

Научно-исследовательский центр «Аксиома»

«АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ»

Российская Федерация, г. Липецк, 30 ноября 2017г.

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
международной научно-практической конференции
№ XVII

Липецк
Издательство «РаДуши»
2017

УДК: 3
ББК: 6/8
А 43

Актуальные аспекты современной науки. Сборник материалов № XVII-й международной научно-практической конференции (г. Липецк, 30 ноября 2017г.). / Отв. ред. Е.М. Мосолова. - Липецк: «РаДуши», 2017. - 88с.

Сборник содержит тексты научных докладов участников № XVII-й международной научно-практической конференции «Актуальные аспекты современной науки», состоявшейся 30 ноября 2017 года в г.Липецке (Российская Федерация). Доклады сгруппированы по секциям в соответствии с классификацией научных направлений.

Редакционная коллегия сборника:

Гурченко А.И., кандидат искусствоведения, г. Минск, Республика Беларусь
Дикова В.В., кандидат психологических наук, доцент, г. Нижний Тагил
Каминская Е.А., кандидат педагогических наук, доктор культурологии, Москва
Кириянов И.В., кандидат экономических наук, доцент, Новокузнецк
Клинков Г.Т., главный ассистент, PhD, г. Пловдив, Болгария
Леонович Е.Н., доктор педагогических наук, профессор, г. Москва
Линков А.Й., главный ассистент, PhD, г. Пловдив, Болгария
Мазяева Е.А., кандидат философских наук, доцент, г. Уссурийск
Павлова О.С., кандидат искусствоведения, преподаватель, г. Липецк
Соколова С.А., кандидат экономических наук, доцент, г. Волгоград
Шорина Е.Н., кандидат исторических наук, пгт. Шексна, Вологодская обл.
Шукурова И.В., кандидат педагогических наук, доцент, г. Сургут

ISSN 2410-2288

УДК:3
ББК:6/8

© Коллектив авторов, 2017

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 1. ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА: СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИКИ И ИННОВАЦИИ, ОПЫТ ПРАКТИЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ

| | |
|---|----|
| Томашук А.А. Особенности гражданского воспитания и его философско-педагогические идеи в различных периодах отечественной истории педагогики | 5 |
| Бондина С.В., Шаршова Т.П. Развитие музыкального восприятия детей дошкольного возраста средствами музыкально-дидактических игр | 11 |
| Лиходзиевская Г.М. Философия для жизни (авторская методика использования практических занятий для студентов в курсе «Основы философии») | 14 |
| Никаноров А.П. Методика применения аутогенной тренировки в рамках Лечебной педагогики | 21 |
| Чунаев С.И. Планирование скоростно-силовой подготовки легкоатлетов, специализирующихся в беге на 400 метров | 44 |

СЕКЦИЯ 2. НАУЧНЫЕ ДИСКУССИИ О ЦЕННОСТЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

| | |
|---|----|
| Стрелков Ч-Ц.А. Религиоведение: содержание понятия и характерные особенности | 48 |
| Гурченко А.И. К вопросу сценического воплощения фольклора в деятельности современных фольклорных ансамблей Беларуси | 52 |
| Сяо Жань. Формы фиксации и сохранения фольклорного художественного наследия | 59 |

| | |
|--|----|
| Иванова А.А. Прагматические особенности интерфейсных эпиграфов в микроблогах английских знаменитостей | 63 |
| Гирко К.В. Тенденции изменения требований экологической политики в системе регулирования экономического развития общества | 66 |
| Читаева Ю.А. Занятия спортом как наиболее эффективный способ поддержания двигательной активности человека | 72 |
| Чердакова А.В. Профориентационные технологии в формировании интеллектуального капитала университета инклюзивного образования | 75 |
| Мазяева Е.А., Сизов И.М. Аксиологический аспект кадетского образования в России: ретроспективный анализ | 80 |

СЕКЦИЯ 1. ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА: СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИКИ И ИННОВАЦИИ, ОПЫТ ПРАКТИЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ

Особенности гражданского воспитания и его философско-педагогические идеи в различных периодах отечественной истории педагогики

*Томащук А.А.,
аспирант кафедры педагогики,
ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет»,
Донецк,
prostoanya2@gmail.com*

Аннотация. Автор рассматривает основные особенности гражданского воспитания, его философскую и педагогическую специфику в различных периодах отечественной истории педагогики.

Ключевые слова: гражданское воспитание, гражданское образование, патриотическое воспитание и образование, гражданственность, история педагогики.

Актуальность темы гражданского воспитания обусловлена стремительными социальными, экономическими, юридическими и культурными изменениями общества, внесением поправок в ряд законодательных актов, реформами образования, которые характеризуются усилением процессов гуманизации и демократизации. Воспитание в человеке гражданственности является одним из необходимых условий подготовки личности, способной возродить общество и его духовность, развивать идеи государственности, обращенные к человеку.

Современной наукой аккумулирован огромный психолого-педагогический опыт гражданского воспитания, который необходимо применять в конкретной образовательной и воспитательной деятельности.

В различные исторические эпохи ученые обращали внимание на вопросы, связанные с воспитанием национального сознания. В истории гражданского образования и воспитания отечественные исследователи выделяют три больших этапа: царский

(1901-1917 гг.), советский (начало 20-х - конец 80-х годов XX века) и постсоветский (1991-2005 гг.) [1, С.14].

В первом периоде главными идеями воспитания гражданственности выступает религиозно-монархическая концепция, которая основана на религиозном и нравственном долженствовании, стремлении к праведной жизни, а также патерналистская парадигма, основанная на идеях об отеческой заботе по отношению к подданным и детям.

В связи с реформами государственной политики в России появилась необходимость не только высококвалифицированных специалистов, но и так называемых «людей нового типа», которым будет способствовать школьная реформа 1714 года. Достоинствами этой реформы является учёт опыта народа в воспитании подрастающего поколения, опыта русских просветителей и педагогов Ф. Поликарпова, Ф. Прокоповича, В. Н. Татищева и др. Уже в середине XVIII века в философско-педагогических идеях, направленных на урегулирование вопроса гражданского воспитания, выдвинулись два основных пути. Один общественно-патриотический путь утверждал идеи нравственного, общественного долга и патриотизма. Другой утилитарно-охранительный путь - поддерживал взгляд на полное подчинение гражданина существующему режиму [4, С.1601].

Весьма показательным примером проявления утилитарно-охранительной теории гражданского воспитания является не один раз изданная книга «О должностях человека и гражданина» - это первое в России руководство по граждановедению [4, С. 1603]. Русский педагог П.Ф. Каптерев оценивал эту книгу как пример педагогико-этического апофеоза современной власти правительства. В период правления Екатерины II, как отмечал П.Ф. Каптерев, педагогика еще не достигла необходимого уровня понимания и воспитания гражданина, поэтому вошли в обиход лишь слова гражданин, человек, должности человека, но соответствующих этим словам понятий еще не было. Вместо них были лишь понятие подданный, беспрекословно подчиняющийся власти [3, С. 235].

Второй этап был обусловлен бурным развитием промышленной сферы, необходимостью воспитывать активных, ответственных и дееспособных членов общества, подкрепленных идей сплочения народов. В начале XX века в теоретико-практических

исследованиях, посвященных воспитанию граждан, участвовали многие советские педагоги: В.А. Сухомлинский, А.С.Макаренко, П.П. Блонский, К.Д. Ушинский, А.В.Луначарский, Т. Шацкий, и другие.

На первый план выходят задачи начального образования, повышение грамотности взрослого населения, подготовка молодежи к трудовой деятельности. В дальнейшем власть коммунистической модели, красной нитью которой являлась общественная собственность и всеобщность труда, направленности на воспитание классового бойца и развитие представления о трудовой школе как важного фактора гражданского воспитания, приводит к необходимости подготовить «современного, нового гражданина». Внимание уделяется организации в коллективтруда, производственной и волонтерской, а также социально полезной деятельности совместно с политинформированием, организацией ученических самоуправлений, усилением активности пионерских и комсомольских образований. Ведущая роль отдана вектору, ориентированному на воспитание у граждан доверия и любви к государству, полное принятие господствующих на тот момент морально-нравственных норм.

Во времена «оттепели» прошли изменения в экономике, зародились идеи демократических основ гражданского воспитания, обратились к опыту политехнических трудовых школы, способных более успешно сформировать гражданина. Ведущими идеями в этом периоде является организация и предоставление детям и молодежи неполного среднего образования, введение новых, более актуальных на тот момент учебных планов и программ, внедрение активного трудового воспитания.

В 1964-1985 гг. снижается темп экономического роста, консервативность политико-правового руководства страны усиливается, трудовая настроенность гражданско-патриотического воспитания ослабевает. Вводится обязательное неполное восьмилетнее образование и полное среднее (11 классов), внедряется сеть вечерних школ для рабочей молодежи. Проходят изменения общеобразовательные и профессиональные школы, основной целью теперь является формирование гармонически развитой личности путем совершенствования образовательной системы.

Трудовая сущность жизненных процессов школьников утрачивается, опора в гражданском воспитании идет на убеждение,

внушаемость, требование, систему поощрений и наказаний, господство форм вербального воздействия на сознание [5, С.13].

Третий этап в истории педагогики (с 1990-х гг. до настоящего времени) направлен на возрождение значимости производительного и промышленного труда, в гражданском воспитании используется проектная деятельность. Школа понимается как прообраз гражданского общества, где дети развивают не только критическое мышление и умение сотрудничать, но и приобретают навыки гражданской деятельности, которые в дальнейшем закрепляются в техникумах, институтах и других учебных заведениях.

В XXI веке ориентиром гражданского воспитания подростков и молодежи выступают государственные документы и нормативы. Активно внедряется модель духовного и нравственного развития личности, в которой предусмотрено добровольное, заинтересованное и посильное включение обучающихся в решение существующих социо-культурных, экологических, экономико-политических и иных как частных, так и глобальных проблем семьи, школы, поселка, города, области, республики или страны. В этом контексте уже традиционной стала форма социализации в рамках детско-юношеских и молодежных движений, организаций, сообществ, которая также хорошо зарекомендовала себя на практике [2, С. 11].

Идет поиск наиболее эффективных моделей гражданского воспитания и формирования гражданского самосознания, которые соответствовали бы специфике постиндустриальной цивилизации, а также активно ведется обсуждение такого понятия как «толерантность». Рассматриваются различные пути интеграции учебных курсов в системе гражданского воспитания.

Изменения в обществе в различные исторические периоды отражались на педагогической эффективности основных образовательных учреждений. В сложившихся условиях очевидна актуальность решения проблемы гражданско-патриотического воспитания, так как важнейшей его целью является формирование и развитие такой личности, которая будет обладать набором качеств гражданина - патриота, способного успешно исполнять свои обязанности (гражданские и социальные) как в мирное, так и военное время. Воспитание в человеке гражданственности является одним из необходимых условий подготовки личности, спо-

собной возродить общество и его духовность, развивать идеи государственности, обращенные к человеку.

Следует признать, что вариант гражданского образования 1980-1990 гг. с его либерально-демократической направленностью и упором на ценностный потенциал личности, свободу, принятие активного участия граждан в общественно-политической жизни государства, лишь частично востребован на современном этапе общественного развития. И делоне только в отсутствии целостного и гармонично развитого гражданского самосознания, но и в морально-психологическом состоянии общества, проводимой государством политике. Данный вариант воспитания гражданственности перестал отвечать современной модели общества, где приоритет отдается индивидуальности, коммерции, предпринимательским способностям, рыночным взаимоотношениям по типу «ты мне, а я тебе» и культуре потребления. К тому же семья, как основной социальный институт, ответственный за социализацию молодежи и воспитание, СМИ и Интернет стали наиболее важными информационными ресурсами, в то время как политические партии и организации гражданского общества не имеют реального веса, приписываемого им в правительственных программах. Определить единый вектор гражданско-патриотического воспитания сегодня достаточно непросто. Велика социально-культурная дистанция, отделяющая аксиологическую и идеологическую основы этого воспитания от действительного состояния социальной и образовательной среды.

Существует четко определенная тенденция сокращения числа людей, которые могут воспринимать ценности патриотизма. В таком состоянии существует явная необходимость в совершенствовании законодательства, государственной поддержки патриотических массовых организаций, методического обеспечения, профессиональной подготовки персонала, работающего с молодежью, большего использования Интернета в учебном процессе, разработка новых инновационных методов и содержания патриотического воспитания.

Список литературы

1. Боголюбов Л.Н. Концепция гражданского образования в общеобразовательной школе. / Л.Н. Боголюбов, А.Т. Кинкулькин, Л.Ф. Иванова // Преподавание истории и обществознания в школе. - 2003. - №9. - С. 13-19.

2. Данилюк А.Я. Концепция духовно нравственного развития и воспитания личности гражданина России. 2-е изд. / А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. - М.: Просвещение, 2011. - С. 24.

3. Коптерев П.Ф. История русской педагогики. - СПб: Алетейя. - 2004. - С. 736.

4. Сарина В.И. Гражданское воспитание школьников: историко-педагогический аспект / В.И. Сарина, И.Г. Алмазова / Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2014. - Т. 20. - С. 1601-1605.

5. Филлипов Ф.Р. Обновление социализма и современная стратегия воспитания личности. // Воспитание гражданина в школе. - М.: Педагогика, 1990. - С. 6-17.

Развитие музыкального восприятия детей дошкольного возраста средствами музыкально-дидактических игр

*Бондина С.В.,
Шаршова Т.П.,*

*МОУ «Начальная школа п. Дубовое»,
Белгородская область, Белгородский район, Россия
bondina.sveta@yandex.ru*

Аннотация. Сложность, многообразие музыки, особенность ее восприятия требует находить определённые средства, которые откроют перед детьми грани, помогающие более ярко её прочувствовать и понять. Этими средствами в дошкольной педагогике являются музыкально-дидактические игры.

Ключевые слова: музыкально-дидактическая игра, музыкальное восприятие и его составляющие, дошкольное образование.

Воздействие музыки на сторону эстетического развития детей дошкольного возраста очень велико и его невозможно переоценить. Музыка, как и любое другое искусство, всесторонне развивает ребенка: совершенствуется мышление, активизируется творческий потенциал, идет развитие интеллектуального и чувственного начал, формируется эмоциональная сфера, развиваются музыкальные способности.

Современные педагоги-музыканты пришли к мнению, что именно дошкольный возраст является синтетивным (благоприятный) периодом для развития музыкального восприятия ребёнка. Доказано, что задатки к музыкальной деятельности имеются у каждого. Именно они составляют основу, фундамент к дальнейшему развитию. Если с самого рождения созданы необходимые условия, то показатель музыкальности ребёнка будет гораздо выше и значительней для общего развития. Об этом необходимо знать и помнить каждому педагогу-музыканту, так как от него зависит, каким станет в дальнейшем ребенок, как сможет он распорядиться своим природным даром.

Большое место отводится музыке в дошкольных образовательных организациях (ДОУ). Она звучит на музыкальных занятиях, и в самостоятельной деятельности, и во время праздников и

развлечений. Но работа по восприятию музыки организовывается не всегда на должном уровне. Но зачастую, педагоги дошкольных образовательных организаций забывают о развитии музыкального восприятия дошкольника и его компонентов: эмоционального переживания, оценки, связи и переработки музыкальной информации с опорой на жизненный опыт. Анализ этих этапов даёт возможность понять специфику музыкально-слуховой деятельности. Как правило, педагоги-музыканты этому процессу уделяют меньшее внимание, ссылаясь то на сковывающие временные рамки музыкальных занятий, то на большой объём работы по подготовке и проведению праздников и утренников.

Сложность, многообразие музыки, особенность ее восприятия требует находить определённые средства, которые откроют перед детьми грани, помогающие более ярко её прочувствовать и понять. Этими средствами в дошкольной педагогике являются музыкально-дидактические игры (МДИ). Их ценность в том, что они доступны детскому пониманию, открывают перед ребенком более лёгкий и интересный путь для понимания содержания музыкального произведения, эмоционального переживания, приобретения знаний о музыке, развития музыкальных способностей, расширяют музыкальный кругозор в целом. МДИ построены так, что дети не заметно для самих себя учатся самостоятельно высказываться о музыке, отличать вокальную музыку от инструментальной, различать жанры, части музыкальных произведений, легко усваивают основные понятия - дирижер, солист, хор, дуэт, квартет, лад, регистр, тембр, ритм, темп, динамика, учатся определять музыкальный образ, средства музыкальной выразительности, жанр, характер. А применение наглядности в процессе игры, помогает дать гораздо большее представление о музыке, т.к. активизирует умственную деятельность ребенка, побуждая к проявлению творчества и самостоятельного отношения к музыке. С помощью МДИ дети, включая воображение, с удовольствием отправляются (переносятся) в концертный зал, на лесную полянку, в цирк и т.п. Такой игровой деятельностью можно заинтересовать и в дальнейшем поддерживать интерес любого ребёнка.

Авторами разработан цикл музыкально-дидактических игр под общим названием «Музыкальное путешествие», направленных на развитие музыкального восприятия. Эти игры могут быть использованы во время музыкально-слуховой деятельности с

детьми младшего и старшего дошкольного возраста. Они отвечают принципам наглядности, яркости, образности. Использование «карточек-характеров», «карточек-жанров», «карточек-инструментов» помогает ребёнку глубже прочувствовать и более точно определить эмоциональное содержание музыки.

Например, МДИ под названием «Станция настроения» помогает развивать способность определять характер (настроение) музыкального произведения, а игра «Его величество жанр» развивает способность определять количество частей в произведении, их характер и соответственно жанр.

Выбор каждого сознательного педагога-музыканта - это систематическое использование музыкально-дидактических игр в деятельности по восприятию музыки с детьми дошкольного возраста. Следуя таким целям можно убедиться, что работа по восприятию музыки с использованием МДИ ведёт к развитию музыкального слуха дошкольника, и в ближайшем будущем воспитает культурного глубоко понимающего слушателя, сформирует запас музыкальных впечатлений у всех детей без исключения.

Список литературы

1. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. - М., 1981.
2. . Радынова О.П. Слушаем музыку: Кн. для воспитателя и муз. Руководителя дет. сада. - М.: Просвещение, 1990. - 160с.
3. Дзержинская И. Л. Эстетическое воспитание средствами музыки в детском саду. Сб. «Вопросы эстетического воспитания в детском саду». - М., Учпедгиз, 1960.
4. Кононова Н. Г. Музыкально-дидактические игры для дошкольников: Из опыта работы муз. руководителя. - М.: Просвещение, 1982. - 96с.

**Философия для жизни (авторская методика использования
практических занятий для студентов в курсе
«Основы философии»)**

*Лиходзиевская Г.М.,
преподаватель высшей категории, заслуженный учитель РФ,
ГБПОУ «Самарский техникум промышленных технологий»,
Самара, Россия,
qalasan47@yandex.ru*

Аннотация. Автор знакомит с частной (авторской) методикой использования практических занятий в курсе «Основы философии» как способа, позволяющего достичь результатов в обучении предмету, в развитии и воспитании студентов на уроках философии, в формировании мировоззрения, которое будет включать себя вечные ценности в условиях постиндустриального общества.

Ключевые слова: сто лет революции, новая «гражданская война», поиски национальной идеи, кризис материалистического мировоззрения, философское мировоззрение, идеализм

Сто лет революции. Как хотелось, чтобы эта дата стала каким-то символом, какой-то чертой, точкой, наконец, поставленной для того, чтобы начать примирение в нашем обществе... Увы, не получилось. Гражданская война разгорелась с новой силой. Слава Богу, без крови, холода, голода. Но кто знает, как она может быть губительна для страны, для её будущего, для выбора дальнейшего пути. По крайней мере, мучительных терзаний по поводу «раздрая» слишком много. И главный вопрос - Что можно с этим сделать? С поколением старшим понятно - ничего нельзя изменить в их непримиримой вражде. Среднее поколение сорокапятидесятилетних в экранных дискуссиях не участвует, «сидит в сетях», имеет своё мнение, и, конечно, тоже обоюдно неприемлемое. Но что делать с молодёжью, которая каждый день сидит не только в сетях, но и передо мной? Дискуссии, баталии, сражения, которые взрослые ведут для них, для будущего страны им просто неинтересны. Нет, они не равнодушны, они просто не понимают о чём идёт речь. Чтобы это понимать, нужно знать хотя бы азы истории. Они не знают её совсем, придя к нам из школы.

С экрана услышала фразу «семьдесят лет истории закатали в асфальт». Как точно! Все видели, как это делалось, но далеко не все видят и понимают последствия этого. Каково нам, преподавателям, видеть этих молодых людей, у которых сознание либо чистый лист, либо каракули об истории? Помнится, когда вводили ЕГЭ, Михаил Задорнов со всей силой своего таланта предупредил об этом. Всё случилось с точностью до деталей. Главный вопрос не в этом. Главный вопрос - что с этим наследством делать? Воспитывать патриотизм. Понятно. Пригласить ветеранов, которых так мало осталось. Умело организовать беседу. Сделаем. Но как дальше объяснять подросткам, почему на медалях изображение Ленина. «Ленин враг народа» и прочие эпитеты, которыми наградили его за двадцать пять лет. Покажем парад в Куйбышеве в 1941 году, где везде увидим портреты Ленина - на знамёнах, ордена, плакатах. На груди «враг народа», на площади «враг народа», улица «врага народа» - так что ли разговаривать и объяснять всё подросткам? Все тонкости, нюансы, возможные варианты развития они вместить не в состоянии, говорю об этом с полным знанием дела. В полемику вступать не хочу, она бессмысленна, каждый слышит только себя. Но что-то делать надо, что-то менять надо. Хорошо, что есть предмет, который хоть как-то позволяет донести до детей вечные ценности, не зависящие от того, какой век на земле, кто у власти и какой марки Ваш автомобиль. Практические занятия на уроках философии - вот тема исследования автора имеющего опыт такой работы, которая хоть как-то способна помочь студентам определить своё мировоззрение в этой разноголосице.

«У России нет национальной идеи», часто звучат эти слова. Национальную идею нам дали все наши великие поэты, писатели, философы. Вот и обратимся к ним, к этим вечным ценностям. Работа не из лёгких. О ценностях в обществе, тем более вечных, у молодёжи смутное представление, вернее, нет никакого. Сначала их надо оторвать от их игр в смартфонах. Если удалось оторвать их от смартфонов, то дальше им надо дать азы философии, не без помощи информационных технологий, конечно. Три-четыре правильно подобранных фильма способны вывести их из равнодушия, и подвести к возможности разговора о философии и философах. Перечень этих фильмов солидный, но считаю, и практика доказала это, что не осилить нам «азов» философии без филь-

мов «Маленький Будда», «Никола Тесла. Властелин мира», «Мирный воин», «Мистика судьбы». Ещё один очень важный принцип положен в основу работы по «философии для жизни» - ищем не то, что разъединяло философов и стало классикой «...Платон мне друг, а истина дороже», а акцент делаем на том, что объединяло всех философов. В конечном итоге, составляем перечень идей философов. Он получается примерно следующий:

1. Идея Творения Вселенной, природы, человека.
- 2 Творение принадлежит Творцу, Богу.
3. Бог есть творящая энергия.
4. Божественная энергия содержится в каждом творении.
5. Человек Творение Бога.
6. Душа частичка Бога в человеке.
7. Совесть - голос Бога в человеке.
8. Бессмертие души человека. Восхождение и нисхождение души.
9. Главное предназначение человека - открыть в себе душу, чтобы совершенствовать её через любовь.

10. Рядом с видимым миром существует мир невидимый.

Что скажут многие, увидев этот перечень? Вот и мои студенты сначала говорят, что это полная чушь, совсем ненужная электромонтажникам или автослесарям.

Некая вера, вернее доверие у них есть к учёным. Поэтому на уроке «Зарождение и развитие философии» в дополнение к учению Гераклита, что «Мир есть, был и будет вечным огнём, мерами затухающий и мерами возгорающийся» [1, С.15] добавим фрагменты из фильма «Никола Тесла. Гражданин Вселенной». С помощью утверждения Тесла, что «мир погружён в огромный океан энергии», делаем открытие, что «огонь» - это энергия. Это, казалось бы, маленькое открытие. Но именно оно способно вызвать интерес, по-другому посмотреть на понятие Творца, Бога, произвести если не революцию, то хоть маленький переворот в сознании студентов. Теперь начнём выполнять практические задания, чтобы показать всеобъемлимость философии в религии, в литературе, в искусстве. Потому что споры и разногласия философов отражены только в философии. Главные же их идеи разлиты всюду. На этом же уроке работаем с фрагментом оды Державина «Бог». Найти в этом отрывке подтверждение идеи Геракли-

та, без замены слова «огонь» словом «энергия», творящая энергия, как показывает эксперимент, когда студентам давался этот фрагмент без объяснения, в Державине мы не разберёмся.

«О ТЫ, пространством бесконечный,
Живый в движеньи вещества,
Теченьем времени предвечный
Без лиц, в трёх лицах Божества!
ДУХ, всюду сущий и единый,
Кому нет места и причины,
Кого никто постичь не мог,
Кто всё собою наполняет,
Объемлет, зиждет, сохраняет,
Кого мы называем - БОГ»

(Из оды «БОГ»), 1784 год. [2]

О том, что Бог на языке философии - это Творящая энергия писали очень многие. А как без знания, что «нисходящий дух» тоже особая энергия объяснить стихотворения Пушкина «Эпитафия младенцу»?

В сиянье, в радостном покое
У трона вечного Творца
С улыбкой он глядит в изгнание земное,
Благословляет мать, и молит за отца [3, С.226].

Мы далеки от критического исследования творчества Пушкина, мы можем ошибаться в своих оценках и поисках, но мы ищем. И вспоминаем идею Платона о том, что тело - темница для души. Поэтому в стихах Пушкина выделяем слова «изгнание земное». Самое удивительное, что студентам очень нравится искать философский смысл в стихах. Какое отношение это имеет к заявленной теме «Философия для жизни»? Очень значимое. Судя по анкете, которую заполняют студенты в начале, понятие о душе у них расплывчатое, а чаще отрицающее её вообще. Предупреждение о том, что философия утверждает, но в отличие от других наук, ничего не доказывает, следует непременно за всеми нашими теоретическими познаниями. Продолжим о поэзии с комментариями студентов. Гёте.

И гасит пламя безграничной жажды
Любви взаимной взгляд.
Пусть жизнь от целого приемлет каждый
И вновь - к нему назад [4].

«В стихах Иоганна Гёте заложена философская идея про восхождение и нисхождение души, т.к. душа бессмертна, то

она всегда будет то восходить к Творцу и обратно возвращаться на землю в облиции человека. А смерть - начало для души» (студент Е.С.)

Теперь учёный и поэт Джордано Бруно:

А у меня обратная дорога,

Меня моя любовь преобразует в Бога [5]

«В стихах Джордано Бруно заложена философская идея Платона воспоминания, «..люди вы Боги, вы забыли об этом» т.к. люди внутри себя наделённые бессмертной душой, и есть Боги. Получается, что Джордано Бруно открывает в себе Бога, открывает благодаря любви. Может, и на костре не отрекается от своей идеи, благодаря такому знанию» (студент К.С.)

Коль уж ищем предмет для примирения в двадцать первом веке, возьмём пример из Библии и из Пушкина. Вспоминаем, что последними словами Христа на кресте были: «Господи, прости их, они не ведают, что творят». И читаем на уроке стихотворение Пушкина «Памятник». Задание студенты выполняют следующее: «Найти объединяющую идею у Христа и у Пушкина». Нелегко. Все годы их учили делать другие акценты. Строчку «... и милость к падшим призывал» находим не сразу. Вывод. Разве Христос и Пушкин не дал нам идею, о том, как завершить гражданскую войну. И в «Истории Пугачёва»: «Так кончился мятеж, начатый горстью непослушных казаков, усилившийся по непростительному нерадению начальства, и поколебавший государство от Сибири до Москвы и от Кубани до Муромских лесов. Совершенное спокойствие долго ещё не водворялось. Панин и Суворов целый год оставались в усмиренных губерниях, утверждая в них ослабленное правление, возобновляя города и крепости и искореняя последние отрасли пресечённого бунта. В конце 1775 года было обнародовано общее прощение, и повелено было всё дело предать вечному забвению...» [6, С. 84]. И если судим большевиков за жестокость, непримиримость к классовым врагам, то, может, хоть через сто лет покажем свою способность примиряться, прощать? Такой вывод делаем на уроке вместе со студентами. И разве, Пушкин не дал в своих исторических произведениях пример того, как писать историю России. С любовью - находим ответ. Если для кого-то Россия мать, то кто же о матери говорит без любви, разве что гадкий человек. А если для кого-то Россия мачеха, то зачем их слушать? Как любить Россию учил и Гоголь. Из

«Мёртвых душ» всё больше про Чичикова, но там есть ещё один главный герой - Россия. Работаем с фрагментом из «Мёртвых душ». Всем даётся задание выписать главную идею Гоголя по спасению России. Что ж, ответы очень разные. Акценты всё больше на то, что «...Уберечь страну русский сможет, если возлюбит русский народ Россию ...». Вместе всё-таки находим, что главное мы не заметили, а именно, что «гибнет она уже не от нашествия Запада, а от нас самих; что помимо законного управления, образовалось другое правление, гораздо сильнее всякого законного. И никакой правитель, хотя бы он был мудрее всех, не в силах поправить зла, как не ограничивай он в действиях дурных чиновников приставив в надзиратели других чиновников. Всё будет безуспешно, покуда не почувствовал из нас всякий, что он так же, как в эпоху восстания народ вооружался против врагов, то он должен восстать против неправды...» [6, С 396-397]. И непременно добавим, начав с себя.

Вернёмся к национальной идее, объединяющей идее. Кто способен прощать, «милость к падшим приывать»? На уроки философии все студенты приходят, не имея понятия о том, кто такие идеалисты, и что такое идеализм. После изучения первой части курса, повествующей об истории философии, обнаруживаем, что все великие философы, поэты, писатели были идеалистами. Нам долго и упорно в институте объясняли про субъективный и объективный идеализм, борьбу течений и направлений. Зачем, какое отношение это имеет к жизни? Это материал для философов, для исследователей. А детям нужно просто показать разницу во взглядах материалистов и идеалистов. И с этой точки зрения можно объяснить очень много вопросов, нужных для жизни. Вернёмся к национальной идее. Идея самосовершенствования, идея духовности, идея нравственности, чести и достоинства, патриотизма - разве не дали их нам великие, великие идеалисты великолепно знающие Платона, Аристотеля, Конфуция. Разве, великий Толстой не объяснил нам смысл истории с идеалистических позиций в эпилоге «Войны и мира». Ради того, чтобы появились люди, понимающие какое наследие оставили нам все великие, и ведётся эта работа. Со всей ответственностью пишу - дети это понимают, детям это интересно, они готовы так применять философию на практике, разгадывая смысл и того что написал Пушкин про «тонкий» мир, и как Гоголь учил познанию этого

мира, но только, повторяюсь, после понимания азов, данных в очень простых объяснениях. Кто во множестве ток-шоу, ведущихся на всех каналах обращается к идеям великих? Каждый считает себя способным изрекать великие истины. Очень много критики в юбилейное столетие лилось в адрес советской власти за разрушение храмов. Справедливая критика, хотя огульная. Это вопрос, в котором надо так же разбираться с философской точки зрения. Много об этом писали все великие. Приведу цитату, на мой взгляд, объясняющую очень многое. «Настоящая христианская жизнь начинается тогда, когда все свободные силы человечества, оставив в покое свои спорные права и обратившись к своим бесспорным обязанностям добровольно и по совести примутся за всё то, к чему средневековый папизм стремился путём принуждения и насилия. Здесь конец великого спора и начало христианской политики» [7, С.295] Но и это можно понять, только постигнув азы философии, которая для жизни.

Список литературы

1. Губин В.Д. Основы философии. - М. ФОРУМ. ИНФРА, 2012.
2. Державин Г.Р. Сайт: azbyka.ru
3. Пушкин А.С. Собрание сочинений в 10 томах. - М.: «Правда», 1981. Т 1.
4. stihi-rus.ru
5. esseclub.narod.ru
7. Гоголь Н.В. Мёртвые души. - Куйбышевское книжное издательство, 1985.
8. Соловьёв В.С. Спор о справедливости. - Харьков: Эксмо-Экспрес, 1999.

Методика применения аутогенной тренировки в рамках Лечебной педагогики

*Никаноров А.П.,
ст. преподаватель,
Московский государственный
гуманитарно-экономический университет,
Москва, Россия*

Аннотация. Автором рассматривается применение аутогенной тренировки как метод повышения эффективности профессионального обучения студентов имеющих отклонение здоровья от нормы в высших учебных заведениях инклюзивного образования.

Ключевые слова: аутогенная тренировка, средства саморегуляции, лечебная педагогика, студент, психорегуляция.

Методика аутогенной тренировки основана на применении мышечной релаксации, самовнушении и самовоспитании. Студент (с отклонением здоровья от нормы) вовлекается в процесс терапии посредством саморегуляции, что делает процесс интеграции лиц с нарушением здоровья в общество более эффективным, мотивирует его к достижению высоких результатов в жизнедеятельности. Система работы со студентами-инвалидами направлена на активизацию компенсаторных механизмов их организма взамен утраченных функций, развитие задержанных навыков, преодоление негативных особенностей эмоционально-личностной сферы, нормализацию деятельности систем и органов, определяющих адекватное функционирование высшей нервной деятельности для успешного усвоения учебного материала, повышения работоспособности студентов-инвалидов, активизацию познавательной деятельности [1, С.19].

В качестве лечебного метода аутотренинг был предложен немецким врачом Иоганном Шульцем в 1932 г.

Длительное напряженное обучение студентов по дисциплинам высшего учебного заведения нередко приводит к психическим и соматическим расстройствам, острым и хроническим заболеваниям. Данные риски значительно увеличиваются для лиц с исходно ограниченными возможностями здоровья. Вместе с тем,

педагогический постулат развития не только интеллектуальных, но и физических возможностей человека в учебном процессе требует разработки методологии и методов поддержки обучения, организации лечебной педагогики в вузе [1, С.2].

Теоретической основой для изучения и применения аутогенной тренировки в рамках лечебной педагогики является то, что эффект от аутотренинга возникает в результате релаксации трофотропной реакции и сопровождающимся повышением тонуса парасимпатического отдела вегетативной нервной системы, что способствует нейтрализации негативной стрессовой реакции организма. Исследователи (Лобзин В.С., 1974 г.), связывают действие данного тренинга с ослаблением активности лимбической и гипоталамической областей головного мозга.

Аутогенные тренировки классифицируются Иоганном Шульцем следующим образом:

- нейтрализующие - культивируют безразличие к раздражающему фактору;
- усиливающие - активизирующие скрытые мыслительные процессы;
- абстинентно-направленные - снимающие аддиктивную зависимость;
- парадоксальные - использующие эффект «обратного действия» формул внушения;
- поддерживающие - самые мягкие, стимулирующие развитие положительных качеств личности.

Процесс обучения связан с повышенной нервно-психической интенсивностью, влияние этого фактора следует учитывать и подвергать анализу при обучении студентов с наличием отклонения здоровья от нормы. Перед профессорско-преподавательским составом встает задача овладеть методами профилактики, предупреждения психофизического утомления, выработать методы борьбы с ними в зависимости от состояния здоровья студента. Один из наиболее доступных для широких масс и в то же время универсальных методов решения поставленной задачи является адаптивная физкультура и методы психорегуляции. В отличие от физкультуры, методы психорегуляции являются доступными для лиц с грубым нарушением опорно-двигательной системы.

Основой аутогенной тренировки является то, что личность достигает расслабленного состояния с помощью самовнушения, переходя из просто расслабленного состояния в состояние релаксации или аутогенного погружения. Научным обоснованием выше сказанного является то, что глубоко расслабленные мышцы снижают тонус центральной нервной системы человека, всех органов и систем человеческого тела.

Особенность заключается в существовании весьма сложных взаимосвязей между телом и психикой человека, его сознанием. Центральная нервная система и опорно-двигательный аппарат, в своей деятельности связаны десятками незримых нитей, которые делают взаимозависимыми наши нервные импульсы, мысли, эмоции, движения. Про-приорецепторы - специфические нервные клетки, находящиеся в скелетной мускулатуре, при мышечных сокращениях посылают в мозг стимулирующие импульсы. Роль этих импульсов чрезвычайно проста. Во-первых, они сообщают мозгу о совершаемых движениях, во-вторых, повышают общий тонус коры головного мозга и, как бы заряжая его энергией, увеличивают его работоспособность [2].

Данное обстоятельство позволяет сократить время восстановления после любых видов утомления (как физических, так и психологических). Учеными доказано, что в состоянии релаксации, достигнутом с помощью аутогенной тренировки, восстановление организма происходит в 1,5 - 2 раза быстрее, чем после обычного сна [3].

Следует отметить, что психическая усталость сопровождается скукой, безразличием, стимулирует наступление физической усталости, тем самым провоцируя потерю интереса к усвоению материала при обучении. Применение аутотренинга за счет саморегуляции формирует внутренние мотивы к решению поставленных задач.

Методика применения аутогенных тренингов позволяет изменять и адаптировать программы тренингов, если того требуют условия (состояние здоровья, степень поражения органов и др.), например, нет особых требований к позам при занятии психорегуляцией (тренинг может проходить даже в позе лежа на животе). Лояльность разработки тренинга помогает адаптировать его под разные виды заболеваний (вторичные диагнозы, вызванные основным диагнозом), травмы различной степени сложности.

Примером может быть работа со студентом, имеющим диагноз Детский церебральный паралич (ДЦП, который объединяет ряд синдромов, возникающих в результате повреждения мозга и характеризующихся неспособностью поддерживать позу и выполнять произвольные движения, а так же данное отклонение сопровождается в ряде случаев нарушением психики, речи, зрения, слуха). Данные обстоятельства усложняют процесс профессионального обучения и ставят перед профессорско-преподавательским составом определенные задачи, связанные со специфическими знаниями для педагогики в таких научных направлениях как психология, физиология и других областях научного знания, в зависимости от состояния здоровья, обучаемого. Таким образом, преподаватель инклюзивного образования находится в постоянном поиске совершенствования процесса обучения лиц с различными отклонениями здоровья.

Применение аутогенных тренировок в случаях нарушения сенсорных систем позволяет выявить компенсационные механизмы и повысить их эффективность, что есть одной из целей лечебной педагогики. Методами аутогенной тренировки, к примеру, можно повысить скорость реакции (в среднем на 50 процентов), улучшить способность концентрации внимания (в среднем на 60 процентов), увеличить объем зрительной памяти (на 60 процентов) [2]. Данное утверждение делает актуальным применение аутогенной тренировки не только для абилитации и реабилитации лиц с наличием определенных нарушений здоровья, но и применение тренингов в общей программе развития личности.

Организационные основы аутогенной тренировки

Одной из проблем при начале тренировочных занятий является закрепления упражнений в систему, начальное обучение может проходить с освоения дыхательных упражнений студентом. Основной принцип заключается в задерживании дыхания на вдохе и на выдохе. Считается, что вдох питает организм энергией, выдох обеспечивает выброс отрицательной энергии. Дыхательные упражнения готовят личность к преодолению страха аутогенного погружения, и как показывает практика, дает положительные результаты на начальном этапе занятий, что особо мотивирует к дальнейшему овладению саморегуляцией.

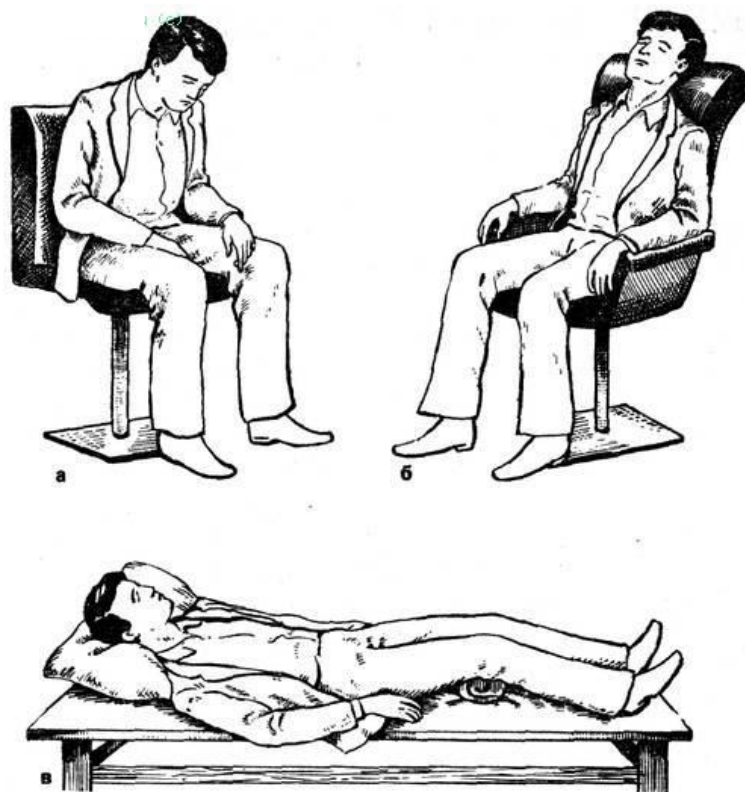


Рис.1. Основные позы для проведения аутогенной тренировки

Тренировка начинается с концентрации на спокойствии, которое известно из всех видов медитации. Методики расслабления начинаются с настройки на спокойствие, которая не является сама по себе упражнением аутогенной тренировки:

- первая цель - сужение сознания, фильтрация внешних ощущений, подавление раздражителей;
- вторая цель - успокоение.

Формула для достижения покоя:

«Я совершенно спокоен» (1-3 раза).

При возбужденном состоянии формула будет звучать следующим образом:

«Я совершенно спокоен и расслаблен» (1-3 раза).

Примечание. Следует учесть, что наш организм меньше реагирует на заявления о намерениях, чем на формулировки свершившихся фактов. Формула «Я успокаиваюсь» не годится, она должна звучать: *«Я спокоен»*.

Когда при занятии сложно отделаться от навязчивых мыслей, рекомендуется перед тренировкой или во время нее повторять:

«Я полностью отрешен».

Состояние покоя, может быть более или менее заметным, вплоть до сужения сознания и засыпания, при этом расслабляется мускулатура и происходит гармонизация нервной системы. Организм переходит от беспокойной рабочей фазы к фазе восстановления, что является главной целью аутотренинга. У различных вегетативных регулирующих контуров появляется возможность регенерации.

В начале освоения курса, на первое упражнение отводят две минуты, далее можно увеличить время до пяти минут, при добавлении формул цели, упражнение может продолжаться до десяти минут.

Первое занятие целесообразно ставить на начало дня. Упражняться утром означает учиться побеждать.

Примечание. При засыпании рекомендуется повторять про себя в процессе занятий следующую формулу:

«Во время тренировки я совершенно свободен и свеж».

Данная формулу поможет целенаправленно преодолевать усталость (сон).

Последнее упражнение, как правило, делается перед подготовкой ко сну и является наиболее эффективным.

Применение: Тренировки формируют режим дня, который имеет воспитательный эффект и переходит в самовоспитание.

Упражнение на тяжесть руки

Цель этого упражнения - почувствовать тяжесть или добиться расслабления мышц. Оно важнейшее в аутотренинге. Главной предпосылкой этого упражнения является, полное расслабление. Внимательно следите за этим. Формула упражнения на тяжесть:

«Моя рука тяжелая».

Необходимо предельно интенсивно представить себе содержание этой формулы. Она не произносится вслух. Формула тяжести произносится про себя, как правило, шесть раз, а затем вставляется фраза *«Я совершенно спокоен»*, после чего вновь шесть раз следует формула *«Моя рука тяжелая»*.

Упражнение на тяжесть:

«Я совершенно спокоен».

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я совершенно спокоен».

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я совершенно спокоен.

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я совершенно спокоен.

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Все тело расслаблено, я чувствую приятную расслабленность. Я по-прежнему спокоен».

Снятие эффекта: *«Руки напряжены. Глубоко вздохнуть, открыть глаза».*

Упражнение на ощущение тепла

Упражнение на тепло направлено на расслабление стенок сосудов. Когда в правой (левой) руке возникает ощущение тепла, это означает, что расширились кровеносные сосуды.

Формула звучит следующим образом: *«Моя рука теплая».*

Текст упражнения:

«Я совершенно спокоен (1 раз).

Моя рука тяжелая (примерно 6 раз).

Я совершенно спокоен (1 раз).

Моя рука теплая (примерно 6 раз).

Я совершенно спокоен (1 раз).

Моя рука теплая (примерно 6-12 раз).

Руки и ноги расслаблены и ощущают приятное тепло (6 раз).

Я по-прежнему спокоен».

Снятие эффекта: *«Руки напряжены. Глубоко вздохнуть, открыть глаза».*

Или: *«Выпрямиться, встряхнуться, потянуться и зевнуть».*

Примечание:

- Возникновение ощущения тяжести в руке свидетельствует, что мышцы руки расслаблены.

- Ощущение тепла свидетельствует о расслаблении стенок кровеносных сосудов, ощущение холода сигнализирует, что циркуляция крови в этой части тела затруднена.

- Формулы аутотренинга не целесообразно менять произвольно.

- Особо важно отметить необходимость снятия эффектов, если снятие эффекта не произошла, то эффект нейтрализуется после естественного состояния сна.

Выше приведенные упражнения являются ключевыми при начале освоения саморегуляции. Освоение их дает основание об утверждении, что личность готова к аутогенному погружению.

При применении аутогенных тренировок в процессе профессиональной подготовки программы курса разрабатываются отдельно для каждого проходящего тренинг в зависимости от состояния здоровья. Одной из целей является изменение внутренней установки «избежания неудачи» на установку «достижение успеха».

Адаптация развивается и проявляется в комплексе взаимосвязанных сдвигов, которыми организм отвечает на внешние воздействия.

Структура физиологического приспособления имеет динамический характер, она постоянно меняется в зависимости от обстоятельств. Все это требует от организма активной мобилизации дополнительных компенсаторных усилий и развивает эту важную для организма биологическую способность.

Успешность приспособления организма к среде во многом зависит от его предварительной функциональной готовности к адаптации, от способности человека управлять своим психофизическим состоянием [1, С.15].

Особенности профилактики аутогенной тренировкой состояния кардиореспираторной системы

Здесь представлены данные обследования сердечно-сосудистой системы у 751 больного детским церебральным параличом, исследования проведены на клинических базах Московского института интерната, Республиканского объединения по реабилитации и восстановительному лечению детей-инвалидов различных возрастных групп.

Таблица 1

Нозологические формы изменений сердечно-сосудистой системы
больных ДЦП различных возрастных групп
(в процентах от общего числа обследованных)

| Нозологические формы | Младшая возрастная группа | Средняя возрастная группа | Старшая возрастная группа |
|--|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 1. вегетососудистая дистония | 78 | 88 | 78 |
| 2. кардиомиопатии (функциональные) | 16-26 | 10-13 | 15 |
| 3. врожденные пороки сердца | 18,2 1,1 | 14,1 1,3 | 12,3 6,1 |
| 4. малые аномалии развития сердца | 10-30 | 14-18 | 15-26 |
| 5. пролапс митрального клапана (I, II ст.) | 20-42 5 | 17-28 16-30 | 15-28 12-47 |
| 6. артериальная гипертензия | - | 9,1 | 17,6 |
| 7. миокардиты | - | 2,1 | 4,3 |
| 8. гипертоническая болезнь | - | - | 14,2 |
| 9. дисгормональные кардиомиопатии | - | - | 28,1 |
| 10. ревматические поражения сердца | - | 4,5 | 5,1 |

Упражнения для сердца

Формула «Сердце бьется ровно и сильно».

Рекомендуется для молодых людей и слушателей с пониженным кровяным давлением.

Остальным советуют отдавать предпочтение фразе «Сердце бьется спокойно и ровно», «Сердце работает совершенно спокойно». Для особо чувствительных людей такая вспомогательная формулировка звучит следующим образом: «Пульс спокойный и ровный».

Для тех, кто страдает аритмией, обусловленной физическими причинами, рекомендуем использовать фразу «Сердце бьется совершенно спокойно и ровно».

Все авторы настоятельно предостерегают от попыток изменения этих формул на «Сердце бьется совершенно спокойно и

медленно». Сердце реагирует на это чрезвычайно чувствительно, и это может привести к нарушениям в его работе.



Рис.2. Как определить правильное нахождение своего сердца

В лежачем положении положить правую ладонь на область сердца. При этом руке отводится роль указателя направления, а не осязательного органа. После того, как вы обнаружили наличие у себя сердца, руку надо снова вытянуть вдоль тела. Упражнение звучит таким образом:

«Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень теплая, очень теплая, теплая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Сердце бьется спокойно и ровно (4 раза).

Я абсолютно спокоен.

Руки и ноги расслаблены и чувствуют приятное тепло (4 раза).

Сердце бьется спокойно и ровно (4 раза).

Я по-прежнему абсолютно спокоен».

Снятие: «Руки напряжены - глубоко вздохнуть - открыть глаза».

Эти формулы следует воспринимать лишь как один из возможных вариантов и не рассматривать как догму.

Особенности функционального состояния бронхолегочной системы у больных ДЦП

Исследования дали следующий результат о состоянии бронхолегочной системы у больных ДЦП: выявлен значительный

процент клинических и функциональных нарушений сопровождающих инвалида на протяжении всей жизни нарушение актов дыхания, снижения экскурсии грудной клетки, одышка (обследование проводилось с применением медикаментозной пробы с использованием β -адреноблокатора-обзидана.

Упражнения для дыхания

Цель упражнения для дыхания в аутотренинге - добиться того, чтобы оно происходило независимо от вашего сознания.

Формула:

«Дыхание совершенно спокойно».

«Дыхание должно происходить само по себе, нужно просто «отдаться» ему, «словно вы лежите на спине на поверхности слегка колеблющейся воды», предписывает Шульц. Следует избегать сознательной дыхательной деятельности. Эту формулу надо понимать как цель.

«Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень теплая, очень теплая, теплая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Сердце бьется спокойно и ровно, спокойно и ровно (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Дыхание совершенно спокойное, спокойное и ровное. Мне дышится свободно (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Руки и ноги расслаблены и чувствуют приятное тепло (2 раза).

Сердце и дыхание совершенно спокойны и равномерны (2 раза).

Я по-прежнему абсолютно спокоен».

Снятие: *«Руки напряжены - глубоко вдохнуть - открыть глаза».*

Упражнения для солнечного сплетения

Солнечное сплетение относится к вегетативной нервной системе, представляя собой ее крупнейший нервный узел. Оно находится позади желудка, то есть в самой середине тела по обе стороны от позвоночника. Чтобы обнаружить его, надо одной рукой нащупать нижний конец грудины, а другой - пупок. Посере-

дине и находится солнечное сплетение, регулирующее работу органов брюшной полости и одновременно передающее им информацию о нашем психическом состоянии.

Формула:

«По солнечному сплетению разливается тепло».

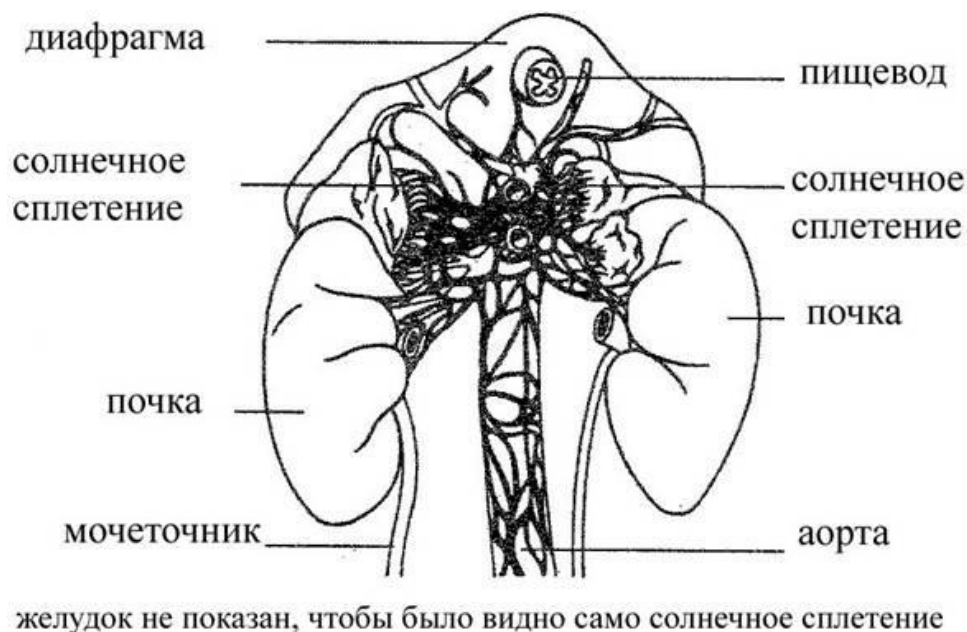


Рис.3. Солнечное сплетение

Программа тренировки выглядит так:

«Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Моя рука очень теплая, очень теплая, теплая (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

Сердце бьется спокойно и ровно, спокойно и ровно (2 раза).

Я абсолютно спокоен и расслаблен.

Дыхание совершенно спокойное, спокойное и равномерное (2 раза).

Мне дышится свободно.

Я абсолютно спокоен.

По солнечному сплетению разливается тепло, разливается тепло, разливается тепло (2 раза).

Я абсолютно спокоен.

*Руки и ноги расслаблены и чувствуют приятное тепло
(2-4 раза).*

*Сердце и дыхание совершенно спокойны и равномерны (2
раза).*

*По солнечному сплетению разливается тепло,
разливается тепло, разливается тепло (2 раза).*

Я по-прежнему абсолютно спокоен».

*Снятие: «Руки напряжены - глубоко вздохнуть - открыть
глаза».*

Упражнения для головы

Особенность: лоб, имеет температуру от 34 до 34,5° С, обычно остается самым теплым открытым участком кожи. Он особо чувствительно реагирует на колебания температуры.

Формула:

«Лоб приятно прохладный»

Альтернативные варианты:

«Лицо расслаблено, голова легкая и ясная».

Или: *«Лоб приятно свежий, голова ясная и свободная».*

Неопасные побочные явления могут возникнуть в ходе выполнения любого упражнения аутотренинга, в том числе и упражнения для головы.

Упражнения для шеи, затылка

Упражнение для шеи и затылка альтернатива упражнению для головы. Цель упражнения - путем создания ощущения тепла избавиться от напряжений в задней части головы и таким путем ликвидировать боль в затылке.

Формула внушения:

«Шея и затылок расслабленные, мягкие и приятно теплые» или *«Затылок расслабленный, мягкий и теплый (как будто кто-то там дышит)»*, или *«Лоб приятно прохладный, голова легкая и ясная, затылок приятно теплый».*

Большинство головных болей удастся снять путем упражнения для затылка, однако при сильных болях это упражнение приходится делать дольше, чем обычно, порой до одного часа.

Полная программа аутогенной тренировки

Сосредоточение:

1. Упражнение: «Я абсолютно спокоен. Моя рука очень тяжелая, очень тяжелая, тяжелая (2 раза).

Вставка: Я абсолютно спокоен.

2. Упражнение: Моя рука очень теплая, очень теплая, теплая (2 раза).

3. Упражнение: Сердце бьется спокойно и ровно, спокойно и ровно (2 раза).

4. Упражнение: Дыхание совершенно спокойное, совершенно спокойное и равномерное. Мне дышится свободно (2 раза). Я абсолютно спокоен.

5. Упражнение: По солнечному сплетению разливается тепло, разливается тепло (2 - 3 раза). Я абсолютно спокоен.

6. Упражнение: Лоб приятно прохладный, приятно прохладный, прохладный (2 раза). Я абсолютно спокоен.

7. Упражнение: Затылок приятно мягкий и теплый, мягкий и теплый (2-3 раза).

Повторение: Руки и ноги расслаблены и чувствуют приятное тепло (2 раза). Сердце и дыхание совершенно спокойны и равномерны (2 раза). По солнечному сплетению разливается тепло, разливается тепло (2 раза). Лоб приятно прохладный, приятно прохладный, прохладный. Затылок приятно мягкий и теплый (3 раза). Все тело расслаблено и ощущает приятное тепло.

Формулы цели: Я внутренне отдыхаю - Я верю в свою добрую судьбу - Я у себя дома - Я полон радости и т. п.

Подготовка к снятию: Я по-прежнему абсолютно спокоен и расслаблен. Руки твердые - глубоко вздохнуть - открыть глаза.

Когда эти упражнения войдут в систематическое повторение, их можно сократить:

«Спокойствие -

Тяжесть -

Тепло -

Мне дышится -

По телу разливается тепло -

Затылок приятно теплый».

Снятие: *«Руки твердые - глубоко вздохнуть - открыть глаза».*

Или:

«Я абсолютно спокоен -

Расслаблен -

Теплый -

Я по-прежнему спокоен и расслаблен».

Снятие: *«Руки твердые - глубоко вздохнуть - открыть глаза».*

При получении опыта достаточно только сказать: «Спокойствие - тяжесть - тепло», а вместо снятия просто встряхнуть руки (достигается в результате многолетних тренировок (как условный рефлекс)).

**Дневник по аутогенной тренировке
студент(а)ки МГГЭУ диагноз ДЦП (оригинал)
Упражнения на дыхание**

04.10.2017

1 день 15 минут

Во время выполнения упражнения появилось легкое головокружение, затем перешло в тепло, начиная с плеч и заканчивая ногами. После окончания упражнения захотелось спать.

05. 10 2017

2 день 15 минут

Процесс пошел легче, так как тренировка проходила в домашней обстановке и в полной тишине. Предварительно мной в наушниках были включены звуки природы, так легче было войти в транс.

Все делала с закрытыми глазами с небольшим вдохом носом и выдохом через рот.

На 3-й минуте по телу от головы до кончиков пальцев ног пошел легкий ток, даже на несколько минут показалось, будто бы заснула, выходя из транса - сделала глубокий вдох, что вызвало небольшую дрожь по всему телу.

06.10.2017

3 день 15 минут

В принципе, ощущения были те же, отличие только в том, что по ногам пошел легкий озноб, и были влажные ладони, а также тяжесть в теле. После глубокого вдоха в течение определенного периода времени, примерно 4 мин, по всему телу пошло легкое тепло. В этот раз уже не хотелось спать после окончания упражнения, чувствовалась бодрость.

07.10.2017

Можно сказать, что эффект от тренировок есть, сегодня была в ТЦ, где огромное количество людей. И я заметила, что меня это не раздражает. Я спокойна. Я спокойно ходила по магазинам. Ждала свою подругу из примерочной, и я не злилась, что она долго все делает. Только концу дня появилась небольшая тревога и усталость, а до этого я в принципе не любила ходить по магазинам, что-то подолгу искать и мерить. У меня была не приязнь к людям, и вообще не любила большое количество народу, я ощущала панику.

4 день тренировки 15 мин

Так как я тренировку начала как раз после прогулки, в состоянии расслабления я вошла быстрее, т.к. организм уже ощущал усталость. По телу шло приятное тепло, и постепенно усталость отступала. Никакого покалывания не чувствовала, а только расслабление и тепло.

08.10.2017

Наблюдая за своим душевным состоянием в течение дня, я заметила, что у меня улучшился сон, повысилось настроение, стала радовать жизнь. Пропала моральная, а с ней и физическая усталость, исчезло раздражение.

5 день 15 минут

Во время упражнения тело так же реагировало расслаблением и теплом в теле, и легким ощущением тока. Эффект от методики ощущается как раз днем, когда я занимаюсь обычными делами, кажется, что готова «горы свернуть».

09.10.2017

Сегодня день прошел очень легко, я спокойно просидела на парах, не смотря на то, что была вторая смена. Даже после остались силы.

Настроение тоже было хорошим, знакомые и друзья стали замечать, что я поменялась, стала больше улыбаться, исчезла угрюмость.

6 день 20 мин.

Чувствую, что даже дышать стало легче, и тело стало быстрее расслабляться, и от этого легче засыпается. А от того, что я высыпаюсь мне легче на занятиях, и даже стало легче воспринимать информацию и делать задания.

10.10.2017

Сегодняшнее утро, не смотря на то, что была первая пара, было легким. Ночью достаточно крепко спала, почти не просыпаясь, в редких случаях.

Занятия так же прошли хорошо. Заметила, что нет больше усталости, как было раньше к концу учебного дня.

7 день тренировки. 20 мин.

Во время тренировки уже могу концентрироваться так, чтобы не засыпать, так как нужна энергия, чтобы доделать задания. Для этого начала делать тренировки чуть раньше, чем перед сном, давая возможность мозгу и телу отдохнуть. Во время упражнения на дыхание научилась сосредотачиваться только на своих ощущениях. В связи с этим я внимательнее стала работать на парах.

11.10.2017

Сегодня учебный день так же прошел хорошо, удивляет, что нет к концу дня усталости, как это было раньше. Намного спокойнее стало на эмоциональном фоне, раньше все воспринимала в штыки, а сейчас никаких негативных эмоций почти не ощущаю, даже если есть, могу блокировать.

8 день 15мин.

Кажется, что уже сам организм расслабляется без помощи дыхания, очень быстро захожу в состояние расслабления, но спать уже так не хочется. Сам сон приходит быстро, уже не мучаюсь бессонницей, и легко встаю по утрам.

12.10.2017

Сегодня встала утром в бодром и хорошем настроении. Пары прошли легко, никакой усталости нет, даже не смотря, что конец учебной недели. В общем, наблюдая за своим состоянием в эти дни, могу заметить улучшения:

Контроль за эмоциональным фоном;

Меньше устаю и исчезла утомляемость;

Улучшилось настроение и сон;

Не раздражаюсь по каждому поводу

9 день 15 мин.

Тренировка на дыхание. В момент тренировки тело полностью расслабленно, чувствуется, как по телу идет приятное тепло. В связи с этим пропадает усталость, которая накопилась за весь день, появляются силы на то, чтобы делать очередные дела.

13.10.2017

10 День 15 мин. К тренировке на дыхание добавилось упражнение «тяжесть руки», «тепло руки». 15 мин., уже с первых секунд выполнения упражнения, получилось ощутить тяжесть в левой руке, затем тяжесть перешла на правую руку, тот же эффект, тяжесть сохранялась в обеих руках. Тепла в руке пока не ощутила.

После выхода из релакса ощутила общее расслабление, ушла головная боль. После выполнения упражнения не осталось сонливости.

14.10.2017

Сегодня день был насыщенный, я сделала много дел, даже те, которые хотела сделать позже. И еще осталось много энергии. Не смотря на то, что вечер, я не чувствую ни усталости, ни утопления. Утром, когда проснулась, ощутила легкую слабость во всем теле.

11 день тренировки 15 мин, упражнение на тяжесть и тепло руки.

Пока не получилось добиться тепла в руке, если только совсем легкого, почти не ощутимого. Тяжесть в руке приходит довольно быстро, но ощущается она лучше в левой руке, потому что она рабочая. Хотя я пыталась перенести тяжесть и на правую, но она слабая. Чувствуется разница.

15.10.2017

Сегодня так же было полно энергии, с утра сделала много дел. Настроение тоже было хорошим, не смотря на то, что за окном лил дождь.

12 день, 20 мин. Тяжесть в левой руке получилась почти сразу, и сегодня удалось добиться тепла в руке. С правой рукой сложнее, тяжесть еле ощутима.

16. 10 2017

Сегодня упражнения выполняла утром, так как была тишина, и я могла лучше сосредоточиться на своих ощущениях.

13 день 20 мин. Так как было тихо, и я только проснулась, очень быстро получилось добиться расслабления и тяжести в руке, и четче ощущалось тепло.

Наблюдая за своим состоянием в течении этих недель, я заметила, что стала более активна на парах, стала больше делать

дел за день, которые до этого могла растянуть на недели. Усталости почти нет, есть энергия, желание что-то еще делать.

Данный тренинг дал мне много энергии, улучшил мое эмоциональное состояние, я перестала нервничать, улучшилось настроение.

17.10.2017

14 день - тренировку провела утром, 20 минут, ощущения тяжести и теплоты в руке стало быстрее появляться, за счет каждодневных тренировок и сосредоточения.

18.10.2017

Во время тренировок заметно улучшился сон, легче стало вставать. Нет общей усталости в теле.

15 день 20 мин. Сегодня тренировку провела утром, т.к. намного лучше чувствуются общие ощущения во время сеанса, потому что организм только отходит от сна.

Во время тренировки была легкая дремота, но все ощущения тяжести и тепла, ощущала отчетливо.

19.10 2017

Учебный день, не смотря на то, что была вторая смена, прошел легко. Появилось удовольствие от учебы.

16 день тренировки 15 день. Стала на много быстрее ощущаться тяжесть в руке. Почти не ощущается утомление, и даже если есть, то оно быстро проходит.

20.10.2017

Сегодня на занятиях появилась активность. Лучше стали восприниматься те предметы, которые когда-то казались сложными. Можно сделать вывод, что тренировка постепенно дает свои результаты. Увеличилось также внимание

17 день тренировки, 15 мин. В самом начале я делаю пару вдохов. Чтобы ощутить расслабление в теле. Затем начинаю упражнение на тяжесть и тепло в руки, но для того, чтобы не засыпать, проговариваю про себя «во время тренировки я бодр и свеж».

21.10.2017

Сегодня опять был насыщенный день, снова сделала много дел (по учебе и домашних). Уже 2 недели, как занимаюсь аутогенной тренировкой, в связи с этим могу сказать, что увеличилась работоспособность. Я себя больше не заставляю что-то делать,

особенно в свободное время. Я просто делаю все с большим удовольствием.

18 день 20 мин. В этот раз я решила сделать упражнение на тяжесть правой руки. Потому что с левой уже стало получаться. Но так как правая рука развита хуже, в связи с ДЦП, - это делать трудней. Пока кроме слабого покалывания в пальцах, больше ничего не ощутила.

22.10.2017

19 день 20 мин.

Тренировку делала с утра. На тяжесть руки. В этот раз правой. Так как она хуже развита.

В первую очередь я делаю упражнение на дыхание, как разминка, чтобы расслабиться, и лучше прочувствовать ощущения в течение 5-6 мин., время зависит от реакции организма.

После того, как тело расслабилось, я приступила к упражнению на тяжесть руки. Первые минуты ничего такого не происходило. Через какое-то время появилось покалывание в пальцах. Тяжесть руки ощущалась, только очень слабое, но добиться этого было тяжелее, чем с левой рукой. На тепло руки упражнение не делала, пока решила не давать большую нагрузку на руку.

С левой рукой делала упражнения вместе. Эффект появился спустя 3-4 дня.

23.10.2017

Упражнения проводила с утра. Пока делаю упражнение на тяжесть. Эффект есть, но слабо ощутимый.

24.10.2017

Мое общее самочувствие улучшилось, стало легче вставать по утрам. Что касается учебы, стала более активной, улучшилась память. Если сравнить меня на 1 курсе, то сейчас я выросла как личность: повысилась самооценка, уверенность в себе. 20 день

25.10.2017

21 день. Сегодня наконец-то получилось добиться тяжести в правой руке. В дальнейшем тепло в руке.

Общее самочувствие по-прежнему хорошее. Энергии хоть отбавляй,

26.10.2017

22 день Начала работать с упражнением на тепло руки (правая), т.к. она плохо развита, приходится больше времени уделять конкретному упражнению. Это может занимать несколько дней,

пока не появится эффект, и то ощущения очень слабые. Пока 2 упражнения сразу совмещать не получается.

27.10.2017

23 день. 15 мин. Во время выполнения упражнения на тяжесть руки, наконец-то получилось добиться эффекта тяжести. Попробовав добавить ощущения тепла, слабое ощущение появилось.

28.10.2017

24 день. 15 мин. По своим ощущениям могу сказать, что очень сложно добиться эффекта тяжести и тепла в правой руке. К сожалению, это происходит через раз.

С левой рукой все намного проще, эффект достигается примерно через 2 минуты после начала выполнения упражнения. Никаких сбоев не наблюдалось.

Если описывать общее состояние моей нервной системы, то наблюдаются улучшения. Оно заключается в том, что даже если есть какое-то эмоциональное напряжение, то я могу его снять, просто сделав несколько глубоких вдохов и выдох. В любом месте и в любое время.

29.10.2017

25 день 20 мин.

Во время тренировки решила попробовать использовать обе руки. И если честно, результат не заставил себя долго ждать, чем когда я работала с каждой рукой по отдельности.

Упражнения выполняла на тяжесть и тепло одновременно

31.10.2017

26 день. 30 мин. Упражнение так же проводилось одновременно на обе руки. Тяжесть в руках почувствовала примерно через 5 минут после начала.

Тяжесть сняла с помощью глубокого вдоха.

01.11.2017

Стала замечать за собой, что у меня пропали какие-то фобии.

27 день 30 опять стало не получаться выполнять упражнение с правой рукой. С левой по-прежнему хорошо достигается эффект.

Глоссарий

Вегетативная нервная система, которая также называется автономной (*systema nervosum autonomicum*), контролирует растительные функции организма - такие, как питание, дыхание, циркуляция жидкостей, выделение, размножение. Она иннервирует преимущественно внутренние органы и состоит из двух основных отделов: симпатического и парасимпатического. Совместная работа обоих отделов регулируется и контролируется корой головного мозга, которая является высшим отделом центральной нервной системы. Центры вегетативной нервной системы располагаются в головном и спинном мозге. Выделяют также периферическую часть, которую составляют нервы, нервные окончания, сплетения и узлы [4].

Нервная система трофотропная - понятие введено в 1957 г. Гессом для определения специфических реакций вегетативной нервной системы. Трофотропная система, ее деятельность, связана с состоянием покоя, отдыха, сна, процессами пищеварения. При этом отмечается замедление сердечного ритма, снижение кровяного давления, замедление дыхания, сужение бронхов, усиление перистальтики и секреции пищеварительных соков, усиление деятельности выделительных органов, синхронизация биопотенциалов мозга. Все эти процессы реализуются в основном через образования парасимпатической нервной системы. Все трофотропные реакции направлены на поддержание и восстановление гомеостаза внутренней среды. Трофотропное состояние вегетативной нервной системы обеспечивается биологически активными веществами - ацетилхолином, серотонином, гистамином. Трофотропные реакции протекают синергично с эрготропными. В каждом конкретном случае можно отметить преобладание одной из них, в зависимости от конкретных условий. Нарастание активности веществ эрготропного ряда по закону обратной связи уравновешивается сдвигом в содержании веществ противоположного ряда во внутренней среде организма [5].

Список литературы

1. Латышева Т.Х., Перепонов Ю.П., Государев Н.А. Социально-психологические и медицинские аспекты лечебной педагогики. Научное пособие. - М.: МИИ, 2001 с. 76

2. Никифоров Ю.Б. Учитесь наслаждением движением / Применение психорегуляции в занятиях физическими упражнениями. - М.: Советский спорт, 1989. - 46с.

3. Никифоров Ю.Б. Аутотренинг + физкультура. - М.: Советский спорт, 1989. - 44с.

4. http://anatomy_atlas.academic.ru/ (дата обращения 30.09.2017).

5. <https://studfiles.net/preview/1658837/page:34/> (дата обращения 30.09.2017)

Планирование скоростно-силовой подготовки легкоатлетов, специализирующихся в беге на 400 метров

*Чунаев С.И.,
студент магистратуры,
Институт психологии и образования,
ФГАО ВО «Казанский (Приволжский) федеральный универси-
тет», Казань, Россия
serchun1995@yandex.ru*

Аннотация. Лёгкая атлетика в настоящее время является одним из популярных видов спорта. Данное исследование было проведено для определения эффективности комплекса упражнений, направленного на развитие скоростно-силовых качеств. В ходе апробирования этого комплекса, нами эмпирически была подтверждена целесообразность введения этого комплекса в тренировочный процесс легкоатлетов.

Ключевые слова: скоростно-силовая подготовка, комплекс упражнений, Т-критерий, исследование, 400 метров.

Тренировочный процесс легкоатлета должен рассматриваться как целостная динамическая система, где на каждом конкретном этапе совершенствования спортивного мастерства решаются специфические задачи по развитию двигательных качеств, формированию технического мастерства и выбору средств, методов и величин тренировочных воздействий. В настоящее время тренировка легкоатлета складывается из многочисленных факторов, однако невозможно представить тренировочный процесс без скоростно-силовой подготовки - эффективного сочетания средств и методов комплексного воспитания быстроты и силы [1, С.176]. Для развития этих качеств система тренировок должна носить разносторонний характер.

Решение данной задачи, при подготовке легкоатлета-спринтера, осуществляется по трем направлениям: скоростному, скоростно-силовому и силовому [2, С.59-72]. Первое - при скоростном направлении в подготовке решается задача повышать абсолютную скорость выполнения основного соревновательного упражнения или отдельных его элементов (различные движения рук, ног, корпуса), а также их сочетаний - стартовый разгон и бег

по дистанции. Второе - при скоростно-силовом направлении в подготовке решается задача увеличить силу сокращения мышц и скорость движений. Третье - при силовом направлении в подготовке решается задача развить наибольшую силу сокращения мышц, участвующих при выполнении основного упражнения.

Целью нашего исследования явилось создание методического комплекса упражнений, направленного на развитие скоростно-силовых качеств с последующим анализом результативности его применения у юношей-легкоатлетов, специализирующихся в беге на 400 метров.

Для исследования было выбрано 20 юношей в возрасте от 18 до 22 лет имеющие 1-й взрослый разряд по легкой атлетике, которые были разделены на контрольную и экспериментальную группы.

Для оценки эффективности скоростно-силовой подготовки систематически применялся метод различных контрольных упражнений, который предусматривает многократное изменение показателей: время, расстояние, вес, число повторений и др. Измерение проводилось в стандартных условиях после разминки, через определенные интервалы (1 раз в 1-2 недели), и обязательно по этапам тренировки.

Наше исследование проходило с декабря 2016 года по апрель 2017 года и включало в себя три этапа, в соответствии с поставленными задачами. На первом этапе нами были зафиксированы контрольные испытания в упражнениях скоростно-силового характера, таких, как бег на 60 метров и прыжок в длину с места. Далее, на втором этапе, в тренировки экспериментальной группы мы ввели разработанный нами комплекс упражнений, включающий в себя 7 упражнений, разделенный на две группы - скоростной и силовой. В первый вошли «многоскоки» с ноги на ногу, скачки на одной ноге - левой и правой, бег «колесом», бег 30 метров. Во второй, силовой, были включены полу приседы со штангой на плечах, запрыгивание на тумбу, выпрыгивания из полу приседа со штангой на плечах.

Скоростной комплекс мы применяли по вторникам, увеличивая скорость бега на отрезках 30 метров с 75-80% от максимума на 1-ом этапе, и доводя до 100% к 3-му этапу. Силовой комплекс выполнялся экспериментальной группой - по субботам. С декабря по февраль мы добавляли к весу (80-85% от максималь-

ного) штанги 3-5 кг в неделю при выполнении упражнений в полу приседе. В предсоревновательный период, с марта по апрель, мы вернулись к первоначальному весу, однако увеличили скорость выполнения упражнения (полу приседы), тем самым развивая так называемые «взрывные» качества спортсменов.

На третьем этапе эксперимента нами повторно были проведены контрольные испытания, как в экспериментальной, так и в контрольной группах.

Для обработки данных мы использовали метод математической статистики, а именно способ определения достоверности различий по t-критерию Стьюдента. Данные, полученные в ходе статистического анализа, представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Сравнительный анализ результатов в экспериментальной группе

| Этап эксперимента | Контрольные упражнения | |
|-------------------|------------------------|-----------------------------|
| | Бег 60 метров (сек) | Прыжок в длину с места (см) |
| 1 этап | 7,04 ± 0,08# | 274,0 ± 2,35* |
| 3 этап | 6,76 ± 0,06 # | 281,4 ± 2,24 * |

Примечание: # - достоверность различий между 1 и 3 этапом в беге на 60 метров (P<0,05); * - достоверность различий между 1 и 3 этапом в прыжке в длину с места (P<0,05).

Таблица 2

Сравнительный анализ результатов в контрольной группе

| Этап эксперимента | Контрольные упражнения | |
|-------------------|------------------------|------------------------|
| | Бег 60 метров | Прыжок в длину с места |
| 1 этап | 7,11 ± 0,06 | 275,1 ± 1,67 |
| 3 этап | 6,95 ± 0,06 | 279,3 ± 1,54 |

Проведенное исследование показало, что у юношей 18-22 лет, занимающихся легкой атлетикой и специализирующихся в беге на 400 метров, за период тренировочного процесса продолжительностью 18 недель, зафиксирован рост результатов в скоростно-силовых упражнениях.

В экспериментальной группе юношей, использующих на тренировочных занятиях разработанный нами комплекс упраж-

нений как дополнительное средство развития скоростно-силовых качеств, степень роста результатов в тестовых упражнениях выше, чем в контрольной группе, что является достоверным ($P < 0,05$).

Исходя из этого, мы можем говорить об эффективности использования данного комплекса упражнений, его эффективность была эмпирически доказана проведенным экспериментом, мы можем рекомендовать его для внедрения в тренировочный процесс на развитие скоростно-силовых качеств легкоатлетов-юношей, специализирующихся в беге на 400 метров в возрасте 18-22 лет.

Список литературы

1. Боген М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка. Обучение двигательным действиям. Теория и методика. - М.: изд-во URSS, 2014. - 230 с.
2. Гагуа Е.Д. Тренировка спринтера. - М.: изд-во Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2001. - 72 с.

СЕКЦИЯ 2. НАУЧНЫЕ ДИСКУССИИ О ЦЕННОСТЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

Религиоведение: содержание понятия и характерные особенности

Стрелков Ч-Ц.А.,

студент,

ФГБОУ ВО «Бурятский государственный университет»,

Улан-Удэ, Россия

CHIMA.NEYMAR@mail.ru

Аннотация. Автор раскрывает содержание понятия религиоведения. В данной статье выделяются и описываются характерные особенности религиоведения.

Ключевые слова: религиоведение, религиозная философия, феноменология, история, социология, психология, семиотика, сравнительное религиоведение, герменевтика, конфессиональное религиоведение, этнография, лингвистика.

Религиоведение - это гуманитарная дисциплина, изучающая отношение человека к Священному. За короткую историю развития религиоведения, выделились такие более узкие направления, как: философия религии, феноменология религии, история религии, социология религии, психология религии (рис. 1). Ядро религиоведения составляет философия религии, которую можно понимать двояко: как религиозную философию, или как философствование о религии. Религиозная философия имеет дело с картиной мира в тех или иных вероучениях, которая включает в себя ответы на вопросы: что такое человек? что он должен делать? что представляет из себя внешний мир? кто такой Бог? какая связь между Богом и человеком? В той или иной форме все религии дают ответы на эти фундаментальные вопросы, а некоторые еще и углубляются в такие темы, как устройство Вселенной, причинно-следственная зависимость, понятия времени, пространства, сущего, сознания. Религиозная философия - это рассуждения о Боге и его бытии с точки зрения вероучения. Во втором значении, философия религии («философствование о религии») - это теоретическое осмысление религиозного феномена с

помощью философских методов (диалектического, феноменологического, герменевтического и т.д.), а также совокупность потенциальных философских установок по отношению к религии и анализ ее особенностей. В отличие от теологии здесь возможны отклонения от догматики. Это сочетание интересно тем, что мы имеем дело с двумя несводимыми принципами. Религия дает уже готовые ответы на все вопросы бытия, а философия идет эмпирическим путем, не зная конечного результата. Религиозная философия, пользуясь философскими методами, пытается исследовать религиозные темы.

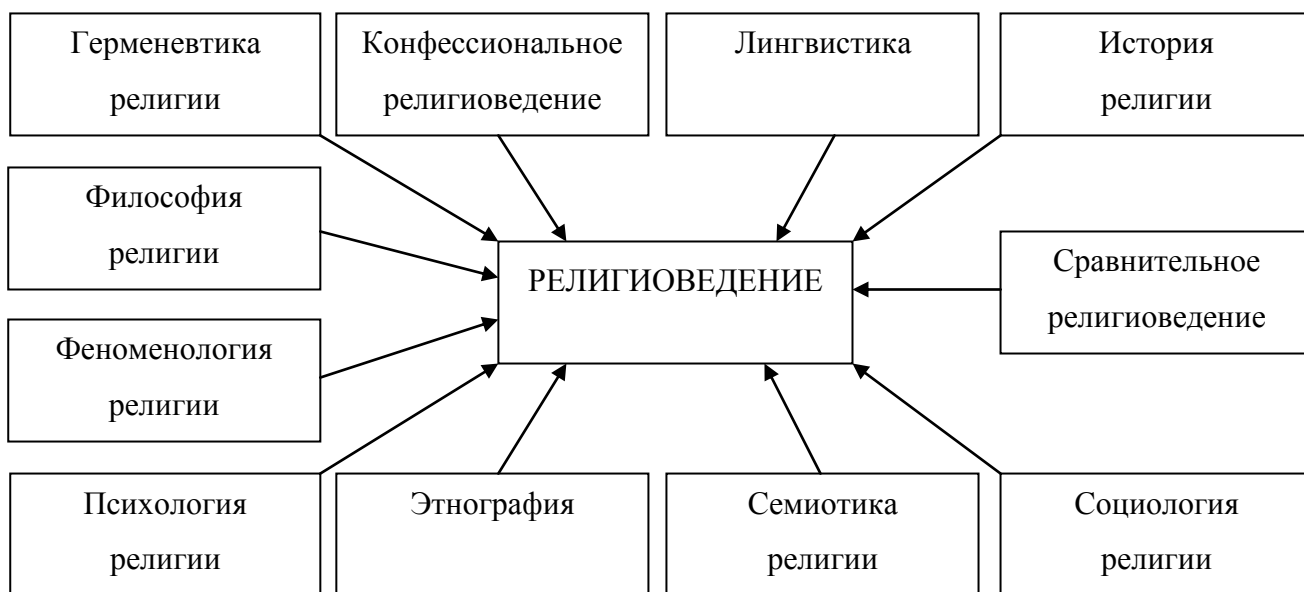


Рис.1. Научные направления, изучающие различные стороны религии

Феноменология религии - второй основополагающий раздел религиоведения. Ее объектом служат повторяющиеся структуры в разных религиях, абстрактные и конкретные формы религиозности. Отвлекаясь от эмпирического содержания, феноменология религии сосредоточена на раскрытии вневременной сущности религии, ее главного предмета - священного. Суть в том, что во всех религиях есть некоторые базисные элементы, безотносительные к пространственно-временному наполнению. Это - символы, с помощью которых осуществляется сакральная коммуникация, а также субъективные и объективные явления как следствие этой коммуникации. Субъективные феномены в религии - это религиозное чувство, убежденность, благочестие, набожность, святость, неудовлетворенность земным, вера в посредника. К объективным явлениям можно отнести ритуалы, молитвы, жерт-

воприношения, понятие греха и искупления. История религии исследует движение религии во времени. С помощью сопоставительного, структурного, системного анализа она обрабатывает массив исторических фактов, прямо и косвенно имеющих отношение к возникновению, развитию и угасанию религиозных процессов. Социология религии изучает проявление религиозности в группах, ставит своей задачей исследовать функционирование религии среди людей, ее влияние на формирование социальных групп, а также взаимоотношения религии и политики, религии и власти. Здесь религия рассматривается как социальный институт, проходящий через разные стадии институализации: секта → церковь → конфессия.

Психология религии изучает религиозное сознание и поведение индивида, а также процессы принятия религиозных убеждений, приспособление адепта религии к общественной жизни, воздействие религиозных практик на психику; изменённые состояния сознания: раскаяние, самобичевание, одержимость, самопожертвование, транс, экстаз, медитация, умиротворение, блаженство.

Семиотика религии (от греч. *semion* - знак) - раздел религиозоведческой науки, изучающий как знаковую составляющую религии, так и конкретные явления любой религии, относящиеся к сфере знаков.

На современном этапе развития науки семиотика постепенно вбирает в себя герменевтику, науку об интерпретации текстов, в качестве которых выступали обычно тексты священные.

Сравнительное религиоведение (религиоведческая компаративистика) - одна из областей религиоведения, изучающая конкретные и общие особенности религии. К его основным целям относятся: систематизация знаний о религиях, классификация и типология религий, уточнение и систематизация определений и т.д. Компаративистика тесно связана с историей религии, но в сфере ее интересов находится не только историческая динамика.

Под конфессиональным религиоведением обычно понимают исследования, проводимые с определенных конфессиональных позиций, или использование результатов исследований в целях, определяемых деятельностью какой-либо религиозной общины.

Этнографическое изучение религии - это исследование веры большинства данного народа, массовых проявлений конфессио-

нального сознания и исповедной практики. Этнография стремится познать не догматы самой религии (знание которых при этом необходимо), а жизнь ее в конкретном этносе.

Лингвистика (от лат. *lingua* - язык), языкознание, языковедение - наука, изучающая языки. Это наука о естественном человеческом языке вообще и обо всех языках мира как его индивидуализированных представителях.

Список литературы

1. Аникин Д.А. История религии. - М., 2008.
2. Введение в общее религиоведение. / Под ред. И.Н. Яблокова. - М., 2001.
3. Константинов В.Н. История религии. - Владимир, 2006.
4. Никольский В.С. Религиоведение. - М., 2001.
5. Основы религиоведения. / Под ред. И.Н. Яблокова. М., 2000.

К вопросу сценического воплощения фольклора в деятельности современных фольклорных ансамблей Беларуси

*Гурченко А.И.,
кандидат искусствоведения,
старший преподаватель
кафедры межкультурных коммуникаций,
Белорусский государственный университет
культуры и искусств,
Минск, Республика Беларусь*

Аннотация. Автором проанализирован процесс сценического воплощения фольклора согласно типу адаптации в деятельности современных фольклорных ансамблей Беларуси.

Ключевые слова: сценическое воплощение фольклора, фольклорный ансамбль, концертно-сценическая практика.

Десятилетиями монополистами отечественного исполнительского фольклоризма были народные хоры и оркестры народных инструментов [1; 2]. Лишь на рубеже 1970-1980-х гг. возникли ансамбли народной музыки, которые также ориентировались на адаптацию как тип исполнительского фольклоризма, однако внесли некоторые стилистические изменения в сценическое воплощение фольклора. Так, данные коллективы начали использовать стилизованные народные костюмы и музыкальные инструменты, характерные для белорусской сельской традиции, что для оркестрового и хорового исполнительства было еще не свойственно [3]. Среди основанных в этот период можно назвать оркестр «Спадчына» (1982 г.), ансамбли «Радзімічы» (1979 г.), «Валачобнікі» (1979 г.), «Госціца» (1986 г.) и др.

Одним из таких коллективов был созданный в 1980 г. ансамбль Белорусского государственного университета «Неруш» (художественный руководитель - В. Гладкая). В своей сценической практике коллектив использует вокальную ансамблевую а саррелла и с аккомпанементом, инструментальную ансамблевую, хореографическую и вокально-хореографическую формы исполнительства. Материалами для работы служат расшифровки из сборников традиционной народной музыки. В отдельных случаях

использованы материалы этнографических экспедиций. В репертуар ансамбля входят белорусские народные песни («Дудар», «Ты сказала», «Як у полі пад арэшанкай», «Ой, ляцелі гусі», «А вялікі дзень ідзець», «Ой, не шумі ты, гаю», «Біла мяне маці», «Гыля, гыля шэрыя гусі», «Я па грыбы пайшла»), танцы («Жабка», «Страданія», «Матлет», «Кацярынка», польки «Бабачка», «Верацяно», «Для ўсіх», кадрили и вальсы разных регионов). Коллективом подготовлены программы «Пахаванне стралы» (по материалам Ветковского района Гомельской области), «Масленіца» (по материалам Полесского региона), «Калядныя гульні», «Беларускае вяселле», народная драма «Цар Максімілян».

Также как и у других коллективов, ориентированных на адаптацию как тип исполнительского фольклоризма, инструментарий «Неруша» составляют инструменты академические (скрипка, контрабас), модифицированные народные (цимбалы, баян) и характерные для сельской традиции (гармошка, жалейка, дуда, колесная лира и ударные).

Часть репертуара ансамбля исполняется а *carrella* («Там на лужку», «Ой, ты вішанька», «Закацісь, завалісь, жаркае сонейка»). Аранжировки некоторых композиций приближены к аутентике («Там на луцэ» и др.). Однако, на наш взгляд, наиболее удачной работой коллектива является его фольк-медиа-проект, в котором традиционные народные песни разных регионов Беларуси сочетаются с современными компьютерными аранжировками (композиции на материале жнивной песни «Верабей», свадебной «Покуць», купальской «Сафійка», хоровода «Я мяту, мяту двор мяцелкаю»). В результате происходит своеобразный сплав двух слоев музыкальной фактуры - архаического и современного, что является примером использования в творчестве коллектива авторской интерпретации как типа исполнительского фольклоризма. Вместе с тем значительная часть репертуара коллектива имеет ярко выраженный «шлягерный» характер («Падманула, падвяла», «Ой, ляцелі гусі», «Купіў ляснік», «Ой, ты Галя»), что типично для ансамблей народной музыки.

Сценическое движение в программах коллектива развитое. Оформление сцены в проектах соответствует их тематике: аутентичные предметы быта, музыкальные инструменты и т.д. Сценические костюмы ансамбля выполнены специалистами Научно-

производственного республиканского унитарного предприятия белорусских народных ремесел «Скарбніца» и представляют собой стилизации по мотивам Домачевского, Ляховичского и Мотольского традиционного народного костюма. Вместе с тем, составной частью сценического костюма ансамбля является не характерная для белорусской традиционной народной культуры обувь красного цвета.

На адаптацию как тип исполнительского фольклоризма ориентируется и созданный в 1974 г. Белорусский государственный хореографический ансамбль «Харошкі» (художественный руководитель - В. Гаевая). Коллектив использует следующие формы исполнительства: вокально-инструментальную, хореографическую и вокально-хореографическую. Материалами для создания композиций служат классические адаптированные расшифровки из сборников традиционной народной музыки. В репертуар коллектива входят обработки, аранжировки и авторские стилизации белорусских народных песен и наигрышей.

У «Харошак» разнообразный инструментарий, который включает инструменты характерные для сельской традиции (колесная лира, цитра, диатонические цимбалы, жалейки, дудки, дуда, окарины и гармошка), академические (скрипка, контрабас и флейта), модифицированные народные (баян, цимбалы) и эстрадные (бас-гитара, ударные). Вокально-инструментальная группа имеет сольные номера.

Выступления коллектива строятся в виде развернутых театрализованных программ: «Тураўская легенда» (по мотивам старинных белорусских обрядов), «Бывай, XX стагоддзе!» (на основе городского фольклора), «Беларусы» (по мотивам календарного фольклора), «Поры году» (по мотивам белорусских традиционных народных праздников и обрядов).

Танцевальная, инструментальная и вокальная группы связаны между собой. Так, танцоры играют на музыкальных инструментах, а инструменталисты включаются в пение.

В связи с развернутым сценическим действием, оформление сцены в программах коллектива практически не используется. Сценические костюмы «Харошак» выполнены на основе стилизации традиционной народной одежды (мастера А. Гаевой, Ю. Пискун и А. Юрьева). Так, для танца «Весялуха» они выполнены на основе Калинковичского традиционного народного кос-

тюдма, а для танца «Каханачка» - по мотивам Домачевского традиционного народного костюма. В программах «Харошак» использованы мужские соломенные головные уборы (лирический танец «Падушачка»), шляпы, которые введены как игровой атрибут, а также венки в форме «куста» в женских костюмах.

На адаптацию как тип исполнительского фольклоризма ориентируется в своем творчестве и заслуженный любительский коллектив Республики Беларусь «Крупіцкія музыкі» (художественный руководитель - Н. Лисица). Коллектив использует вокальную ансамблевую а саррелла и с аккомпанементом ансамбля, инструментальную ансамблевую, хореографическую и вокально-хореографическую формы исполнительства. Материалами для выполненных В. Громом обработок народных мелодий послужили аудиозаписи и экспедиционные расшифровки народных мелодий из разных регионов республики, что для коллективов данного типа характерно крайне редко.

Программы «Крупіцкіхмузык» выполнены на основе сельского и городского фольклора. В репертуар ансамбля входят обработки народных песен («Сена маладое», «Чарнушка» «Як я ехаў да яе», «Кум куму любіў», «Лянівая жонка»). В программах коллектива широко представлена инструментальная музыка: наигрыши («Крупіцкія музыкі», «Кросны», «Сарока»), танцы («Святочны вальс», кадрили из разных регионов республики), польки («Полеская», «Слуцкая», «Крупіцкая», «Кругавая»), хореографические композиции («Пава», «Базар гудзе», «Вярба», «Кавалі»). Среди вокальных произведений отметим такие обработки народных песен, как «Зяленая ліпа» (Светиловский район, запись Н. Чуркина и М. Гринבלата), «Паехаў Сідар да млына» (Гродненская область, запись Н. Сироты), «Сядзіць комар на дубочку» (Ошмянский район, запись Н. Чуркина), «Камары гудуць» (Щучинский район, запись Г. Ширмы).

Ансамбль уникален по инструментальному составу, так как включает более 120 старинных и реконструированных белорусских традиционных народных инструментов, среди которых скрипки, колесная лира, цитра, гармошка, окарины, жалейки, дудки, пастушья труба, дуда, варган, шумовые инструменты, предметы быта (горшки, грабли, пила и коса). Кроме того, коллективом используются академические хроматические цимбалы-прима.

Режиссура программ коллектива основана на тематическом блоковом построении. Наличие в репертуаре коллектива хореографических композиций предполагает развернутое сценическое действие, которое в свою очередь является препятствием для оформления сцены. Для программ ансамбля подготовлены стилизованные шляхетские, городские и крестьянские сценические костюмы.

В рамках адаптации как типа исполнительского фольклоризма сконцентрирована деятельность и заслуженного любительского коллектива Республики Беларусь фольклорного ансамбля «Дударыкі» (художественный руководитель - Д. Ровенский). Коллектив использует ансамблевую инструментальную, вокальную а саррелла и с аккомпанементом инструментального ансамбля, хореографическую формы исполнительства. Материалами для работы служат классические адаптированные расшифровки из сборников народной музыки.

Инструментарий коллектива составляют инструменты, характерные для традиционной народной культуры: гармошка, скрипки, дудки, дуда, жалейки, окарины, постушья труба, колесная лира, цитра, бубен, барабан, шархуны, горшки, вилы, косы, утюг. Кроме того, коллективом использованы академические цимбалы и контрабас. Ансамбль одним из первых стал активно использовать в аранжировках и обработках традиционные народные шумовые инструменты и предметы быта.

Большая часть обработок для ансамбля выполнена В. Громом, Н. Сиротой и Д. Ровенским. В репертуар коллектива входят инструментальные наигрыши («Святочны вальс», «Шастак», «Чэрнікаўскія найгрышы», «Вясковыя замалеўкі», «Ашмянская кадрыля», «А ў полі жыта ярыцца», «Смыкі»), польки («Крупіцкая», «Баранавіцкая», «Бацянкі»), хореографические зарисовки («Падсяван», «Я боб малачу», «Кросны», «Карапэт», «Кука», «Полька з прысюдамі»). Репертуар «Дударыкаў» составляют также обработки белорусских народных песен («А ў ляску, ляску», «Малая і вялікая», «А чалом, чалом», «Ляцелі гуселкі», «Месяц дагарае», «Як служыла ў пана», «Ой, у садочку»), среди которых есть композиции а саррелла («Пойдзем дзеўкі»).

Режиссура программ «Дударыкаў» основана на тематическом блоковом построении. Наличие в репертуаре коллектива хореографических композиций предполагает развернутое сцениче-

ское действие. Оформление сцены в программах ансамбля представлено традиционными предметами быта, музыкальными инструментами. Для выступлений коллектива имеется несколько комплектов стилизованных народных костюмов.

Следующий коллектив, сценическое воплощение фольклора которого мы рассмотрим, это ансамбль народной музыки Национальной государственной телерадиокомпании Республики Беларусь «Бяседа» (художественный руководитель - Л. Захлевный). Коллективом используются такие формы исполнительства, как вокальная ансамблевая а caprella и с аккомпанементом ансамбля, инструментальная ансамблевая, вокально-хореографическая. Репертуар коллектива строится на основе классических адаптированных расшифровок народной музыки. Главная цель, которая ставится при работе над аранжировками и обработками песен - сохранение мелодической линии музыкального материала, что было характерно для метода сценического воплощения фольклорав предшествующие периоды истории развития исполнительского фольклоризма в Беларуси. В репертуар коллектива входят стилизации (польки «Вясейская», «Запрашальная», «Развітальная») и обработки народных мелодий («Купалінка», польки «Рам-ся-ся», «Свістуха», вальс «Капітан»). Значительную часть репертуара составляют композиции с ярко выраженной «шлягерной» окраской («Ой, у лузе пры дарозе», «Маруся», «Ой, у зялененькім садочку», «Звіняць, звіняць звончыкі» и др.), выполненные в стилистике сценических обработок 1950 - 1980-х гг.

Коллектив состоит из инструментальной (флейта, скрипка, академические цимбалы, баян, гармошка, дудка, бас-гитара, бубен, синтезатор) и вокальной групп. Инструментальный ансамбль имеет сольные номера. По тембровым соотношениям он стандартизован и однообразен: довольно часто используется tutti, практически не представлены малые инструментальные составы, композиции не отличаются поисками новых колористических оттенков. Однако в репертуаре есть и отдельные примеры удачных обработок народных мелодий, которые выполнены в стилистике коллективов, ориентированных на адаптацию как тип исполнительского фольклоризма («Ой, што там за шум» и «Запрагай-ка, бацька»).

Режиссура программ ансамбля представляет собой как тематические блоки композиций, так и отдельные концертные номера.

В концертных программах коллектива наблюдается два варианта решения сценического движения. Первый вариант - сценическое движение отсутствует, и исполнители расположены по одной линии. Вторым вариантом - инструментальная группа статична, а вокальная группа выполняет сценические движения. Оформление сцены в программах коллектива отсутствует. Для программ ансамбля один из вариантов костюмов в технике ручного ткачества создали М. Романюк и Ю. Пискун.

В заключении отметим, что в современной сценической практике для данного типа исполнительского фольклоризма характерно использование, в том числе, и экспедиционных материалов, выполненных на высоком техническом уровне аудио- и видеозаписи. Репертуар коллективов состоит из обработок народных мелодий, оригинальных композиторских произведений с ансамблевой трактовкой фактуры, композиций для малых ансамблей солистов. Помимо академических и модифицированных народных инструментов, коллективы активно используют инструменты, характерные для сельской традиции.

Список литературы

1. Гурченко А.И. К вопросу определения понятия «исполнительский фольклоризм» // Научные дискуссии о ценностях современного общества: сб. материалов IX Международной научно-практической конференции, Липецк, 4 сентября 2015 г. / Научно-исследовательский центр «Аксиома»; отв. ред. Е. М. Мосолова. - Липецк: «РаДуши», 2015. - С.8-17.

2. Гурченко А.И. Фольклор в концертно-сценической практике Беларуси // Томский журнал лингвистических и антропологических исследований. - 2015. - Вып. 3 (9). - С. 171 - 179.

3. 124. Гурченко, А. И. К вопросу сценического воплощения фольклора в деятельности современных исполнительских коллективов Беларуси / А. И. Гурченко // Этнография Алтая и сопредельных территорий: материалы междунар. науч. конф., посвящ. 25-летию центра устной истории и этнографии лаборатории исторического краеведения Алтайского государственного педагогического университета (Барнаул, 28 - 30 октября 2015 г.). Вып. 9 / под ред. Т. К. Щегловой. - Барнаул: АлтГПУ, 2015. - С. 272 - 277.

Формы фиксации и сохранения фольклорного художественного наследия

Сяо Жань,
аспирант

*кафедры белорусской и мировой художественной культуры,
Белорусский государственный университет
культуры и искусств,
Минск, Республика Беларусь,
qinxinzhini@gmail.com*

Аннотация. Обратившись к обострившейся в условиях глобализации проблеме сохранения фольклорного наследия, автор выдвигает задачи выявления основных путей и форм фиксации и консервации традиций народного художественного творчества, дает их краткую характеристику и оценку их информативных возможностей.

Ключевые слова: народное художественное творчество, формы сохранения фольклорного наследия.

На рубеже XX-XXI ст. угроза этнического обезличивания и национальной культурной самобытности приобрела реальные очертания. Разрушение привычного уклада жизни, обесценивание и нивелирование традиционных духовных ориентиров путем утверждения западной системы ценностей, экономическая, социальная и культурная интеграция различных этнических общностей вызывают опасения в возможности утраты национальных традиций, почвенности и стабильности национальной культуры.

Именно поэтому в документах 25 сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО, состоявшейся 15 ноября 1989 г. в Париже подчеркивалась сущность и важность фольклора как неотъемлемой части культурного наследия и живой культуры. Обеспечение жизнеспособности, охраны и популяризации нематериального культурного наследия стали основополагающими вопросами многих международных форумов, в том числе 32 сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО, принявшей Международную конвенцию об охране нематериального культурного наследия (Париж, 17 октября 2003г.), ратифицированную большинством стран мира.

Признавая крайне хрупкий характер художественных форм фольклора, особенно его аспектов, связанных с устными традициями, а также осознавая риск того, что многие из них находятся на грани исчезновения, в этих документах подчеркивалось, что живой фольклор, учитывая его изменяющийся характер, не всегда может стать объектом прямой охраны. Эффективно охраняться может лишь зафиксированный фольклор. В связи с этим проблема разработки новых тенденций и совершенствования форм фиксации и сохранения фольклора приобрела на рубеже XX-XXI ст. особую актуальность.

Выдвигая в качестве объекта исследования традиции народного художественного творчества как одну из составляющих безусловную ценность национальной культуры, в качестве предмета изберем формы фиксации и сохранения означенных традиций. Сразу оговоримся, что мы выводим за рамки рассмотрения приобретенные значительную популярность формы, которые в той или иной степени направлены на развитие фольклорных традиций: различного рода творческие объединения центры народного творчества, кружки и студии народного творчества, музыкальные и хореографические фольклорные коллективы и т.п. Наше внимание сосредоточено исключительно на таких формах, которые обеспечивают достоверную фиксацию, стабильность консервации и возможность максимально точной трансляции сконцентрированной в них информации.

Одной из ранее всего сложившихся форм сохранения фольклорного художественного наследия является вербальный текст. В тиражированном виде он выступает в качестве монографии, статьи, доклада в научных и периодических научных, научно-популярных и популяризаторских изданиях. Если научные тексты предназначены для узкого круга профессионалов и отличаются активным использованием специальной терминологии, то научно-популярные публикации, нацеленные на широкую аудиторию, написаны доступно и несут в себе точную информацию. К сожалению, публикации популяризаторского характера, ставя своей целью привлечение массового читателя, упрощают, а нередко искажают достоверную научную информацию.

Музеи представляют собой учреждения, в которых хранятся, демонстрируются и исследуются артефакты истории, общественной жизни и быта, а также художественной культуры, несущие

щие значимую социально-культурную информацию. Экспозиции некоторых музеев (этнографических, народного творчества и т.п.) представлены исключительно, или по большей части артефактами фольклорного художественного наследия [1].

Среди многих видов музеев, наибольшую ценность с точки зрения фиксации и сохранения фольклорного художественного наследия представляют средовые музеи, моделирующие или сохраняющие аутентичную историко-культурную среду и живые эко-музеи, в которых аутентичная среда сохраняется усилиями местных жителей, и объекты историко-культурного наследия используются по своему первоначальному назначению. Здесь особо ценно то, что в роли трансляторов традиции выступают ее непосредственные носители [2, С.61-63].

Среди перечисленных форм сохранения нематериального культурного наследия все большее значение приобретают видеодокументы, а именно антропологический фильм. Он не просто выступает как составная часть визуальной антропологии, продолжая такие зрительные средства трансляции этнокультуры, как рисунок, фотография, музейная экспозиция, но и объединяет их достоинства, что делает его особо значимым инструментом научного познания. Главным достоинством антропологического фильма является то, что его действие обеспечивает максимальное приближение к среде реального бытования фольклора. Фильмы такого рода позволяют фиксировать многогранные проявления живой художественной традиции (сами артефакты, образную систему, особенности и технологию традиционного творчества и т.п.) в ее естественной повседневной среде обитания. Создание такого рода видео-документа синтезирует в себе работу исследователя, сценариста, режиссера, деятельность самих объектов съемки и требует от каждого из перечисленных больших усилий [3].

Благодаря стремительному развитию науки в конце XX века появились новые информационные технологии, своим появлением ознаменовавшие новую эпоху фиксации и сохранения художественного фольклорного наследия. В наши дни на различных интернет-сайтах можно просмотреть интересующие видеодокументы, прослушать аудиозаписи, посетить виртуальные экспозиции некоторых музеев, прочитать нужные нам книги. К со-

жалению, в изобилии существующие популяризаторские сайты несут немало не точной, а подчас ошибочной информации.

И, тем не менее, цифровые технологии и интернет открывают широчайший простор для фиксации, сохранения и трансляции фольклорных художественных ценностей и знаний о народном искусстве. Благодаря своим возможностям интернет позволяет создать единый, научно достоверный государственный ресурс фольклорного художественного наследия, хранящий максимально полную информацию о той или иной этнической культуре [4]. Естественно, это потребует значительных усилий специалистов в области художественного фольклора, материальных и временных затрат, разработки специальных научных методик, сотрудничества с программистами и, конечно, активной государственной поддержки.

Как видим, на протяжении XX ст. в каждой стране накоплен определенный опыт изучения фольклорного художественного наследия, сложились определенные формы и средства фиксации и консервации фольклорных артефактов. Мы предполагаем, что обмен опытом в такой важной сфере деятельности окажется полезным и будет способствовать приумножению мирового культурного наследия. Формы фиксации и сохранения фольклорного художественного наследия достаточно разнообразны и, обладая различным информационным потенциалом, дополняют друг друга. Расширяя и углубляя наши знания о традиционных культурах разных народов мира, эти формы позволяют создать грандиозную панораму мировой художественной цивилизации.

Список литературы

1. Сюй Ии, Создание этнографических музеев и их идея // Фольклористика, 2011. - Выпуск 160. - С.4-8 (на кит.яз.).
2. Глушкова П.В., Классификация музеев под открытым небом в аспекте актуализации нематериального культурного наследия // Вестник Кемеровского государственного университета, 2015.- № 1 (61). - Т. 1. С.59-63.
3. Чэн Цзинюань. Краткий очерк развития визуальной антропологии в Китае // Этнологические исследования, 1998. - №2. - С. 67-75 (на кит. яз.).
4. Юань, Ли. Изучение нематериального культурного наследия. - Пекин: Высшее образование, 2009. - 307с. (на кит. яз.).

Прагматические особенности интерфейсных эпитафий в микроблогах английских знаменитостей

*Иванова А.А.,
доцент,
ФГБОУ ВПО «ЧелГУ»,
Челябинск, Россия
ivanovana74@gmail.com*

Аннотация. В статье рассматриваются прагматические особенности интерфейсных эпитафий в микроблогах английских знаменитостей. Интерфейсный эпитафий является визитной карточкой микроблога, сообщающей основную информацию о его владельце. Грамотно составленный эпитафий - залог успешного продвижения аккаунта в социальной сети.

Ключевые слова: интерфейсный эпитафий, микроблог, Твиттер, массовая коммуникация.

Массовая коммуникация является ведущим способом общения в современном мире. Наряду с традиционными однонаправленными видами средств массовой коммуникации, такими как радио, телевидение и печатные СМИ, появились и те, которые подразумевают двусторонний процесс общения - электронные СМИ. Сегодня различные мессенджеры, социальные сети, блоги стали неотъемлемой частью повседневной жизни успешного человека.

В настоящей статье пойдет речь о способах воздействия на читателей в микроблоге Твиттер. Вслед за Горошко Е.И. мы определяем Твиттер следующим образом: «Твиттер (отангл. *twit* - щебетать, болтать) - это не традиционный блог в чистом виде, как например Живой Журнал, а, скорее, средство оперативного общения, гибридная форма, которая соединила в себя свойства нескольких интернет-сервисов: службы мгновенных сообщений, блога, электронной почты и социальной сети» [1, С.12]. В рамках данной статьи рассматриваются способы выражения личностной индивидуальности известных британцев (актеров, певцов, публичных деятелей) в интернет-коммуникации по средствам интерфейсных эпитафий. Под интерфейсным эпитафий мы понимаем

высказывание, размещенное в шапке главной страницы микроблога. Эпиграфы не являются обязательным атрибутом аккаунта.

Следует отметить компенсаторный характер текста интерфейсных эпиграфов микроблога в условиях крайне ограниченной возможности использования невербальных средств для передачи эмоций и описания эмоциональных состояний. К таким средствам относятся, прежде всего, «эмотиконы». В связи с этим, широко используются графические вербальные средства:

- использование заглавных букв для «повышения голоса» на собеседника (**MUTE!STOP...**);

- отсутствие пунктуационных знаков (*You do what you do and thats what you do*)

- добавление к тексту вшитых в оболочку программы графических средств («эмотиконов») (☘❤ *I'm a miserable little bundle of joy*);

К синтаксическим особенностям интерфейсных эпиграфов блогов английских знаменитостей можно отнести наличие риторических вопросов, номинативных предложений и синтаксического параллелизма.

Риторические вопросы приглашают читателей присоединиться к обсуждениям блога, дают возможность поразмыслить над возможными будущими проектами, в которых примет участие знаменитость. С помощью риторических вопросов авторы блогов спрашивают совета у своих читателей (*Star of Dragon's Den, Strictly Come Dancing contestant but now back in my Natural Habitat amongst Dragon and wondering What's next? Actress Singer Dancer?*).

Частотными являются номинативные предложения, повествующие о сфере деятельности хозяина блога (*Actress. Yoga teacher. Agent. Broadcaster. Presenter.*), его социальном статусе и семейном положении (*A father. Beautiful wife.*). Номинативные предложения позволяют лаконично представить информацию, что крайне актуально при ограниченном объеме текста интерфейсного эпиграфа.

Появление возможности обратной связи увеличивает количество эмоциональных суждений, средств выражения субъективной модальности. К таким средствам относятся восклицательные предложения (*EMBRACE YOUR WEIRDNESS! act in gon Hollyo aks Myra McQueen, singing around town. and dancing in*

mykitchen!), побуждающие читателя действовать и передающие внутреннее состояние автора высказывания.

Среди основных тематических групп в микроблогах английских знаменитых людей можно выделить следующие: род деятельности (*TV and filmwriter, occasional journalist*), хобби (*Bradfordian and Arsenal fan*), личная жизнь (*proud dad of 2; Middle child*), внешность (*Red head.*). Размещая как можно больше информации, блогеры намереваются показать реципиенту свою открытость, готовность к общению и сотрудничеству. Важная деталь - указание на то, что профиль повествует о реальных событиях их настоящей повседневной жизни (*All views are my own.....NB: Opinions my own, not of publications I write for.*). Оставляя подобные надписи в интерфейсных эпитафиях, блогеры подчеркивают свои искренние намерения и открытость читателям.

Таким образом, основная цель, которую преследуют знаменитости, создавая свои микроблоги, - это популяризация своей деятельности. Интерфейсный эпитафия является удобным инструментом, чтобы поведать читателям о своем творчестве, внутреннем мире, семейном положении и увлечениях. Микроблог - это действенный способ кратко рассказать о готовящихся премьерах, прошедших мероприятиях и новых проектах. Более того, это источник дохода для блоггера, получающего деньги за рекламу товаров и услуг в своем блоге.

Список литературы

1. Горошко Е.И. «Чирикающий» жанр 2.0 Твиттер или что нового появилось в виртуальном жанроведении // Вестник Тверского государственного университета. 2011. - № 3. - С. 11-20.
2. Ларина Т.В. Выражение эмоций в английской и русской коммуникативных культурах // Язык и эмоции: личностные смыслы и доминанты в речевой деятельности: Сб. научных трудов. Волгоград:Издательство ЦОП «Центр», 2004. -С. 36-46.
3. Сорокин Ю.А., Тарасов Е.Ф. Креолизованные тексты и их коммуникативная функция // Оптимизация речевого воздействия. - М., 1990. - 240 с.

Тенденции изменения требований экологической политики в системе регулирования экономического развития общества

*Гирко К.В.,
преподаватель,
МКЖТИПТ РУТ (МИИТ),
Москва, Россия*

Аннотация. Автор рассматривает вопросы взаимодействия экономического развития общества, производства и проблем охраны окружающей среды, которые возникли вследствие бездумного и нерационального использования природных ресурсов. На законодательном уровне устанавливаются экономические механизмы регулирования воздействия на окружающую среду путем использования инструментов поощрительно и принудительного характера. Становление существующей системы охраны окружающей среды происходило поэтапно, и требует постоянного совершенствования и внесения корректив в связи с расширением аспектов антропогенного воздействия и усложнением отношений общества и природы.

Ключевые слова: эколого-экономические отношения, экономический механизм охраны окружающей среды, природопользование, охрана окружающей среды, экологический ущерб, экологическое нормирование.

На сегодняшний день не возникает сомнений в том, что взаимодействие общества и природы - это сложный и многогранный комплекс, включающий большое количество различных аспектов и противоречий. Необходимость совместного развития общества и природы объясняется тем, что человечество уже столкнулось с последствиями нерационального природопользования, которые грозят деградацией природной среды, что ставит под сомнение возможность существования самой жизни на нашей планете. Современное общество нуждается в принятии мер по защите от экологической катастрофы, так как дальнейшее неуправляемое использование и загрязнение окружающей среды повлечет за собой истощение и разрушение важнейших частей природной среды, таких как озоновый слой, пресная вода, плодородные почвы, атмосферный воздух и другие. Результатом постоянного усложне-

ния и распространения экологических противоречий стали глобальные экологические проблемы. Экология уже не только естественная наука, она расширила свои границы за счет внедрения различных аспектов деятельности человека, в том числе и экономических. В этом плане очень важна экологизация знаний, происходящая практически во всех сферах жизнедеятельности человека.

Изначально развитие экономической теории происходило без учета требований к воспроизводству естественных условий жизни человека, прибыль предприятия никак не связывалась с сохранением естественных жизнеобеспечивающих компонентов природной среды, результатом чего стало истощение природных ресурсов. Между целями деятельности человека и последствиями вмешательства в природные процессы существует значительный разрыв, что привело к тому, что способность природы к поддержанию собственного постоянства существенно нарушилась. В XX веке после осознания глобального характера антропогенного загрязнения и истощения природных ресурсов стало ясно, что эколого-экономическая теория должна выйти на уровень всей биосферы.

Сегодня необходимо обеспечить безопасность среды для человека путем экологического нормирования - создания системы регламентации воздействий на окружающую среду и человека и нормирования состояния объектов окружающей среды и территорий [4, С.6].

Установление степени антропогенного воздействия на окружающую среду основано на введении нормативов воздействий и концентраций загрязняющих веществ в воздухе, почве, воде и продуктах питания - норм предельно допустимых выбросов (сбросов) и предельно допустимых концентраций.

Россия - одно из первых государств, которое стояло у истоков природоохранного законодательства. При Иване Грозном был издан указ о запрете охоты и рубки леса на территории нынешнего Лосино-Остроговского острова - там были царские охотничьи угодья. Петром I был издан указ «О бережении сосновых и дубовых лесов вдоль главных рек России». До революции у нас были созданы первые заповедники (например, Баргузинский). После революции также был издан ряд декретов, имеющих природоохранное значение («Об охране памятников, садов и парков», «О лесах», «О сроках охоты и праве на охотничье ружье» и т.д.). В советское время был

принят ряд законов о создании заповедников, заказников, национальных парков [1, С.192].

Основным документом, определяющим и регулирующим отношения в сфере взаимодействия природы и общества в России, является закон «Об охране окружающей среды» 2002 года. Основными принципами этого взаимодействия являются: приоритет охраны жизни и здоровья человека; научно обоснованное сочетание экологических и экономических интересов; рациональное использование природных ресурсов с учетом законов природы; соблюдение требований природоохранного законодательства, гласность в работе, тесная связь с общественными организациями и населением в решении природоохранных задач.

В соответствии с постановлением Совета Министров РСФСР от 09.01.1991 года № 13 на территории России была введена плата за загрязнение окружающей среды. Плата взималась: за выбросы в атмосферу загрязняющих веществ от стационарных и передвижных источников; за сброс в водные объекты или на рельеф местности загрязняющих веществ, в том числе осуществляемый предприятиями и организациями через системы коммунальной канализации; за размещение отходов. Ю.П. Сидоров и Т.В. Гаранина отмечают, что существующая система платежей за загрязнение окружающей среды имеет ряд недостатков, главный из которых низкий уровень платежей, особенно за загрязнение атмосферы. Изменение платы за природопользование с переходом на экологический налог несколько изменит общую картину. Новая система платежей (налогов) включает плату за выбросы (сбросы) загрязняющих веществ: в пределах стандарта (норматива); в пределах стандарта и лимита; сверх установленного лимита. В перспективе мировое хозяйство совершит переход к квотированию выбросов загрязняющих веществ на душу населения, оказывающих влияние на глобальные изменения в биосфере и установлению налога на эти вещества [4, С.139-141].

Экономический механизм охраны окружающей природной среды и природопользования представляет собой систему мер, обеспечивающих повышение экономической заинтересованности и ответственности субъектов хозяйствования в выполнении экологических требований, а также формирование и распределение финансовых потоков с целью наиболее эффективного использования средств, предназначенных для решения экологических за-

дач. Существующая структура экономического механизма, включает такие элементы, как обязательные платежи за загрязнение окружающей природной среды и за природные ресурсы, систему государственных экологических фондов и экологическое страхование [5, С.286].

Для достижения целей государственной экологической политики экономический механизм охраны окружающей среды использует инструменты поощрительного и принудительного характера [3, С.411-412].

В качестве примера можно привести главенствующий в европейских странах принцип «загрязнитель платит», демонстрирующий своеобразный компромисс между экологией и экономикой. Начиная с 1986 года, этот принцип был закреплен в законодательных актах многих государств. Во всем мире существует тенденция увеличения количества, так называемых, «зеленых налогов». Это касается налогов на продажу разрушающих озон фреонов, которые стимулируют переход промышленности на другие безопасные для озонового слоя хладагенты; налогов на бензин и на содержание углерода в твердом топливе. В Японии существует система денежной компенсации владельцами предприятий-загрязнителей за ущерб здоровью пострадавшим от загрязнения.

В настоящее время в России и за рубежом сформировалась теоретическая и методологическая основа экономической оценки экологического ущерба. На ее основе создан совместный методический инструментарий, позволяющий проводить расчеты, позволяющие определять ущерб от причинения вреда самым различным природным средам и природным ресурсам в стоимостном выражении. Этот инструментарий довольно широко используется в международной практике для оценки и возмещения экологического вреда, в том числе и в судебном порядке [2, С.317-318].

С помощью экономических инструментов экологические цели переходят в плоскость экономических измерений и включаются в общую систему экономических интересов природопользования [4, С.144].

На сегодняшний день актуальны тенденции эколого-экономического образования, что обусловлено комплексным характером современных проблем взаимодействия человека с окружающей средой, интегративными процессами в естественно-

научной и социально-экономических областях, необходимостью формирования представлений о природе как о единой целостности, понимания взаимосвязи деятельности человека и устойчивого развития общества. В основе эколого-экономического образования лежит изучение идеи сохранения устойчивости равновесия природы, которую человек осуществляет с помощью экономических механизмов.

Решение эколого-экономических проблем является задачей многоплановой, требующей комплексного подхода из-за большого объема исходных данных и сложных взаимосвязей. Экологически безопасное природопользование должно включать максимально возможное количество требований по сохранению качества окружающей среды. Экологические требования и лимиты определяют возможность и рентабельность осуществления какого-либо производства или деятельности.

В условиях глобализации возрастает актуальность проблем взаимодействия общества и природы, происходящие процессы экологизации производственной деятельности демонстрируют неразрывную связь экономики и экологии. Антропогенное воздействие оказывает значительное влияние на современную экологическую ситуацию. На международном уровне сформулированы принципы сбалансированного развития общества, природы и производства.

В заключение, необходимо отметить, что в поисках решения эколого-экономических проблем общество должно исходить из идеи целостности природы, то есть любые принимаемые действия и осуществляемые процессы должны способствовать сохранению этой целостности и единению интересов общества, природы и производства. Экономическая, экологическая и социальная безопасность человека невозможна без комплексного и взвешенного решения социально-экономических и природосберегающих задач.

Современное общество должно быть заинтересовано в гармоничном развитии экономики, одной из главных целей которой, в соответствии с концепцией устойчивого развития, должно стать сохранение окружающей среды для нынешних и будущих поколений.

Список литературы

1. Гурова Т.Ф. Экология и рациональное природопользование: учебник и практикум для академического бакалавриата / Т.Ф. Гурова, Л.В. Назаренко. - М.: Издательство Юрайт, 2017.

2. Ларионов Н.М. Промышленная экология: учебник и практикум для академического бакалавриата / Н.М. Ларионов, А.С. Рябышенков. - М. : Издательство Юрайт, 2015.

3. Павлова Е.И., Новиков В.К. Общая экология и экология транспорта: учебник и практикум для СПО. - М.: Юрайт, 2017.

4. Сидоров Ю.П., Гаранина Т.В. Практическая экология на железнодорожном транспорте: учеб.пособие - М.: ФГБОУ «Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте», 2013.

5. Экология: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / Под общей редакцией А.В. Тотая, А. В. Корсакова. - М.: Издательство Юрайт, 2017.

Занятия спортом как наиболее эффективный способ поддержания двигательной активности человека

Читаева Ю.А.,

кандидат педагогических наук,

Москва, Россия

Аннотация. В данной статье автором рассматриваются вопросы: а) значения двигательной активности человека как основного условия сохранения жизни и необходимого условия обеспечения здоровья человека; б) систематического занятием спортом как эффективного способа поддержания двигательной активности человека и получения благоприятных функциональных, биохимических и структурных изменений в организме человека; в) автор дает определение понятиям «двигательная активность», «спорт».

Ключевые слова: двигательная активность, спорт, занятия спортом.

В последнее время в современном мире произошло резкое ускорение темпов развития общества; умственный труд практически вытеснил физический и стал более интенсивным и ритмичным; изменился образ жизни самого человека и его психология, большинство людей современного мира стали предпочитать жить в комфортных условиях и т.п. Но многие достижения в современном мире обрекли самого человека на постоянный «мышечный голод», лишая его двигательной активности; движение - это естественная потребность организма человека, которое формирует структуру и функции человеческого организма.

Двигательная активность - естественный, эволюционно сложившийся фактор биопрогресса, определивший развитие организма и обеспечивший не только формирование наиболее совершенных механизмов его адаптации к окружающей среде в процессе длительного филогенеза, но и оптимизацию его жизнедеятельности в онтогенезе [1, С.113].

Двигательная активность - постоянный процесс приспособления организма к изменяющимся условиям окружающей среды, направленный на совершенствование приспособительных механизмов в целях борьбы за существование. Двигательная актив-

ность является основным условием сохранения жизни, обеспечения организма пищей и рассматривается как важнейший фактор эволюции и необходимое условие обеспечения здоровья [4].

Длительное ограничение двигательной активности является опасным антифизиологическим фактором, разрушающим организм человека, приводящим к ранней нетрудоспособности и увяданию [1, С.113], а также развитию таких заболеваний как: инфаркт, гипертония, нарушение обмена веществ, нарушение устойчивости к гипоксии (недостаток кислорода); уменьшение мышечной силы, расстройство координации движений, снижение выносливости; также отрицательные последствия длительного ограничения двигательной активности распространяются на многие функции организма, даже не имеющие отношения к мышечной работе, движению [2].

Наиболее эффективным способом поддержания двигательной активности человека является спорт, систематическое занятие которым вызывает благоприятные функциональные, биохимические и структурные изменения в организме человека и положительные эмоции, такие как бодрость, хорошее настроение.

Спорт - специфический род физической и интеллектуальной активности, совершаемой с целью соревнования, а также целенаправленной подготовки к нему путем разминки, тренировки. В сочетании с отдыхом, стремлением постепенного улучшения физического здоровья, повышением уровня интеллекта, получения морального удовлетворения, стремлением к совершенству, улучшению личных, групповых и абсолютных рекордов, славе, улучшению собственных физических возможностей и навыков [5].

Спорт предназначен для совершенствования и формирования физико-психологических характеристик личности человека. Наряду с сохранением и укреплением здоровья, повышением уровня физической подготовки, одной из задач спорта является воспитание морально-волевых качеств самого человека [3].

Список литературы

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента. - М.: Альфа-М, 2003. - С. 113.

2. Вред гиподинамии и польза двигательной активности. URL: [http:// coolreferat.com](http://coolreferat.com) (Дата обращения 26.10.2017).

3. Здоровый образ жизни. URL:
<http://ege28.narod.ru/fizra.html> (Дата обращения 26.10.2017).

4. Понятие и сущность двигательной активности. URL:
<http://www.mirznanii.com/a/132156/ponyatie-i-sushchnost-dvigatelnoy-aktivnosti> (Дата обращения 26.10.2017).

5. Спорт. URL: <http://www.dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/3198>
(Дата обращения 26.10.2017).

Профориентационные технологии в формировании интеллектуального капитала университета инклюзивного образования

*Чердакова А.В.,
старший преподаватель кафедры экономики и инноваций
факультета экономики,
ФГБОУИ ВО МГГЭУ,
Москва, Россия*

Аннотация. В статье рассматриваются технологии профессиональной ориентации обучающихся в университете инклюзивного образования как составляющей формирования педагогических компетенций в интеллектуальном капитале, влияющих на качество образовательной услуги.

Ключевые слова: человеческий капитал, образовательная услуга, интеллектуальный капитал, профессиональная ориентация, технологии, инклюзивное образование.

«Профессорско-преподавательский персонал университета согласно требований профессионального стандарта к педагогу профессионального образования должен использовать средства педагогической поддержки профессионального самоопределения и профессионального развития обучающихся, проводить консультации по этим вопросам на основе наблюдения за освоением обучающимися (совершенствованием) профессиональной компетенции (для преподавания учебного курса, дисциплины (модуля), ориентированного на освоение квалификации (профессиональной компетенции))»

(Профессиональный стандарт к педагогу профессионального образования)

В период развития постиндустриального общества, наибольшую ценность приобретает получаемая информация, переходя в знания пользователя, наибольшую актуальность приобретает интеллектуальный потенциал, образуемый образовательными учреждениями и организациями науки. Государственные программы развития отраслей экономики ориентированы на достижение технологического развития, что влечет за собой модерни-

зацию профессиональных образовательных программ и, как результат указанного процесса, появляются новые образовательные технологии. Министерством образования и науки рассматривался проект в рамках Целевой федеральной программы развития образования на 2016-2020 гг. «Разработка и реализация новых вариативных образовательных программ для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основе индивидуализации образовательных траекторий и технологии проектного обучения». Необходимым условием профессионального развития обучающихся с ОВЗ и инвалидностью в условиях высшего образования является совершенствование модели обучения путем разработки новых вариативных образовательных программ, реализующихся на основе индивидуализации образовательных траекторий, а также технологий проектного обучения. В рамках данного направления разрабатываются теоретико-методологические и научно-методические основы индивидуализации обучения лиц с ОВЗ и инвалидностью в условиях высшего образования, а также создание методического обеспечения образовательного процесса в условиях инклюзивной практики указанной категории обучающихся. В результате создаются условия для получения качественного высшего образования, соответствующего индивидуальным потребностям и возможностям лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью. По данным Федеральной службы государственной статистики в сведениях об инвалидах-студентах образовательных организаций высшего образования выявляется тенденция роста обучающихся (таблица 1).

Таблица 1

Сведения об образовании инвалидов
(на начало учебного года, человек)*

| Показатели | 2013/2014 | 2014/2015 | 2015/2016 |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| Поступило студентов-инвалидов | 5194 | 5179 | 5966 |
| Численность студентов | 16779 | 16768 | 18043 |
| Выпущено специалистов | 2500 | 2561 | 4120 |

*Источник: составлено автором по материалам Федеральной службы государственной статистики.

Доступность высшего образования позволяет увеличивать показатели индекса человеческого развития Российской Федерации и инвестировать в человеческий капитал.

Формирование человеческого капитала осуществляется благодаря функционированию домохозяйств (семьи), социальных институтов (дошкольные образовательные учреждения, учреждения среднего общего образования, учреждения дополнительного образования), развитие и воспроизводство человеческого капитала происходит в системе профессионального образования и продолжается в течение всей трудовой деятельности.

Учреждения инклюзивного высшего образования несут миссию по социализации (необходимое условие накопления человеческого капитала) и воспроизводству человеческого капитала инвалидов, благодаря аккумулярованию знаний по технологиям обучения, реализуемые под требования федеральных государственных образовательных стандартов. Как правило, государственные учреждения являются менее экономически эффективными по получаемой норме прибыли, но их функционирование позволяет реализовывать социальную политику и выполнять государственные программы. Поэтому в качестве предоставляемых образовательных услуг заинтересовано, прежде всего, государство, обеспечивая тем самым в дальнейшем занятость выпускников. В современных условиях выбрана стратегия увеличения трудоустройства инвалидов, в реализации которой поможет профориентационная работа.

Основной проблемой воспроизводства интеллектуального капитала выступает качество предоставляемых образовательных услуг, под которыми рассматривают совокупность полезных знаний и созидательных компетенций, получаемых и осваиваемых субъектом обучения (потребителем услуги) в рамках соответствующей образовательной организации (производителя услуги) [1, С.125]. Образовательная услуга оплачивается либо государством, либо физическим лицом в качестве инвестиций в человеческий капитал, в результате данного процесса появляются разные уровни потребителей услуги, в связи с этим возникает понятие «ценности получаемого знания». Реализуемый интеллектуальный капитал учреждениями инклюзивного образования государству поступает потребителям на безвозмездной основе, в этом и заключаются специфика инклюзивного образования, предоставляющего равные возможности для получения знаний. В результате можно говорить об эффективности и государственной окупаемости инвестиций в человеческий капитал. Одним из критериев

данного показателя предлагаем определить качественную целостность знаний и компетенций выпускника вуза, представляющую собой перечень конкретных его способностей и свойств, функциональных потенциалов и навыков, мотивов, смысловых конструктов и ценностных ориентиров, в совокупности позволяющих определить данного субъекта как «компетентного» для решения конкретных научных, образовательных, производственных и иных задач [2, С. 69-70].

Исходя из онтологии «капитала» как экономической категории, можно рассматривать сумму накопленных материальных благ, приносящих доход его собственнику. В сфере образования представляет интерес интеллектуальный капитал учреждения высшего образования как совокупность накопленных знаний в теории обучения и изучаемых наук.

Оценку сформированных профессиональных компетенций у выпускников с ОВЗ рекомендуем проводить, применяя профессиональные стандарты, утвержденные Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации (Минтруд России), отражающие квалификационные требования.

Профессиональная квалификация всегда является результатом освоения определенной образовательной программы и практического опыта. Выпускник, обладая достаточно высоким уровнем образования, может выполнять трудовые функции, относящиеся к более низкому квалификационному уровню. Как правило, это связано с тем, что работник изменил свой первоначальный профиль деятельности. По мере приобретения практического опыта, самообразования и обучения по профилю квалификационный уровень может повышаться. Профессиональные стандарты описывают вид профессиональной деятельности, квалификационный уровень работника, позволяющий ему выполнять свои профессиональные обязанности в соответствии с предъявляемыми требованиями к конкретной должности (профессии) [3].

Ориентация на профессиональные стандарты позволит повысить качество компетентного подхода в обучении студентов с инвалидностью по направлениям подготовки и специальностям и обеспечит конкурентоспособность выпускников университета, реализующего модель инклюзивного образования. Внедрение в профессиональную подготовку факультативных занятий позволит приобрести выпускникам профессиональные компетен-

ции. Предлагаем использовать новые информационные технологии в образовании, предоставляемые фирмой «1С», технологические решения для образования позволяют адаптировать профессиональные программные продукты в учебном процессе. Систематический мониторинг рынка труда позволяет оценить наличие рабочих мест по выбранной профессии. Общероссийская база вакансий «Работа в России» отражает информацию по открытым вакансиям и наличию рабочих мест в регионе.

В сложившихся условиях влияния государства на распределение трудовых ресурсов в экономике посредством формирования Национальной системы квалификаций и разработки профессиональных стандартов, с одной стороны с другой, сокращению числа бюджетных мест на гуманитарные направления подготовки необходимо составлять путеводители для выпускников в мире профессий устанавливать деловые связи с потенциальными работодателями. Профессиональное консультирование обучающихся университета позволяет накапливать педагогические технологии и увеличивать стоимость интеллектуального капитала высшего образования, реализуемого в виде услуги как государству, так и обществу.

Список литературы

1. Салихов Б.В., Салихова И.С. Предпринимательские университеты как потенциальная форма самообучающихся организаций. // «Вестник Псковского филиала РАНХиГС при Президенте РФ». - Псков, 2015. - №6. - С.123-135.

2. Салихов Б.В. Салихова И.С. Качество знаний и компетенций в зеркале структурных реформ российской экономики. // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. - 2016. - №10. - С.68-84.

3. Формирование Национальной системы квалификаций: сборник нормативных документов. - М.: Издательство «Перо», 2014. - 72 с.

Аксиологический аспект кадетского образования в России: ретроспективный анализ

Мазяева Е.А.,

кандидат философских наук, преподаватель ФГКОУ ДЕККК,

Сизов И.М.,

подполковник, начальник учебной части ФГКОУ Аксайский

Данилы Ефремова казачий кадетский корпус (АДЕККК)

Ростов-на-Дону, Россия

Аннотация. В работе приводится теоретический обзорный ретроспективный взгляд на развитие российской кадетской образовательно-воспитательной системы через призму ее ценностного компонента, а так же зависимость феномена кадетского образования от реальных условий жизни общества.

Ключевые слова: кадетское образование и воспитание, ценности, ценности военного образования.

История Российской государственности на протяжении всего времени своего существования неразрывно была и, очевидно, будет связана с историей войн и военного дела. Вооруженные силы, всегда выступая оплотом территориальной стабильности, суверенности и независимости государства, представляют собой весьма консервативный социальный институт, обладающий рядом специфичных характеристик. Тем не менее, любые социально-политические и экономические изменения, происходящие в государстве, накладывают осязаемый отпечаток на систему Вооруженных Сил в целом и на отдельных военнослужащих в частности.

Сменяются эпохи, типы и формы государственного правления и власти, изменяется внешний облик Вооруженных Сил, но во все времена и при всех правителях фундаментом величия России являлись особые духовно-нравственные ценности, изначально прививаемые и присущие русскому воину - патриотизм, верность Отчизне, мужество, героизм. Особую роль в формировании таких ценностных ориентаций играло и играет военное образование, которое транслирует славный опыт боевых и моральных побед над многочисленными врагами Родины.

С дифференциацией социальной структуры в России произошла и ценностная переориентация различных социальных слоев и всего общества в целом. Все это не могло не отразиться на изменении общесоциальных ценностей и формировании новых личностных, профессиональных и духовно-нравственных ориентаций, что особенно проявляется в мировоззрении, прежде всего, учащейся молодежи как социальной группы с еще не устоявшейся системой ценностей. Потеряли общественную ценность и признание традиционно приоритетные виды деятельности и профессии, которые требовали от человека, прежде всего самоотдачи, высоких моральных качеств, стремления не к личному обогащению, а социальному благу. Не смотря на это, одним из важнейших видов человеческой деятельности, обладающим спецификой и уникальностью, во все времена была и остается воинская деятельность. Однако транзитивное состояние современного общества, оказывающее влияние на функционирование всего социума, привело к тому, что объективные условия воинской деятельности в нашей стране за последние годы кардинальным образом изменились.

В становлении аксиологической системы личности участвуют все институты социализации, однако институт образования играет важнейшую роль, транслируя определенную систему общечеловеческих и личностных ценностей, как традиционных, так и наиболее актуальных в тот или иной период общественного развития. Институт военного образования несет в себе огромный потенциал исконно российских традиционных ценностей. Исторически сложилось так, что военная служба воспитывала не только человеческое тело и ум, но и его душу, формируя у каждого военнослужащего твердое убеждение в том, что защитить свою Родину - это Великий долг и честь.

Не смотря на то, что институт военного образования испокон веков был самым консервативным социальным институтом, однако и он в настоящее время подвержен изменениям, отражая трансформационные процессы российского общества. Процесс обучения и воспитания социально-значимых ценностей военной молодежи направлен на формирование всесторонне развитой гармоничной личности, достигающийся в процессе образования путем сознательного восприятия каждой личностью общечеловеческих духовно-нравственных, а так же востребованных сегодня,

«рыночных» ценностей, и включения их в индивидуальную систему аксиологических ориентаций. Военное образование - древнейший институт, воплотивший в себе драгоценное наследие предков, которое в настоящее время теряется под влиянием новых веяний, а также сложных экономических и организационно-структурных преобразований, поставивших его в тяжелые условия выживания.

Военное образование играет мощную роль в становлении личности и, конечно же, оказывает решающее влияние на формирование системы ценностей кадет, выступая транслятором общечеловеческих, профессиональных и духовно-нравственных ценностей военной службы, которые, преломляясь через призму личностного восприятия, становятся личными ценностями каждого кадета, регулирующими его социальное поведение длительный период времени [3, С 49].

Система российского военного образования насчитывает более 300 лет, в 1699 году при бомбардирской роте лейб-гвардии Преображенского полка была создана первая военная школа, однако за официальную дату начала военного образования исследователи принимают 1701 год, приурочивая ее к открытию первой навигацкой школы. Особое место в системе военного образования занимают учебные заведения интернатного типа - кадетские корпуса, история которых начинается с приходом к власти племянницы императора Петра I Анны Иоановны. Система воспитания, образования и подготовки юношей к служению Царю и Отечеству в первых кадетских корпусах была создана по западному образцу (в основу устава первого корпуса легли уставы Прусского и Датского кадетских корпусов), но в дальнейшем сильно трансформировалась, адаптируясь к русскому самосознанию, национальному колориту и особенностям социально-политической жизни.

При Петре I воинская служба в офицерских чинах считалась сословной привилегией, которая предъявляла высокие требования к морально-нравственному и профессиональному облику офицера. Петровские реформы вводили в обязанность обучение дворянского потомства. Причем, как справедливо отмечал С. Соловейчик, изучивший сложившуюся к тому моменту образовательную систему, «...образование требовалось не всякое, а именно такое, которое бы внешне отличало образованных от необра-

зованных, давало бы, прежде всего, культурное поведение, изысканные манеры - все то, что сразу бросается в глаза... как отличительный знак, как медаль на шее, как богатое платье...».

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России отражает то, что воспитание цельной высококонравленной личности с ярко выраженной патриотической ориентацией представляет собой определяющий элемент в деятельности государства. Кадетское образование является апробированной на протяжении нескольких сот лет системой, которая всегда высшей целью ставила возвращение не только образованной в общегражданском и военном отношении личности, но и духовно и нравственно развитой, верной политическому строю и власти, с развитым чувством ответственности и долга перед Отечеством.

Анализ современного состояния воспитательной системы кадетских корпусов невозможен и не будет объективным без учета накопленного богатого прошлого опыта. Особенно хорошо зарекомендовала себя образовательно-воспитательная система кадетских корпусов в дореволюционный период, в их стенах всегда царил особый жизненный уклад, а их выпускников отличали мужество и крепость духа. В силу сказанного, а так же того, что в настоящее время происходят процессы возрождения кадетских корпусов, актуально осмысление исторического опыта деятельности системы кадетского образования и на их основе адаптация существующей воспитательно-образовательной системы к современным российским реалиям.

Эта тема является привлекательной для целой плеяды историков (И.А. Гиляровский, В.К. Герштейнцвейг, Н.А. Зотов, В.Г. Кульчинский, Н.П. Ломан и многие другие), которые, анализируя историю появления и развития феномена российского кадетского образования, отмечали, что уже с первых лет его существования, даже при наличии естественных для нового вида деятельности промахов в организации процесса учебы, атмосфера товарищества, сплоченности, простота обстановки и, зачастую, суровый режим кадетской жизни вырабатывали цельные и стойкие характеры, укореняли в большей части воспитанников чувство чести и долга, прочно связывали их духом дружбы и взаимопомощи, сохранявшейся между товарищами после выпуска из корпуса. Выпускники кадетских корпусов во все времена впоследствии вспо-

минали о времени обучения и кадетском братстве с теплым чувством, благодарностью и любовью.

Изначально кадетские корпуса были призваны воспитывать детей дворянского сословия в духе любви и верности Родине и Царю, формировать полноценную личность, способную как к военной, так и гражданской жизни, обладающую высокими нравственными и профессиональными качествами, облегчать их доступ к качественному и перспективному профессиональному образованию. Целью воспитания, например в Сухопутном шляхетском кадетском корпусе (создан в 1731 г) становилось «формирование христианина, верноподданного, русского, доброго сына, надежного товарища, скромного и образованного юноши, исполнительного, терпеливого и расторопного офицера, с чистым желанием отплатить государю за его благодеяния, честной службой, честной жизнью и честной смертью».

Полноценная модель кадетского образования, определяющая его миссию, содержание учебного курса, принципов и подходов к обучению и воспитанию, устройство жизни и быта воспитанников, а также образа кадета сложилась при Екатерине II. Кадетское образование с самого начала своего существования имело двойственную направленность, оно ориентировалось на военно-гражданское обучение, то есть помимо начального военного образования кадет получал и общее гражданское. Исследователи феномена кадетского образования утверждают, что отличительной особенностью его было стремление давать кадетам практические знания и навыки существования в реальных социально-политических условиях, то есть готовить к реальной жизни. В кадетских корпусах всячески стремились к разностороннему развитию личности будущего офицера, для чего кроме стандартной учебной программы, занятий по военной подготовке, организовывалось большое количество кружков по интересам, научных и творческих коллективов, различного рода мастерских и спортивных объединений. Судя по словам Екатерины II, с этой задачей кадетские корпуса справлялись весьма эффективно: «Напрасно думают, что мои кадеты приготавлиются единственно для войны... Мои кадеты сделаются всем тем, что пожелают быть и выберут себе поприще по своим вкусам и склонностям». Императрица желала создать «новую породу людей», начиная их воспитание и образование с малых лет вдали от семьи в закрытых

образовательных учреждениях интернатного типа. В этом деле, по мнению императрицы и ее главного советника по вопросам образования И. И. Бецкого, самым важным является правильно организованная система воспитания, которая должна выступать средством совершенствования человеческой природы и смягчения социальных нравов. Екатерина II в своем Наказе отмечает, что «самое надежное, но и самое труднейшее средство сделать людей лучшими, есть приведение в совершенство воспитания» [1, С 61].

В трудах многих исследователей акцентируется внимание на духовную близость и общность офицерского состава из бывших кадет к солдатской массе: «Вынянченный денщиком, воспитанный в кадетском корпусе задаром или на медные деньги, с ранних лет впитавший в себя впечатление вечной нужды ...кадровый офицер, несмотря на свое, часто стилистическое пристрастие к рукоприкладству, ...зачастую много легче, проще и ближе подходил к солдату, народу, чем многие радикальные интеллигенты». Некоторые ученые даже критиковали деятельность корпуса за повышенное внимание к воспитательной функции. По мнению, например, В. О. Ключевского, во времена И. И. Бецкого «корпус менее всего занимался науками, больше напоминал светский университет, где преподавалось все, кроме того, что нужно офицеру» [2, С 74]. То есть, функция воспитания достойного гражданина и будущего офицера в кадетских корпусах с момента основания имела важнейшее значение, ничуть не меньшее, чем образовательная.

Обострившаяся в начале XIX века внешне-политическая обстановка, связанная с наполеоновскими войнами привела к существенным изменениям в системе кадетского образования. Потребность российской армии в офицерских кадрах возросла многократно, а выпускающая способность кадетских корпусов в этом смысле была непреодолимо ограничена довольно длительными сроками и многопрофильностью подготовки будущих офицеров (качество, как и всегда, требовало временных затрат). В связи со сложившимися обстоятельствами было принято решение разделить весь курс кадетского образования на ряд этапов, отдельно военную и общеобразовательную подготовку. Кроме того, кадетские корпуса были дополнены сетью губернских военных училищ как подготовительных военно-учебных заведений для изуче-

ния общеобразовательных дисциплин. Выпускники училищ могли направляться в столичные кадетские корпуса для военной подготовки, либо в университеты для получения высшего гражданского образования.

Революция XX века практически до основания разрушила российскую систему кадетского образования, огромное количество кадет, сохранивших преданность Царю и монархии, были убиты, многие оказались за пределами Родины. Но и в этой ситуации, оказавшиеся в изгнании, преподаватели и кадеты смогли объединиться и создать на территории современной Югославии Донской Императора Александра III кадетский корпус и Первый Русский Великого Князя Константина Константиновича кадетский корпус, который просуществовал до 1944 года. До 1964 года функционировал во Франции корпус-лицей имени Николая II, где, несмотря на запрет властей на деятельность иностранных учебных заведений, тем более военных, почитались кадетские традиции и законы. Кадетские традиции приобрели за рубежом особое значение, они олицетворяли далекую и потерянную Родину. Девиз российских кадет за рубежом «Рассеяны, но не расторгнуты!» Где только не пришлось жить бывшим воспитанникам кадетских корпусов России и зарубежья, но они достойно пронесли по жизни верность России и чувство кадетского братства.

Так, российское кадетское образование, возникшее в первой половине XVIII века, стало основой для становления и развития кадетского движения, которое, в свою очередь, привело к возрождению кадетского образования на рубеже XX и XXI веков.

В начале 90-х, когда российское общество остро нуждалось в восстановлении духовных и интеллектуальных ценностей, возрождение кадетского образования стало ответом на «социальный заказ». Ведь кадетские корпуса - это не только система образования, но и система воспитания. Князь Константин Константинович в 1911 г. включил в «кадетский компонент» спорт, военную подготовку, этику, эстетику, этикет, два иностранных языка, духовное воспитание, и в дальнейшем вплоть до 1917 года от этого отталкивались разработчики системы, со всем основанием считая, что без этого возвращение полноценной разносторонне развитой личности невозможно.

Эта же тенденция прослеживается и сейчас, отражаясь в приоритетах кадетского образования - возвращении гармоничной личности, создании среды, насыщенной общечеловеческими и национальными ценностями, нормами морали, светской этики и религиозной толерантности, традициями кадетских корпусов. Кадетские образовательные учреждения активно развивают уникальную систему воспитания подрастающего поколения, готовят высокообразованных граждан, которые могут выбрать как военное поприще, так и любую другую профессиональную деятельность.

Список литературы

1. Екатерина II. Наказ комиссии по составлению проекта Нового Уложения // Сочинения императрицы Екатерины II. - СПб, 1849. Т1. С. 61

2. Жукова Е.Ю. Генезис системы кадетского образования в России// Исследования молодых ученых. Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров - 2011. - Вып. 1(6) - С. 72-78.

3. Степанова Е. А. Динамика ценностей курсантов в процессе обучения в военном вузе// Военная мысль. - 2012. - № 9. - С. 47-54.

«АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ»

Российская Федерация, г.Липецк, 30 ноября 2017г.

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
международной научно-практической конференции

Подписано в печать: 30.11.2017
Формат 60x84/16. Печать цифровая. Объем 5,5 п.л.
Отпечатано на оборудовании ООО «РаДуши»
398059, г. Липецк, пл. Победы, д.8, офис 500А
Тел.: (4742) 37 82 96
Тираж 500 экз. Заказ № 128
