 – 9.

7. Чаплиева А.В. Синдром самозванца. Что такое и чем он плох для людей. / А.В. Чаплиева // b17.ru – 2024. – С. 11 – 17.

ББК 66.4

ВНЕШНЯЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РОССИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

А.В. Требушевский, М.М. Писанкова

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: В статье подробно проанализирована внешнеэкономическая деятельность России. Выделены основные импортные и экспортные товарные группы. Дан предварительный прогноз на дальнейшее развитие нашей страны в области внешней торговли.

Ключевые слова: экспорт, импорт, внешнеторговые отношения, торговля, импортозамещение

RUSSIA'S FOREIGN ACTIVITY IN MODERN CONDITIONS

A.V. Trebushevsky, M.M. Pisankova

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract: The article analyzes in detail the foreign economic activity of Russia. The main import and export commodity groups are highlighted. A preliminary forecast is given for the further development of our country in the field of foreign trade.

Keywords: export, import, foreign trade relations, trade, import substitution

В связи с началом специальной военной операции и введением санкций недружественных стран к середине мая 2022 г. импорт в Россию упал на 89% к уровню середины февраля.

За последние два года российская внешняя торговля подверглась рекордному количеству ограничений и других внешних шоков, которые затронули спрос на российский экспорт, предложение импорта в Россию и издержки внешней торговли. Часть ограничений проявилась сразу: разорвались устоявшиеся логистические цепочки, возникли проблемы с проведением транзакций, прервались многие бизнес-контакты, в том числе из-за сворачивания деятельности западных компаний в России. Это оказало большое влияние на российский импорт.

Согласно данным Центрального Банка, в 2021 году импорт в Россию составил 380 млрд. долл. Падение на 89% соответствует сокращению импорта на 338 млрд. долл. или 1,35 млрд. долл. в один торговый день.

Но в тоже время произошел сильный скачок роста торговли с Азией в 1-м полугодии 2022 года. Товарооборот с Японией увеличился на 31% (10,01 млрд. долл. против 7,62 млрд. долл.). Импорт из Японии снизился до 2,12 млрд. долл. (падение на 30%). Товарооборот с Южной Кореей также показал рост, но падение импорта составило 36%. Товарооборот с Австралией вырос на 67%, а

с Индией - на 167%. Товарооборот с Китаем вырос почти на треть (с 63,43 млрд. долл. до 80,92 млрд. долл.), импорт показал позитивную динамику.

По итогам июля 2022 г Россия заняла третье место по использованию юаня в международных расчетах. Доля России в общем объеме международных расчетов юанем в июле 2022 г составила 3,9% при 1,42% в июне, когда страна занимала лишь седьмую позицию.

По его словам, в январе-ноябре 2023 года торговый оборот между КНР и Россией превысил \$200 млрд, а по итогам первого полугодия показатель вырос на 78,1% и превысил \$52,28 млрд.

О росте товарооборота России и Китая аналитики Главного таможенного управления КНР заявляли еще в начале ноября 2023 года. Тогда эксперты ведомства сообщили о росте объемов двусторонней торговли до \$196,48 млрд в денежном выражении.

Китай стал крупнейшим импортером мяса птицы и говядины из России по итогам 2023 года. Об этом в феврале 2024 года сообщил Россельхознадзор со ссылкой на данные федеральной государственной системы «Аргус».

В 2023 году Китай купил в России 132,9 тыс. тонн мяса птицы и 21,5 тыс. тонн говядины. Иран импортировал 10,3 тыс. тонн баранины из России, Вьетнам - 85,1 тыс. тонн свинины, Белоруссия - 78,8 тыс. тонн свинины, Казахстан импортировал готовую мясную продукцию в количестве 48,9 тыс. тонн, свидетельствуют данные ФГИС «Аргус». В 2023 году 16 стран открыли свои рынки для импорта из России 47 видов животноводческой продукции.

Рост поставок обусловлен интересом стран ЕАЭС и СНГ (Белоруссия, Казахстан, Армения, Киргизия, Азербайджан), Азии (Китай, Вьетнам, Монголия), Ближнего Востока (Саудовская Аравия, ОАЭ) и Африки (Бенин, Кот д'Ивуар).

Ключевыми факторами успешного экспорта являются соответствие требованиям зарубежных стран, повышенный контроль качества и безопасности экспортируемой продукции, тщательная проработка материалов, предоставляемых компетентному органу за рубежом, а также улучшение биобезопасности на предприятиях и обеспечение функционирования информационных систем в ветеринарной области.

Помимо продукции сельского хозяйства, Россия экспортирует и продукцию добывающих отраслей. Экспорт платины из России в Китай увеличился до 25,1 тонны. На 6% в КНР упали закупки палладия: они составили 26,2 тонны. Доля РФ в суммарном импорте в КНР первого указанного металла выросла до 25%, второго — до 64%. Для сравнения: по итогам 2022 года показатели равнялись 10 и 64% соответственно.

Экспорт палладия из России в Китай в 2023 году составил 15,7 тонны, что в 1,7 раза больше, чем в 2022-м. В деньгах поставки этого драгоценного металла поднялись на 30%, до \$763 млн.

Главным же покупателем металлов платиновой группы у России стал Гонконг, им в 2023 году было приобретено 36,2 тонны палладия и 20 тонн платины.

Помимо Китая есть основания для расширения экспорта российского

палладия в Южную Корею, Индию и другие страны. Также нельзя исключать сохранения поставок палладия в Европу, в которой он выпускается в недостаточных количествах, не удовлетворяющих потребности местного промышленного производства.

Кроме того, увеличился на 25,4% экспорт российской целлюлозно-бумажной продукции в Китай.

Согласно материалам Рослесинфорга, экспорт лесохимической продукции из России в Китай по итогам 2023 года оказался равным 18,3 тыс. тонн в весовом выражении и 13,5 млн. долл. в стоимостном.

Китай увеличил годовой импорт живых крабов из РФ на треть до 755 млн. долл. По итогам 2023 года Россия поставила в Китай 23,6 тыс. тонн живых крабов, что на 31% превосходит объем годичной давности.

Также резко вырос китайский экспорт машин и электрооборудования в Россию (рис. 1).

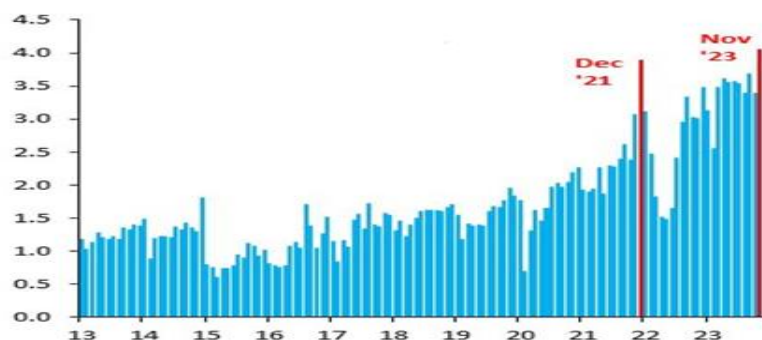


Рис. 1 Китайский экспорт машин и оборудования в Россию, 2013-2023 гг.

Таким образом, товарооборот России и Китая за январь-ноябрь 2023 года вырос на 26,7%, составив рекордные 218,17 млрд. долл. Об этом свидетельствуют обнародованные в январе 2024 года данные Главного таможенного управления КНР (рис. 2).

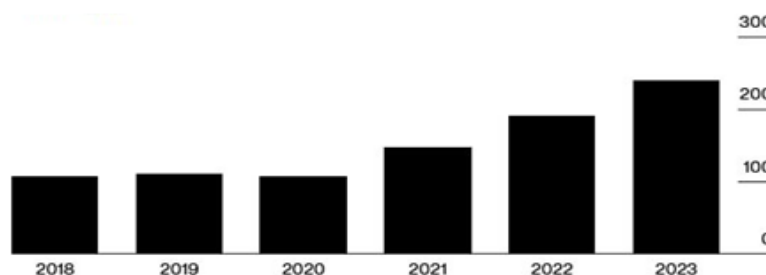


Рис. 2 Торговля между Россией и Китаем, млрд.долл. (2018-2023 гг)

Как сообщает ТАСС со ссылкой на материалы ведомства, в 2023 году экспорт из Китая в РФ повысился на 46,9%, достигнув 110,97 млрд.долл. Импорт российских товаров в Китай за тот же период вырос на 12,7%, до 129,14 млрд.долл.

Россия по большей части экспортирует в КНР энергоносители — нефть, природный газ и уголь, а также медь, древесину, топливо и морепродукты. Из КНР в Россию поступает широкий перечень продукции — от автомобилей и смартфонов до промышленного оборудования и игрушек. По данным Газпрома, в Китай в 2023 г. по магистральному газопроводу (МГП) Сила Сибири-1 было поставлено 22,7 млрд. кубометров природного газа при плане в 22 млрд. кубометров.

В целом российский экспорт в Азию в 2023 году достиг 306,6 млрд.долл. (+5,6%), импорт оттуда - 187,5 млрд.долл. (+29,2%). Доля Европы упала до 23%. В основном за счет сокращения российского экспорта туда - на 68% (рис. 3).

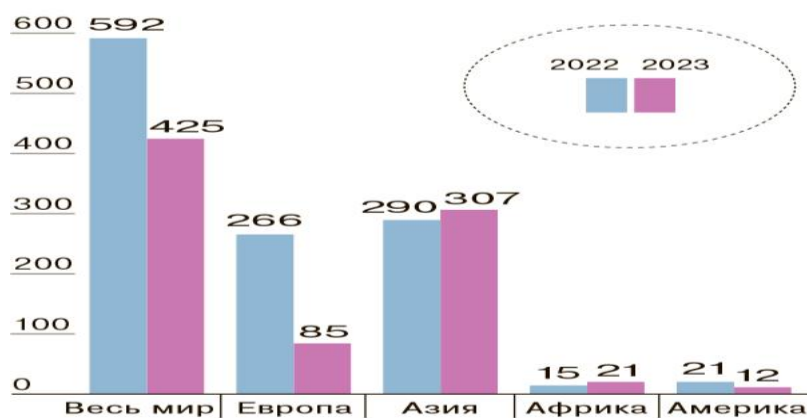


Рис. 3 Экспорт товаров из России, млрд.долл.

Остальной объем экспорта России в 2023 году пришелся на африканские страны (21,2 млрд.долл., рост на 43%) и Северную и Южную Америки (12,2 млрд.долл., падение на 40%).

Импорт в 2023 году вырос на 11,7%, до 285,1 млрд.долл. Рост импорта произошел за счет увеличения объема ввоза товаров из Азии на 29,2%, до 187,5 млрд.долл. Из них 111 млрд.долл. приходится на импорт из Китая. Ввоз товаров из Европы сократился на 12,3%, до 78,5 млрд.долл., из Америки — на 11%, до 15 млрд.долл. Импорт из африканских стран увеличился на 8,6%, до 3,4 млрд.долл.

ФТС также привела статистику по товарным группам. Главной позицией экспорта (61% общего объема в 2023 году) являются «Минеральные продукты» (в том числе нефть). Объем поставок в этой категории упал в 2023 году на 33,6% — до 260,1 млрд.долл. Экспорт сократился и по всем остальным группам товаров за исключением продовольственных и сельскохозяйственных — здесь рост составил 4,3%, до 43,1 млрд.долл. Весь российский экспорт в 2023 году достиг 425,1 млрд.долл., снизившись на 28,3% в сравнении с предыдущим годом ранее. Этот спад произошел из-за обвала объема поставок в страны Европы, а переориентация экспорта на восток не смогла компенсировать снижение.

На основании вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что экспорт будет восстанавливаться — не только и не столько за счет роста мирового спроса, сколько за счет поиска альтернативных путей поставок российских товаров на внешние рынки. Мировой опыт показывает, что страны под санкциями не полностью исключены из глобальной торговли при условии, что могут предложить покупателям товары, в которых эти покупатели заинтересованы.

Также происходит относительно успешная переориентация поставок на рынки дружественных стран.

В первую очередь для наращивания промышленного экспорта и восстановления утраченных позиций, необходимо повысить уровень квалификации задействованных на производствах сотрудников и их заработную плату. От этого напрямую зависит дальнейший рост экономики.

Государство сегодня активно решает вопросы, направленные на удовлетворение внутренних потребностей, поддерживая и развивая конкретные сферы с помощью льгот и субсидий.

Формат импортозамещения позволяет в будущем, когда будут удовлетворены внутренние потребности государства в образованных санкционным давлением нишах, нарастить экспортные мощности.

Процесс переориентации на Восток продолжается. Эта работа требует времени и во многом зависит от того, как именно Россия будет развивать взаимодействие с конкретными странами. Происходит модернизация производящих предприятий под новую эру. Мы наблюдаем приток технологий из Китая, Индии, Ирана и Северной Кореи. Они встраиваются в текущие производственные мощности, поэтому прогноз на увеличение экспорта благоприятный.

Библиографический список

1. Таможенный кодекс Российской Федерации (утв. ВС РФ 18 июня 1993 г. № 5221-1) (ред. от 03.07.2014)
2. Об основах государственного регулирования внешнеторговой деятельности : федеральный закон Российской Федерации от 08.12. 2003 г. № 164-ФЗ (ред. от 13.07.2015)
3. Авдеева Л. Россия поворачивает свой взор на Восток / Л. Авдеева // Рос. Федерация сегодня. – 2013. – №1. – С.8-9.

ББК 74.100.55

РЕЖИМ ДНЯ СТУДЕНТА ВУЗа: ОПТИМИЗАЦИЯ ДЛЯ АКАДЕМИЧЕСКОГО УСПЕХА И ЗДОРОВЬЯ

А.С. Устинов

Научный руководитель М.В. Балалаева

Уральский Государственный Юридический Университет им. В.Ф. Яковлева

Аннотация: Режим дня играет ключевую роль в жизни студента, оказывая влияние на академический успех, общее физическое и психо-эмоциональное состояние. От степени организации деятельности зависит не только успех в учебе, но и общее качество жизни. В данной статье рассматриваются основные принципы оптимизации режима дня студента для достижения наилучших результатов в учебе и поддержания физического и эмоционального здоровья.

Ключевые слова: режим, режим дня, спорт, время отдыха, планирование

THE DAILY ROUTINE OF A UNIVERSITY STUDENT: OPTIMIZATION FOR ACADEMIC SUCCESS AND HEALTH

A.S. Ustinov

Scientific supervisor M.V. Balalaeva

Ural State Law University named after V.F. Yakovlev

Abstract: The daily routine plays a key role in a student's life, influencing academic success, overall physical and psycho-emotional state. Not only academic success, but also the overall quality of life depends on the degree of organization of activities. This article discusses the basic principles of optimizing a student's daily

routine in order to achieve the best results in studies and maintain physical and emotional health.

Key-words: mode, daily routine, sports, rest time, planning

Современная жизнь выдвигает повышенные требования ко всем людям, в частности, к здоровью студентам ВУЗов. И поэтому главное для них – быть здоровыми. С позиций современной концепции здоровья и отмеченного выше принципа, основными его составляющими следует считать: **физиологическую, психологическую и поведенческую** компоненты.

Под **физиологической составляющей** следует понимать совокупность уровня роста и развития органов и систем организма, а также – текущее состояние их функционирования. Под уровнем роста и развития органов и систем следует понимать, что здоровье включает в себя нормальное физическое развитие органов, начиная с детства и подросткового возраста. Это важно для обеспечения нормального функционирования организма. Текущее состояние и функционирование. Здоровье также оценивается по текущему состоянию органов и их функционированию. Это включает в себя такие аспекты, как сердечно-сосудистая система, дыхательная функция, пищеварение и другие системы. Основой данного процесса являются функциональные преобразования и резервы, обеспечивающие физическую работоспособность и адекватную адаптацию организма к внешним условиям.

Психологическая составляющая – это состояние психической сферы. Она определяется мотивационно-эмоциональными, мыслительными и нравственно-духовными компонентами. Мотивационно-эмоциональные компоненты включают в себя мотивацию для достижения целей, уровень эмоционального комфорта и способность справляться с стрессом. Мыслительные компоненты относятся к способности мыслить, принимать решения, учиться и решать проблемы. Нравственно-духовные компоненты связаны с нравственными убеждениями, ценностями и духовным развитием, что также важно для общего психологического благополучия. Основу его определяет состояние эмоционально-когнитивного комфорта, обеспечивающего умственную деятельность и адекватное социальное взаимодействие. Такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения.

Последней, но не по значению, является **поведенческая составляющая** – это внешнее проявление состояния организма, выражающаяся в адекватности/неадекватности поведения, в умении поддерживать диалог. Основу данного компонента составляют: жизненная позиция (активная/пассивная/агрессивная) и межличностные отношения, определяющие адекватность взаимодействия организма с внешней средой (биологической и социальной). Жизненная позиция отражает стиль жизни и подход к различным ситуациям. Важно понимать, насколько студент активен, пассивен или агрессивен в своем поведении. Межличностные отношения — это то, как студент взаимодействует с другими людьми, какие отношения у него с окружающей средой, как он умеет решать конфликты и поддерживать позитивные отношения.

Для поддержания баланса здоровых развития и укрепления

перечисленных выше компонентов и оптимизации предлагается ввести в свою повседневность пять следующим пунктов оптимизации режима дня:

I. Планирование. Создание и ведение ежедневника поможет студенту следить за его деятельностью, а также отслеживать расписание занятий, что в свою очередь плодотворно влияет на повышение степени пунктуальности. Планирование позволяет выделить определенные временные интервалы не только для продуктивного самостоятельного изучения материала и выполнения домашних заданий, но и для введения дополнительной физической активности помимо занятий физической культурой в ВУЗе (примечательно, некоторые студенты действительно считают, что физкультуры в университете достаточно для поддержания оптимального состояния здоровья.), а также перерывов. Планирование перерывов. Долгие часы непрерывной учебы приводят к утомлению и снижению производительности. Стоит отметить, что частое утомление приводит к выгоранию. Поэтому важно включить короткие перерывы между учебой, чтобы отдохнуть и вернуться к учебной деятельности с новыми силами. Рекомендуются делать перерыв каждые 45-60 минут, чтобы пройтись, выпить воды или просто расслабиться. Важно указать, что пониженная физическая активность, в частности переработка, могут привести к выгоранию¹⁴ и гиподинамии¹⁵.

II. Сбалансированный образ жизни. Важно помнить, что обучение в ВУЗе - это не только учеба, но и возможность для развития социальных навыков и саморазвития. Студентам следует уделять время для общения, поскольку как ещё много веков назад говорил древнегреческий философ Аристотель - «Человек — социальное животное», участия в культурных мероприятиях и саморазвития. Данная социокультурная деятельность поможет снизить стресс и поддерживать психическое здоровье, избегая вышеупомянутого выгорания. В психологии существует практика «Психологическая разгрузка», которая предназначена для снятия психологического напряжения и стресса, а также для восстановления эмоционального равновесия. Это процесс освобождения умственного и эмоционального давления, который позволяет отдохнуть и накопить новые силы для решения проблем и достижения поставленных целей.

III. Физическая активность. Стоит отдельно упомянуть ту деятельность, которая позволяет напрячь мышцы и расслабить перенапряжённый бытовыми и трудовыми обязанностями ум — это физическая активность. Регулярные занятия спортом и/или иной физической активностью способствуют улучшению физического здоровья и психического благополучия. Даже небольшие физические упражнения, такие как прогулки или растяжка, могут помочь в борьбе со стрессом и усталостью, избежать гипоказии и последующей гиподинамии. Студенты могут также рассмотреть возможность занятия спортом в группах или клубах на кампусе, что также плодотворно влияет на развитие социальных и коммуникативных навыков.

IV. Здоровое питание. Питание играет важную роль в уровне энергии и концентрации. Употребление разнообразных продуктов, включая фрукты,

14 Выгорание (англ. burnout) — понимается, как состояние физического и психического истощения, возникшее в ответ на эмоциональное перенапряжение при работе.

15 Гиподинамия (от греческого huro - внизу и dynamis - сила) - ослабление мышечной деятельности, вызванное сидячим образом жизни и ограничением двигательной активности.

овощи, белки и злаки, способствуют более полному наполнению организма полезными веществами. Следует избегать излишнего потребления быстрых углеводов и сахара, которыми пестрит современное общество потребления. Быстрые углеводы и сахар могут вызвать колебания уровня сахара в крови и ухудшить концентрацию. Регулярные приемы пищи помогут поддерживать стабильный уровень энергии в течение дня, и уже от этой энергии зависит работоспособность организма.

V. Сон. Не стоит забывать про то, что качественный сон играет одну из ключевых ролей в восстановлении физических и умственных ресурсов организма. Многие учёные скажут, что стоит придерживаться регулярного сна и создать комфортные условия для отдыха. Рекомендуются спать 7-9 часов и именно ночью, т.к. общечеловеческие древние предки из экваториальной Африки спали с захода до восхода Солнца, то есть «спать ночью» более привычно и продуктивно для человеческого организма. Также необходимо избегать излишнего употребления кофеина и никотина, особенно поздно вечером, чтобы не мешать процессу засыпания. Хороший сон помогает улучшить память и способность к обучению.

Оптимизация режима дня студента вуза является неотъемлемой частью достижения не только академического, но и всестороннего успех. Правильно настроенный режим дня (включая, разумеется, планирование учебы и уделяя внимание социальной и физической активности) — верный инструмент социального, профессионального и личностного роста, способствующий созданию условий для успешной учебы и здорового образа жизни. Каждый студент может находить индивидуальные подходы к оптимизации своего режима дня, учитывая собственные индивидуальные потребности и предпочтения. В статье больше говорилось про студентов, но в заключение хотелось бы привести слова советской гимнастки и обладательницы титула девятикратной чемпионки мира Ларисы Латыниной: «Научите спортсмена до конца бороться за любое место, и он сумеет сражаться за первое». В конце концов, ничего не мешает заменить слово «спортсмен» на слово «студент» и получить отличный мотивационный стимул студента.

Библиографический список:

- 1 Агаджанян Н.А. Ритмы жизни и здоровье. - Москва : Знание, 1975 - 96 с.
- 2 Лисицын Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник - 2-е изд. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 512 с.
- 3 Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента. - Москва : Альфа-М, 2003. - 417 с.
- 4 Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. – Москва : Педагогическое общество России, 2004. - 415 с.

ББК 65.291.6-21

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ МОТИВАЦИИ ПЕРСОНАЛА В СОВРЕМЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Е.А. Яковлева, М.С. Артемьев, В.В. Сербинович

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Аннотация: раскрывается понятие мотивации, система мотивации, предложены рекомендации для улучшения системы мотивации персонала.

Ключевые слова: мотивация, стимул, стимулирование, персонал, материальное стимулирование, нематериальное стимулирование

IMPROVEMENT OF THE PERSONNEL MOTIVATION SYSTEM IN MODERN ORGANIZATIONS

E.A. Yakovleva, M.S. Artemyev, V.V. Serbinovich

Autonomous non-profit organization of Higher Education
"Siberian Institute of Business, Management and Psychology"

Abstract: The concept of motivation, motivation system is disclosed, recommendations for improving the personnel motivation system are offered.

Keywords: motivation, incentive, stimulation, incentives, personnel, material incentives, non-material incentives

Мотивация - понятие, широко используемое в современной культуре и гуманитарных науках, близкое к значению слов «намерение», «толчок», «вклад», «поощрение», «энтузиазм». Эта концепция впервые была рассмотрена немецким философом иррационального добровольчества А. Шопенгауэром как одна из четырех основ, достаточных для его философской работы [1, с. 29].

Мотивация как стратегия направлена на долговременное воздействие на персонал с целью поддержания интереса работников к высокопроизводительному труду. Стимулирование – это тактика решения проблемы, направленная на фактическую структуру ценностных ориентаций и интересов работников, на более полную реализацию имеющегося трудового потенциала [2, с. 49].

Мотивация трудовой деятельности – это процесс удовлетворения работниками своих потребностей и ожиданий в выбранной ими работе, осуществляемый в результате реализации их целей, согласованный с целями и задачами предприятия, и одновременно с этим это комплекс мер, применяемых со стороны субъекта управления для повышения эффективности труда работников.

Система мотивации – это материальные и нематериальные стимулы, ради которых сотрудники готовы эффективно работать и дольше оставаться в компании. Эффективная система мотивации объединяет собственные потребности сотрудников цели работодателей [3, с. 124].

Для улучшения системы мотивации персонала в организации предлагается следующее:

1. Совершенствование системы материального и нематериального стимулирования.
2. Внедрение программы по развитию лидерства у молодых специалистов.
3. Формирование корпоративной культуры.

Рассмотрим данные рекомендации подробно:

1. Совершенствование системы материального и нематериального стимулирования сотрудников.

Система прямой материальной мотивации персонала состоит из базового оклада (постоянная часть заработной платы работника) и премиальных

(переменная часть заработной платы, которая может быть пересмотрена).

Самая надежная мотивация персонала — нематериальная. Ведь высокий уровень именно такой мотивации позволяет компании удерживать высококлассных специалистов в ситуации кадрового дефицита и стремительного роста зарплат на рынке труда, а также получать поддержку сотрудников в кризисной ситуации, когда финансовая мотивация становится невозможной [4, с. 48].

Необходимо внедрение следующих факторов по улучшению системы нематериального стимулирования труда:

– дополнительное медицинское обслуживание – предлагается выделить трем лучшим сотрудникам суммы в размере 30 000 рублей в год, на стоматологические услуги. Данное мероприятие даст возможность улучшения показателей общего здоровья работников;

– предоставление возможности восстановления здоровья. Двух сотрудников, зарекомендовавших себя с лучшей стороны, один раз в год могут получить путевку в санаторий, для восстановления собственного здоровья и лечения уже имеющихся заболеваний. Во время пребывания в санатории, сотрудники имеют возможность отдохнуть и восстановить силы, вследствие этого повышается работоспособность и повышается имидж организации, как в глазах получателей, так и остальных сотрудников, не получивших возможность посещения санатория.

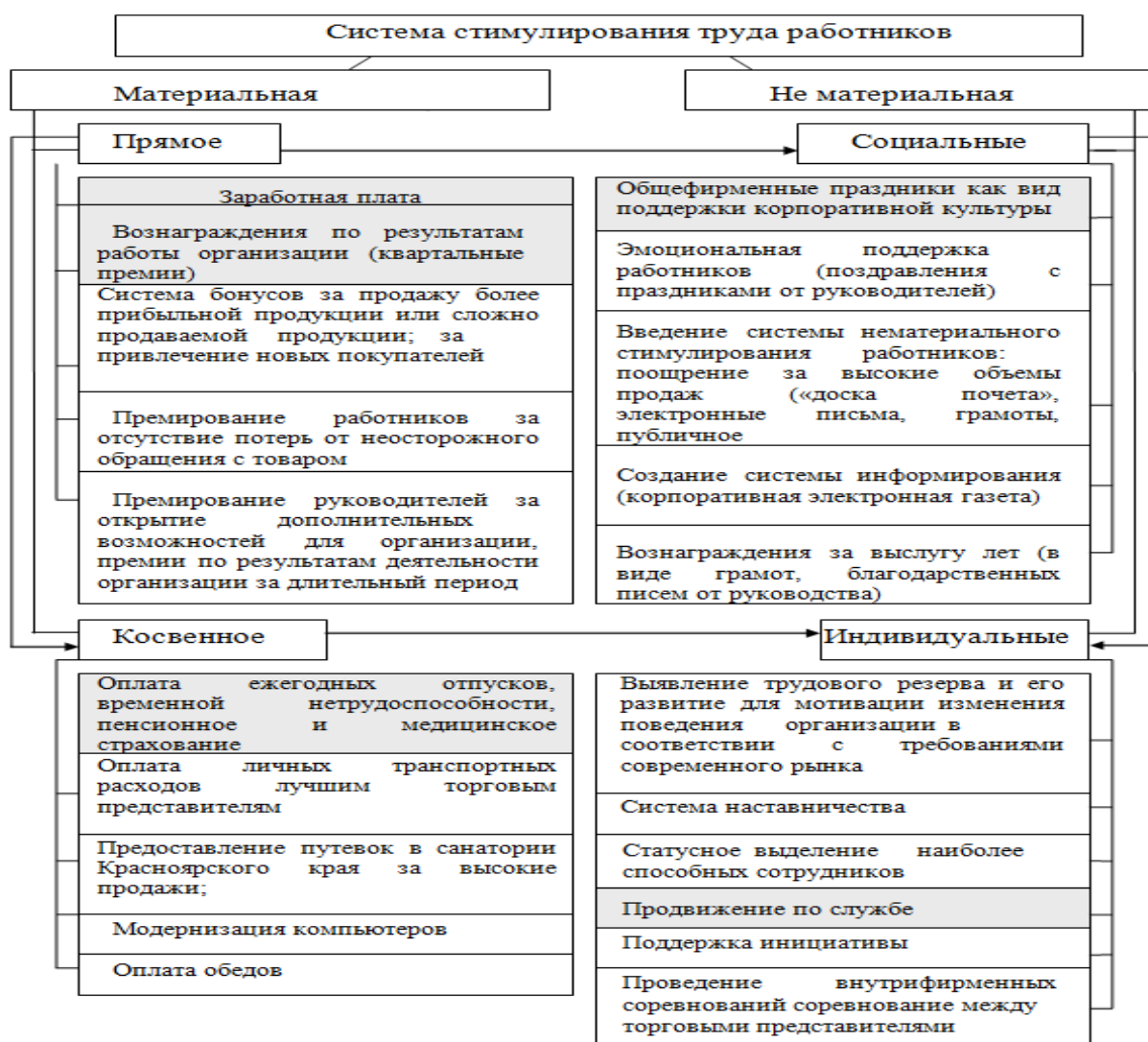


Рисунок 1 - Система стимулирования труда работников в новой организации

Общая схема стимулирования труда работников в организации, представлена на рисунке 1.

2. Внедрение программы по развитию лидерства у молодых специалистов.

Деятельность программы осуществляется путем проведения теоретических занятий, психологических диагностик, тренингов.

Программа рассчитана на 1 месяц.

Цель: создание условий для эффективной деятельности организации по выявлению и развитию лидерских качеств у молодых специалистов.

Задачи:

1. Знакомство участников программы с теоретическими основами лидерства.

2. Развитие у молодых специалистов умений успешного и делового общения.

Направления работы:

1. «Школа социального успеха».

Предполагает работу психологической службы по выявлению уровня лидерских способностей (качеств) молодых специалистов. Далее проводятся психологические игры, тренинги, создаются ситуации успеха, направленные на развитие лидерских качеств.

2. «Практикум хорошего тона».

Излагаются теоретические сведения о культуре общения, правилах хорошего тона, проводится тестирование на коммуникабельность.

3. «Марафон игр».

Приобретение навыков проведения коллективно – творческих дел. Игры на развитие лидерских качеств.

Ожидаемые результаты:

личностный рост участников;

увеличение шансов каждого участника программы стать лидером в избранной им сфере деятельности;

приобретение умений и навыков цивилизованного межличностного общения;

приобретение навыков работы в коллективе, эффективное взаимодействие с коллегами и начальством.

приобретение навыков осмысления проделанной работы, умения анализировать свои действия и действия коллектива.

3. Формирование корпоративной культуры.

Для устранения конфликтов в коллективе предлагается большее внимание уделять корпоративной культуре предприятия, в ходе чего необходимо:

– организовать досуг коллектива, например, организация активного отдыха сотрудников (организация и проведение игр в пейнтбол и боулинг), проведение корпоративов. Коллективный отдых дает возможность по-другому взглянуть на отношения между коллегами в коллективе во вне рабочее время. Данные мероприятия помогут сплотить коллектив, что, несомненно, принесет, положительный результат в деятельности организации;

– тимбилдинг (командообразование).

Термин, обычно используемый в контексте бизнеса и применяемый к

широкому диапазону действий для создания и повышения эффективности работы команды. В настоящее время тимбилдинг представляет собой одну из перспективных моделей корпоративного менеджмента, обеспечивающих полноценное развитие компании, и является одним из наиболее эффективных инструментов управления персоналом.

Командное строительство направлено на создание групп равноправных специалистов различной специализации, сообща несущих ответственность за результаты своей деятельности и на равной основе осуществляющих разделение труда в команде.

Предложенные мероприятия помогут улучшить систему стимулирования труда и сделают более эффективной: помогут работникам проявить себя и позволят каждому работнику осознать свою значимость в достижении целей организации, обеспечить удовлетворенность работников условиями труда снизить, тем самым, текучесть кадров, и, таким образом, повысить заинтересованность работников в результатах работы организации.

Высокая мотивированность работников одна из важных составляющих эффективной и конкурентоспособной деятельности организации, которая выступает необходимым условием адаптированности работника к той среде, в которой он находится. Установлено, что на мотивацию сотрудников влияет возраст, стаж работы, а также наличие в организации лидера, который формулирует цели и задачи труда. Молодые специалисты имеют выраженную внешнюю мотивацию, в то время как специалисты с опытом работы более 10 лет внутреннюю, которая не ограничивается желанием получить интересный проект, а еще и стремлением получить признание и подтверждение нужности и значимости.

Библиографический список

1. Мотивация и стимулирование трудовой деятельности : учебник и практикум для вузов / Е. А. Родионова, В. И. Доминьяк, Г. Жушман, М. А. Экземпляров ; под редакцией Е. А. Родионовой. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 279 с.

2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация : учебное пособие для вузов / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 139 с.

3. Коргова, М. А. Менеджмент организации : учебное пособие для вузов / М. А. Коргова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 197 с.

4. Психология труда : учебник и практикум для вузов / С. Ю. Манухина [и др.] ; под общей редакцией С. Ю. Манухиной. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 485 с.

**ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ОРГАНАМИ МЕСТНОГО
САМОУПРАВЛЕНИЯ ВОПРОСОВ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ
В СФЕРЕ КУЛЬТУРЫ**

Е.С. Янович

Научный руководитель А.Г. Быкова

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский юридический университет»

Аннотация. В настоящей статье автор рассматривает проблему реализации полномочий по решению вопросов местного значения органами местного самоуправления в области культуры, на основе изученного материала делаются обобщающие выводы, имеющие теоретическое значение.

Ключевые слова. Местное самоуправление, органы местного самоуправления, вопросы местного значения, культура

**PROBLEMS OF IMPLEMENTATION BY LOCAL SELF-GOVERNMENT
BODIES OF ISSUES OF LOCAL IMPORTANCE
IN THE FIELD OF CULTURE**

E. Yanovich

Scientific adviser - A. Bykova

Private educational institution of higher education
«Siberian Law University»

Annotation. In this article, the author examines the problem of the implementation of powers to resolve issues of local importance by local governments in the field of culture, on the basis of the studied material, generalizing conclusions of theoretical importance are made.

Keywords. Local self-government, local authorities, issues of local importance, culture

Сфера культуры обширна и многогранна, и как элемент социальной сферы, является своеобразным индикатором состояния общества, социально-экономического развития территории. Яркое это прослеживается на местном (муниципальном) уровне - наиболее близким к населению уровнем публичной власти.

В настоящей статье рассмотрим проблемы, возникающие при решении вопросов местного значения органами местного самоуправления, и возможный путь их решения.

Компетенция и пределы осуществления органов местного самоуправления определены вопросами местного значения, которые закреплены Федеральным законом от 6 октября 2003 г. № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» (далее – 131-ФЗ). Указанный федеральный закон раскрывает смысл понятия «вопросы местного значения», под которым понимаются вопросы непосредственного обеспечения жизнедеятельности населения муниципального образования, решение которых, в соответствии с Конституцией Российской

Федерации и настоящим Федеральным законом, осуществляется населением и (или) органами местного самоуправления самостоятельно¹⁶.

В статьях 14-16.2 указанного федерального закона определён список вопросов местного значения, а также права органов местного самоуправления на решение вопросов, которые не относятся к вопросам местного значения. В зависимости от вида муниципального образования эти вопросы местного значения различаются.

Полномочия органов местного самоуправления для всех видов муниципальных образований по решению вопросов местного самоуправления описаны в статье 17 131-ФЗ, а также в уставах муниципальных образований.

Основы законодательства Российской Федерации о культуре определяют полномочия органов местного самоуправления в области культуры.¹⁷

В соответствии со статьей 40 Закона Российской Федерации от 09.10.1992 № 3612-1, к полномочиям городского поселения относятся:

- Организация библиотечного обслуживания населения как полномочие реализуется органами местного самоуправления через создание библиотек на территории поселения.

- Комплектование и обеспечение сохранности библиотечных фондов библиотек городского поселения. Органы местного самоуправления при формировании бюджета поселения должны предусмотреть денежные средства для комплектования фондов библиотеки необходимыми книгами, периодическими изданиями и другими материалами, а также обеспечивать их сохранность.

- Создание условий для организации досуга и обеспечения жителей городского поселения услугами организаций культуры. Указанное полномочие может реализовываться через организацию культурных мероприятий, предоставление доступа к культурным объектам и т.д.

- Сохранение, использование и популяризация объектов культурного наследия (памятников истории и культуры), находящихся в собственности поселения. Органы местного самоуправления обязаны принимать меры по сохранению объектов культурного наследия, находящихся в собственности городского поселения. Они также должны использовать эти объекты для популяризации культуры и истории.

- Охрана объектов культурного наследия (памятников истории и культуры) местного (муниципального) значения, находящихся на территории городского поселения. Органы местного самоуправления обязаны обеспечивать охрану объектов культурного наследия, расположенных на территории городского поселения.

- Создание условий для развития местного традиционного народного художественного творчества. Данное полномочие может реализовываться через поддержку творческих коллективов, организацию фестивалей и конкурсов и т.д.

¹⁶ Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон от 6 октября 2003 г. № 131-ФЗ : [Принят Государственной Думой 16 сентября 2003 года : одобрен Советом Федерации 24 сентября 2003 года]. Гарант : информационно-правовой портал (дата обращения: 07.03.2024).

¹⁷ Закон Российской Федерации от 9 октября 1992 г. № 3612-1 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» // Гарант : информационно-правовой портал (дата обращения: 07.03.2024).

- Участие в сохранении, возрождении и развитии народных художественных промыслов в городском поселении. К мероприятиям, направленным на сохранение, возрождение и развитие народных художественных промыслов могут относиться организованные органами местного самоуправления выставки, мастер-классы, поддержка мастеров.

Кроме того, отдельные полномочия и права органов местного самоуправления содержатся в 14 отраслевых федеральных законах (например, Федеральный закон от 29.12.1994 № 78-ФЗ «О библиотечном деле», Федеральный закон от 25.06.2002 № 73-ФЗ «Об объектах культурного наследия (памятниках истории и культуры) народов Российской Федерации», Федеральный закон от 26.05.1996 № 54-ФЗ «О Музейном фонде Российской Федерации и музеях в Российской Федерации»).

Однако вопросы местного значения в области культуры, равно как и полномочия по их решению практически для всех видов муниципальных образований дублируются. Данную проблему «отсутствия четкого разграничения предметов ведения (вопросов местного значения)» поселений и муниципальных районов выделял А.А. Афанасьев¹⁸. Так же и механизмы реализации полномочий органами местного самоуправления значительно различаются.

Например, на территории Москаленского городского поселения Москаленского муниципального района Омской области в рамках реализации подпрограммы «Развитие социальной сферы Москаленского городского поселения Москаленского муниципального района Омской области» Муниципальной программы Москаленского городского поселения Москаленского муниципального района Омской области «Муниципальное управление и обеспечение выполняемых полномочий в Москаленском городском поселении Москаленского муниципального района Омской области» предусмотрены расходы на проведение мероприятий для детей и молодежи. В 2023 году указанные расходы составили 150 000 рублей¹⁹. В соответствии с пунктом 3 части 1 статьи 1 131-ФЗ муниципальные учреждения культуры, подведомственные администрации Москаленского городского поселения Москаленского муниципального района Омской области, не созданы.

Бюджетом Москаленского муниципального района Омской области на 2023 год предусмотрены расходы на культуру в размере 137 902 030,20 рублей²⁰. Данные расходы направляются на заработную плату работников учреждений в сфере культуры и реализацию других полномочий в области культуры. Органом, осуществляющим организационные и управленческие функции в сфере культуры на территории района, является управление

¹⁸ Афанасьев, А. А. Совершенствование правового регулирования осуществления органами местного самоуправления сельских поселений вопросов местного значения в современных условиях / А. А. Афанасьев. – Текст : электронный // Омский научный вестник. – 2006. - № 8 (44). – С. 261-264. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-pravovogo-regulirovaniya-osuschestvleniya-organami-mestnogo-samoupravleniya-selskih-poseleniy-voprosov-mestnogo/viewer> (дата обращения: 08.03.2024).

¹⁹ Омская губерния : [сайт]. – Омск, URL: <http://moskal.moskal.omskportal.ru/omsu/moskal-3-52-232-1/poseleniya/moskalenskoe-gorodskoe/poselenie/budget> (дата обращения: 15.03.2024)

²⁰ Омская губерния : [сайт]. – Омск, URL: <https://moskal.omskportal.ru/omsu/moskal-3-52-232-1/otrasl/otkubudget/reshen/2023/aktual> (дата обращения: 15.03.2024)

культуры администрации Москаленского муниципального района Омской области.

Можно ли говорить о том, что вопросы местного значения в сфере культуры городским поселением не решаются? Нет, решаются. Только через финансовое участие путем выделения денежных ассигнований из местного бюджета на реализацию мероприятий муниципальной программы.

И такое противоречие существует повсеместно, где в районных центрах муниципальных районов имеются органы местного самоуправления городского поселения и муниципального района.

Возможным решением указанной проблемы может стать принятие законопроекта № 40361-8 «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти»²¹, которым предполагается упразднить двухуровневую систему через укрупнение территорий муниципалитетов с образованием муниципальных округов. Реформа позволит оптимально выстроить систему управления, устранив удвоение в реализации органами местного значения вопросов местного значения, позволит эффективно распределять финансовые ресурсы с целью обеспечения конституционных прав граждан Российской Федерации на участие в культурной жизни и пользование учреждениями культуры, на доступ к культурным ценностям.

Библиографический список

1. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон от 6 октября 2003 г. № 131-ФЗ : [Принят Государственной Думой 16 сентября 2003 года : одобрен Советом Федерации 24 сентября 2003 года]. – Текст : электронный // Гарант : информационно-правовой портал. – Москва, 2002. – Загл. с титул. экрана. – URL:

http://ivo.garant.ru/proxy/share?data=q4Og0aLnpN5Pvp_qlYqz5LbkueCOjZDxqbzWR7ju8o_xo7XTtO2xn7HdsdaxyUm097GH5f6p0L7atcz-z6Sp_aXyxKjOuPy1xALqnfKH4bLlruKl4Y_ypPGptNZDpO2126XeudvzufCA6I3jjufH/ (дата обращения: 07.03.2024).

2. Основы законодательства Российской Федерации о культуре : Закон Российской Федерации от 9 октября 1992 г. № 3612-I : [Принят Верховным Советом Российской Федерации 9 октября 1992 года]. – Текст : электронный // Гарант : информационно-правовой портал. – Москва, 2002. – Загл. с титул. экрана. – URL:

http://ivo.garant.ru/proxy/share?data=q4Og0aLnpN5Pvp_qlYqz6a_xu-jl_Jzz57_eSb-i6pXz5Lzav-L-0Lbavtmj00Wn4OWHkMex37TbqJqiyPOn8ae12aDXo-ujlRrwn-KF47T8sPy555r8nPPvv9pVvOW-wY7otJ3ro-GB5I7kiK0= / (дата обращения: 07.03.2024).

3. Афанасьев, А. А. Совершенствование правового регулирования осуществления органами местного самоуправления сельских поселений вопросов местного значения в современных условиях / А. А. Афанасьев. – Текст : электронный // Омский научный вестник. – 2006. – № 8 (44). – С. 261-

²¹ 6. Система обеспечения законодательной деятельности Государственной автоматизированной системы «Законотворчество» (СОЗД ГАС «Законотворчество»): [Электронный ресурс].- URL: <https://sozd.duma.gov.ru/bill/40361-8>, (дата обращения: 07.03.2024)

264. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-pravovogo-regulirovaniya-osuschestvleniya-organami-mestnogo-samoupravleniya-selskih-poseleniy-voprosov-mestnogo/viewer> (дата обращения: 08.03.2024).

4. Омская губерния : [сайт]. – Омск, URL: <http://moskal.moskal.omskportal.ru/omsu/moskal-3-52-232-1/poseleniya/moskalenskoe-gorodskoe/poselenie/budget> (дата обращения: 15.03.2024). - Текст : электронный.

5. Омская губерния : [сайт]. – Омск, URL: <https://moskal.omskportal.ru/omsu/moskal-3-52-232-1/otrasl/otkbudget/reshen/2023/aktual> (дата обращения: 15.03.2024). - Текст : электронный.

6. Система обеспечения законодательной деятельности Государственной автоматизированной системы «Законотворчество» (СОЗД ГАС «Законотворчество»): [Электронный ресурс].- URL: <https://sozd.duma.gov.ru/bill/40361-8>, (дата обращения: 07.03.2024). – Текст : электронный.

ББК 74.005.545

ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА КАК СПОСОБ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОДДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТА ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

Н.А. Яшин, А.С. Третьяков

Сибирский государственный университет науки и технологий
имени академика М. Ф. Решетнева

Аннотация: На сегодняшний день важным является сохранение здоровья студентов. Будущая активная и успешная профессиональная деятельность невозможно без крепкого здоровья. Поэтому необходимо создавать все условия для его укрепления. Достаточная физическая активность является одной из составляющих здорового образа жизни. Но зачастую человек склонен игнорировать эту важную часть, так как физические нагрузки требуют усилий и силы воли, дисциплины и самоконтроля. Одним из путей решения проблемы регулярных занятий физической активностью являются игровые виды спорта. Игровые виды спорта имеют множество положительных эффектов на здоровье, как физическое, так и психическое. Регулярные тренировки в игровых видах спорта помогают поддерживать здоровый образ жизни и повышать качество жизни.

Ключевые слова: студенты, здоровый образ жизни, физическая активность, технический вуз, игровые виды спорта

GAME SPORTS AS A WAY TO PROMOTE HEALTH AND MAINTAIN PROFESSIONAL QUALITIES OF A TECHNICAL UNIVERSITY STUDENT

N.A. Yashin, A.S. Tretyakov

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology

Abstract: Today, it is important to preserve the health of students. Future active and successful professional activities are impossible without good health. Therefore,

it is necessary to create all the conditions for its strengthening. Sufficient physical activity is one of the components of a healthy lifestyle. But often a person is inclined to ignore this important part, since physical activity requires effort and willpower, discipline and self-control. One of the ways to solve the problem of regular physical activity is game sports. Game sports have many positive effects on health, both physical and mental. Regular training in game sports helps to maintain a healthy lifestyle and improve the quality of life.

Key words: students, healthy lifestyle, physical activity, technical university, game sports

Одной из ценностей в жизни каждого человека является здоровье. Значение его сложно переоценить.

Здоровье определяется степенью гармоничности взаимодействия организма и среды (причинно-следственных связей) во всех сферах деятельности человека и обеспечивается образом жизни индивида и общества в целом.

Здоровье - согласно Уставу ВОЗ, это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (Устав ВОЗ, 1948).

Физическое здоровье - это текущее состояние функциональных возможностей органов и систем организма.

Психическое здоровье - состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера.

Социальное здоровье понимается как система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде.

К числу основных факторов, влияющих на физическое здоровье, относятся: система питания, дыхания, физических нагрузок, закаливания, гигиенические процедуры [1]

На сегодняшний день важным является сохранение здоровья студентов. Будущая активная и успешная профессиональная деятельность невозможно без крепкого здоровья. Поэтому необходимо создавать все условия для его укрепления.

«Здоровый образ жизни, являясь важнейшим составным элементом культуры, содействует формированию здоровья будущего специалиста» [2].

Сегодня на основании обобщения многочисленных исследований в области эпидемиологии и этиологии большинства заболеваний человека можно утверждать, что более 80 % возможностей сохранить здоровье зависит от собственной воли и поведения, 15 - от общества и окружающей среды и только 5 % - от врача. Поэтому сохранение здоровья должно обеспечиваться в первую очередь собственными усилиями [3].

Здоровье человека – очень хрупкая система, требующая постоянного контроля и поддержки.

Говоря о пользе физической активности, нужно отметить, что важна их интенсивность, частота, работа над мышцами и скелетом.

Образ жизни современного человека малоподвижен, поскольку большинство профессий предполагают сидячую работу. В результате, организм

не испытывает постоянную необходимую нагрузку и становится все менее ловким, и подвижным, а жизнедеятельность всех органов и систем – все более вялой.

Достаточная физическая активность является одной из составляющих здорового образа жизни. Но зачастую человек склонен игнорировать эту важную часть, так как физические нагрузки требуют усилий и силы воли, дисциплины и самоконтроля. Кроме того, «важной дополнительной причиной является отсутствие интереса на таких занятиях - многие предлагаемые комплексы упражнений не интересуют студентов» [4].

Для занятий физической культурой «по большому счёту необходимо только желание самого человека» [5].

Если человек получает удовольствие от занятий физической культурой, он будет заниматься ей регулярно, что и требуется для поддержания здоровья.

Одним из путей решения проблемы регулярных занятий физической активностью являются игровые виды спорта.

Игровые виды спорта – это разновидность спортивной деятельности, в которой команды или индивидуальные игроки соревнуются друг с другом в определенных правилах и целях, принося не только удовольствие, но и принесшие пользу для здоровья.

Игровые виды спорта представляют собой разновидность спортивных дисциплин, где участники соперничают в командном формате, соблюдая определенные правила и стремясь к достижению определенных целей. Они отличаются от индивидуальных видов спорта тем, что требуют командной работы, стратегического мышления и взаимодействия между игроками.

Они требуют не только физической подготовки.

Одной из особенностей игровых видов спорта является наличие определенных правил и регламентов, которые регулируют ход игры и определяют условия победы. Это создает справедливую и честную среду для соревнований.

В игровых видах спорта также важна физическая подготовка, так как игроки должны быть выносливыми, быстрыми, гибкими и сильными. Они должны иметь хорошую координацию движений, реакцию и способность принимать решения в быстром темпе.

Командная работа является неотъемлемой частью игровых видов спорта. Игроки должны уметь взаимодействовать друг с другом, передавать мяч или другие игровые предметы, создавать тактические комбинации и поддерживать своих партнеров.

Игровые виды спорта также развивают навыки социализации и коммуникации. Игроки должны уметь общаться с партнерами, тренерами и соперниками, а также соблюдать этику и спортивное поведение.

Игры в командном формате требуют от игроков не только физической подготовки, но и способности эффективно взаимодействовать с партнерами. Тактическое мышление и стратегическое планирование играют ключевую роль в достижении успеха в игровых видах спорта. Игры устанавливают четкие правила, которые регулируют ход соревнований, обеспечивая справедливость и честность. Наличие регламентов создает структурированную среду для соперничества.

Игроки должны быть выносливыми, быстрыми, гибкими и сильными. Координация движений, реакция и способность принимать решения в быстром темпе - важные аспекты физической подготовки. Игровые виды спорта развивают навыки социализации, требуя от игроков общения с партнерами, тренерами и соперниками. Соблюдение этики и спортивного поведения также важно для формирования спортивной культуры.

Игровые виды спорта предоставляют богатый выбор для спортивной активности, объединяя миллионы людей по всему миру. Рассмотрим некоторые из наиболее популярных игровых видов спорта и их особенности.

Футбол, или соккер, является самым массовым и популярным игровым видом спорта в мире. Играют две команды по 11 человек в каждой. Цель: забить мяч в ворота соперника, используя только ноги или голову. Развивает физическую выносливость, координацию и тактическое мышление. Часто ассоциируется с эмоциональными и захватывающими матчами. «Эта игра положительно сказывается на сердечно-сосудистой системе, укрепляет иммунитет, способствует более активному обмену веществ и мышечно-скелетным адаптациям, улучшает ловкость и выносливость, развивает координацию движений. Также футбол является отличным средством борьбы с депрессиями и лишним весом» [6].

Баскетбол - игра с мячом, в которой две команды из пятерых игроков пытаются забросить мяч в корзину соперника. Баскетбол развивает «выносливость, быстроту реакции, координацию и навыки передачи мяча. Игра динамична и требует высокого уровня физической активности» [7].

Волейбол - командная игра, в которой две команды из шести игроков пытаются перебросить мяч через сетку на сторону соперника. Волейбол развивает выносливость, гибкость, координацию и навыки командной работы.

Большой теннис - индивидуальная или парная игра, в которой два игрока или команды отбивают мяч друг в сторону соперника. Цель: Заработать очки, заставляя соперника неудачно вернуть мяч. Развивает выносливость, координацию, быстроту реакции и тактическое мышление. Теннис часто ассоциируется с элегантностью и стратегией.

Хоккей - игра с шайбой и хоккейной клюшкой, в которой две команды пытаются забросить шайбу в ворота соперника. Развивает физическую выносливость, координацию, быстроту реакции и требует отличной командной работы.

Это только некоторые из популярных игровых видов спорта. Каждый из них имеет свои особенности и требует определенных навыков и физической подготовки. Выбор игрового вида спорта зависит от предпочтений и интересов каждого человека.

Игровые виды спорта имеют множество положительных эффектов на здоровье человека. Вот некоторые из них:

1 Физическая активность.

Игровые виды спорта требуют интенсивной физической активности, что способствует укреплению сердечно-сосудистой системы, улучшению кровообращения и повышению общей физической выносливости. Регулярные тренировки в игровых видах спорта помогают поддерживать здоровый уровень

физической активности и предотвращать развитие различных заболеваний, таких как ожирение, диабет и сердечно-сосудистые заболевания.

2 Развитие координации и гибкости.

Игровые виды спорта требуют хорошей координации движений и гибкости. Постоянные тренировки помогают развивать эти навыки, улучшая баланс, реакцию и точность движений. Это особенно важно для развития детей и подростков, так как игровые виды спорта способствуют формированию правильной осанки и развитию моторики.

3 Социальное взаимодействие.

Игровые виды спорта часто требуют командной работы и взаимодействия с другими игроками. Это помогает развивать навыки коммуникации, сотрудничества и лидерства. Участие в командных играх способствует формированию дружеских отношений, укреплению коллективного духа и развитию социальных навыков.

4 Улучшение психического здоровья.

Игровые виды спорта имеют положительное влияние на психическое здоровье. Физическая активность способствует выделению эндорфинов – гормонов счастья, которые улучшают настроение и снижают уровень стресса и тревожности. Участие в играх также требует концентрации и принятия быстрых решений, что способствует развитию когнитивных навыков и улучшению памяти.

В целом, игровые виды спорта имеют множество положительных эффектов на здоровье, как физическое, так и психическое. Регулярные тренировки в игровых видах спорта помогают поддерживать здоровый образ жизни и повышать качество жизни.

Таким образом, можно сделать вывод, что игровые виды спорта оказывают следующее влияние на здоровье студентов:

- укрепляют нервную систему и двигательный аппарат;
- улучшают общий обмен веществ;
- гармонично повышают деятельность всех органов и систем организма;
- обеспечивают активный отдых.

Передвижения и технические приёмы оказывают благотворное влияние на опорно-двигательный аппарат, укрепляют костно-связочную и мышечную систему, способствуют развитию физических качеств. Совершенствуются функции сердечно-сосудистой системы.

Возможность индивидуального подбора нагрузки в зависимости от уровня подготовленности и состояния здоровья спортсмена позволяет использовать игровые виды спорта в адаптивном спорте.

Библиографический список

1. Алешина, А. С. Воспитание волевых качеств посредством занятия физической культурой и спортом / А. С. Алешина, О. Б. Аношкина // Молодой ученый. - 2023. - № 49 (496). - С. 500-504.

2. Батуева, А. А. Влияние спортивных игр на организм человека / А. А. Батуева, И. М. Хабибуллин // Скиф. - 2019. - № 5-1(33). – С. 24-28.

3. Игровые виды спорта как оптимальное средство развития физических качеств у студентов средних специальных и высших учебных заведений: учеб.

Пособ. / И. В. Волкова, А. С. Большев, М. С. Витушкина [и др.]; Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т. – Н. Новгород : ННГАСУ, 2022. – 119 с.

4. Киселев, Д. М. Командные виды спорта как средство сохранения и укрепления здоровья студентов / Д. М. Киселев // Молодой ученый. - 2023. - № 12 (459). - С. 194-196.

5. Томилин, К. Г. Философия здоровья: современные понятия о здоровье человека / К. Г. Томилин // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. - 2017. - № 2(5). – С. 8-20.

6. Три времени жизни. Ваш учебник здоровья / В. Ф. Левшин. – Москва : Университетская книга, 2015. – С. 236.

7. Шамиль, Х. К. Физическая культура как основополагающий компонент здорового образа жизни современного человека. /Х. К. Шамиль // Academic research in educational sciences. - 2021. - № 2. – С. 74-80.

СОДЕРЖАНИЕ

1. **ВЛИЯНИЕ ТИПА АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА НА ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ** 3
Айс О.А., Самарина А.С.
2. **АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ МСП В РОССИЙСКИХ РЕГИОНАХ РЕСУРСНОГО ТИПА** 7
Алексеева Н.А., Лихтер А.В.
3. **ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ** 12
Альянова А.Е.
Научный руководитель Самарина А.С.
4. **ПРОКРАСТИНАЦИЯ: ДЕВИАНТОЛОГИЧЕСКИЙ КОНТЕКСТ** 16
Аникин А.Н.
5. **СТАЖИРОВКА КАК ИНСТРУМЕНТ АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ К РЫНКУ ТРУДА** 20
Артёмова О.Е., Лобанова Е.Э.
6. **РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ** 24
Артемьев Д.А.
Научный руководитель Третьяков А.С.
7. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТ «ДЕЛОВЫЕ И ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА ГОТОВНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭФ СИБУП»** 28
Ахмедова С.Н., Иванова В.А., Соболев М.В., Коваль И.В.
8. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «АВТОРИТЕТ - ИСТОЧНИКА ВЛАСТИ СПЕЦИАЛИСТА УСПЕШНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»** 33
Ахмедова С.Н., Вишталюк П.А., Калямин Н.М., Коваль И.В.
9. **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТСКИЕ ТРАВМЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ВЗРОСЛУЮ ЖИЗНЬ** 37
Безверхова М.А., Самарина А.С.
10. **ЦИФРОВАЯ ГИГИЕНА КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ** 41
Береговых М.С., Шестакова М.В.
11. **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЧАТ-БОТА «ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО ЛЕСОСИБИРСКУ» В TELEGRAM В СФЕРЕ ТУРИЗМА** 45
Блинцова И.М.
Научный руководитель Басалаева Н.В.
12. **РЕАБИЛИТАЦИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ФУНКЦИЙ КОЛЕННОГО СУСТАВА ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ: «АРТРОСКОПИЯ, АБРАЗИВНАЯ ХОНДРОПЛАСТИКА» С ПОМОЩЬЮ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ** 48
Бортникова Г.Н.
13. **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ В ВУЗАХ** 52
Бортникова Г.Н.
14. **НОВЫЙ ВИД БРОКЕРСКОГО СЧЕТА ИИС – 3** 56
Бурмакин П.К., Сербинович В.В.
15. **АДАПТАЦИЯ ФРАНЧАЙЗИНГА ПРЕДПРИЯТИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ К СОВРЕМЕННЫМ УСЛОВИЯМ РАЗВИТИЯ РОССИИ** 61
Быкова А., Лобанова Е.Э.
16. **АНАЛИЗ РЕКЛАМНОЙ СТРАТЕГИИ ОБЩЕСТВА С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ТОРГОВАЯ СЕТЬ «КОМАНДОР»** 66
Вишнякова А.В., Сербинович В.В.
17. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ**

	ДЕТЕРМИНАНТЫ «ЛИДЕРСКО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ СПЕЦИАЛИСТОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ – РЕЗУЛЬТАТ СОЦИАЛИЗАЦИОННОГО ПРОЦЕССА»	71
	Вишталюк П.А., Зевалич А.Д., Забуга Е.В., Коваль И.В.	
18.	ВЛИЯНИЕ ЖИВОТНЫХ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА	75
	Воронцова А.В., Самарина А.С.	
19.	ВАЖНЕЙШИЕ АСПЕКТЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА	79
	Габбасов И.В., Максимов Г.М.	
20.	ПСИХОДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, СКЛОННЫХ К ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ	83
	Гавалян Д.А., Куцаева А.О.	
21.	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	88
	Гаврась Е.А., Дулинец Г.Г.	
22.	СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ПРОЕКТЫ И АЛГОРИТМЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОТЕНЦИАЛА И ГРАМОТНОСТИ ФОРМИРУЕМЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ В СОЦИАЛИЗАЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ»	93
	Герасимова Е.А., Жданов А.А., Забуга Е.В., Коваль И.В.	
23.	СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ГОТОВНОСТЬ ФОРМИРУЕМЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ К БОЛЕЕ ПОЛНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ПОДЧИНЕННЫХ В РАЗРАБОТКЕ И РЕАЛИЗАЦИИ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ НА ПРЕДПРИЯТИИ»	96
	Герасимова Е.А., Заведеев В.М., Циванюк А.С., Забуга Е.В., Коваль И.В.	
24.	ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ НА ИММУННУЮ СИСТЕМУ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ	101
	Горбатенко Е.М.	
25.	ОБЩЕСТВЕННЫЙ ИДЕАЛ ЮРОДСТВА В ИСТОРИИ РУСИ	105
	Горенский Д.В.	
	Научный руководитель Новожилова М.А.	
26.	ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОЛЛЕДЖА КАК ОСНОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ	108
	Доманова А.В.	
	Научный руководитель Фуряева Т.В.	
27.	КОНФЛИКТ ИНТЕРЕСОВ НА ГОСУДАРСТВЕННОЙ И МУНИЦИПАЛЬНОЙ СЛУЖБЕ. ПРОБЛЕМЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА В ДЕЙСТВИЯХ ОРГАНОВ АНТИКОРРУПЦИОННОГО КОНТРОЛЯ	112
	Егорова В.Н., Быкова А.Г.	
28.	НАЛИЧИЕ ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА	116
	Ефремова А.В.	
	Научный руководитель Басалаева Н.В.	
29.	СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОПТИМАЛЬНОЙ ФОРМЫ СОСТОЯНИЯ СПЕЦИАЛИСТА - ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ КАЧЕСТВО ЭФФЕКТИВНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	119

- Жданов А.А., Циванюк А.С., Коваль И.В.
30. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТ» ПОДГОТОВКИ В СИБУП СПЕЦИАЛИСТОВ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** 124
Заведеев В.М., Ильинская А.А., Коваль И.В.
31. **АНАЛИЗ СИСТЕМЫ МОТИВАЦИИ ОАО «XXX»** 129
Замкевич А.М., Сербинович В.В.
32. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «КОНЦЕНТРАЦИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА И ГРАМОТНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА НА КОНСТРУИРОВАНИЕ ИННОВАЦИЙ - СРЕДСТВ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ И СОЦИАЛЬНО-ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ОБЩНОСТЯХ»** 133
Зевалич А.Д., Старцев В.С., Забуга Е.В., Коваль И.В.
33. **СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ** 137
Земба Е.А.
34. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАТЫ – «ГОТОВНОСТЬ ФОРМИРУЕМЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ КОНСТРУИРОВАТЬ ИННОВАЦИИ – ГЛАВНАЯ ФУНКЦИИ НАУЧНОГО УПРАВЛЕНИЯ В ПЕРВИЧНОМ ТРУДОВОМ ОБЪЕДИНЕНИИ»** 139
Иванова В.А., Соболев М.В., Забуга Е.В., Коваль И.В.
35. **СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ «ФОРСАЙТ-ДЕТЕРМИНАНТЫ «ФОРМИРОВАНИЕ ТИПОВ И ИСТОЧНИКОВ ВЛАСТИ ДЛЯ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЕМЫХ К ЭФФЕКТИВНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ В ПРОЦЕССАХ КОНСТРУИРОВАНИЯ ИННОВАЦИЙ – КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ»** 144
Ильинская А.А., Яковлева Е.А., Коваль И.В.
36. **СЛОЖНОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ЯПОНСКОГО ЯЗЫКА СТУДЕНТАМИ НЕЯЗЫКОВЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ** 148
Исаева А.В.
Научный руководитель Правкина А.В.
37. **СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ** 151
Клепцова Т.Н.
38. **КОНТРОЛЬ И ПОДЧИНЕНИЕ: КАК АВТОРИТАРНОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЛИЯЕТ НА МУЖЧИН** 154
Клименко Е.О., Самарина А.С.
39. **ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАВ НА СВОБОДУ ВЕРОИСПОВЕДАНИЯ В КОНТЕКСТЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ МИНИМАЛЬНЫХ СТАНДАРТНЫХ НОРМ ПИТАНИЯ ОСУЖДЕННЫХ** 159
Кляйн М.А.
Научный руководитель Пестерева Ю.С.
40. **УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ УЧЕТ И ЕГО РОЛЬ В ПРИНЯТИИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ** 163
Колоскова А.Ю., Маренцова П.А.
Научный руководитель Касюк Е.А.
41. **ВИЗУАЛИЗАЦИЯ УЧЕБНОЙ ИНФОРМАЦИИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА** 167
Колпаков А.А., Ерошина А.А., Машанов А.А.
42. **ОСОБЕННОСТИ БИОМЕХАНИЧЕСКОГО АНАЛИЗА ДВИЖЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА** 170
Коноплева Е.Н.
43. **СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ** 173

- Коноплева Е.Н.
44. **ФИНАНСОВЫЙ АНАЛИЗ ДЛЯ ИНВЕСТИТОРОВ: КАК ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЯ НА ОСНОВЕ ФИНАНСОВОЙ ОТЧЁТНОСТИ**
Кравченко А.А. 177
Научный руководитель Касюк Е.А.
45. **ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В НЕФТЕГАЗОВОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ**
Красноженов А.А. 182
Научный руководитель Нуриева Е.В.
46. **РЫНОК СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ В РОССИИ: ПРОГНОЗ РАЗВИТИЯ И КОНКУРЕНЦИЯ**
Крипак Р.А., Кашапова М.О. 187
Научный руководитель Лихтер А.В.
47. **ОСОБЕННОСТИ И ПРОБЛЕМЫ ПОСТАВКИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА, ХАНТЫ-МАНСКИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА**
Кузакова Л.Д., Воронина Е.А. 191
48. **ОТ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРАЕКТОРИЙ**
Куликова Е.В. 196
Научный руководитель Федорова Г.А.
49. **БУЛЛИНГ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ: ПОНЯТИЕ, ФАКТОРЫ**
Лазаренко В.С., Самарина А.С. 201
50. **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК**
Лапыгина О.В. 206
51. **ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ КАК ЭКВИВАЛЕНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МЕТОДА В РАБОТЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**
Лозовая М.А. 210
52. **РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ С ПАТЕЛЛОФЕМОРАЛЬНЫМ БОЛЕВЫМ СИНДРОМОМ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**
Лозовая М.А. 213
53. **ИСТОРИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЕЕ МЕТОДЫ И СРЕДСТВА**
Лозовой А.А. 215
54. **СА-БЛОКАДА, СИНОАТРИАЛЬНАЯ, СИНОАУРИКУЛЯРНАЯ: СТЕПЕНИ И ТИПЫ, ЛЕЧЕНИЕ**
Лозовой А.А. 218
55. **ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ОРГАНАМИ ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВЛАСТИ СУБЪЕКТОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПОЛНОМОЧИЯ ПО КООРДИНАЦИИ ПРОВЕДЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**
Лысова И.И. 223
Научный руководитель Бекетов О.И.
56. **ВНЕШНИЙ ДОЛГ РОССИИ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ВВП СТРАНЫ**
Макарова К.О., Писанкова М.М. 228
57. **РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ СТРЕССА И УЛУЧШЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ**
Мамаджанова Н.М., Третьяков А.С. 232
58. **СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ИМУЩЕСТВЕННЫХ ОТНОШЕНИЙ СУПРУГОВ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ**
Манташова Е.А.

	Научный руководитель Темникова Н.А.	236
59.	СТИЛЬ РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕБЕНКА Мельчехина И.В., Самарина А.С.	241
60.	МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ОДИНОЧЕСТВА Миндалева Е.В. Научный руководитель Козловская В.А.	245
61.	ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА Могилевич П.Д., Самарина А.С.	249
62.	ВЛИЯНИЕ ЛЫЖНОГО СПОРТА И СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА Морозова Е.Н., Калинин И.В.	252
63.	ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНОСОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ Морозова Е.Н., Порватов Д.А.	256
64.	СОЗДАНИЕ АУДИОГИДА «МАКЛАКОВО - ЛЕСОСИБИРСК: К 90-ЛЕТИЮ СО ДНЯ ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ» Мосинцев Д.Д., Джембек Ю.И. Научный руководитель Басалаева Н.В.	260
65.	РОЛЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ Москалевич Д.С. Научный руководитель Борисенко О.Е.	265
66.	ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБУЧАЮЩЕГО КУРСА «ТЕОРИЯ ВЕРОЯТНОСТЕЙ В ЕГЭ ПО МАТЕМАТИКЕ» НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПЛАТФОРМЕ STERIK Мочалова Л.С., Фомина А.В.	268
67.	ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ МАШИНОСТРОЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ Неустроева А.В., Харина Е.В., Артемьев С.А., Молодан И.В.	272
68.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ВРОЖДЕННЫМ ПОРОКОМ СЕРДЦА Новожилова М.А., Балышев С.А.	275
69.	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ ПОЛОСТНЫХ ОПЕРАЦИЙ Новожилова М.А., Кирелюк Е.Ф.	278
70.	ФИНАНСОВЫЕ АНАЛИТИКА И АНАЛИЗ ПРЕДПРИЯТИЯ Новоселова А.А., Качаева А.В.	280
71.	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ ДЛЯ УСПЕШНОГО ОБУЧЕНИЯ Пагулыч В.А. Научный руководитель Галиахметов Р.Н.	283
72.	ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ФИЗИЧЕСКИМ И УМСТВЕННЫМ РАЗВИТИЕМ ЧЕЛОВЕКА, КАК НЕОБХОДИМЫЙ ФАКТОР ЕГО ГАРМОНИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ Папсуев С.Г. Научный руководитель Третьяков А.С.	286
73.	КОММУНИКАТИВНАЯ ТОЛЕРАНТНОСТЬ: ЕЕ СУЩНОСТЬ И ВИДЫ Попова К.Е. Научный руководитель Козловская В.А.	291
74.	ПРОБЛЕМЫ ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ПОДАЧИ ОБРАЩЕНИЙ ГРАЖДАН В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ Потапова Ю.Э., Быкова А.Г.	295

75.	ЛИНГВОСТРАНОВЕДЧЕСКИЙ АСПЕКТ В ПРЕПОДАВАНИИ ЯПОНСКОГО ЯЗЫКА КАК ВТОРОГО ИНОСТРАННОГО ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	301
	Правкина А.В.	
76.	АНАЛИЗ АСУ ТП ДОЖИМНОЙ НАСОСНОЙ СТАНЦИИ	306
	Романова Т.В., Яковлева Е.В.	
77.	РОЛЬ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБЛЕГЧЕНИИ ПРИСТУПОВ МИГРЕНИ	309
	Рудковский А.А.	
	Научный руководитель Третьяков А.С.	
78.	ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО МНЕНИЯ О ЦИФРОВЫХ ДВОЙНИКАХ В СПОРТЕ	312
	Самигуллина Е.В.	
79.	ОРГАНИЗАЦИЯ И ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПО ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ-СИРОТ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ	316
	Селивончик Е.М.	
	Научный руководитель Журлова И.В.	
80.	ВЛИЯНИЕ РАСТЯЖКИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ	322
	Сендецкая О.А., Третьяков А.С.	
81.	СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ УПРАВЛЕНИЯ РИСКАМИ НА ПРЕДПРИЯТИИ	326
	Слесаренко Д.А., Рыжкова Ю.А.	
82.	БЕЗРАБОТИЦА В РОССИИ	328
	Слипченко В.В., Писанкова М.М.	
83.	«СИНДРОМ САМОЗВАНЦА»: ПОНЯТИЕ, ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ	332
	Стародубец К.Е., Самарина А.С.	
84.	ВНЕШНЯЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РОССИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	337
	Требушевский А.В., Писанкова М.М.	
85.	РЕЖИМ ДНЯ СТУДЕНТА ВУЗа: ОПТИМИЗАЦИЯ ДЛЯ АКАДЕМИЧЕСКОГО УСПЕХА И ЗДОРОВЬЯ	341
	Устинов А.С.	
	Научный руководитель Балалаева М.В.	
86.	СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ МОТИВАЦИИ ПЕРСОНАЛА В СОВРЕМЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ	344
	Яковлева Е.А., Артемьев М.С., Сербинович В.В.	
87.	ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ОРГАНАМИ МЕСТНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ ВОПРОСОВ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ В СФЕРЕ КУЛЬТУРЫ	349
	Янович Е.С.	
	Научный руководитель Быкова А.Г.	
88.	ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА КАК СПОСОБ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОДДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТА ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА	353
	Яшин Н.А., Третьяков А.С.	
	СОДЕРЖАНИЕ	359

МОЛОДЁЖЬ СИБИРИ - НАУКЕ РОССИИ:
материалы международной научно - практической
конференции

Ответственный редактор: А.С.Третьяков

Технический редактор: Л.М. Ашихмина

Подписано в печать 24.04.2024г. Сдано в производство 24.04.2024г.

Формат 14,85 x 21,0

Бумага офисная

А. Печать лазерная

Усл. печ. л. 22,8

Изд. №

Заказ № 63

Тираж 100 экз.

Редакционно-издательский центр АНО ВО СИБУП

660037, г. Красноярск, ул. Московская, 7 «А»