

MATERIÁLY

XII MEZINÁRODNÍ VĚDECKO - PRAKTICKÁ KONFERENCE

«VĚDA A VZNIK - 2016»

22 - 30 prosinců 2016 roku

Díl 8
Psychologie a sociologie
Tělesné kultury a sport
Politika

Praha
Publishing House «Education and Science» s.r.o
2016

Vydáno Publishing House «Education and Science»,
Frýdlanská 15/1314, Praha 8
Spolu s DSP SHID, Berdianskaja 61 Б, Dnepropetrovsk

Materiály XII mezinárodní vědecko - praktická konference
« Věda a vznik – 2016».

- Díl 8. Psychologie a sociologie. Tělesné kultury a sport. Politika: Praha.
Publishing House «Education and Science» s.r.o - 62 stran

Šéfredaktor: Prof. JUDr Zdeněk Černák

Náměstek hlavního redaktor: Mgr. Alena Pelicánová

Zodpovědný za vydání: Mgr. Jana Štefko

Manažer: Mgr. Helena Žáková

Technický pracovník: Bc. Kateřina Zahradníčková

XII sběrné nádobě obsahují materiály mezinárodní vědecko - praktická
konference «Věda a vznik»
(22 - 30 prosinců 2016 roku) po sekcích Psychologie a sociologie. Tělesné
kultury a sport. Politika

Pro studentů, aspirantů a vědeckých pracovníků

Cena 270 Kč

ISBN 978-966-8736-05-6

© Kolektiv autorů, 2016

© Publishing house «Education and Science» s.r.o.

PSYCHOLOGIE A SOCIOLOGIE

Psycho-výchovné problémy vývoje člověka v moderních podmínkách

Игубаева А.Т.

студентка 4 курса ДОУВ

Богданова Т.В.

магистр педагогики и психологии, старший преподаватель

Костанайский государственный педагогический институт, Казахстан

ФОРМИРОВАНИЕ КОЛИЧЕСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ МЕТОДИКИ ДЖ.КЮИЗЕНЕРА

Одна из основных задач дошкольного образования это математическое становление ребенка. Оно не сводится к тому, чтоб обучить дошкольника считать, измерять и решать арифметические задачи. Данная задача обращена на то, чтобы создать для ребенка условия для возможности видеть, открывать в окружающем мире свойства, отношения, зависимости, умения их «проектировать» предметами, символами и словами.

Дошкольный возраст – самый интенсивный период формирования количественных представлений. Данный период начинается с раннего детства и продолжается на протяжении всего дошкольного возраста.

Особая роль при этом отводится нестандартным дидактическим средствам, к которым относится широко известный во всем мире дидактический материал, разработанный бельгийским математиком Х. Кюизенером [1].

Счетные палочки Х. Кюизенера для детей 3-7 лет представляют собой комплект цветных счетных палочек. С математической точки зрения палочки – это множество, на котором легко обнаруживаются отношения соответствия (такое же число обозначает каждая палочка одинакового цвета и длины) и порядка следования чисел: 1,2,3,... В этом множестве скрыты многочисленные математические ситуации. Цвет и размер, моделируя число, подводят детей к пониманию различных абстрактных понятий, возникающих в мышлении ребенка естественно, как результат его самостоятельной практической деятельности, таких как число, отношение, порядок

следования, счет, измерение, мерка и др.

Использование «чисел в цвете» позволяет одновременно развивать у детей представление о числе на основе счета и измерения. К выводу, что число появляется в результате счета и измерения, дети подходят на основе практической деятельности, в результате разнообразных упражнений. Например, представление о числе «5» формируется у ребенка на основе сосчитывания предметов, цветных счетных палочек, при условии соотнесения каждого предмета с числом натурального ряда, начиная с числа «один»; «шагая по лесенке», составленной из цветных палочек или кубиков. При этом ребенок замечает, что «шагая по лесенке» вверх – числа увеличиваются, а, спускаясь – уменьшаются, начинает понимать порядок следования чисел в двух направлениях и способ получения числа путем увеличения или уменьшения на 1 [2].

Р.А. Непомнящая отмечает, что палочки Х. Кюизенера как дидактическое средство в полной мере соответствуют специфике и особенностям элементарных математических представлений, формируемых у дошкольников, а также их возрастным возможностям, уровню развития детского мышления, в основном наглядно-действенного и наглядно-образного. В мышлении ребенка отражается прежде всего то, что в начале совершается в практических действиях с конкретными предметами. Работа с палочками позволяет перевести практические, внешние действия во внутренний план, создать полное, отчетливое и в то же время достаточно обобщенное представление о понятии.

Е.А. Носова предлагает следующие задания на развитие количественных представлений. В игре «Пассажиры и поезд» педагог предлагает детям построить небольшой поезд из цветных палочек. Например, из розовой, голубой, красной и желтой. Прежде чем посадить в вагоны пассажиров, детям предлагают узнать, сколько мест в каждом вагончике. Дети находят ответ практическим путем: берут белые палочки и накладывают их на вагончики каждого цвета. Белая палочка - это одно место. В ходе беседы детей подводят к пониманию того, что у каждой палочки есть свое число. Данное задание подводит детей к пониманию состава чисел из единиц. Далее можно разнообразить это задание: посадить в каждый вагончик столько пассажиров, какое число обозначает данная палочка, расставить вагоны по порядку, пронумеровать их [3].

В игровом задании «Как говорят числа» педагог предлагает определить, какая палочка показывает большее, а какая меньшее число? При этом дети запоминают числовое значение цветных палочек. Проверить свое предположение дети могут, наложив на цветные палочки белые кубики, которые обозначают число один. Кроме этого, полезно упражнение «Назови число, найди палочку». Ведущий называет число, а игроки находят соответствующую палочку. Сначала числа называют по порядку, а затем вразбивку. Предлагают детям к цветному числу подобрать цифру, затем – соответствующее количество предметов.

Полезны для детей игры и упражнения на составление чисел из двух меньших. В игре «Построим домик» дети подбирают кирпичики нужного размера. На палочку определенной длины надо положить две меньшие палочки так, чтобы они совпали по длине. При этом педагог уточняет, из каких двух палочек состоит, например, число шесть. Как еще можно составить это число? В данной игре дети представляют разные варианты состава числа из двух меньших. Аналогичное задание предлагается детям в игре «Коврик». Можно варьировать данное задание, предложив детям выложить коврик из палочек одного класса, назвать, какие они обозначают числа. Затем дети выкладывают бахрому из белых палочек.

В игре «Узнай номера домиков» дети обозначают номера домиков по длине дорожек (палочек). При этом рекомендуется использовать прием взаимопроверки [4].

Таким образом, на современном этапе развития общества, математическое становление ребёнка является одной из главных задач дошкольного образования.

Большим подспорьем для воспитателя при решении данной задачи является использование на занятиях по ФЭМП палочек Х. Кюизенера. Так как они представляют собой дидактическое средство формирования у дошкольников наглядно-действенного и наглядно-образного мышления.

Методика Кюизенера - универсальная, она не вступает в противоречие с одной из существующих методик, а наоборот, удачно их дополняет.

Палочки Кюизенера простые и понятные детям: они привыкают к ним еще в совсем раннем возрасте и уже воспринимают как игрового материала, а не видят в них скучное заучивание чисел.

Кроме явной эффективности обучения методики, палочки Кюизенера задействуют еще и ряд приграничных областей: развивают мелкую моторику, зрительное и пространственное восприятие, стимулируют воображение, приучают к порядку.

Список использованной литературы:

1. Шевелев К.В. Дошкольная математика в играх: Формирование элементарных математических представлений у детей 5-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2004.
2. В. П. Новикова, Л. И. Тихонова «Развивающие игры и занятия с палочками Кюизенера» Для работы с детьми 3 – 7 лет. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2013.
3. Непомнящая Р.А., Михайлова З.А. Палочки Х. Кюизенера как средство предматематической подготовки дошкольников // Методические рекомендации по совершенствованию подготовки детей к школе в детском саду. - Л.: ЛГПИ им. А.И.Герцена. - 2003.
4. Носова Е.А., Непомнящая Р.Л. Логика и математика для дошкольников. Санкт-Петербург; "Детство-Пресс", 2002.

Klinická psychologie

Коккозева К.Ш., Елубай А.Е.

Өскемен қаласы С. Аманжолов атындағы ШҚМУ

АЛАЛИЯНЫҢ ПАЙДА БОЛУ СЕБЕПТЕРІ, СИМПТОМАТИКАСЫ МЕН МЕХАНИЗІМІ

Алалияның пайда болу себептері жөнінде көп уақытқа дейін әр түрлі пікірлер айтылды. Атап айтсақ, Р.Коэн(1888), А.Гутцман(1924), Э.Фрешельс(1931), М.Зееман(1962)т.б., бұл бұзылыстың негізгі себебі туылғанға дейінгі кездегі және бала дамуының ерте кезіндегі қабыну және алиментарлы-трофикалық ауысу патологиялары деп есептеген. А.Трейтель (1901) алалияны зейінмен есте сақтау қабілетінің жеткіліксіздігінің салдары деп есептеген. А.Либман(1901) алалиядағы сөйлеу тілінің жетілмеуін зияттың жеткіліксіздігімен байланыстырған. А.Ивинг(1963) бұл балаларда бас миының зақымдануындағы сөйлеу тілінің жеткіліксіздігінің басты белгісі ретінде сөздің моторлы бейнесінің жоқтығын атап көрсеткен. М.Зееман (1962) сөйлеу тілі бас миындағы сөйлеу орталықтарының (сөйлеу тілінің ми аялары) бұзылыстары салдарынан дамымайды деген. Туылған кездегі жарақаттар мен асфексиялар туғанға дейінгі патологиялардың салдары болып табылады. Осылардың бәрі оттегінің жетіспеуіне, тыныс алу орталығының функцияларының төмендеуіне әкеліп соғады. Ең бірінші, бас миының филоонтогенетикалық жағынан жағынан жас, үшінші қабығының клеткалары оттегі жетіспеуіне сезімтал болады. Бас миының үшінші қабығының клеткалары ассоциациялық байланыстардың күрделі жүйесінің басы болып, адамның жоғарғы қабықша функцияларының, ең алдымен-сөз және психикасының қалыптасуын қамтамасыз етеді. Этиологиялық факторлар ішінде іште жатқан кездегі энцефалиттер, мененгиттер, дамудың жағымсыз жағдайлары,кұрсақтағы нәрестенің интоксикациялары, туа біткен себептер, іштегі ерте жастағы нәресте миының жарақаттары, ерте жастағы аурулардың бас миына тигізетін әсері. Іште жатқандағы патология бас миының диффузды зақымдануына әкеп соғады, ал туылған кездегі ми жарақаттары мен асфексия өте шоғырланған бұзылыстарға себепші болады. Е.М.Мастюкова

(1981), алалияны нейроонтогенез тұрғысынан сипаттай келе, перенатальды және ерте постнатальды кезеңде кез келген зиянды фактордың әсерінен, бас миының қабығы әлі де қалыптасу деңгейінде болғанда, шоғырланған ақауды белгілеу өте қиын деген.

Алалия – сөйлеу тілінің уақытша функционалды тежелуі ғана емес. Сөйлеу тілінің қалыптасу процесі бұл бұзылыста орталық жүйке жүйесінің патологиялық қалпы жағдайынды өтеді. М.Совак(1971)және басқа зерттеушілер, алалия түсінігін кеңейте отырып, оған сөйлеу тілінің жоқтығы, оның неврологиялық тұрғыдан сөздің жоқтығын мутизммен байланысты кешігіп қалыптасуын, деменция мен шизофрениядағы сөйлеу тілінің тоқырауы, олигофрениядағы есту қабілетінің жоқтығы сияқты барлық жағдайларын қосады. К.П.Беккер мен М.Совак(1981) биологиялық, әлеуметтік себептермен байланысты, сөйлеу тілінің жетілмеуінің компоненттерін белгілейді. Бұрын естімеу сөйлеу деп аталатынның бәрі, зерттеушілердің ойынша, моторлы-кинестетикалық бұзылыстармен немесе жағымсыз әлеуметтік әсермен күрделенген спецификалық сипаттағы сөйлеу тілі дамуының тежелуінде байқалады. Бұзылыстың симптоматикасы көп болып, біркелкі нозологиясы жоқтығымен сипатталады. Симптомдары әртүрлі деңгейде (тотальдыдан ішінара мылқаулыққа дейін) белгісін табады. Сөйлеу тілі дамуының қарапайым тежелулеріне қарағанда, сөйлеу тілінің ауыр түрлерін сипаттай келе, М.Критчли(1974) оральды-фасциальды дискоординациялардың, ерін мен тілдің кеміс қимылдарының болуы, сөз белгілерін дұрыс қолданбай түсінбеуі туралы айтады. Алалия – сөйлеу тілінің барлық құрамы; фонетикалық-фонематикалық жағы, лексикалық-грамматикалық құрылымы бұзылған жағдайдағы сөйлеу тілінің жүйелі бұзылысы. Сөзсіз бұзылыстар ішінде алалияны моторлы, сенсорлы, психопатологиялық симптомдарын бөліп атауға болады. Алалияны механизмі туралы мәселе қазіргі кезде өте күрделі және пікірталасты болып отыр. Алалия механизмін түсіндіретін қазіргі кездегі концепциялар сенсомоторлы функциялардың есту агнозиясы, апраксия) патологиясымен байланыстары. Психологиялық концепцияларға сәйкес алалияда психикалық әрекеттің кейбір патологиясы байқалады. Тілдік концепция жақтаушылары сөйлеу тілінің жетілмеуін қабылдау процесінің тілдік операцияларының және сөздің пайда болуының қалыптасумен байланыстары.

Пайдаланылган әдебиеттер

1. Беккер К. П., Совак М. Логопедия: Пер. с нем. — М.: Медицина, 1981. — 288 с.
2. Голик А., Мамцева В. Алалия //Справочник по психологии и психиатрии детского возраста/ Под общ. ред. С. Ю. Циркина. — СПб.: Изд-во «Питер», 1999. — С. 155.
3. Зеeman М. Расстройства речи в детском возрасте. — М., 1962.
4. Коган В. Алалия //Справочник по психологии и психиатрии детского возраста/ Под общ. ред. С. Ю. Циркина. — СПб.: Изд-во «Питер», 1999. — С.155.

Обecná psychologie

к.п.н. Никифорова О.В.,
Карагандинская академия «Болашак», г.Караганда
студент Ильясова К.С.
Карагандинская академия «Болашак», г.Караганда

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЮВЕНАЛЬНОГО ПЕРИОДА: РЕФЛЕКСИВНЫЙ АНАЛИЗ НАУЧНЫХ ПОДХОДОВ

Ценностные преобразования в современном обществе ориентированы на креативно-свободный выбор личности, динамическое восхождение «Я».

Это усиливает внимание к проблеме побудительности как движущей силе человеческого поведения, стержню личности смыслообразующей ее стороне.

А.Н.Леонтьев установил диалектическую взаимосвязь между мотивом деятельности, ее смыслом и готовностью к реализации цели. Единая взаимосвязанная система смыслов и мотивов деятельности, возникающая в их развитии, и составляет психологический фундамент личности [1].

Ювенальный возраст сензитивен (благоприятен, открыт) для обретения своих главных личностных смыслов, которые способны определить ценностную перспективу всей жизни. Именно поэтому сегодня в онтогенетическом развитии личности особый интерес вызывает ювенальный, относящийся к подростковому и юношескому возрасту период.

Существует множество фундаментальных исследований, гипотез и теорий подросткового возраста. Изучение их позволяет обрисовать круг вопросов, различить феномены и их интерпретацию, лучше уяснить подход к проблеме ювенального периода.

Так, Ст.Холл считает, что подростковая стадия в развитии личности соответствует эпохе романтизма в истории человечества. Это промежуточный период между детством (эпохой охоты и собирательства) и взрослым состоянием (эпохой развитой цивилизации). Автор впервые описал амбивалентность и парадоксальность характера подростка, выделив ряд основных противоречий, присущих этому возрасту: чрезмерная активность может привести к изнурению,

безумная веселость сменяется унынием, уверенность в себе переходит в застенчивость и трусость, страсть к общению сменяется замкнутостью и т.д.

Мы не можем не согласиться со Ст.Холлом, который по праву называет этот этап онтогенеза периодом «бури и натиска» и его содержание определяет как кризис самосознания, преодолев который человек приобретает «чувство индивидуальности».

Если Ст.Холл видит в подростковом возрасте широкий диапазон эмоциональных проявлений (от эйфории до депрессии), то Ш.Бюлер, напротив, называет его «безрадостным». Автор отмечает «повышенную чувствительность и раздражительность, беспокойство и легковозбудимое состояние», а также «физическое и душевное недомогание» как основные черты подростка.

Ш.Бюлер отмечает: «Они чувствуют, что их состояние безрадостно, что их поведение дурно, ... что их требования и бессердечные поступки не оправдываются обстоятельствами, они хотят стать другими, но их тело, их существо не подчиняется им». «Они должны бушевать и кричать, проклинать и насмехаться, хвастаться и сердиться, даже если они сами замечают странность и некрасивость своего поведения»[2].

Данный посыл объясняется тем, что автор сделала попытку рассмотреть ювенальный период в единстве органического созревания и психического развития.

В отличие от Ш.Бюлер и Ст.Холла, Э.Штерн рассматривает подростковый возраст как один из этапов формирования личности. Центральной проблемой всякой психологии, по его мнению, должна быть проблема человеческой личности, а в формировании личности решающую роль играет то, какая ценность переживается человеком как наивысшая, определяющая жизнь. В зависимости от того, какая ценность переживается как наивысшая, определяющая жизнь, совершенно по-разному формируется личность.

Для нас важно отметить, что Э.Эриксон считает подростковый возраст самым важным и трудным периодом онтогенетического развития, в котором происходит осмысление подростком значимости и предназначения своего «Я», обеспечивая самодвижение и самоотождествление его личности[3].

Л.С.Выготский тем временем рассматривает проблему интересов в переходном возрасте, называя ее «ключом ко всей проблеме психологического развития подростка». В ювенальный период, подчеркивает Л.С.Выготский,

имеет место период разрушения и отмирания старых интересов и период созревания новой биологической основы, на которой впоследствии развиваются новые интересы. Автор утверждает: «Если в начале фаза развития интересов стоит под знаком романтических стремлений, то конец фазы знаменуется реалистическим и практическим выбором одного наиболее устойчивого интереса, большей частью непосредственно связанного с основной жизненной линией, избираемой подростком»[4].

Ювенальный период выступает особой социально-психологической и демографической группой, имеющей свои установки, мотивационные доминанты, ценностно-смысловые приоритеты, специфические нормы поведения и т.п., которые образуют особую подростково-юношескую субкультуру.

Нами отмечено, что отсутствует единая научная точка зрения на психологическое содержание и направленность ювенального периода, но у нас именно это и вызывает интерес, поскольку открывает возможность многоаспектного видения психологических особенностей ювенальности как сложного и противоречивого этапа онтогенеза.

Литература:

1. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.
2. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. – М.: Тривола, 1995. С.282.
3. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996.
4. Выготский Л.С. Педология подростка. Собр. соч.: Т.4. Научное наследство. – М.: Педагогика, 1984. С.6.

Pedagogická psychologie

К.п.н., Джиеова О.Ф.

*Северо-Осетинский государственный университет им. К.Л.
Хетагурова, Россия*

О ВОПРОСЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ОБРАЗОВАНИИ

На сегодняшний день социализация, духовное здоровье общества невозможны без продуктивно организованного процесса общения. Процессы воспитания и социализации неразрывно соединены. Поскольку сферы обучения, воспитания и социализации в значительной мере пересекаются, то социализацию необходимо определять как имеющую целью и духовное здоровье общества, и духовное здоровье личности. В условиях усложнения социальной жизни актуализируется проблема включения индивида в социальную целостность, в социальную структуру общества. Основным понятием, которое описывает такого рода включения, является «социализация», позволяющая человеку стать членом обществ.

Социализация осуществляется с помощью широкого набора средств, специфических для определенного общества, социального слоя, возраста человека. К ним можно отнести способы вскармливания младенца и ухода за ним; методы поощрения и наказания в семье, в группах сверстников, в учебных и профессиональных группах; разнообразные виды и типы отношений в основных сферах жизнедеятельности человека (общение, игра, познание, предметно-практическая и духовно-практическая деятельности, спорт). Однако важнейшие из них – окружающая среда и система отношений между людьми. Считается, что факторами социализации личности среди социальных институтов являются родительская семья, школа, общество сверстников, средства массовой информации и что наиболее существенно – система образования. В социологии социализация – это сложное научное понятие, подразумевающее процесс усвоения индивидом на протяжении его жизни социальных норм и культурных ценностей того общества, к которому он принадлежит.

Исследования показывают, что чем лучше организованы социальные группы, тем больше возможностей оказать социализирующее влияние на

личность. Однако социальные группы неравнозначны по своей возможности, они оказывают воздействие на личность в различных этапах ее онтогенетического развития. В раннем и дошкольном возрасте наибольшее влияние оказывает семья; в подростковом и юношеском возрасте наиболее действенное влияние оказывает группа сверстников, а в зрелом возрасте на первое место по значимости выходит сословие, трудовой или профессиональный коллектив, отдельные личности. Есть такие незыблемые факторы социализации, ценность которых сохраняется на протяжении всей жизни человека – это нация, ментальность, этнос. В последние годы все большее значение ученые придают макрофакторам социализации, в том числе и природно-географическим условиям, поскольку установлено, что они как прямым, так и опосредованным способом оказывают влияние на становление личности. Знание макрофакторов социализации позволяет понять специфику проявления общих законов развития индивида.

Отдавая должное роли социализирующего воздействия макрофакторов, больших и малых групп, необходимо учитывать, что наибольшее влияние на личность оказывает другая личность, являющаяся для нас референтной и авторитетной.

Если в течение длительного времени при рассмотрении процессов социализации факторы только назывались, а в лучшем случае моделировалось их влияние на человека, то сейчас чаще говорится о том, что факторы социализации – это развивающая среда, которая не является чем-то спонтанным и случайным. Она должна быть спроектирована, хорошо организована и даже построена. Основным требованием к развивающей среде является создание атмосферы, в которой будут господствовать гуманные отношения, доверие, безопасность, возможность личностного роста. В ней должны быть заложены возможности для самореализации свободы творчества, эстетического и нравственного развития, получения наслаждения от совместных действий и общения, от жизнедеятельности в целом. Немаловажное значение при этом играют условия проживания развивающейся личности.

Одной из причин подобной многозначности термина является то, что понятие «социализация» толкуется различно в зависимости от теоретических ориентаций исследователей.

Процесс социализации может осуществляться не только в системе образования, но и в специальных социальных институтах и в различных неформальных объединениях. К специальным социальным институтам, одной из важнейших функций которых является социализация личности, относятся школа, профессиональные учебные заведения (профтехучилища, техникумы, вузы), детские и молодежные организации и объединения. Важнейшим институтом социализации личности является семья [3]. Социализация может носить одновременно регулируемый, целенаправленный и нерегулируемый, стихийный характер.

Можно выделять первичную и вторичную социализацию. Принято считать, что первичная социализация представляет собой нечто гораздо большее, чем просто когнитивное обучение, и связана с формированием обобщенного образа действительности. Характер же вторичной социализации определяется разделением труда и соответствующего ему социального распределения знания. Иначе говоря, вторичная социализация представляет собой приобретение специфическо-ролевого знаний. В социальной педагогике дается и более сжатое определение социализации – это процесс и результат усвоения и последующего активного воспроизводства индивидом социального опыта. Процесс социализации, являясь объектом исследования психологии, вызывает необходимость разграничения его с понятиями «воспитание» и «развитие» личности. Социализация личности является сложным процессом и происходит на трех уровнях:

1) воздействие на индивид общества в целом, общество передает свои ценности, идеалы, установки через само общение – через его «социально организованную структуру»;

2) воздействие на личность в сфере массового общения через средства массовой информации;

3) воздействие на личность в недрах малых групп с контактным общением.

Таким образом, чрезвычайно важно не просто говорить об усвоении социального опыта индивидом, но необходимо обязательно рассматривать личность в качестве активного субъекта социализации. Более того, пожалуй, даже процесс социальной адаптации личности следует рассматривать как активно-развивающий, а не только активно-приспособительный. Процесс

социализации не завершается по достижении человеком взрослости. Социализация личности, образно говоря, относится по типу к процессам «с неопределенным концом», хотя и с определенной целью. И продолжается этот процесс непрерывно на протяжении всего онтогенеза человека. Из этого следует, что социализация не только никогда не завершается, но и никогда не бывает полной.

Литература

1. [Бекоева М.И.](#) Многоуровневая система высшего профессионального образования как объект научно-педагогического анализа//[Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология.](#) 2012. № 1. С. 352-354.
2. Горянина В.А. Психология общения: Учебное пособие. - М., 2004. - 416 с.
3. Джигоева О.Ф. [Социальная активность как фактор социализации личности](#) // [В мире научных открытий.](#) 2015. № 7.1 (67). С. 483-493.
4. Мудрик А.В. Социальная педагогика. М., 1999. С.164.
5. Никандров Н.Д. Воспитание и социализация в современной России: риски и возможности // Педагогика. 2007. №1.

Vývojová psychologie

Мантрова М.С.

(кандидат пед.наук, старший преподаватель кафедры психологии и педагогике)

Орский гуманитарно-технологический институт

Печёркина В.С.

(студентка 4 курса психолого –педагогического факультета)

Орский гуманитарно-технологический институт

Могилко Д.В.

(студентка 4 курса психолого –педагогического факультета)

Орский гуманитарно-технологический институт

ДИНАМИКА «ОБРАЗА Я» : ОТ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ПОДРОСТКАМ

Большое значение формирование позитивного «образа Я» в младшем школьном возрасте, отличается повышенной пластичностью, так же возможно его преобразование через учебно-познавательную деятельность. Так же в этом возрасте через учебную деятельность, формируется произвольность психических функций и соотнесение всех поступков с внутренним анализом.. Проблема «образа Я» младшего школьника, изучается, прежде всего как проблема педагогическая и психологическая, т.е. как результат процессов воспитания, самовоспитания, образования, самообразования, отношения к миру, к самому себе, взаимодействие с миром. «Образ Я» младшего школьника можно и нужно формировать и воспитывать у ребенка, он может развиваться и видоизменяться субъективно, но объективно, «природосообразно» «образ Я» отражается изначально наравне с задатками заложен в личности. Каждый этап онтогенеза, согласно многим исследованиям, представляет собой необходимый ценный этап на котором происходит постепенное развитие межличностного взаимодействия. Именно общение с авторитетными взрослыми способствует формированию базовых установок к миру социальных отношений, собственному «Я», масштабно влияющих на развитие «образа Я». Младший школьный возраст самый важный первый этап формирования «образа Я», характеризующийся тенденцией к развитию и расширению сферы «Я». Вот поэтому так важно знать возрастные особенности данного возраста.

Целесообразность организации специальной системы жизнедеятельности школьника обусловлена быстрым развитием «образа Я», влияющим на становление и развитие самооценки в целом. Логика взросления подростка, раскрытая Л.С. Выготским, требует учета перспективных линий развития «образа Я - реальное» в «образ Я – будущее», осмысления особенностей зоны актуального и зоны ближайшего развития [1]. Постепенный переход от пассивности к активности характеризует «образ Я». В аспекте этого перехода различают два качественно различных этапа, отличающихся в основном по качеству целеполагания. До подросткового возраста «образ я» личности ребенка во многом является проекцией его внешних идентификаций (представления о самом себе, самооценки в основном формируются из оценочных суждений взрослых).[2] С подросткового возраста, характеризуется качественно иным уровнем рефлексии личности. «Образ Я» эмансипируется от внешних обстоятельств жизнедеятельности и перспективы развития личности приобретают силу мотивов деятельности, «образ Я» определяется не только рефлексией того, чем личность является, но и, в первую очередь, ее личностными перспективами, особенностями и идеалами. Образ Я» – сложное психологическое образование: он как бы колеблется от целостного представления о себе в будущем до не менее целостного представления о себе в настоящем. Особенностью подросткового возраста, особенно значимой в контексте развития «образа Я», является интенсивно проявляющаяся потребность в самоуважении. Подростка уже не устраивает та система отношений, которая сложилась в детстве. Ему жизненно необходимо выйти на другой уровень взаимоотношений с родителями, учителями – уровень «взрослый – взрослый». [2] Подростковый возраст является периодом развития нового уровня «образа Я». Осознание происходящих с подростком изменений является стрессогенным для него. [2] Сформированный в детском возрасте образ Я в результате быстрых изменений физического и психического состояния трансформируется, соответствуя особенностям подростка. Моделирование «образа Я» подростком осуществляется с учетом его восприятия двумя наиболее важными для подростка референтными социальными сетями – родителями и сверстниками.

Список использованной литературы

1. Выготский, Л.С. Педология подростка : собр. соч. : в 6 т. / Л.С. Выготский ; под ред. Д.Б. Эльконина. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4. Детская психология. – С.67-78.
2. Мантрова М.С. /диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Оренбургский государственный университет. Оренбург,2013.-С.57-68. 2013-
<http://elibrary.ru/item.asp?id=22334624>

Антоненко А. Д.

Орский гуманитарно-технологический институт, Россия

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ

Проблема развития творчества, творческой активности, творческих способностей не нова. В различные исторические периоды этой проблемой занимались Платон, Аристотель, Дж. Гилфорд, А. Маслоу, и другие. Результатом их многолетних исследований стали выводы о том, что творчество не является особым дарением для избранных, оно, наоборот, есть свойством, которая распределяется между всем человечеством в большей или меньшей мере, а творческое мышление начинает работать у любого нормального человека, если сама жизнь, практика наталкивают ее на какие-то трудности, преграды, которые выступают в виде более или менее сложных задач.

Чтобы формировать творческую личность в процессе воспитания и обучения, каждый учитель-воспитатель должен знать особенности творческого процесса обучения и воспитания, уметь диагностировать уровень развития творчества у детей, знать современные организационные формы, пути и механизмы формирования творческой личности как системы качеств, чтобы уметь формировать такие качества у своих учеников.

В психолого-педагогической литературе понятие творчество чаще всего связано с понятием творческих способностей (возможностей) и рассматривается как личностная характеристика.

Так, Л. С. Выготский определяет творчество как личностное качество, базирующееся на развитии высших психических функций, когда творчество, как навык, включается во все виды деятельности, поведения, общения, контакта со средой [1].

В. А. Сухомлинский утверждает, что творчество начинается с непредвзятого взгляда на мир, с внутренней свободы, с нестандартного мышления. Искусство должно организовывать, формировать, выявлять закономерности возникновения тех или иных факторов действительной жизни и психологических типов, которые были бы характерны для данного исторического времени. Хотя творчество существует столько же, сколько и само человечество, этот феномен последние пять столетий относили к изящным искусствам, его приписывали только гению, чему - то необыкновенному. С

уверенностью можно сказать, что в основной научной деятельности, как и любой другой, лежат те же творческие способности, что и в художественной (творческой). Автор отмечает, что творчество - это общечеловеческий феномен, который не возникает из ничего, основываясь на знаниях, на мужестве переживать новое. Оно позволяет, с одной стороны, находить в знакомом и близком новые аспекты, а с другой стороны встречаться с новым и неизвестным, создавая из него с помощью имеющегося знания новые переживания [4].

Понятие «личность», как отмечает И. С. Кон, очень многообразно. В своей работе «Социология личности» он подчеркивает, что, «с одной стороны, оно обозначает конкретного индивида (лицо) как субъекта деятельности, в единстве его индивидуальных свойств (единичное) и его социальных ролей (общее). С другой стороны, личность понимается им как социальное свойство индивида, как совокупность интегрированных в нем социально значимых черт, образовавшихся в процессе прямого или косвенного взаимодействия данного лица с другими людьми и делающих его, в свою очередь, субъектом труда, познания и общения. Этот второй аспект понятия наиболее важен с точки зрения социологии, которую отдельный человек интересуется не сам по себе, а как член определенного общества, класса, социальной группы, воплощающий в себе некоторые социально типичные черты» [3]. Таким образом, данное понятие употребляют в двух смыслах. В первом случае под личностью понимается человек как субъект отношений и сознательной деятельности (т.е. лицо в широком смысле слова), а во втором — устойчивая система социально значимых черт и качеств, характеризующих индивида как члена определенного общества или общности.

Развитие личности, по мнению В. А. Сухомлинского, происходит на протяжении жизни человека и одним из важных критериев личности является творчество, поскольку в процессе человеческой жизни развивается воображение как творческий механизм, обеспечивающий появление творчества [4]. Таким образом, творчество - как личностное качество, базируется на потенциальных возможностях каждого человека к актуализации, не осознаваемой потребности быть неповторимой индивидуальностью, свободой, но присоединяющейся ко всеобщему через продукты своего творчества, гармонически сочетает индивидуальные и социально - значимые интересы. Для творчества нет стандартов, поскольку оно всегда индивидуально и может быть развито только самим человеком.

Для развития творческих способностей необходимо знать не только структуры этих высших способностей к творчеству, но и самого ребенка. При этом нужно ориентироваться в диапазоне индивидуальных различий, одни из которых надо

учитывать и адаптироваться к ним, другие воспитывать, а третьи развивать в направленной деятельности.

Обращаясь к вопросу о том, что является критерием творчества человека, что обеспечивает творчество, Л. С. Выготский указывает на воображение [1]. Однако в психологии существует и другой взгляд, утверждающий, что центральным компонентом творчества является познавательная активность человека. Рассмотрим точку зрения, в которой утверждается, что творчество обеспечивается развивающимся воображением и, соответственно, творчество во многом зависит от воображения. Поэтому обратимся к данной характеристике. В философском словаре под воображением (фантазией) понимается психологический процесс, заключающийся в создании новых образов (представлений) путем переработки материала восприятий и представлений, полученных в предыдущем опыте. Различают воображение воссоздающее и творческое. Воссоздающим воображением называют процесс создания образа предмета по его описанию, рисунку или чертежу. Творческим воображением называют самостоятельное создание новых образов. Оно требует отбора материалов, необходимых для построения образа желаемого и более или менее отдаленного, т.е. не дает непосредственно и немедленно объективного продукта [2]. Следует отметить, что ученическое творчество без соприкосновения с культурно - историческими достижениями не позволяет ребенку переходить на новые уровни развития и включаться в культурные общечеловеческие процессы. Творческая деятельность, воображение находятся в прямой зависимости от богатства и разнообразия прежнего опыта человека, так как этот опыт представляет материал, из которого создаются построения фантазии.

Чем богаче опыт человека, тем больше материал, которым располагает его воображение. Б. М. Теплов отмечает, что вовлечение детей в творческую деятельность полезно для творческого развития, вполне отвечает потребностям и возможностям ребенка. У детей подросткового возраста широко развивается самостоятельное творчество: музыкальное, театральное, литературное [5].

Продукты творческой деятельности выступают как “кристаллизованное воображение”. Л. С. Выготский выделил четыре формы, связывающие воображение с действительностью:

- Воображение опирается на опыт, новое создается из элементов действительности. “Чем богаче опыт человека, тем больше материал, которым располагает его воображение”.

- Воображение выступает как средство расширения опыта. Это “высшая форма связи” воображения с реальностью, которая возможна “только благодаря чужому или социальному опыту”.

- Эмоциональная связь, которая проявляется двояко:

воображение руководствуется эмоциональным фактором - внутренней логикой чувств, “чувства влияют на воображение”. Это “наиболее субъективный, наиболее внутренний вид воображения”.

воображение влияет на чувства, проявляется “закон эмоциональной реальности воображения”.

- “Воображение становится действительностью”, когда оно “кристаллизуется”, “воплощается”, начинает реально существовать в мире и воздействовать на другие вещи. Это “полный круг” творческой деятельности воображения, возможный так же и для “субъективного воображения”, опирающегося на эмоции [1].

Таким образом, исходя из исследований отечественных и зарубежных авторов, можно констатировать, что творчество, как и способность к нему, развивается непрерывно на всех возрастных ступенях. Развитие осуществляется вместе с развитием личности и интеллекта.

Литература:

1. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с. – ISBN 5-7155-0358-2.
2. Губский, Е. Ф. Философский энциклопедический словарь / Е. Ф. Губский. – М.: ИНФРА-М, 2006. – 574 с.
3. Кон, И. С. Социология личности / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1967. – 383 с.
4. Сухомлинский, В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. – Киев: Радянська школа, 1988. – 272 с.
5. Теплов, Б. М. Проблемы индивидуальных различий / Б. М. Теплов. – М.: Академии педагогических наук РСФСР, 1961. – 523 с.

Sociální psychologie

Клименко А.И.

*Костанайский государственный университет им.
Байтурсынова. Казахстан*

ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ

У «ДЕЛОВЫХ» ЖЕНЩИН И ЖЕНЩИН «ДОМОХОЗЯЕК»

Из века в век общество и традиция предлагали женщине, независимо от ее социального положения, решить в своей жизни две важные задачи: выйти замуж и родить детей. Современная женщина, как личность, стремится реализовать себя, полнее раскрыть свои способности и возможности, стремится к образованию и развитию, достижению высокого статуса в обществе. Профессиональный и личностный рост современных женщин часто ставят их перед выбором: карьера или семья.

Основной целью нашей работы было выявить ценностные ориентации современных «деловых» женщин и женщин «домохозяек». В своем исследовании мы исходили из предположения о том, что одним из факторов, влияющих на выбор современной женщиной между карьерой и семьей, могут быть ее ценностные ориентации. Ценностные ориентации, являясь одним из центральных личностных новообразований, выражают сознательное отношение человека к социальной действительности и оказывают существенное влияние на все стороны его жизни. Ценностные ориентации задают общую направленность интересам и устремлениям личности.

Объект исследования - современная женщина с успешной карьерой и женщина «домохозяйка». Предмет исследования – ценностные ориентации «деловых» женщин и женщин «домохозяек». Испытуемые – женщины в возрасте 25-35 лет, в количестве 20 человек. База исследования - Ассоциация деловых женщин г. Костаная. Для исследования ценностных ориентаций у «деловых» женщин и женщин «домохозяек» нами была использована методика М. Рокича «Ценностные ориентации» [1]. М. Рокич различает два класса ценностей: терминальные и инструментальные.

Результаты диагностики ценностных ориентаций (терминальные) у «деловых» женщин и женщин «домохозяек» представлены в Таблице № 1.

Таблица 1

Терминальные ценности женщин «деловых» и «домохозяек»

№ п/п	Терминальные ценности																		
	Женщины «деловые»	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С
1	В.К.	10	10	10	4	3	5	5	4	4	13	11	11	2	16	5	1	8	16
2	Ж.Р.	9	10	12	8	1	9	9	4	6	15	13	14	1	19	9	1	12	14
3	Л.П.	9	8	8	5	4	8	8	3	7	12	10	14	1	19	8	1	9	18
4	П.И.	8	10	12	7	1	6	6	3	4	15	13	12	1	17	6	1	11	16
5	А.Т.	10	10	12	5	1	8	8	3	3	15	13	14	1	19	8	1	8	14
6	В.Р.	8	8	14	7	3	6	6	3	4	12	14	11	2	15	6	1	11	15
7	В.Т.	8	8	13	8	1	9	9	3	7	15	10	14	1	19	9	1	11	16
8	Р.Д.	9	8	10	5	3	5	5	2	4	15	9	14	1	20	5	1	8	16
9	Л.В.	10	8	10	5	1	6	6	2	6	13	14	11	1	19	6	1	11	17
10	П.Т.	9	10	10	6	2	8	8	3	5	15	13	15	1	17	8	1	11	18
	М	9	9	11	6	2	7	7	3	5	14	12	13	1,2	18	7	1	10	16
№ п/п	Терминальные ценности																		
	Женщины «домохозяйки»	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С
1	В.О.	6	14	7	2	4	8	4	2	4	15	8	11	2	17	7	1	15	10
2	Р.О.	5	13	10	6	2	10	6	6	2	13	12	11	1	19	9	1	19	8
3	М.И.	6	16	8	5	2	7	7	5	2	15	9	8	2	20	6	1	16	10
4	П.Т.	5	17	7	3	4	11	4	3	4	12	11	11	2	19	9	1	18	9
5	Р.Т.	6	14	10	6	5	8	3	6	5	15	8	11	2	15	9	1	16	8
6	В.С.	7	16	11	3	2	10	4	3	2	15	11	8	1	19	7	1	18	8
7	П.Д.	7	18	10	3	2	11	7	3	2	12	11	11	2	17	9	1	16	10
8	В.Ч.	6	12	7	5	4	8	4	5	4	15	8	9	2	19	7	1	18	8
9	В.Л.	5	16	10	3	2	8	6	3	2	13	11	12	2	19	9	1	18	9
10	Т.Д.	7	14	10	4	3	9	5	4	3	15	11	8	2	16	8	1	16	10
	М	6	15	9	4	3	9	5	4	3	14	10	10	1,8	18	8	1	17	9

Примечание: Ат. – активная деятельная жизнь; Бт. – жизненная мудрость; Вт. – здоровье; Гт. – интересная работа; Дт. – красота природы и искусства; Ет. – любовь; Жт. – материально обеспеченная жизнь; Зт. – наличие хороших и верных друзей; Ит. – общественное признание; Йт. – познание; Кт. – продуктивная жизнь; Лт. – развитие; Мт. – развлечения; Нт. – свобода; От. –

счастливая семейная жизнь; - Пт. – счастье других; Рт. – творчество; Ст. – уверенность в себе.

Анализ результатов, представленных в Таблице № 1, показал, что в нашей выборке: 1) в группе «деловые» женщины, по сравнению с женщинами «домохозяйками», более выражены ценностные ориентации по следующим показателям: «уверенность в себе» (у «деловых» он равен 16, а у «домохозяек» -9); «активная деятельная жизнь» (у «деловых» -9, а у «домохозяек» - 6); «развитие» (у «деловых» - 13, у «домохозяек» - 10);

2) в группе женщины «домохозяйки», по сравнению с «деловыми» женщинами, более выражены ценностные ориентации по следующим показателям: «жизненная мудрость» (у женщин «домохозяек» - 15, а у «деловых» женщин – 9), «творчество» (у женщин «домохозяек» - 17, у «деловых» - 10).

Одинаково в обеих группах представлены ценностные ориентации по следующим показателям: «познание», где он равен 14; «свобода» - 18; «счастье других» – 1.

Для решения вопроса о том, отличаются ли средние значения обеих групп статистически достоверно друг от друга, нами была проведена их математико-статистическая обработка. Для этого мы использовали вычисление *t*-критерий Стьюдента [2] по следующим показателям: «активная деятельная жизнь», «развитие», «уверенность в себе», «жизненная мудрость», «творчество». См. Таблица № 2.

Таблица 2

№ п/п	Терминальные ценности	Хв ₁	Хв ₂	t-критерий	Значимые различия
1	Активная деятельная жизнь	9	6	3,54	+
2	Развитие	13	10	0,96	-
3	Уверенность в себе	16	9	3,54	+
4	Жизненная мудрость	9	15	1,87	-
5	Творчество	10	17	2,55	+

Результаты *t*-критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют статистически значимые различия между выборочными средними обеих групп по следующим показателям: «активная деятельная жизнь» и «уверенность в себе», где *t* равно 3,54 (при вероятностной допустимой ошибке 0,01, критическое значение показателя *t* равно 2,88); «творчество», где *t* равно

2,55 (при вероятностной допустимой ошибке 0,05, критическое значение показателя t равно 2,10).

Результаты исследования инструментальных ценностей представлены в Таблице № 3.

Таблица 3

Инструментальные ценности «деловых» женщин и «домохозяек»

№ п/п	Инструментальные ценности																		
	Женщины «деловые»	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С
1	В.К.	2	7	3	10	4	16	1	15	4	16	11	11	12	14	14	4	11	6
2	Ж.Р.	6	9	1	10	4	19	1	19	6	9	11	14	8	14	13	8	11	6
3	Л.П.	5	6	4	8	3	19	1	16	7	10	8	14	12	14	16	5	8	4
4	П.И.	3	9	1	10	3	17	1	18	4	16	11	12	12	9	17	7	11	4
5	А.Т.	6	9	1	10	3	19	1	16	3	8	6	14	9	8	14	5	11	6
6	В.Р.	3	7	3	8	3	15	1	18	4	16	11	11	12	14	16	7	8	2
7	В.Т.	3	9	1	8	3	19	1	16	7	16	11	14	12	12	18	8	11	4
8	Р.Д.	5	7	3	8	2	20	1	18	4	16	11	14	12	14	12	5	9	6
9	Л.В.	3	9	1	8	2	19	1	18	6	8	11	11	12	8	16	5	12	6
10	П.Т.	4	8	2	10	3	17	1	16	5	16	11	15	12	9	14	6	8	6
	М	4	8	2	9	3	18	1	17	5	13,1	10,2	13	11,3	11,6	15	6	10	5
№ п/п	Инструментальные ценности																		
	Женщины «домохозяйки»	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С
1	В.О.	4	8	1	6	4	9	1	9	4	8	11	10	4	14	7	6	7	5
2	Р.О.	3	9	1	5	2	8	1	17	6	6	8	8	8	14	9	5	9	9
3	М.И.	5	7	1	6	2	6	1	10	7	10	8	8	5	14	6	6	6	8
4	П.Т.	3	9	1	5	4	6	1	10	4	16	11	9	7	9	9	5	9	6
5	Р.Т.	3	7	1	6	5	4	1	8	3	8	6	9	5	8	9	6	9	8
6	В.С.	6	9	1	7	2	4	1	8	4	16	8	9	7	14	7	7	7	6
7	П.Д.	3	9	2	7	2	8	1	8	7	8	11	9	8	12	9	7	9	9
8	В.Ч.	5	6	1	6	4	8	1	17	4	16	11	9	5	14	7	6	7	5
9	В.Л.	6	9	1	5	2	6	1	8	6	8	11	9	5	14	9	5	9	6
10	Т.Д.	2	7	2	7	3	6	1	17	5	16	11	9	6	10	8	7	8	8
	М	4	8	1,2	6	3	6,5	1	11,2	5	11,2	9,6	8,9	6	12,3	8	6	8	7

Примечание: Аи. – Аккуратность; Би. - Воспитанность; Ви. – Высокие запросы; Ги. – Жизнерадостность; Ди. – Исполнительность; Еи. – Независимость; Жи.– Непримируемость к недостаткам в себе и других; Зи. – Образованность; Ии. – Ответственность; Йи. – Рационализм; Ки. – Самоконтроль; Ли. – Смелость в отстаивании своего мнения, взглядов; Ми. – Твердая воля; Ни. – Терпимость; Ои. – Широта взглядов; Пи. – Честность; Ри. – Эффективность в делах; Си. – Чуткость.

Сравнительный анализ результатов, представленных в Таблице № 3, показал, что в нашей выборке: 1) в группе «деловые» женщины, по сравнению с женщинами «домохозяйками», более выражены ценностные ориентации по следующим показателям: «независимость» (у «деловых» женщин он равен 18, а у женщин «домохозяек» - 6,5); «образованность» (у «деловых» - 17, у «домохозяек» - 11,2); «смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов» (у «деловых» - 13, у «домохозяек» - 8,9); «твердая воля» (у «деловых» - 11,3, у «домохозяек» - 6); «широта взглядов» (у «деловых» - 15, у «домохозяек» - 8); 2) в группе женщины «домохозяйки», по сравнению с «деловыми» женщинами, более выражены ценностные ориентации по следующим показателям: «чуткость» (у «домохозяек» - 7, у «деловых» - 5); «терпимость» (у «домохозяек» - 12,3, у «деловых» - 11,6).

Одинаково в обеих группах представлены ценностные ориентации по следующим показателям: «аккуратность» - 4; «исполнительность» - 3; «воспитанность» - 8; «непримируемость к недостаткам в себе и других» - 1; «ответственность» - 5; «честность» - 6.

Для решения вопроса о том, отличаются ли средние значения обеих групп статистически достоверно друг от друга, нами была проведена их математико-статистическая обработка. Для этого мы использовали вычисление *t*-критерий Стьюдента [2] по следующим показателям: «независимость»; «образованность»; «смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов»; «твердая воля»; «широта взглядов»; «чуткость»; «терпимость». См. Таблица № 4.

Таблица № 4

№ п/п	Инструментальные ценности	X _{B1}	X _{B2}	t-критерий	Значимые различия
1	Независимость	18	6,5	3,87	+
2	Образованность	17	11,2	0,38	-
3	Смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов	13	8,9	1,85	-
4	Твердая воля	11,3	6	1,96	-
5	Широта взглядов	15	8	2,05	+
6	Чуткость	5	7	0,70	-
7	Терпимость	11,6	12,3	0,08	-

Результаты t -критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют статистически значимые различия между выборочными средними обеих групп по следующим показателям: «независимость», где t равно 3,87 (при вероятностной допустимой ошибке 0,01, критическое значение показателя t равно 2,88); «широта взглядов», где t равно 2,10 (при вероятностной допустимой ошибке 0,05, критическое значение показателя t равно 2,10).

На основе анализа результатов нашего исследования можно сделать следующие выводы:

1. В нашей выборке, в группе «деловые» женщины, по сравнению с группой женщины «домохозяйки», более значимыми ценностями являются:

а) терминальные ценности - «активная деятельная жизнь»; «широта взглядов»;

б) инструментальные ценности - «независимость»; «уверенность в себе».

По всей видимости, эти ценности повлияли на выбор современной женщиной карьеры.

2. В группе женщины «домохозяйки», по сравнению с группой «деловые» женщины, показатели значимых ценностей статистически не значимы, за исключением показателя «творчество».

3. Для обеих групп, в нашей выборке, одинаково значимыми ценностями являются: «познание»; «свобода»; «счастье других»; «аккуратность»; «исполнительность»; «воспитанность»; «непримиримость к недостаткам в себе и других»; «ответственность»; «честность».

4. Ценностные ориентации - это один из факторов, влияющих на выбор современной женщины между карьерой и семьей.

Литература:

1. Практическая психодиагностика. Методика и тесты. - Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2000. – 330 с.
2. Р.С. Немов. Психология. Книга 3. М. 2000, с. 568- 572.

TĚLESNÉ KULTURY A SPORT

Tělesná kultura a sport: problémy, návrhy výzkumu

Абрамов С.А.

Національний технічний університет України «КПІ»

ОСНОВНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СТИБУЧОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ ВІДДІЛЕННЯ ВОЛЕЙБОЛ

Для розвитку і вдосконалення стрибучості особливу увагу рекомендується приділяти розвитку сили відповідно до структури рухів і характеру нервово-м'язової діяльності в кожному виді стрибків. Вибрані тренувальні засоби, в поєднанні з методами, лише тоді досягають бажаного результату, коли вони відтворюються у тренувальних діях. Величину і характер змін в організмі визначає терміновий тренувальний ефект.

Вплив фізичного навантаження на організм залежить від наступних характеристик: виду застосовуваних вправ, інтенсивності виконання, тривалості, часу відпочинку між повтореннями, характеру відпочинку, кількості повторень. Вид застосовуваних вправ зумовлює кількість м'язів, які беруть участь у роботі, і режим їх діяльності. Спеціальні вправи викликають більш значні локальні зміни в м'язах ніж біг, ходьба.

Інтенсивність впливає на характер енергетичного забезпечення м'язової діяльності. При середніх швидкостях виконання вправ провідну роль в енергоутворенні відіграє аеробний процес (аеробне навантаження здійснюється в пульсових межах 140-160 уд/хв). Тренування в цій галузі повністю забезпечується необхідною кількістю кисню, іншими словами, спортсмен може забезпечити свій організм тією кількістю кисню, яка необхідна для виконання конкретної вправи. Виконання вправ в зоні аеробного навантаження не призводить до накопичення кисневої заборгованості і появи молочної кислоти (лактату) в м'язах спортсмена.

При максимальній інтенсивності підвищується роль анаеробних механізмів енергозабезпечення (анаеробні вправи - це короткочасні інтенсивні тренування, під час яких організм відчуває нестачу кисню). Ці вправи виконуються за рахунок енергії накопиченої в м'язах, та на відміну від аеробних вправ не потребують кисню (повітря, що надходить при диханні). Тривалість виконання вправи визначається тривалістю

роботи та інтенсивністю виконання. При інтенсивній м'язовій роботі протягом 3-5 хвилин, скорочення тривалості виконання вправи зменшує роль дихальних процесів, в наслідок зростає значення анаеробних реакцій. Тому, для вдосконалення спеціальної витривалості використовують часовий інтервал між підходами, від 20 с до 2-3 хв. Час відпочинку між вправами визначає як характер відповідних реакцій на тренувальне навантаження, так і їх величину. Якщо робота виконується з середньою інтенсивністю, то скорочення інтервалів відпочинку підвищує інтенсивність аеробних змін в організмі. При роботі з максимальною інтенсивністю - скорочення часу відпочинку веде до збільшення анаеробних змін в організмі. Характер відпочинку - виконання помірного навантаження (біг підтюпцем) після важкої м'язової роботи прискорює перебіг відновних процесів. Кількість повторень вправи визначає величину впливу навантаження на організм. Збільшення числа повторень, при роботі з середньою інтенсивністю, підтримує тривалий час на високому рівні діяльність серцево-судинної і дихальної систем. При виконанні вправ з максимальною інтенсивністю збільшення числа повторень призводить до вичерпання енергетичних ресурсів, і спортсмен або знижує інтенсивність, або зовсім припиняє роботу. Варіюючи компоненти фізичного навантаження, при виконанні одної і тої вправи, можна домогтися різного тренувального ефекту. Отже, встановлюючи необхідне дозування основних вправ та параметрів фізичного навантаження, можна заздалегідь запрограмувати досягаємий тренувальний ефект.

За характером відповідних фізіологічних реакцій основні вправи можна розподілити на наступні групи:

1. Вправи для швидко-силової підготовки (змішаний аеробно-анаеробний вплив): інтенсивність зміни ЧСС від 150 до 190 уд / хв. Методи тренування: змінний, повторний.

2. Вправи анаеробного гліколітичного впливу: інтенсивність близька до максимальної, тривалість виконання однієї вправи 14 хв., паузи відпочинку між серіями 2-4 хв., кількість серій 5-7.

Такі дозування сприяють поліпшенню спеціальної витривалості (стрибкова витривалість).

Для захисних дій час виконання вправ менше, ніж в рухому блокуванні і нападаючому ударі. Техніка виконання стрибків на блок і для нападаючих ударів відрізняється одна від одного, що необхідно враховувати в плануванні тренувань, як за обсягом, так і за біомеханікою рухів. При побудові серій вправ для розвитку спеціальної витривалості можна виходити не з стандартного часу пауз відпочинку, а встановлювати ці паузи в залежності від швидкості повернення частоти пульсу до рівня 120-130 уд/хв. Практично це виглядає так: після кожної виконаної роботи волейболіст

підраховує пульс пальпаторно по 10-ти секундним відріzkам. Як тільки пульс знизиться до 20-21 удару за 10 с, можна починати наступну серію. Рекомендується повторний метод тренування.

Ефект швидкісно-силового тренування залежить: - від оптимального збудження ЦНС (центральної нервової системи); - від рухливості нервових процесів (частота імпульсів, що йдуть від мозку до м'язів); - від кількості волокон, які приймають ці імпульси і швидкості їх скорочення та відновлення (біохімічні процеси); - від величин і сили кожного волокна.

Тому, для забезпечення розвитку «вибухової» сили (стрибучості), інтервали відпочинку між серіями стрибкових вправ повинні бути до 3 хв., щоб відновлювалася працездатність функцій. У спеціальній стрибковій підготовці повинен застосовуватися головним чином той режим роботи, який відповідає режиму функціонування м'язів у грі, для забезпечення морфологічних та біохімічних адаптацій. При плануванні стрибкової підготовки необхідно узгоджувати тренувальний обсяг зі змагальним обсягом.

В цілеспрямованому тренуванні головним завданням в удосконаленні стрибучості, у добре підготовлених спортсменів, є спеціальна підготовка - зміцнення тих груп м'язів, які несуть основне навантаження в стрибках, а саме м'язи - розгиначі колінного, тазостегнового суглобів і згиначів стопи.

Фахівці теорії і методики спорту виділяють три основні групи вправ серед засобів, що сприяють розвитку сили і стрибучості:

1 група - вправи загального впливу з великим обтяженням, спрямовані на розвиток максимальної сили;

2 група - силові вправи загального впливу, але з меншим обтяженням і виконувані з максимально можливою швидкістю;

3 група - стрибкові вправи структурно-тотожні змагальній діяльності.

Застосування додаткових обтяжень для розвитку стрибучості надає наступні результати: - максимальна сила була розвинена при найбільшому навантаженню; - обтяження в стрибкових вправах зменшується із зростанням висоти стрибка (для запобігання травматизму колінних і гомілковостопних суглобів); - зростання швидкості скорочення м'язів, при найбільш високих стрибках, супроводжується збільшенням виділеної енергії, завдяки збільшенню опору м'язів.

Для розвитку стрибучості потрібно застосовувати багаторазові стрибки спрямовані на розвиток швидкості скорочення м'язів-розгиначів колінного тазостегнового суглобів, та стрибки з малим обтяженням, без зміни структури руху. Вирішальне значення для розвитку стрибучості має: - здатність м'язів швидко виявляти необхідний максимум динамічної сили, а не швидкості рухів; - реактивна здатність

нервово-м'язового апарату спортсмена, який проявляється в швидкості перемикання м'язів з поступової роботи на долаючу.

З біохімічної точки зору «вибухова» (швидкісна) сила залежить від вмісту АТФ (аденозинтрифосфат) з'єднання, дуже багатого енергією, але кількість його в клітинах нашого тіла відносно невелика, в м'язах та швидкості їх розщеплення під впливом нервового імпульсу.

Із зазначеного можна зробити висновок про необхідний напрямок роботи у стрибковій підготовці - спочатку розвивається (вдосконалюється) динамічна сила, а потім швидкість скорочення м'язових волокон.

Добровольський В.Е.

Національний технічний університет України «КПІ» ім. І. Сікорського

ВПЛИВ ІДЕОМОТОРНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГІМНАСТІВ НА СПОРТИВНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ідеомоторне тренування це уявне представлення рухів. Метод ідеомоторного тренування в гімнастиці можна застосовувати як при розучуванні нових елементів, так і при вдосконаленні раніше вивчених. Багато гімнастів використовують ідеомоторне тренування перед змаганнями і безпосередньо на змаганнях.

Анкетне опитування гімнастів показало, що є наступний порядок використання ідеомоторного тренування на окремих снарядах: кінь - 85%, поперечина - 50%, бруси - 28%, кільця - 16%, стрибок - 14%, вільні вправи - 8%. І не дивлячись на те, що всі гімнасти вказують на велике значення ідеомоторного тренування і необхідність включення уявлення про рух в кожне тренувальне заняття.

Найважливішим завданням спортсмена в ідеомоторному тренуванні є виконання контрольної вправи в своїй уяві і в такому ж темпі і режимі, в якому він виконує її фактично. Звідси впливає важливість часових параметрів ідеомоторного тренування.

Помічено, що спортсмени неоднаково сприймають час виконання вправи. Одні відрізняються уповільненою реакцією, інші передчасною, треті - більш-менш точною. Найбільший успіх в гімнастиці мають спортсмени, у яких почуття часу розвинене найбільш точно. Поставимо запитання: «Чи залежить точність сприйняття тривалості всієї вправи від часу що витрачається на ідеомоторне тренування на даному снаряді і як ця точність впливає на якість фактичного виконання вправи?».

Дослідженнями встановлено, що час представлення вправи значно менше фактичного часу виконання. Причому великої різниці в показниках гімнастів старших розрядів і молодших розрядів немає. Очевидно, це пов'язано з тим, що гімнасти старших розрядів також мало займаються ідеомоторним тренуванням, як і гімнасти молодших розрядів. Зіставлені дані опитування гімнастів з

результатами досліджень, дозволяють зробити висновок, що точність сприйняття тривалості всієї вправи залежить від часу, що витрачається на ідеомоторне тренування на даному снаряді. Було також виявлено, що в змагальному періоді точність відтворення часових інтервалів в ідеомоторному тренуванні краще, ніж в підготовчому.

Точність уявного відтворення вправи може служити одним з показників тренуваності і підготовленості гімнаста до змагань.

Про ідеомоторну підготовку в спорті досить відомо. Більшість висококваліфікованих спортсменів розуміють призначення і сенс ідеомоторної підготовки, але використовують її в основному тільки на змаганнях, та й то епізодично.

До ідеомоторного методу частіше звертаються, коли потрібно опанувати складно координаційні рухи або результативно виконати їх, коли хворобливий стан не дозволяє витримувати великі фізичні навантаження. Значно менша кількість опитаних застосовують метод в підготовчому і перехідному періодах тренування. Особливо це відзначається у малокваліфікованих юних гімнастів.

Є й противники ідеомоторної підготовки. Окремі тренери і спортсмени відносяться до методу негативно, вважаючи, що використання його веде до перенапруження нервової системи і заважає виступам на змаганнях.

У розминці гімнаст, як правило, виконує вправу по частинах, в ідеомоторній підготовці - всю комбінацію в цілому. Слід зауважити, що ідеомоторна підготовка по окремих елементах і з'єднаннях комбінації поширена серед гімнастів недостатньо. По-перше, при цьому в свідомості спортсмена домінують окремі елементи і зв'язки, що порушує цілісність м'язово-рухових уявлень про всю комбінацію.

У зв'язку з цим, у гімнаста посилюється сумнів в їх успішному виконанні і слабшає почуття впевненості.

Навчання ідеомоторному «проробленню» вправи, слід починати з «промовляння» комбінації ще до цілісного виконання вправи.

Таким чином, словесний аналіз м'язово-рухових уявлень служить основою для формування правильної ідеомоторної підготовки.

Все викладене наочно свідчить про те, що хоча ефект ідеомоторики давно вивчається і вже знайшов своє застосування в ряді областей людської діяльності,

в тому числі і в спортивній, але метод уявного відтворення вивчений ще недостатньо і в практиці спорту застосовується поки надзвичайно обмежено.

Наприкінці слід зазначити, що ідеомоторна підготовка може використовуватись тренерами в повсякденній роботі з метою вивчення індивідуальних особливостей психомоторики і зокрема здатності спортсменів до ідеомоторики, спрямованості і зосередженості їх свідомості перед стартом. Обсягу і змісту спеціальної розминки і характеру її проведення, особливостей проведення в період підготовки до результативної дії і інших моментів, які доступні сприйняттю тільки після ретельного дослідження і осмислення.

Отримані дані будуть сприяти правильній науково-обґрунтованій організації безпосередньої підготовки до тренувальної і змагальної спроби і головне, допоможуть у складанні ідеомоторних програм і перевірці їх тренувальної ефективності, і значить, допоможуть в більш короткий термін і при значно меншій кількості повторень опанувати спортивну майстерність.

Баден Мария

*Научный руководитель: препод. Дидковский А. П.
Днепропетровский национальный университет им. О. Гончара*

ФИТНЕС И СОВРЕМЕННЫЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ

Аннотация. В статье рассмотрены и проанализированы определения понятия «фитнес». Представлены основные задачи, функции и целевое назначение фитнес-технологий.

Ключевые слова: фитнес, фитнес-технологии, фитнес-культура, фитнес-уровень.

В современном мире фитнес – это определенный стиль жизни, позволяющий при помощи особых технологий достичь гармонии духа и тела.

Понятие «фитнес» существует без перевода во всех языках мира и произошло от английского выражения «to be fit» – быть в норме. В переводе «fitness» означает «пригодность». Можно выделить следующие определения фитнеса:

образ жизни, направленный на сохранение здоровья;

здоровый образ жизни в гармонии с самим собой и окружающим миром[1];

образ жизни, целью которого является совершенствование физической формы[2];

система общего оздоровления человека через определенную физическую нагрузку, сочетающую силовой и аэробный тренинг, дополняемую развитием гибкости;

добровольные систематические занятия физическими упражнениями, осуществляемые под руководством профессиональных специалистов по физической культуре, направленные на поддержание и повышение уровня физической подготовленности и здоровья занимающихся[3].

Фитнес обладает широким позитивным спектром воздействия на различные стороны организма и личности человека[4]:

В поведении это проявляется в собранности, подтянутости, большой жизненной энергии, в умении обеспечить свой полноценный и приятный отдых, в целостной культуре здоровой жизнедеятельности.

В психических проявлениях наблюдается хорошие самочувствия, нервно-психическая устойчивость, волевая организация, меньшая подверженность стрессам и депрессии.

В функциональных проявлениях можно отметить более высокое качество здоровья, более быстрое и полноценное восстановление после физической и умственной деятельности, усиление иммунных механизмов организма.

А. В. Гурвич [4] предложил ввести в научный оборот такие понятия, как фитнес-технологии, фитнес-культура и фитнес-уровень.

Фитнес-технологии – это процесс получения результата, построенный на использовании технических или любых других средств под управлением человека. В структуру фитнес-технологий входят: содержательная часть (общие и конкретные цели занятий, содержание учебного материала) и процессуальная часть – технологический процесс (организация, формы и методы, деятельность специалиста по физической культуре и спорту и занимающихся, управление процессом усвоения материала, диагностика).

Фитнес-культура проявляется в гармоничности, богатстве и целостности личности человека, всесторонности и универсальности его связей с окружающим миром и другими людьми, его способности к творческой самореализации и активной деятельности.

Фитнес-уровень – это количественная характеристика функционального состояния организма, его резервов и социальной дееспособности человека, он складывается из трех составляющих[4]:

Показатели физического развития (антропометрическое измерение).

Функциональное состояние (артериальное давление, частота сердечных сокращений и т.д.).

Стиль жизни (стаж непрерывных занятий оздоровительной физической культурой, питание, закаливание, вредные привычки, заболевания и т.д.).

Из вышеизложенного можно заключить, что, занимаясь фитнесом, человек решает следующие задачи[4]:

оздоровительную – поддержание физической формы, укрепление иммунной системы;

спортивную – достижение спортивных результатов (развитие различных физических качеств, повышение уровня работоспособности организма);

эстетическую – формирование красивой, гармоничной фигуры;

психотерапевтическую – релаксация, борьба со стрессом.

Приведенные основные задачи фитнеса ведут к пониманию его основной цели – «нагрузка ради здоровья». Главная задача – заставить двигаться, главная цель – улучшение психофизического и душевного состояния человека.

Список литературы:

1. Хоули Э. Т., Френке Б. Д. Оздоровительный фитнес. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 367 с.
2. Кеннеди Р., Гринвуд-Робинсон М. фитнес тренинг. – М.: Медиа Спорт, 2000. – 215 с.
3. Филиппова С. О. Фитнес, фитнес-технология и фитнес-индустрия // Фитнес в инновационных процессах современной физической культуры: Сб. мастер. Всерос. науч.-практ. Конф. – СПб.: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2008. – С. 25-27.
4. Гурвич А. В. Применение инновационных фитнес-технологий в военно-образовательных учреждениях и спортивных клубах для поддержания здорового образа жизни: Автореф. дис. ... канд. Пед. Наук. – СПб., 2007. – 37 с.

Вýвој тѣлеснѣ вѣховы а спорту в модернѣм свѣтѣ

Аникеенко Л.В.

*Национальный Технический университет Украины
«Киевский политехнический институт»
имени И. И. Сикорского*

СУЩНОСТЬ И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Аннотация В статье анализируется отношение студентов к пониманию сущности и содержанию деятельностно-поведенческого компонента культуры ЗОЖ студентов.

Актуальность Состояние здоровья подрастающего поколения остается актуальной проблемой современного общества. Ухудшение здоровья молодых людей становится не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. Обоснованную тревогу в сложившейся ситуации вызывает состояние здоровья студентов. Кроме того, именно сегодняшние студенты уже в недалеком будущем займут ведущие позиции во всех сферах жизнедеятельности. Однако с каждым годом увеличивается число студентов, страдающих от ожирения, имеющих хронические заболевания, морфо-функциональные отклонения и нервно-психические расстройства. Насущность поиска способов сохранения и поддержания здоровья выдвигает проблему здорового образа жизни (ЗОЖ) на одно из значимых мест в педагогической науке. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей как условия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни. Здоровый образ жизни воплощает грань образа жизни, органически присущую обществу и направленную на заботу о людях. Формироваться он должен, начиная с раннего возраста. Процесс физического воспитания в вузе мы рассматриваем как процесс активного взаимодействия преподавателя физической культуры с молодежью, направленный на физкультурную деятельность, предусматривающую овладение ими определенными знаниями, умениями и навыками, способствующими их оздоровлению, развитию физических способностей, личностных качеств, необходимых для формирования осознанной потребности у студентов в ЗОЖ.

Специалист по физической культуре имеет возможность сформировать у студентов знания о методах и средствах развития физического потенциала человека, помочь изучить функции своего организма, проявляющиеся в процессе двигательной активности. На занятиях по физической культуре он воспитывает двигательные способности студентов за счет освоения разнообразных двигательных действий, знакомит и помогает освоить различные оздоровительные системы, в том числе и нетрадиционные, а также воспитывает у студентов потребность в двигательной активности на всю жизнь. Все это в целом позволяет заложить у занимающихся основы сохранения и укрепления индивидуального здоровья и освоить способы организации здорового образа жизни.

Цель исследования Рассмотреть сущность и содержание деятельностно-поведенческого компонента культуры здорового образа жизни студентов.

Задание исследования: 1. Проследить сущность и содержание деятельностно-поведенческого компонента здорового образа жизни студентов.

2. Рассмотреть особенности организации здорового образа жизни студентов.

3. Дать рекомендации касающиеся культуры здорового образа жизни студентов.

Методы исследования: теоретический анализ литературы и обобщение полученной информации, эмпирические педагогические наблюдения, опрос, беседа.

Результаты исследования

Таким образом, мы считаем, что деятельность, направленную на формирование культуры ЗОЖ, следует осуществлять на занятиях по физической культуре и спорту. Деятельность в философском понимании – это процесс, в ходе которого человек творчески преобразует внешнюю и свою собственную внутреннюю природу, делая себя тем самым деятельностным субъектом, а осваиваемые ими явления природы – объектом деятельности. В процессе деятельности человек не просто взаимодействует с окружающей социоприродной средой, а постепенно включает ее в состав материальной и духовной культуры. Развитие личности осуществляется в деятельности и общении.

Отметим, что только деятельность позволяет человеку устанавливать взаимоотношения и связи с окружающим миром, воздействовать и преобразовывать его исходя из своих потребностей. Развитие человека определяется уровнем развития средств и форм организации деятельности.. Включение студентов в здоровьесберегающую деятельность представляет собой педагогическое действие по введению, присоединению, приобщению его к здоровому образу жизни, способствующее приведению в действие валеологических знаний, умений и навыков организации собственного здорового образа жизни и обогащению своего опыта

Содержание деятельностно-поведенческого компонента предполагает развитие активности личности, полноценное и творческое ее раскрытие во взаимодействии с другими людьми. Способность к установлению эффективных и гармоничных межличностных взаимоотношений в значительной мере определяет социальную адаптированность и психическое здоровье личности.

Деятельностно-поведенческий компонент предусматривает формирование разнообразных жизненно необходимых и полезных двигательных действий. Кроме этого он предполагает формирование у студентов следующих здоровьесберегающих:

- 1) практических умений: – владеть техникой физических упражнений по формированию здорового образа жизни; – оказывать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений; – организовывать целесообразный режим двигательной активности с целью поддержания и совершенствования своих физических качеств и здоровья; – организовывать свой быт; – воспитывать двигательные способности за счет освоения разнообразных двигательных действий и игр; – уметь правильно выполнять закаливающие процедуры; – уметь правильно организовать режим дня; – раскрывать основные правила личной гигиены человека, профилактики наиболее распространенных заболеваний;
- 2) проектировочных умений: – планирования физкультурно-спортивной деятельности; – планирования спортивно-массовых мероприятий по формированию здорового образа;
- 3) организаторских умений: – организации собственной деятельности по формированию здорового образа жизни; – организации оздоровительной и здравотворческой работы; – организации здравотворческих дискуссий; – умения организации правильного режима жизни (работы, отдыха и питания);
- 4) корреляционно-профилактических умений: – коррекции поведения в целях преодоления вредных и самовоспитания положительных привычек в активной деятельности; – адаптации к меняющимся условиям среды; – избегать стрессовых ситуаций;
- 5) коммуникативных умений: – предвидения и предотвращения конфликтных ситуаций со студентами; – формирования правильного отношения к здоровому образу жизни в процессе занятий физической культурой;
- 6) аналитических умений: – подходить со здравотворческих позиций к анализу происходящих событий; – организации социально-педагогической деятельности с позиции ЗОЖ;
- 7) конструктивных умений: – владения средствами и методами формирования здорового образа жизни;
- 8) умений саморегуляции: – владеть собой в любой ситуации; – поддерживать межличностные контакты, уважая права и мнения других; – выразить свои эмоции адекватно ситуации, поддержать позитивное настроение.

Выводы

1. Изложенные выше теоретические представления о деятельностно-поведенческом компоненте культуры ЗОЖ являются основанием для проектирования

и технологических разработок педагогических средств, направленных на формирование культуры здорового образа жизни у студентов в процессе занятий физической культурой.

2. Привлечение студентов до ЗОЖ заключается в осознанности и ответственности за собственную жизнь, которая может быть реализована в процессе мотивированной двигательной активности.

Список литературы

1. Виноградов, Э.Н. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие / Э.Н. Виноградов. – М.: Университет, 1998. – 506 с.

2. Куликов, В.Н. Формирование мотивов здорового образа жизни у подростков в средней общеобразовательной школе: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13.00.08 / В.Н. Куликов, Вятский гос. гуманитарный ун-т. – Киров, 2002. – 19 с.

3. Новейший философский словарь / сост. А.А. Грицанов. – М.: Изд. В.М. Скакун, 1998. – 896 с.

4. Смирнов, Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2008. – 288 с.

5. Трещева, О.Л. Программно-методические основы обучения здоровому образу жизни учащихся общеобразовательных школ / О.Л. Трещева // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 10. – С. 29–34.

Sportovní medicíny a rehabilitace

Аношенкова Р.Н., Дидковский А.П., Татарченко Л.И.
*Днепровский Национальный Университет имени Олеся Гончара, г.
Днепр, Украина*

РОЛЬ МЕДИЦИНЫ В СПОРТЕ, ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Аннотация. Для укрепления здоровья человека и лечения заболеваний с глубокой древности предпринимались попытки использовать физические упражнения. Лекари пытались лечить некоторые недуги, такие как болезни сердца, легких, костной системы, с помощью определенных наборов движений. Ещё в Древнем Египте, Греции, Риме, Индии, Китае лучшими врачами осуществлялся врачебный контроль за спортсменами. То есть, медицина всегда сопровождала спорт, независимо от его направленности – восстановления здоровья человека или достижения высот в спортивных соревнованиях. В статье предпринимается попытка кратко осветить содружество медицины и спорта при тренировках спортсменов, при восстановлении физической формы людей после болезней, травм и для улучшения морального и физического состояния хронически больных и инвалидов.

Медики во все времена активно участвовали в подготовке спортсменов к Олимпийским играм. Врачебные исследования были направлены на решение таких задач как: сохранение здоровья спортсменов в условиях напряженной тренировки и соревнований, отбор и спортивную ориентацию, акклиматизацию спортсменов в различных климатических зонах, подготовку юных спортсменов, восстановление и повышение спортивной работоспособности, развитие методов комплексного контроля, борьбу с допингами и др.

Уровень физического и психологического напряжения, сопровождающий подготовку и участие спортсменов в ответственных соревнованиях нередко находится на грани срыва функциональных возможностей его организма. Любое достижение в спорте – это всегда результат многолетнего труда не только спортсмена, но и большого круга специалистов, своими знаниями

обеспечивающих возможность реализации его притязаний в том или ином виде спортивной деятельности. И не последнюю роль в этом играют спортивные врачи. Именно благодаря эффективному использованию спортивно-медицинских знаний стали возможными чрезвычайно высокие нагрузки в современном спорте[3].

С течением времени сформировалась новая область медицинской науки и практики – спортивная медицина. Она стремительно развивается: осваиваются смежные медицинские области, совершенствуются и разрабатываются специальные методы функциональной диагностики и т. д. Одной из наиболее важных особенностей этой науки в наше время является активное использование её данных в управлении тренировочным процессом.

В настоящее время спортивная медицина представляет собой сложившуюся самостоятельную отрасль медицины со своими задачами, организацией, материальной и научной базой.

Спортивная наука долгое время определяла в качестве приоритетного предмета своих исследований физическое совершенствование "условно здорового" человека, оставляя заботу о людях с устойчивыми отклонениями в здоровье, в физическом и интеллектуальном развитии прерогативой медицины, коррекционной педагогики и социального обеспечения.

По данным Всемирной организации здравоохранения, около 10% населения Земли являются инвалидами[1]. Рост инвалидности населения в большинстве стран мира связан с усложнением производственных процессов, увеличением транспортных потоков, возникновением военных конфликтов, ухудшением экологической обстановки и другими причинами[5]. Сложившаяся в настоящее время кризисная ситуация с состоянием здоровья обусловлена, в том числе, и недооценкой социальной роли физической культуры. Как никогда остро стоит проблема внедрения в практику новых оздоровительных технологий с более эффективным использованием преимущественно безмедикаментозных средств и методов физической культуры и спорта – достаточно эффективных, а в некоторых случаях и единственно целесообразных для полного или частичного возвращения людей с различной степенью инвалидности к нормальной социокультурной жизни[1].

Многолетняя отечественная и зарубежная практика работы с инвалидами свидетельствует о высокой эффективности спорта в системе их реабилитации.

Научные исследования отчетливо показали, что при правильно разработанной программе реабилитации к активной жизни можно возвращать 50% тяжелобольных. Использование спорта в системе реабилитации начинается уже в стационаре (больнице) и продолжается после выписки больного.

Физическую реабилитацию следует рассматривать как лечебно-педагогический и воспитательный процесс или, правильнее сказать, образовательный процесс. Основным средством физической реабилитации являются физические упражнения и элементы спорта, а применение их – всегда педагогический, образовательный процесс[7]. Применяются различные методы физической реабилитации: ЛФК, дыхательная гимнастика, освоение лестницы, дозированная ходьба, ландшафтная терапия, массаж, велотренировки, тренировки на "беговой дорожке". Все эти методы в качестве главной цели предусматривают "восстановление временно утраченных функций после заболевания, травм и т.д." [2].

Своей ориентацией на хронических больных и инвалидов отличается один из методов физической реабилитации – адаптивная физическая культура.

Деятельность специалистов адаптивной физической культуры осуществляется именно с той категорией населения, которая утратила какие-либо функции на достаточно длительный срок, а зачастую – навсегда (например, лица, перенесшие ампутацию конечностей, удаление пораженного органа и др.). Адаптивная физическая культура, или, сокращенно, АФК – это физкультура для людей с ограниченными физическими возможностями (инвалидов), также для тех, у кого есть серьезные отклонения в состоянии здоровья, например, больное сердце, плохое зрение, слабый слух, для людей, которые просто недостаточно физически развиты[1].

Адаптивная физкультура необходима в школах-интернатах для детей с дефектами развития, в детских домах-интернатах, в психоневрологических диспансерах, в классах коррекции и в коррекционных детских садах. Существуют и детско-юношеские спортивные школы для людей с отклонениями здоровья, федерации, клубы, физкультурно-оздоровительные и реабилитационные центры, лечебно-профилактические учреждения, санатории, дома отдыха.

Возможности адаптивной физкультуры весьма широки, но при условии, что процесс адаптации находится под руководством и контролем квалифицированных и профессионально подготовленных специалистов[4].

Что касается инвалидов, то тут надо иметь в виду, что речь идет о совершенно разных видах патологии. Сюда относятся ампутанты (не имеющие рук или ног), слепые и слабовидящие, глухие и слабослышащие, люди с диагнозом ДЦП (детский церебральный паралич), с нарушением интеллектуального развития и т. д. При этом внутри одного диагноза тоже возможны большие различия. Скажем, у ампутантов конечность может отсутствовать полностью или частично; при одних формах ДЦП люди не ходят, но свободно владеют руками, могут играть в мяч – значит, могут участвовать в подвижных играх и в соревнованиях, а при других формах – они лишены этой возможности; умственно отсталые, скажем, физически здоровы, но они очень плохо запоминают, поэтому на усвоение навыков бега, например, у них может уйти больше времени, чем у незрячих. В работе с детьми, страдающими таким недугом, очень важно знать, например, что театрализованные уроки более эффективны, а при проведении соревнований для таких детей нужно, чтобы все они получали награды[1].

Адаптивная физическая культура направлена на коррекцию морального и физического состояния больного, на повышение его психологической и физической работоспособности, а значит, способствует лучшей адаптации, приспособленности к жизни в реальном мире[2].

В современных условиях многие ослабленные и больные люди хотят наравне со здоровыми сверстниками играть в футбол и баскетбол, заниматься тяжелой атлетикой и гольфом, плавать, ходить в длительные туристические походы. Сегодня люди с ограниченными возможностями занимаются освоением компьютерной техники, приобретают интересные профессии и ремесла, желают быть гражданами, полезными для общества. В настоящее время успехи параолимпийцев доказывают, что своевременный их приход в адаптивную физкультуру и адаптивный спорт позволили им не только значительно укрепить здоровье, развить физические качества, но также раскрыть их спортивные таланты, добиться высоких результатов, а главное – доказать себе и остальным, что человек всегда способен на большее.

Выводы:

Медицина в спорте играет очень важную роль. Спортивные специалисты своими знаниями обеспечивают возможность реализации притязаний спортсмена в том или ином виде спортивной деятельности. Благодаря эффективному использованию спортивно-медицинских знаний стали возможными высокие нагрузки в современном спорте. Приоритетным предметом исследований спортивной медицины является физическое совершенствование, как физически здорового человека, так и человека с какими-либо отклонениями в здоровье. Физическая реабилитация состоит из таких методов: ЛФК, дыхательная гимнастика, освоение лестницы, дозированная ходьба, ландшафтная терапия, массаж, велотренировки, тренировки на «беговой дорожке». Адаптивная физическая культура направлена на коррекцию морального и физического состояния больного, на повышение его психологической и физической работоспособности, а значит, способствует лучшей адаптации, приспособленности к жизни в реальном мире.

Литература

1. Википедия.- [Электронный ресурс]. - <http://ru.wikipedia.org/wiki>
2. Евстафьев Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры /Материалы к лекциям. - Л.: ВИФК. - 133 с.
3. Карпман В.Л. Спортивная медицина: Учебник для институтов физической культуры: М. 1988. – С. 140 – 142.
4. Макарова Г.А. Спортивная медицина PDF. Учебник. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с: ил.
5. Социальная адаптация. - [Электронный ресурс]. - http://www.proforientator.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=842:2011-10-06-08-49-49&catid=21:2009-11-13-21-14-09 (дата обращения 12.01.2011)
6. Физическая культура и спорт для лиц с ограниченными возможностями здоровья PDF Информационно-аналитический сборник.-М.: ЦСКиСТ Москомспорта. - 94 с.
7. Физическая реабилитация: Учебник для студентов высших учебных заведений
Под общей ред. проф. С.Н. Попова. Изд. 3-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 608 с.

Пастушенко В.М., Татарченко Л.И., Носенко Л.И.

ДНУ им. О.Гончара.

г.Днепр, Украина.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕАБИЛИТАЦИИ ТРАВМАТОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ

Актуальность темы. Влияние на человека научно-технического прогресса, возросшей урбанизации, неблагоприятных факторов экологии заставляет ученых-медиков, врачей искать современные методы восстановления его здоровья [1,3]. Природные катаклизмы, катастрофы приводят к большим человеческим потерям и серьезным травмам различной локализации. Таким образом, пострадавшим необходимо комплексное лечение в состав которого входит и лечебная физическая культура. Лечебная физическая культура (ЛФК) - метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью и для более быстрого восстановления здоровья и трудоспособности больного, предупреждения патологического процесса [5,6]. Наиболее характерной особенностью метода ЛФК является использование физических упражнений.

Цель исследования. Изучить современные методы лечебной физической культуры в реабилитации больных с тяжелым травматическим повреждением позвоночного столба.

Методы исследования. Изучение результатов клинических наблюдений, рентгенография, компьютерная томография, лабораторная диагностика.

Результаты исследований. Среди большого количества травматических повреждений травмы опорно-двигательного аппарата занимают основное место. Причинами травматических повреждений могут быть производственные и бытовые травмы, автоаварии, падение с высоты, спортивные травмы и др. Любое травматическое повреждение сопровождается не только местными реакциями, но и общей нервно-рефлекторной реакцией организма с изменением жизненных функций. При травматических повреждениях опорно-двигательного аппарата, требующих постельного режима и иммобилизации, развиваются

функциональные изменения во всем организме снижение функции внутренних органов, нарушение обменных процессов, повышенная раздражительность. Движение стимулирует рост и развитие, расширяет функциональные возможности всех систем организма, повышает его трудоспособность, замедляет старение организма. К тому же мышечная активность положительно влияет на эмоциональное и психическое развитие. Комплекс лечебных мероприятий зависит от характера травмы и назначается индивидуально для каждого больного. Мы остановимся на категории тяжелых травм: повреждение позвоночного столба. В зависимости от характера повреждения и этапа стационарного лечения весь курс ЛФК условно распределяют на 3 периода: иммобилизации, постиммобилизационный и восстановительный. Если нет противопоказаний лечебную гимнастику назначают с первых дней поступления в стационар. Период иммобилизации соответствует костному сращению отломков, которое наступает через 30-90 дней после травмы. Окончание этой стадии консолидации служит показанием к прекращению иммобилизации. Постиммобилизационный период начинается после снятия гипсовой повязки и скелетного вытяжения. У больных в этом периоде определяется снижение силы и выносливости мышц и амплитуды движений в суставах. В восстановительном периоде у больных возможны остаточные явления препятствующие восстановлению трудоспособности. Больным назначается весь комплекс реабилитационных мероприятий.

Реабилитация-это комплекс лечебных, психологических, педагогических, социальных и трудовых мероприятий, направленных на восстановление здоровья и трудоспособности больного [3,6]. Медицинская реабилитация включает в себя медикаментозное, хирургическое, физиотерапевтическое и другие виды лечения, которые наряду с лечением болезни способствуют скорейшему восстановлению тех функций организма, которые необходимы для возвращения к трудовой деятельности. В реабилитации большое значение имеет лечебная физическая культура. ЛФК улучшает нарушенные функции, ускоряет регенерацию, уменьшает неблагоприятные последствия вынужденной гипокинезии. Физические упражнения оказывают разнообразное действие в зависимости от их подбора, методики выполнения и физической нагрузки. Курс ЛФК подразделяют на 3 периода: 1) вводный (3-10 дней); 2) основной, или тренировочный (время пребывания на лечении); 3) заключительный (3-5 дней). Наряду с ЛФК травматологическим больным назначают лечебный массаж. Он

улучшает трофические процессы в коже, очищая его от слущивающегося эпидермиса; стимулирует функцию потовых и сальных желез; способствует рассасыванию инфильтратов, активизирует обмен веществ, повышает газообмен в органах и тканях. Под влиянием массажа улучшается кровоток и лимфообращение, нормализуется тонус кровеносных и лимфатических сосудов, повышается тонус и эластичность мышц, укрепляются суставы и связки. В настоящее время разработан ряд новых методик лечебной физической культуры.

Лечебный массаж и миостимуляция при травмах позвоночника.

Лечебный массаж — неocenимое и действенное средство в реабилитации спинальных больных. В лечении больных с травматической болезнью спинного мозга применяются разные виды массажа:



классический ручной массаж (с применением таких приемов, как поглаживание, растирание, разминание и вибрация);

сегментарный массаж (раздражением определенных зон добиваются избирательного влияния на отдельные органы и системы организма)

точечный массаж (пальцевое воздействие на биологически активные точки)

аппаратный массаж (механический, вибрационный, воздушный, или пневмомассаж, водный, или гидромассаж).

Дополнительным лечебным средством, хорошо зарекомендовавшим себя в реабилитации больных с травмами позвоночника, является миостимуляция. Доказано, что низкочастотная вибрация от 30-50 до 150- 170 Гц обладает широким терапевтическим диапазоном: механическое возбуждение нервных рецепторов определенных участков тела вызывает соответствующие рефлекторные ответы, нервные импульсы— биотоки.

Заключение. Выбор средств ЛФК зависит от состояния больного, назначенного ему режима двигательной активности и условий лечебно-профилактического учреждения. Более усовершенствованные средства, особенно в механотерапии, значительно повышают возможности больного в реабилитации после тяжелых травматических повреждений. Комплекс реабилитационных мероприятий возвращает больного с повреждением позвоночного столба через 10-12 месяцев к трудоспособности.

Литература.

1. Елисеев А.Г., Н.А. Россоловский. Популярный атлас анатомии человека / – М.: Эксмо, 2009. – 176 с.
2. Епифанов В.А., Мошков В.Н., Апанасенко Г.Л. и др. под ред. В.А. Епифанова. Лечебная физическая культура – М.: «Медицина», 1987. – 528с.
3. Клапчук В.В., Дзяк Г.В., Муравов І.В. та ін.; за ред. В.В. Клапчука, Г.В. Дзяка. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина.– К.: Здоров'я, 1995. – 312 с.
4. Юмашев Г. С., Епифанов В.А. Оперативная травматология и реабилитация больных с повреждением опорно-двигательного аппарата. – М. Медицина, 1983. – 383 с.

Sledování fyzické pracovní kapacity u sportovců

Фаворитов В.Н., Мельник Т.В., Попов С.М.

Запорізький національний університет

ВИЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ НЕПРЯМИМ МЕТОДОМ

На несприятливі умови, у яких може виявитися організм під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів середовища, одним і з перших реагують клітини крові. При цьому змінюється інтегральна цілісність і функціональна активність клітинних елементів крові і, зокрема, мембран еритроцитів. Такі зміни спостерігаються при гіпоксії, температурних впливах, імунних конфліктах, опроміненні, інтоксикаціях, серцево-судинних захворюваннях, хірургічних втручаннях і інших видах патології, а також фізичних навантаженнях [1, 2].

Враховуючи, що еритроцити є доступною моделлю для вивчення стану біологічних мембран і своєрідним "біопунктатом" тканин організму, паралельно з контролем рівня функціональної підготовленості спортсменок-волейболістів вивчали проникність еритроцитарних мембран (ПЕМ) методом осмотичної резистентності еритроцитів до різного відсотку ізотонічних розчинів хлориду натрію. ПЕМ є інтегральним показником стану клітинних мембран внутрішніх органів [3-5].

Метою роботи було експериментальне вивчення ефективності застосування непрямих методів для визначення рівня фізичної підготовленості спортсменів.

У відповідності з метою і завданнями дослідження було проведено обстеження гравців жіночої команди з волейболу спортивного клубу ЗНУ (перша ліга чемпіонату України). У всіх обстежених проводилася оцінка рівня функціональної підготовленості їх організму з використанням комп'ютерної програми «ШВСМ» [6]. Для оцінки фізико-хімічних властивостей еритроцитів досліджували стійкість (резистентність) еритроцитів найбільш поширеним в клінічній практиці уніфікованим методом визначення осмотичної резистентності еритроцитів у модифікації Л. В. Ідельсона (1974) та М.А. Горшкової (Патент 2328741).

Дані експерименту свідчать, що на життєздатність та біоенергетику еритроцитів істотно впливає структурна модифікація їхніх мембран, пов'язана зі збільшенням відносної кількості фосфоліпідів, що містять ненасичені жирні кислоти.

Таблиця 3 – Результати вивчення рівня фізичної підготовленості* та проникності еритроцитарних мембран (ПЕМ) волейболісток.

№	НС		С		ВС		В	
	РФП	Гемоліз %	РФП	Гемоліз %	РФП	Гемоліз %	РФП	Гемоліз %
M±m	42,33± 1,62	29,25± 1,82	58,0± 3,01	23,40± 2,13	75,8± 3,29	17,74± 1,64	91,92± 4,18	13,54± 1,26

*Рівні фізичної підготовленості:

- ≤ 33,1 балу - НР (низький рівень);
- ≤ 49,6 балу – НС (нижче середнього рівень);
- ≤ 66,1 балу – С (середній рівень);
- ≤ 82,6 балу – ВС (вище середнього рівень);
- ≥ 82,7 балу – ВР (високий рівень).

Дослідження проникності еритроцитарних мембран у 0,45% розчині натрію хлориду спортсменів високого класу з високим рівнем фізичної підготовленості виявило зрушення максимуму резистентності в бік нижчих концентрацій хлориду натрію і пов'язано з фазою підвищення резистентності при входженні у спортивну форму. Зрушення максимуму в бік вищих концентрацій хлориду натрію свідчить про зниження кислотної резистентності еритроцитів при недостатній тренуваності спортсменів.

Показано, що у спортсменів високої кваліфікації, незалежно від виду спорту, криві гемолізу однотипні. При обстеженні спортсменів середньої кваліфікації спостерігається кореляція між змінами мембран еритроцитів та рівнем фізичної підготовленості.

Таким чином, показники осмотичної резистентності еритроцитів відбивають загальну резистентність організму і можуть служити показником тренуваності спортсменів.

Висновок. З аналізу отриманих даних випливає, що питання вивчення резистентності еритроцитів, які відбивають загальну резистентність організму спортсменів, є актуальним, оскільки дозволяє вивчати процеси адаптації до впливу фізичних навантажень, оцінювати тренуваність спортсменів, входження їх у спортивну форму, а також проводити спрямовану корекцію резистентності еритроцитів за допомогою окремих антиоксидантів чи їхніх комплексів.

Литература:

1. Сейфулла, Р.Д. Фармакологическая коррекция работоспособности при подготовке спортсменов высокой квалификации / Р.Д. Сейфулла // Спортивная медицина. – 2004. - № 1-2. – С. 110-121.
2. Михайлов П. В., Афанасьев В. В, Жуков М. Н. и др. Оценка функционального состояния системы микроциркуляции у лиц с разным уровнем аэробной работоспособности. Ярославль. 2011. Т III (Естественные науки). №4. С.140-143.
3. Борисов Ю. А. Резистентность эритроцитарных мембран: механизмы, тесты, оценка / Ю. А. Борисов, В. Н. Спиридонов, Е. Д. Суглобова // Клин. лаб. диагностика. – 2007. – № 12. – С. 36–40.
4. Горбанёва Е.П. Значение качественных характеристик и особенностей в структуре функциональной подготовленности спортсменов / Е.П. Горбанёва, А.Д. Викулов // Ярославский педагогический вестник: научный журнал. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2011. - № 2. – Т. III (Естественные науки). – С. 74–82.
5. Колмаков, Ст. Н. Значення визначення проникності еритроцитарних мембран (ПЕМ) в діагностиці хронічних захворювань печени / В.Н.Колмаков, В.Г.Радченко // Терапевт. архив. – 1982. - № 2. – С 59-62.
6. Шаповалова В.А., Маликов Н.В., Сватъев А.В. Компьютерная программа комплексной оценки функционального состояния и функциональной подготовленности организма - «ШВСМ». - Запорожье, 2003. - 75 с.

POLITIKA

Залесский Б.Л.

Белорусский государственный университет

ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ПОЯС ШЕЛКОВОГО ПУТИ И МЕДИА

В китайском городе Нанкине в октябре 2016 года прошел первый международный форум средств массовой информации стран, находящихся в Экономическом поясе Шелкового пути, подчеркнувший особую важность и актуальность необходимости создания единого информационного пространства в рамках реализации данного мегапроекта, инициированного китайской стороной еще в 2013 году. Участники форума справедливо подчеркнули, что сегодня медиа «стали полноправными участниками происходящих в мире процессов глобализации, важным условием которых является согласованность информационных пространств и взаимное информирование» [1]. Напомним, что еще в апреле 2016 года Китайский центр межконтинентальных коммуникаций выступил с инициативой создания медийного союза, в который на первых порах вошли 16 средств массовой информации, расположенных в странах Экономического пояса Шелкового пути, чтобы «создать прозрачный и удобный для всех сторон механизм сотрудничества, а также платформу для обмена контентом и информацией» [2].

С самого начала успех реализации данного проекта в Китайской Народной Республике видят в том, чтобы **совместно** с заинтересованными государствами: 1) создавать сеть обоюдной выгоды и сотрудничества; 2) вырабатывать модель взаимодействия нового типа; 3) открывать платформу диверсифицированного сотрудничества; 4) продвигать проекты в основных сферах; 5) **совместно** создавать “Зеленый Шелковый путь”, “Здоровый Шелковый путь”, “Интеллектуальный Шелковый путь”, “Мирный Шелковый путь”. При этом, по мнению председателя КНР С. Цзиньпина, именно «средства массовой информации играют важную незаменимую роль в передаче информации, углублении взаимодоверия, формировании общего понимания» [3].

В июле 2016 года 16 медийных структур из Китая, Казахстана, Португалии, Египта, Южной Кореи, Бразилии, Нидерландов, Судана, России, Новой Зеландии и Южно-Африканской Республики выступили с совместной декларацией, в которой подчеркнули необходимость укрепления взаимопонимания, взаимного доверия и

толерантности при помощи мультикультурного общения новых средств массовой информации, а также призвали «постепенно создавать механизм обмена информацией среди СМИ разных стран и совместного использования ресурсов» [4]. Данная декларация была озвучена на проходившем в Пекине Форуме сотрудничества средств массовой информации “Один пояс, один путь – 2016”, участники которого призвали медийные структуры разных стран сфокусироваться на теме возрождения Великого Шелкового пути, чтобы внести свой вклад в углубление обменов, сотрудничества, понимания и взаимного доверия между народами. Ведь именно медиа должны «способствовать формированию благоприятного общественного мнения, которое необходимо для построения “зеленого”, гармоничного, умного и мирного Шелкового пути» [5].

В этой связи для международного сегмента национальной журналистики многих стран планеты актуализируется качественно новая задача, которая до сих пор, если судить по современным информационным войнам, нигде и никем толком не рассматривалась: как должны действовать средства массовой информации в процессе осуществления таких мегапроектов, как Экономический пояс Шелкового пути, чтобы все-таки устранить существующие разногласия, укрепить едва наметившееся хрупкое взаимопонимание, максимально углубить взаимное доверие? На уже упоминавшемся форуме в Пекине речь шла, по меньшей мере, о трех направлениях решения данной задачи.

Во-первых, медийным структурам надо активно расширять круг друзей проекта “Один пояс, один путь” с помощью платформ по распространению информации и привлекать к нему как можно больше заинтересованных людей, чтобы помочь им получить реальную пользу от реализации проекта. Во-вторых, средствам массовой информации надо выступать в качестве связующего звена между рынками, чтобы укреплять сотрудничество, стимулировать интеграцию ресурсов, торгово-экономические контакты, продвигать взаимовыгодные производственные связи. В-третьих, медийная сфера стран Экономического пояса Шелкового пути должна способствовать сближению ее участников не только в геополитическом, но и в духовно-эмоциональном пространстве, чтобы при этом «способствовать сплетению чувств» [6].

Решению всех этих задач и призван способствовать формирующийся сейчас Союз средств массовой информации Экономического пояса Шелкового пути, чтобы создавать сообщество медиа общей судьбы, добиваясь их взаимосвязанности и взаимодополняемости. Творческое же поле деятельности участников нового союза может быть весьма обширным и разнообразным: от развития диалога в разных форматах до обмена новостными продуктами, специалистами и техническими

достижениями; от проведения совместных интервью, подготовки и распространения совместных материалов до создания медийных платформ сотрудничества нового типа, отвечающих вызовам времени. Одним из важнейших направлений деятельности нового творческого союза, надо полагать, станет тема сопряжения строительства Экономического пояса Шелкового пути и Евразийского экономического союза.

Литература

1. Баландин, Р. В китайском Нанкине завершился первый международный форум СМИ стран Шелкового пути / Р. Баландин // [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: <http://tass.ru/novosti-agentstva/3732988>
2. Булатов, И. СМИ “Экономического пояса Шелкового пути” создали медийный союз / И. Булатов // [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: <http://1prime.ru/News/20160419/824918400.html>
3. Си Цзиньпин поздравил участников Форума сотрудничества СМИ “Один пояс и один путь” с открытием [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: http://russian.news.cn/2016-07/26/c_135541862.htm
4. Международный союз новых медиа “Пояса и Пути” выступил с совместной декларацией [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: <http://russian.people.com.cn/n3/2016/0727/c31521-9091681.html>
5. Лю Юньшань призвал СМИ стран “пояса и пути” внести свой вклад в углубление обменов и сотрудничества [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: http://russian.news.cn/2016-07/27/c_135544868.htm
6. Чжэнью, Я. Форум сотрудничества СМИ “Один пояс, один путь” – 2016 даст шесть результатов / Я. Чжэнью // [Электронный ресурс]. – 2016. – URL: <http://russian.people.com.cn/n3/2016/0726/c31521-9091286.html>

Obsah

PSYCHOLOGIE A SOCIOLOGIE

Psycho-výchovné problémy vývoje člověka v moderních podmínkách

Игубаева А.Т.,Богданова Т.В. ФОРМИРОВАНИЕ КОЛИЧЕСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ МЕТОДИКИ ДЖ.КЮИЗЕНЕРА.....	3
--	----------

Klinická psychologie

Коккозева К.Ш. ,Елубай А.Е.АЛАЛИЯНЫҢ ПАЙДА БОЛУ СЕБЕПТЕРІ, СИМПТОМАТИКАСЫ МЕН МЕХАНИЗІМІ	7
---	----------

Obecná psychologie

Никифорова О.В., Ильясова К.С. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЮВЕНАЛЬНОГО ПЕРИОДА: РЕФЛЕКСИВНЫЙ АНАЛИЗ НАУЧНЫХ ПОДХОДОВ	10
---	-----------

Pedagogická psychologie

Джигоева О.Ф. О ВОПРОСЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ОБРАЗОВАНИИ.....	13
---	-----------

Vývojová psychologie

Мантрова М.С.,Могилко Д.В.,Печёркина В.С. ДИНАМИКА «ОБРАЗА Я» : ОТ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ПОДРОСТКАМ.....	17
Антоненко А. Д. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ	20

Sociální psychologie

Клименко А.И. ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У «ДЕЛОВЫХ» ЖЕНЩИН И ЖЕНЩИН «ДОМОХОЗЯЕК»	24
--	----

TĚLESNÉ KULTURY A SPORT

Tělesná kultura a sport: problémy, návrhy výzkumu

Абрамов С.А. ОСНОВНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СТРИБУЧОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ ВІДДІЛЕННЯ ВОЛЕЙБОЛ.	31
Добровольський В.Е. ВПЛИВ ІДЕОМОТОРНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГІМНАСТІВ НА СПОРТИВНИЙ РЕЗУЛЬТАТ	35

Vývoj tělesné výchovy a sportu v moderním světě

Аникеенко Л.В. СУЩНОСТЬ И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ.....	41
Аношенкова Р.Н., Дидковский А. П., Татарченко Л.И. РОЛЬ МЕДИЦИНЫ В СПОРТЕ, ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	45
Пастушенко В.М., Татарченко Л.И., Носенко Л.И. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕАБИЛИТАЦИИ ТРАВМАТОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ.....	50

Sledování fyzické pracovní kapacity u sportovců

Фаворитов В.Н., Мельник Т.В., Попов С.М. ВИЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ НЕПРЯМИМ МЕТОДОМ	54
--	----

POLITIKA

Залесский Б.Л. ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ПОЯС ШЕЛКОВОГО ПУТИ И МЕДИА
..... 57

OBSAH 60

